

## BAB II

### KAJIAN TEORETIK

#### A. Konsep Pengembangan Model

Penelitian adalah terjemahan dari bahasa Inggris yaitu *research*, ada juga ahli yang menerjemahkan penelitian (*resesarch*) sebagai riset. Penelitian pada dasarnya adalah suatu proses kegiatan yang dilakukan untuk mencari jawaban dari pertanyaan yang ada atau untuk memecahkan masalah yang dilakukan dalam penerapan metode ilmiah. Salah satu penelitian yang digunakan untuk mengembangkan penelitian yang sudah ada adalah penelitian pengembangan. Pengembangan model dapat diartikan sebagai proses desain konseptual dalam peningkatan fungsi dari model yang sudah ada sebelumnya. Pengembangan model yang baru dapat disusun berdasarkan pengalaman terhadap model sebelumnya yang telah dilaksanakan, kebutuhan individu, kebutuhan kelompok, atau disesuaikan dengan perkembangan dan perubahan lingkungan.

Secara menyeluruh model diartikan sebagai suatu obyek atau konsep yang digunakan untuk merepresentasikan suatu hal. Pada hakikatnya kata “model” memiliki definisi yang berbeda-beda sesuai dengan bidang ilmu atau pengetahuan yang menggunakannya. Model latihan digunakan sebagai pendekatan pembelajaran atau latihan agar tujuan pada setiap latihan atau

belajar dapat tercapai dengan baik sesuai dengan kompetensi yang ingin dicapai. Penelitian dapat dibagi menjadi beberapa bentuk yaitu penelitian dasar, terapan, evaluasi, pengembangan dan mendesak. Dalam pembagian penelitian didasarkan pada fungsi dan penerapannya dalam pendidikan yang relevan dan dapat selalu digunakan. Salah satu model penelitian yang relevan dan dapat selalu digunakan yaitu penelitian pengembangan. Penelitian pengembangan (*development research*) menemukan pola, urutan pertumbuhan, perubahan dan terutama memiliki maksud untuk mengembangkan bahan ajar.

Penelitian dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah kegiatan pengumpulan, pengolahan, analisis, dan penyajian data yang dilakukan secara sistematis dan objektif untuk memecahkan suatu persoalan atau ingin menguji suatu hipotesis untuk mengembangkan prinsip-prinsip umum<sup>1</sup>, sedangkan pengembangan adalah proses atau cara yang dilakukan untuk mengembangkan sesuatu menjadi baik atau sempurna.<sup>2</sup> Apabila arti penelitian dan pengembangan dijadikan satu yaitu penelitian pengembangan, maka dapat diartikan bahwa kegiatan pengumpulan, pengolahan, analisis, dan penyajian data yang dilakukan secara sistematis dan objektif yang disertai dengan kegiatan mengembangkan suatu produk untuk memecahkan suatu persoalan yang dihadapi.

---

<sup>1</sup> Kemdikbud, "Kamus Besar Bahasa Indonesia," *KBBI Online*;

<sup>2</sup> *ibid*

Penelitian pengembangan merupakan suatu penelitian yang mendasarkan pada pembuatan suatu produk yang efektif, diawali dengan analisis kebutuhan, pengembangan produk dan uji coba produk. Pada proses pengembangan, peneliti tetap melakukan observasi dari perancangan produk tersebut sampai pada saat uji produk tersebut di lapangan. Dengan demikian, penelitian pengembangan mencakup evaluasi, sumatif, dan konfirmatif. National Science Board dalam Nusa Putra menyebutkan penelitian dan pengembangan adalah studi sistematis terhadap pengetahuan ilmiah yang lengkap atau pemahaman tentang subjek yang diteliti.<sup>3</sup>

Penelitian dan pengembangan (*research and development/R&D*) menurut Borg and Gall dalam Sugiyono menyebutkan bahwa penelitian dan pengembangan merupakan metode penelitian yang digunakan untuk mengembangkan atau memvalidasi produk-produk yang akan digunakan dalam pendidikan dan pembelajaran.<sup>4</sup> Penelitian dan pengembangan dapat juga digunakan untuk menilai suatu produk dalam kegiatan belajar mengajar. Apakah produk tersebut dapat digunakan dalam dunia pendidikan atau harus mendapat revisi untuk dapat digunakan.

