

**Pengaruh Panduan Keberhasilan (Knowledge of Results)
Pada Suatu Tugas Ketrampilan Tertutup (A Closed Motor Task)**

Chalid Marzuki

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Abstrak

Kegiatan pembelajaran dalam suatu ketrampilan tertutup (one handed set shot) menunjukkan hasil yang kurang memuaskan. Sebagai suatu usaha untuk meningkatkan hasil pembelajaran pada ketrampilan ini maka diberikanlah Panduan Keberhasilan (PK). Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian PK dapat meningkatkan hasil pembelajaran suatu tugas ketrampilan tertutup.

Kata Kunci: *Feedback (umpan balik), Knowledge of Results (KR)/Panduan Keberhasilan (PK), One Handed Set Shot.*

Pendahuluan

Salah satu tugas atau tujuan dari guru olahraga atau pelatih di dalam proses belajar suatu ketrampilan motorik adalah untuk memudahkan kegiatan ini sehingga para pebelajar pemula dapat menguasai ketrampilan tersebut dengan lebih cepat.

Makalah disampaikan pada”**Temu Karya Ilmiah Iptek Olahraga**” tanggal 9 – 10 Agustus 2007 di Kampus Fakultas Ilmu keolahragaan Universitas Negeri Padang, Padang, Sumatera Barat.

Bolabasket merupakan suatu matakuliah wajib bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Salah satu masalah yang dihadapi dalam matakuliah ini adalah bagaimana meningkatkan pembelajaran maupun tampilan (*performance*) para mahasiswa. Pemakaian metode yang telah diterapkan selama ini dalam melakukan tembakan satu tangan (*one handed set shot*) menunjukkan hasil yang kurang memuaskan. Oleh karena itu dianggap perlu untuk memperbaiki atau meningkatkan metode yang dipakai. Banyak cara atau strategi yang dapat dipakai untuk meningkatkan hasil pembelajaran ketrampilan motorik. Di dalam penelitian ini metode yang dipergunakan disebut dengan *Knowledge of Results* (KR)/ Panduan Keberhasilan (PK).

Ketrampilan tertutup (*closed skill*) dijelaskan oleh Schmidt dan Wrisberg (2000 : 118) sebagai "A skill performed in an environment that is predictable or stationary and that allows individuals to plan their movements in advance". Beberapa contoh dari ketrampilan ini adalah memanah, bolagelinding, dan tembakan bebas dengan satu tangan dalam bolabasket. Di dalam melakukan ketrampilan ini sasaran berada dalam keadaan yang tetap/stabil dan penampil akan melakukan kegiatannya apabila ia telah siap untuk memulainya.

Salah satu ketrampilan dasar yang diberikan dalam matakuliah Bolabasket adalah tembakan bebas dengan satu tangan. Berikut ini dijelaskan bagaimana cara melakukan tembakan satu tangan (Marzuki, 1999 : 5): (Gambar pada halaman 2)

1. Pegang bola pada kedua sisinya dengan kedua tangan dan jari-jari dibuka lebar/dikembangkan. Bola dipegang melekat pada buku-buku jari-jari dan bukannya berada pada telapak tangan. (Gambar 1.1a dan 1.1b)

Figure. 1.1 One Handed Set Shot

Figure. 1.1a



Figure. 1.1b



Figure. 1.1c



Figure. 1.1d



Figure. 1.1e



Figure. 1.1f



Source: Wooden (1980 : 100 - 103)

2. Pegang bola di depan/setinggi dada dan di bawah dagu. Berdiri relaks di belakang garis tembakan bebas dengan pandangan kearah target (*ring*). Salah satu kaki agak dimajukan sedikit. Jika Anda menembak dengan tangan kanan maka kaki kanan seharusnya agak dikedepankan sedikit dan sebaliknya jika Anda menembak dengan tangan kiri. (Gambar 1.1c).

3. Tekukkan kedua lutut secara serempak, pada posisi a dan b, bersamaan dengan kedua tangan yang memegang bola diangkat setinggi pandangan. (Gambar 1.1d).