Sukmadinata menjelaskan bahwa penelitian dan pengembangan adalah suatu proses atau langkah-langkah untuk mengembangkan suatu produk baru atau menyempurnakan produk yang telah ada yang dapat

---

<sup>3</sup> Nusa Putra, *Research & Development* (Jakarta : PT RajaGrafindo Persada, 2012) h.70

<sup>4</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian, pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2008) h. 9

dipertanggungjawabkan.<sup>5</sup> Langkah-langkah untuk mengembangkan produk atau menyempurnakan produk yang sudah ada dapat dilakukan dengan menganalisa kebutuhan. Peneliti dapat mendesain konsep yang akan dikembangkan dengan menganalisa kebutuhan. Proses tersebut agar hasil penelitian dapat mencapai hasil yang diinginkan dan menyempurnakan hasil produk sebelumnya.

Dalam Nusa Putra menjelaskan bahwa penelitian dan pengembangan terdiri dari empat jenis kegiatan, yaitu : penelitian dasar, penelitian terapan, pengembangan produk, dan proses pengembangan. Penelitian dasar adalah karya eksperimental asli tanpa tujuan komersial tertentu. Penelitian terapan yang sering dilakukan oleh universitas adalah karya eksperimental asli dengan tujuan spesifik. Pengembangan produk adalah peningkatan dan perluasan produk yang ada. Proses pengembangan adalah menciptakan proses baru atau yang ditingkatkan.<sup>6</sup>

Secara sederhana penelitian dan pengembangan atau biasa yang disebut *R&D* bisa di definisikan sebagai metode penelitian yang secara sengaja, sistematis, bertujuan/diarahkan untuk menemukan, merumuskan, memperbaiki, mengembangkan, menghasilkan, menguji keefektifan produk, model, metode/strategi/cara, jasa, prosedur tertentu yang lebih baik, baru, efektif, efisien produktif, dan bermakna. Penelitian pengembangan memang

---

<sup>5</sup> Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan* (Jakarta: PPs UPI dan PT Remaja Rosdakarya, 2005) h.164

<sup>6</sup> Nusa Putra, *op. cit.* H.69

diarahkan untuk menemukan pembaruan dan keunggulan dalam rangka efektifitas, efisiensi, dan produktivitas. Penelitian pengembangan selalu dengan tegas dibedakan dari penelitian murni/dasar walaupun tentu saja tidak dapat dipisahkan dari penelitian murni/dasar. Bahkan seringkali penelitian pengembangan didasarkan pada penelitian murni/dasar.

## **B. Konsep Model Yang Dikembangkan**

Pada tahun 1891, Dr. James Naismith, seorang guru olahraga asal Kanada yang mengajar di sebuah perguruan tinggi untuk para siswa profesional di YMCA (sebuah wadah pemuda umat Kristen) di Springfield, Massachusetts, harus membuat suatu permainan di ruang tertutup untuk mengisi waktu para siswa pada masa liburan musim dingin di New England.

Bola basket termasuk dalam olahraga bola besar. Olahraga modern yang begitu cepat perkembangannya dan menarik kehidupan manusia umumnya dan pemuda–pemuda khususnya, maka olahraga tersebut adalah permainan bola basket atau "*Basket Ball*" dalam bahasa aslinya.<sup>7</sup> Dalam pengertian secara umum pengertian olahraga bola basket adalah olahraga bola berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotakan masing-masing

---

<sup>7</sup> Abu Azka. *Teknik Dasar Bola Basket* ( Jakarta: Trans Mandiri Abadi, 2010) h. 9.

lima orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan.<sup>8</sup>

. Bola basket sangat cocok untuk ditonton karena biasa dimainkan di ruang olahraga tertutup dan hanya memerlukan lapangan yang relatif kecil dibandingkan sepak bola, selain itu permainan bola basket juga lebih kompetitif karena tempo permainan cenderung lebih cepat jika dibandingkan dengan olahraga lain seperti sepak bola. Ada 3 posisi utama dalam bermain basket, yaitu : 1) *forward*, pemain yang tugas utamanya adalah mencetak poin dengan memasukkan bola ke keranjang lawan, 2) *defense*, pemain yang tugas utamanya adalah menjaga pemain lawan agar pemain lawan kesulitan memasukkan bola, dan 3) *playmaker*, pemain yang menjadi tokoh kunci permainan dengan mengatur alur bola dan strategi yang dimainkan oleh rekan-rekan setimnya<sup>9</sup>

Muhajir Menambahkan “Bola basket adalah suatu permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing – masing regu terdiri atas lima orang pemain. Jenis permainan ini bertujuan untuk mencari nilai/angka sebanyak – banyaknya dengan cara memasukkan bola ke basket lawan dan mencegah lawan untuk mendapatkan nilai. Dalam memainkan bola, pemain dapat

---

<sup>8</sup> [http://id.wikipedia.org/wiki/Bola\\_basket](http://id.wikipedia.org/wiki/Bola_basket) Diakses Tanggal 12 Januari 2015

<sup>9</sup> Kevin A.Prusak, *Permainan Bola Basket*, ( Yogyakarta, Kemenegpora : PT Intan Sejati, 2007) h. 34

mendorong bola, memukul bola dengan telapak tangan terbuka, melempar atau menggiring bola kesegala penjuru dalam lapangan permainan”.<sup>10</sup>

Bola basket dimainkan di lapangan persegi panjang oleh dua tim dengan lima pemain per tim, tujuannya adalah mendapatkan nilai dengan memasukkan bola ke dalam keranjang sebanyak-banyaknya dan mencegah tim lain melakukan hal yang serupa. Untuk dapat memainkan bola basket dengan baik perlu menguasai teknik gerakan yang efektif dan efisien. Teknik dasar dalam bermain bola basket mencakup gerakan kaki (*footwork*), menembak bola ke dalam keranjang (*shooting*), melempar (*passing*) dan menangkap, menggiring (*dribble*), bergerak dengan bola, bergerak tanpa bola, dan bertahan.<sup>11</sup>

Untuk kompetisi lainnya yang diselenggarakan oleh organisasi anggota FIBA diberi kebebasan untuk menggunakan lapangan yang telah ada dengan ketentuan bahwa panjangnya minimal 24 meter dan lebarnya minimal 13 meter, selain lapangan tempat bermain juga diperlukan peralatan lain seperti bola. Bola yang digunakan harus benar-benar bundar dan berwarna *orange* yang terbuat dari kulit, karet, atau bahan sintesis lainnya.

---

<sup>10</sup> Muhajir, *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Kelas X* (Jakarta: Erlangga, 2007) h..11

<sup>11</sup> Hal, Wissel. *Bola Basket* (Jakarta: Raja Grafindo, 2000), h. 3.

Ukuran lingkaran bola antara 74,9 cm sampai 78 cm dengan ukuran berat antara 567 gram sampai 650 gram.<sup>12</sup>

### 1. **Shooting Bola Basket**

Setiap tembakan (*shooting*) dimulai dari sasaran tembakan, dasar posisi menembak yang mirip *seperti posisi triple-threat*. Untuk mendapatkan posisi tembak yang baik, pemain harus memulainya dengan posisi tubuh yang benar. Berdiri dengan kaki sejajar, bahu terbuka lebar, berat badan terpusat pada kaki, jari-jari kaki mengarah menghadap sasaran tembak yaitu ring basket, lutut di tekuk dengan tubuh agak membungkuk mulai dari pinggang. Ini adalah posisi siap yang bagus untuk menerima umpan dan untuk melakukan tembakan (*shooting*).

*Shooting* adalah usaha memasukkan bola ke dalam keranjang lawan untuk meraih poin. Dalam melakukan shooting ini dapat dilakukan dengan dua cara yaitu dengan *shooting* dengan dua tangan serta *shooting* dengan satu tangan<sup>13</sup>. Dalam dunia olahraga bola basket latihan mencetak angka atau yang biasa disebut shooting tentu banyak sekali variasi latihannya. Beberapa contoh latihan shooting adalah, yaitu *lay up shoot*, *hook shot*, dan yang paling sering dilakukan di setiap pertandingan adalah *jump shoot*.

Tembakan dibagi menjadi dua yaitu tembakan dalam dan tembakan luar, tembakan dalam terdiri dari *lay up shoot*, *under the basket shoot*, *hook*

---

<sup>12</sup> Nuril Ahmadi, *Permainan Bola Basket* (Solo: Era Intermedia, 2007), h.9.