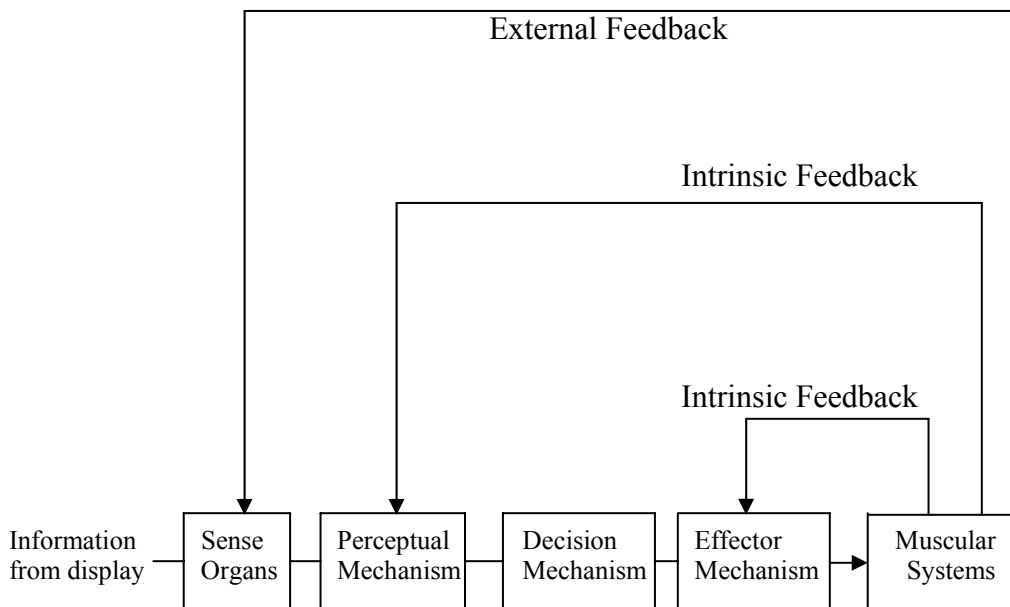
4. Luruskan kedua lutut secara serempak sampai kedua tumit terangkat dan ujung telapak kaki tetap kontak dengan tanah, dan dorong bola ke atas dengan meluruskan siku. Bola dilepaskan pada titik tertinggi dengan bantuan lecutan jari-jari tangan kanan. (Gambar 1.1e dan 1.1f). Bola akan keluar dari ujung jari-jari dan bukan dari telapak tangan. Fungsi tangan kiri hanyalah untuk mengontrol atau menstabilkan bola dan segera dilepaskan segera setelah bola ditembakkan.

Pelaksanaan ketrampilan ini dilakukan dengan suatu gerakan yang serempak tanpa adanya penghentian diantaranya atau keragu-raguan.

Pada saat seseorang belajar suatu ketrampilan motorik ia harus memproses informasi yang berasal dari beberapa sumber seperti pandangan, ucapan/suara, dan kinestetik. Selanjutnya dibuat keputusan tentang informasi tersebut dan akhirnya dipilih suatu tanggapan yang paling tepat bagi situasi yang dihadapi. Buckers dan Magill (1995) menjelaskan bahwa pada saat pebelajar berproses sepanjang tingkatan belajar, kemampuan mereka meningkat dalam mendeteksi kesalahan dan membuat penyesuaian yang tepat untuk memperbaikinya. Maksudnya, pebelajar yang ahli mampu untuk memakai informasi yang disediakan oleh sistem pengindraannya untuk melakukan

ketrampilan yang dipelajari dengan sukses. Pada sisi lain, pemula kadang-kadang tidak sadar atau tidak mampu memakaikan informasi yang disediakan oleh sistem penginderaannya. Akhirnya, mereka menggunakan informasi eksternal yang dapat dipergunakan untuk membantu sistem penginderaannya sebagai pedoman dalam mengarahkan gerakan.

Marteniuk (1976) menjelaskan suatu model dasar dari mekanisme proses informasi seperti gambar di bawah ini:



Sumber : Marteniuk (1976 : 5)

Gambar di atas menunjukkan bahwa ada tiga macam mekanisme yang mengantari informasi dalam lingkungan, yaitu mekanisme *perceptual*, *decision*, dan *effector*. Lebih lanjut Marteniuk (1976) menjelaskan bahwa fungsi mekanisme *perceptual*, yang menerima informasi kondisi sekitarnya dari organ inderawi, adalah untuk menyediakan pusat mekanisme mengenai suatu deskripsi tentang lingkungan sekitarnya dengan mengidentifikasi dan mengklasifikasikan informasi yang ada. Kesimpulan mengenai deskripsi dari lingkungan tersebut yang dalam bentuk kode yang

telah diatur sebelumnya dikirimkan ke mekanisme *decision* dengan suatu rangkaian dari respon-respon *perceptual*. Selanjutnya, mekanisme ini harus memutuskan dalam suatu bentuk rencana tindakan yang berhubungan dengan tujuan-tujuan pada saat itu.