<sup>13</sup> Danny Kosasih, *Fundamental Basketball* (Semarang: Karangturi Media, 2008) h.45



*shoot* dan *jump hook*. Sedangkan tembakan luar terdiri dari *jump shoot* dan *free throw*.<sup>14</sup> Tembakan dalam menghasilkan dua *point* sedangkan tembakan tembakan luar menghasilkan tiga *point*. *Shooting* atau menembak terdiri dari 3 fase yaitu fase persiapan, fase pelaksanaan dan fase *follow through*.<sup>15</sup>

Dalam Danny Kosasih ada istilah berkaitan dengan teknik shooting dalam bola basket yang perlu dikenalkan kepada pemain sejak dini yaitu BEEF :

**B ( *Balance* )** ; gerakan selalu dimulai dari lantai, saat menangkap bola tekuklah lutut dan mata kaki serta atur agar tubuh dalam posisi seimbang

**E ( *Eyes* )** ; agar shooting menjadi akurat pemain harus dengan segera mengambil fokus pada target (pemain dengan cepat mampu mengkoordinasikan letak ring)

**E ( *Elbow* )** ; pertahakan posisi siku agar pergerakan lengan agar tetap vertikal

**F ( *Follow Through* )** ; kunci siku lalu lepaskan gerakan lengan jari-jari dan pergelangan tangan mengikuti ke arah ring.<sup>16</sup>

Latihan dapat mencetak seorang *shooter* menjadi seorang *scorer*. Latihan tidak membuat sempurna tetapi membuat pergerakan shooting benar secara permanen. Gerakan *passing* dan *catching* dilanjutkan dengan *quick stop* lalu melakukan *shooting* adalah rangkaian latihan dasar yang penting

---

<sup>14</sup> Jon Oliver. *Dasar-dasar Bola Basket* (Bandung: Pakar Raya, 2007) h. 13.

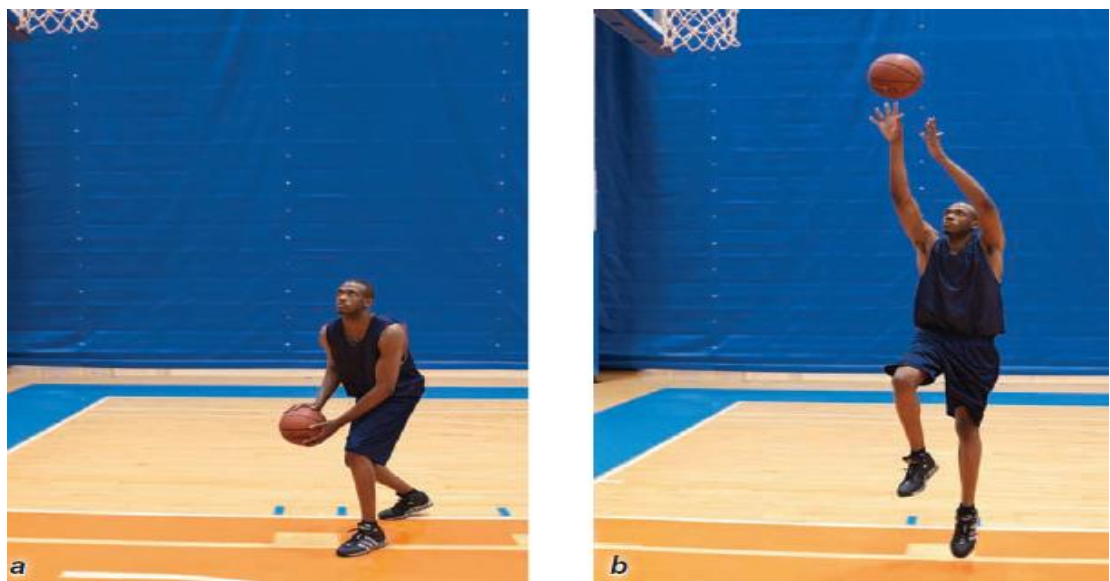
<sup>15</sup> Hal, Wissel. *op. cit.*, h. 48.

<sup>16</sup> Danny Kosasih, *op. cit.*, h. 47.

diberikan kepada pemain, agar pemain tersebut mempunyai kebiasaan yang baik atau yang biasa disebut dengan otomatisasi/gerak otomatis. Dalam dunia olahraga bola basket latihan mencetak angka atau yang biasa disebut shooting tentu banyak sekali variasi latihannya. Beberapa contoh latihan *shooting* adalah, yaitu *lay up shoot*, *hook shot*, dan yang paling sering dilakukan di setiap pertandingan adalah *jump shot*.

### 1. *Lay Up Shoot*

*Lay up shoot* adalah salah satu teknik memasukkan bola ke dalam jaring dalam permainan bola basket dengan melakukan gerakan awal 2 langkah menuju ke arah ring.<sup>17</sup>



**Gambar 1 : *Lay Up Shoot***

Sumber : Hal Wissel, *Basketball Steps to Success*. United States : Human Kinetics. 2012. h.100

---

<sup>17</sup> PB Perbasi, *Peraturan Bola Basket Resmi* (Jakarta: Perbasi, 2006) h. 37

Teknik ini merupakan salah satu cara termudah untuk mendapatkan poin. Secara garis besar, teknik ini dilatih dengan men-*dribble* bola dari garis tembakan bebas, kemudian melompat dengan satu kaki bergantian dan pada lompatan kedua dilakukan tembakan ke ring secara bersamaan. Saat melompat, bola dibawa dengan dua tangan, setelah itu dilepaskan ke arah ring dengan satu tangan. Sedangkan tangan lainnya membantu dan melindungi bola. *Lay-up* dilakukan dengan memantulkan bola ke bagian atas papan ring terlebih dahulu ataupun langsung memasukkan bola ke ring.

## 2. *Hook Shoot*

Tujuan latihan *hook shot* adalah untuk menguasai keterampilan *shooting* dengan satu tangan guna menghindari dari halangan atau *block shoot* yang dilakukan lawan. *Hook Shot* lebih sering dilakukan di dekat ring lawan.<sup>18</sup> Latihan *hook shoot* dapat menguntungkan pemain karena *hook shoot* sulit untuk di *block* pemain lawan, tetapi jenis *shooting* ini memerlukan release yang sangat tenang pada latihannya.

---

<sup>18</sup> *Ibid.* h. 38



**Gambar 2 : Hook Shoot**

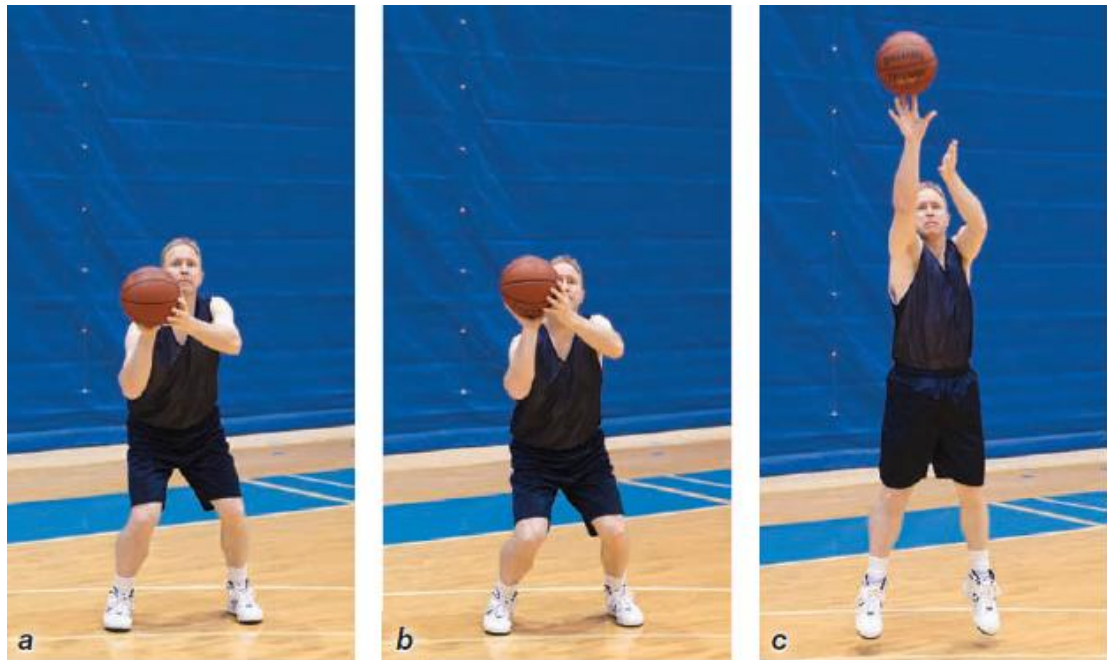
Sumber : Sumber : Hal Wissel, *Basketbal Steps to Success*. United States : Human Kinetics. 2012. h.97

### 3. *Jump Shot*

*Jump shoot* adalah jenis *shoot* yang dilakukan dengan melompat dan pada saat mencapai titik tertinggi lompatan baru bola di lepaskan ke arah ring. *Jump shoot* paling sering digunakan untuk mendulang point dalam permainan bola basket.<sup>19</sup> Baik itu ditingkat permainan biasa, sekolah, kuliah, semi profesional maupun profesional, mayoritas poin biasanya didapatkan dari jenis shoot ini.