Jika suatu rencana tindakan telah dipilih maka suatu rangkaian komando dikirimkan ke mekanisme *effector* yang kemudian mengorganisasikan respon dan mengirimkan komando-komando motorik yang tepat ke sistem otot. *Feedback* memiliki peranan yang penting dalam pelaksanaan gerakan. Istilah *feedback* menurut Marteniuk (1976) adalah suatu istilah umum mengenai informasi yang diberikan kepada pebelajar tentang tampilan dari suatu ketrampilan yang sedang berlangsung atau setelah selesainya tugas gerakan. Informasi ini diterima melalui salah satu atau kombinasi dari sistem inderawi. Selanjutnya, Newell, Carlton, dan Antoniou (1990); dan Silverman (1994) menambahkan bahwa pemberian informasi ini dapat diberikan sebelum, selama, dan setelah gerakan. Magill (1985) menerangkan bahwa istilah *feedback* sering dipakai dengan arti yang sama dengan istilah Knowledge of Results (KR).

Secara definisi istilah KR atau Panduan Keberhasilan (PK) adalah ” *KR is information about response that is provided to the learner from an external source after the completion of the response and is useful for developing an appropriate response on the next trial*” (Magill, 1986 : 52). Para peneliti juga sependapat bahwa jika PK diberikan /disediakan maka kebanyakan pebelajar akan menguasai tugas yang dilaksanakan, memotivasi mereka untuk tetap pada tujuan, dan mengefektifkan tampilan selama kegiatan berlangsung (Kernodle dan Carlton, 1992; Magill, 1994; Travlos dan Prat, 1995; Winstein dan Schmidt,1990).

Hal yang perlu diperhatikan dalam pemberian PK adalah bahwa PK sebaiknya tidak diberikan setelah setiap usaha (Winstein dan Schmidt, 1990). Pemberian PK pada setiap kegiatan akan mengakibatkan “informasi berlebih (*information overloaded*)”. Lee dan Carnahan (1990) menjelaskan bahwa strategi yang biasa digunakan oleh guru dan pelatih dalam pemberian PK adalah dengan memberikan PK pada satu atau dua masalah yang dialami oleh pebelajar, walaupun mungkin terdapat banyak kesalahan. Hal lain yang perlu diperhatikan adalah PK harus “penuh arti” (*meaningful*) bagi pebelajar. “*Meaningful*” yang dimaksudkan adalah bahwa pemberian informasi mengarahkan perhatian pebelajar kepada bagian dari ketrampilan yang harus dikoreksi dan hal ini akan membantu dalam membuat suatu koreksi yang tepat untuk peningkatan tampilan pada kegiatan/usaha berikutnya (Magill, 1994).

Metode Penelitian

Subyek penelitian adalah mahasiswa Jurusan Pendidikan Olahraga FIK-UNP yang mengambil matakuliah Bolabasket Dasar dan mendaftarkan dirinya melalui Kantor Registrasi Pendaftaran Mahasiswa UNP. Mahasiswa yang mendaftar pada kelas ini terdiri dari dua kelas (N = 33) (Kelas I dengan jumlah 16 orang dan Kelas II dengan jumlah 17 orang). Kedua kelas ini kemudian secara random terpilih sebagai Kelas I sebagai kelas kontrol (tanpaPK/tPK) dan Kelas II (dengan PK/dPK). Desain penelitian adalah *A Pre Test – Post Test Control Group Design* (Gay, 1996). Akhirnya, karena alasan sakit atau tidak hadir selama pelaksanaan eksperimen jumlah kelas menjadi 15 orang/kelas (N = 15). Untuk pengumpulan data dilaksanakan tes ketrampilan Tembakan Bebas dalam Bolabasket yang dilakukan dengan satu tangan (*one handed set shot*). Sistem penilaian

yang dipakai adalah suatu sistem yang dikembangkan oleh Wallace dan Hagler (1979) dan telah dimodifikasi oleh Marzuki (1999; 2004). Penelitian dilaksanakan selama enam minggu dengan waktu kurang lebih 100 menit untuk setiap pertemuan. Ketrampilan yang dieksperimenkan atau dilatihkan adalah ketrampilan menembak dengan satu tangan. Berlatih (*practice*) menurut Southard dan Higgins (1987 : 77) adalah ...”*refers to the attainment of skill through repetition of performance*”. Pemberian PK diberikan setelah setiap dua kali usaha, dengan alasan mengikuti pendapat yang diberikan oleh Magill, (1986;1994); Winstein dan Schmidt (1990) bahwa penyediaan PK pada setiap kali usaha mungkin tidak akan mengacu kepada situasi belajar yang optimal. Pemberian PK setelah setiap kali usaha berpotensi untuk mengganggu belajar atau membuang waktu. Peneliti lain juga menganjurkan bahwa mengurangi jumlah KR akan memfasilitasi belajar (Schmidt, Lange, & Young, 1990; Winstein dan Schmidt, 1990; Young dan Schmidt, 1992; Yao, Fischman, & Wang, 1994). Analisis data dipergunakan program komputer SPSS 10.