---

<sup>19</sup> *Ibid.* h. 37



**Gambar 3 : *Jump Shoot***

Sumber : Hal Wissel, *Basketbal Steps to Success*.United States : Human Kinetics. 2012. h.88

Inti dari *Jump shoot* dalam kalimat simple adalah “semakin tinggi lompatan maka semakin baik”, karena semakin tinggi lompatan maka lebih mudah menghindari blok. *Jump shoot* dilakukan dengan cara melakukan lompatan dan menembakkan bola pada saat posisi tubuh berada dalam puncak lompatan.

Terdapat beberapa jenis latihan *shooting* diatas jika dilihat sesuai dengan karakteristik permainan basket yang banyak variasi dan membutuhkan konsentrasi serta fokus yang tinggi, latihan jump shot dinilai menjadi jenis latihan yang pas dengan berbagai macam model didalamnya. Salah satu cara untuk meningkatkan kemampuan *jump shoot* adalah dengan

melakukan berbagai variasi gerakan yang dapat dilakukan dengan berbagai macam sikap tubuh saat menembakkan bola. Model latihan yang dilakukan adalah melakukan tembakan ke ring dengan posisi tubuh tidak harus menghadap ke ring. Dalam situasi pertandingan yang sesungguhnya pemain tidak selalu mendapatkan posisi tubuh yang baik untuk melakukan tembakan ke ring, latihan *shooting* pada umumnya hanya dilakukan dengan tubuh yang siap menghadap ke ring basket lalu bola dapat di tembakkan ke arah ring.

Model latihan *jump shoot* ini dapat membantu pemain di dalam pertandingan jika tubuh si pemain tidak berada dalam posisi yang baik untuk menembak. Setiap orang dapat menggunakan model latihan shooting ini. Gerakan latihan merupakan gerakan dasar/sederhana yang sedikit di modifikasi gerakannya, seperti dengan langkah maju, mundur, menyamping, melompat, berlari, dan lain lain.

## **C. Kerangka Teori**

### **1. Pengertian Model**

Istilah model dapat diartikan sebagai tampilan grafis, prosedur kerja yang teratur dan sistematis, serta mengandung pemikiran bersifat uraian atau penjelasan berikut saran. Uraian atau penjelasan menunjukkan bahwa suatu model desain pembelajaran menyajikan bagaimana suatu pembelajaran dibangun atas dasar teori-teori seperti belajar, pembelajaran, psikologi, komunikasi, sistem, dan sebagainya. Tentu saja semua mengacu pada

bagaimana penyelenggaraan proses belajar dengan baik. Sebagai saran, desain pembelajaran mengandung aspek bagaimana sebaiknya pembelajaran diselenggarakan atau diciptakan melalui serangkaian prosedur serta penciptaan lingkungan belajar. Selain itu, desain pembelajaran terdiri atas kegiatan-kegiatan yang perlu dilaksanakan untuk suatu proses belajar

Model-model membantu untuk mengonsep representasi dari realitas. Sebuah model adalah representasi sederhana dari bentuk yang kompleks, proses, dan fungsi fenomena fisik dan ide, menyederhanakan realitas yang terlalu kompleks untuk digambarkan. Karena banyak situasi yang unik pada situasi yang khusus, model membantu mengidentifikasi apa yang umum dan berlaku pada beberapa situasi.

Model diartikan sebagai kerangka konseptual yang digunakan sebagai pedoman dalam melakukan kegiatan. Model dapat dipahami sebagai: (1) suatu tipe desain; (2) suatu deskripsi atau analogi yang dipergunakan untuk membantu proses *visualisasi* sesuatu yang tidak dapat dengan langsung diamati; (3) suatu sistem asumsi-asumsi, data-data, dan *inferensi-inferensi* yang dipakai untuk menggambarkan secara matematis suatu obyek atau peristiwa; (4) suatu desain yang disederhanakan dari suatu system kerja, suatu terjemahan realitas yang disederhanakan; (5) deskripsi suatu sistem

yang mungkin *imajiner*, dan (6) penyajian data yang diperkecil agar dapat menjelaskan dan menunjukkan sifat bentuk aslinya.<sup>20</sup>