Pemberian PK yang dilaksanakan selama kegiatan didasarkan kepada situasi yang dihadapi oleh pebelajar dalam usahanya melaksanakan tugas. Beberapa contoh adalah: “baik”, “luruskan siku”, “enam poin”, “tiga poin”, “gerakanmu sempurna”, “lihat sasaran”, “tekuk kedua lutut”, “luruskan kedua lutut”, “buat parabola”, “lecutkan pergelangan tangan”, dan bermacam “*key points*” yang sesuai dengan kondisi pebelajar.

Hasil Penelitian

Penelitian ini ingin melihat pengaruh pembelajaran ketrampilan menembak bebas (*free throw*) dengan menggunakan teknik menembak dengan satu tangan (*one handed set*

shot) pada bolabasket yang diberikan PK (dPK) dengan yang tidak diberikan PK (tPK). Hasil analisis data dengan menggunakan program komputer SPSS 10 menunjukkan bahwa data normal dan homogen. ($F_{hitung (1,223)} < F_{tabel (2,46)}$). Analisis selanjutnya memperlihatkan bahwa hipotesa nihil ditolak ($t_{hitung (2,965)} > t_{tabel (2,048)}$) pada $\alpha = .05$ dan derajat kebebasan = 28. Artinya, pemberian PK (dPK) pada pembelajaran ketrampilan menembak dengan satu tangan lebih baik dan meningkat secara signifikan daripada yang tPK.

Pembahasan

Penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian PK selama pembelajaran sangat efektif dalam meningkatkan kemampuan pebelajar dalam melakukan tembakan satu tangan. Hal ini membuktikan kemampuan atau kekuatan PK dalam membantu meningkatkan hasil pembelajaran ketrampilan motorik (Kernodle & Carlton, 1992; Lee, White & Carnahan, 1990; Magill, 1994). Dengan kata lain bahwa pemberian PK sangat bermanfaat dan berguna dalam pembelajaran ketrampilan motorik. Pemberian PK selama kegiatan sangat berarti bagi pebelajar dan koreksi yang diberikan juga dimengerti sehingga dengan demikian mereka juga dapat memberikan respon yang tepat sesuai dengan informasi yang diterimanya pada kegiatan selanjutnya.

Pada sisi lain, pembelajaran dengan tPK juga menunjukkan peningkatan (walaupun tidak signifikan). Hal ini juga membuktikan bahwa pebelajar dapat meningkatkan hasil belajarnya tanpa adanya PK. Ini berarti bahwa walaupun tanpa diberikan PK mereka masih dapat mendeteksi kesalahan mereka sendiri. Artinya, mereka masih dapat mendeteksi kesalahan mereka sendiri dengan mengumpulkan informasi yang

mereka terima dari sumber inderawi sendiri. Misalnya, dengan melihat ketrampilan kawannya yang berhasil dengan baik melakukan gerakan, atau mendengar komentar kawan lainnya terhadap gerakan yang diperagakan oleh kawan yang sedang melakukan gerakan. Ryan, Blakeslee & Furst (1986) menjelaskan bahwa banyak perilaku yang dipelajari dengan mengamati orang lain dan berakhir dengan perkiraan yang kasar dari perilaku model yang diamati. Meniru model yang diamati merupakan suatu alat yang juga efektif bagi individu dalam mempelajari berbagai ketrampilan, sikap, dan nilai-nilai (Weiss, 1983). Dalam hal ini, dengan cara mengamati orang lain, individu berusaha meniru semaksimal/sedekat mungkin dengan apa yang dilakukan secara berhasil oleh model yang diamati.

Saran

Pembelajaran ketrampilan motorik akan lebih baik jika adanya pemberian PK kepada pebelajar selama kegiatan daripada tidak adanya PK (Lee., dkk, 1990).

Diperlukan pengetahuan yang mendalam tentang gerakan dari tampilan yang diajarkan untuk dikuasai demi berhasilnya PK dan tampilan. Kepada para guru atau pelatih sangatlah dianjurkan untuk mempelajari pengetahuan tentang PK ini dengan sebaik-baiknya demi keberhasilan dalam menjalankan tugas.