Menurut Husdarta model merupakan representasi dari dari suatu *abstraksi realistik*, model merupakan gambaran tentang sesuatu, bagaimana hendaknya dan bagaimana adanya sesuatu itu.<sup>21</sup> Model pengembangan merupakan dasar untuk mengembangkan produk yang akan dihasilkan. Model pengembangan dapat berupa model prosedural, konseptual, dan teoritik. Model prosedural adalah model yang bersifat deskriptif, menunjukkan langkah-langkah yang harus diikuti untuk menghasilkan produk.

Model di artikan sebagai kerangka konseptual yang tidak sambarang digunakan sebagai pedoman atau acuan dalam melakukan kegiatan, model dasar dipakai untuk menunjukkan model yang generik yang berarti umum dan mendasar yang dijadikan titik tolak pengembangan model yang lebih lanjut dalam artian lebih rumit dan dalam artian lebih baru.<sup>22</sup> Model konseptual adalah model yang bersifat analitis, yang menyebutkan komponen-komponen produk, menganalisis komponen secara rinci dan menunjukkan hubungan antar komponen yang akan dikembangkan. Model

---

<sup>20</sup>Komarudin, *Kamus Istilah Karya Tulis Ilmiah* (Jakarta: Bumi Aksara, 2000), h. 100.

<sup>21</sup> Husdarta, *Model Pembelajaran Langsung Dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan* (Bandung : Alfabeta, 2013)., h. 3.

<sup>22</sup> Harjanto, *Perencanaan Pengajaran*, (Jakarta : Rineka Cipta, 2008), h. 51.



teoritik adalah model yang menggambar kerangka berfikir yang didasarkan pada teori-teori yang relevan dan didukung oleh data empiris.

Beberapa pendapat tentang model yang telah di jelaskan dapat diartikan bahwa model adalah suatu gambaran yang bertujuan untuk memperjelas sesuatu. Model yang dimaksudkan dalam penelitian dan pengembangan ini adalah gambaran pola yang meliputi analisis, pengembangan, pembuatan materi, dan evaluasi dalam untuk mencapai tujuan latihan *jump shoot* pada bola basket, karena suatu latihan memerlukan bermacam-macam model latihan yang dapat membantu proses pencapaian latihan yang maksimal.

## **2. Latihan**

Latihan dapat didefinisikan sebagai peran serta yang sistematis dan bertujuan untuk meningkatkan kapasitas fungsional fisik dan daya tahan latihan. Dalam bidang olahraga tujuan akhir latihan adalah untuk meningkatkan penampilan olahraga. Latihan adalah semua dalam proses meningkatkan jasmani (termasuk pula semua usaha dalam proses mempertahankan prestasi) dan dilakukan rangsangan-rangsangan yang meningkat melalui gerak-gerak yang terarah dan sistematis dengan tujuan terjadi penyesuaian pada otot dan fungsi organ tubuh. Tujuan latihan adalah mengaktifkan peralatan genetik sebuah sel, sehingga mampu memproduksi lebih banyak protein. Jadi melalui latihan sifat hakiki sebuah sel tidak

mengalami perubahan, yang meningkat adalah kegunaan atau fungsi sebuah sel jadi lebih besar melalui latihan yang menjadikan kemampuan berprestasi seseorang menjadi lebih besar.

Pada proses latihan terdapat pembangunan fisik multilateral yang merupakan latihan dasar untuk sukses dalam semua cabang olahraga termasuk bola basket. Latihan adalah suatu proses yang sistematis dan berlatih yang dilakukan secara berulang ulang dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan serta intensitas latihannya<sup>23</sup>. Siswa yang mengembangkan dasar latihan yang kuat akan dapat mentoleransi lebih baik kegiatan-kegiatan latihan olahraga spesifik dan pada akhirnya memiliki potensi yang lebih besar untuk pengembangan olahraga kecabangan.