Daftar Kepustakaan

- Bueckers, Martinus J & Magill, Richard A. (1995). The role of task experience and prior knowledge for detecting invalid augmented feedback while learning a motor skill. *The Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 48 A (1), 84 – 97.
- Gay, L. R. (1996). *Educational research competencies for analysis and application*. Fifth edition. Englewood Cliffs, New York: Prentice Hall.
- Kernodle, Michael W & Carlton, Lee G. (1992). Information feedback and the learning of multiple degree of freedom activities. *Journal of Motor Behavior*, 24, (2), 187 – 196.
- Lee, Timothy D & Carnahan, Heather. (1990). Bandwidth knowledge of results and motor learning. More than just a relative frequency effect. *The Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 42 A, (4), 777 – 789.
- Lee, Timothy D., White, Margaret A., & Carnahan, Heather. (1990). On the role of knowledge of results in motor learning: Exploring the guidance hypothesis. *Journal of Motor Behavior*, 22 (2), 191 – 208.
- Magill, Richard A. (1985). *Motor learning. Concepts & applications*. Second edition. Dubuque, Iowa: WM. C Brown Publishers.
- Magill, Richard A. (1986). Knowledge of results and skill acquisition. In L. D. Zaichkowsky & Zvi. C. Fuchs (Eds). *The psychology of motor behavior development, control, learning and performance*. (pp. 51 – 63). New York: Movement Publications Inc
- Magill, Richard A. (1994). The influence of augmented feedback on skill learning depends on characteristics of the skill and the learner. *Quest*, 46, 314 – 327.
- Marteniuk, Ronald G. (1976). *Information processing in motor skills*. New York: Holt, Reinhart and Winston.

- Marteniuk, Ronald G. (1986). Information processes in movement learning: capacity and structural interference effects. *Journal of Motor Behavior*, 18 (1), 55 – 75.
- Marzuki, Chalid. (1999). Effects of combined physical practice with knowledge of results (KR) and mental practice (MP) to the performance of the basketball free throw using the one handed set shot. *Dissertation*. Launceston, Australia: University of Tasmania.
- Marzuki, Chalid. (2004). Combined methods of physical practice (PP) with knowledge of results (KR) and mental practice (MP) on the learning of a motor skill. *Forum Pendidikan*, 29 (03), 259 – 271.
- Newell, K. M., Carlton, M. J., & Antoniou, A. (1990) The interaction of criterion and feedback information in learning a drawing task. *Journal of Motor Behavior*, 22 (4), 536 – 552.
- Ryan, Dean E., Blakeslee, Tim., & Furst, David M. (1986). Mental practice and motor skill learning: An indirect test of neuromuscular feedback hypothesis. *International Journal of Sport Psychology*, 17, 60 -70.
- Schmidt, Richard A, Lange, C., & Young, Douglas E. (1990). Optimizing summary knowledge of results for skill learning. *Human Movement Science*, 9, 325 – 348.
- Schmidt, Richard A & Wrisberg, Craig A. (2000). *Motor learning and performance. A problem-based learning approach*. Champaign, Illinois: Human Kinetics Publishers.
- Silverman, Stephan. (1994). Communication and motor skill learning: What we learn from research in the gym. *Quest*, 46, 345 – 355.
- Travlos. Antonius K & Pratt, Jay. (1995). Temporal locus of knowledge of results: A meta-analytic review. *Perceptual Motor Skills*, 80, 3 – 14.
- Wallace, Stephan & Hagler, Richard W. (1979). Knowledge of performance and learning of a closed motor skill. *Research Quarterly*, 50 (2), 65 – 271.

- Weiss, M. R. (1983). Modeling and motor performance: A developmental perspective. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 54, 190 – 197.
- Winstein, Carolee, J & Schmidt, Richard A. (1990). Reduced frequency of knowledge of results enhances motor learning. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition* 16 (4), 677 – 691.
- Yao, Wan Xiang, Fischman, Mark G., & Wang, Tai Yong. (1994). Motor skill acquisition and retention as a function of average feedback, summary feedback, and performance variability. *Journal of Motor Behavior*, 26 (3), 273 – 282.
- Young, Douglas, E & Schmidt, Richard A. (1992). Augmented kinematic feedback for motor learning. *Journal of Motor Behavior*, 24, 261 – 273.

Biodata

Chalid Marzuki. Lahir di Padang Panjang 30 November 1951. Dosen Jurusan Pendidikan Olahraga FIK dan Pascasarjana Universitas Negeri Padang. Memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Ilmu Keolahragaan IKIP Jakarta 1979, Master of Arts (M.A) dalam bidang Physical Education dari Ball State University, USA, 1987, dan gelar Doctorate in Education dari University of Tasmania, Australia, 2000.

Nomor: Telp. 0751 – 481729 HP. 081535234523

E-Mail. Chalid_Marzuki@Yahoo.com