Bompa mengatakan bahwa latihan merupakan suatu kegiatan olahraga yang sistematis dalam waktu yang panjang, ditingkatkan secara bertahap dan perorangan, bertujuan membentuk manusia yang berfungsi fisiologis dan psikologisnya untuk memenuhi tuntutan tugas.<sup>24</sup> Pengertian tersebut dapat didefinisikan latihan merupakan proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja, yang dilakukan secara berulang-ulang, dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan atau pekerjaannya. Seseorang perlu belajar teknik serta menekankan pada persiapan taktik dan mental yang

---

<sup>23</sup> James Tangkudung, *Kepelatihan Olahraga* (Jakarta: Cerdas Jaya, 2012) h.42

<sup>24</sup> Tudor Bompa. *Periodization Theory and Methodology of Training* (New York University, Champaign: Human Kinetics Books, 2009)

lebih matang sehingga prestasi dalam cabang olahraga yang diikuti dapat lebih unggul dibandingkan atlet lainnya.

Aktifitas fisik yang dilakukan seseorang berpengaruh terhadap kondisi fisiologis, anatomis, biomekanik dan psikologis. Dalam proses latihan salah satu hal yang harus dipegang secara teguh oleh seorang pelatih adalah pengetahuan mengenai prinsip-prinsip latihan. Menurut Djoko Pekik, pelatih berperan untuk mempersiapkan atlet menghadapi kompetisi, sehingga ia harus mampu merencanakan bagaimana meningkatkan atau mengembangkan kemampuan teknik (*skill*), fisik, taktik, dan juga psikologis.<sup>25</sup>

James Tangkudung mengemukakan tujuh prinsip latihan, yaitu prinsip aktif dan sungguh-sungguh, prinsip perkembangan menyeluruh, prinsip spesialisai, prinsip individualisasi, prinsip variasi latihan, prinsip model dalam proses latihan, dan prinsip *overload*.<sup>26</sup> Keikutsertaan aktif dan sungguh-sungguh siswa maupun pelatih dalam latihan meliputi ruang lingkup dan tujuan-tujuan dari latihan itu sendiri, yaitu siswa yang mandiri, kreatif, dan menjalankan tugas-tugasnya selama tahap persiapan untuk menghadapi suatu perlombaan, dengan kata lain seorang siswa harus tekun dalam berlatih dan bersungguh-sungguh dalam latihan untuk mencapai prestasi yang diinginkan. Sudah menjadi tugas serta kewajiban pelatih untuk membantu menggali dan meningkatkan segala potensi yang dimiliki atletnya

---

<sup>25</sup> Djoko Pekik. *Pelatihan Kondisi Fisik Dasar*. (Jakarta: Asdep Pengembangan Tenaga dan Pembinaan Olahraga, 2009) h. 65

<sup>26</sup> James Tangkudung, *op.cit.* h. 58

baik secara individu ataupun kelompok, oleh karena itu seorang pelatih dituntut untuk tekun serta bersungguh-sungguh.

Latihan dapat didefinisikan sebagai peran aktivitas fisik yang sistematis yang bertujuan untuk meningkatkan kapasitas fungsional fisik dan daya tahan latihan. Dalam bidang olahraga tujuan akhir latihan adalah untuk meningkatkan penampilan olahraga guna mencapai puncak prestasi yang baik. Latihan dapat meliputi peningkatan dari komponen fisik tubuh antara lain daya tahan jantung, kecepatan, kelentukan, kekuatan, dan koordinasi seluruh tubuh.

Latihan adalah proses yang sistematis dan berlatih yang dilakukan secara berulang-ulang dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan serta intensitasnya.<sup>27</sup> Di dalam suatu latihan yang benar akan terdapat peningkatan, baik dari segi beban maupun intensitasnya seperti yang disebutkan Harsono dalam James Tangkudung. Teknik dalam bola basket meliputi *passing* (mengumpan), *dribbling* (menggiring), *controlling* (mengendalikan bola), *shooting* (melepaskan bola yang terarah ke ring). Berdasarkan komponen tersebut bahwa seorang pelatih dituntut dapat membuat program latihan yang baik dan disesuaikan dengan pencapaian yang di inginkan. Karena seorang pelatih adalah salah satu sumber daya

---

<sup>27</sup> James Tangkudung, *Kepelatihan Olahraga* (Jakarta: Cerdas Jaya, 2012) h.42

manusia dalam keolahragaan yang berperan penting dalam pencapaian prestasi yang dilatihnya”.<sup>28</sup>

latihan adalah proses pengulangan aktivitas fisik atau kerja secara baik dan benar untuk meningkatkan pencapaian penampilan yang optimal guna meraih prestasi setinggi-tingginya. Pada proses latihan terdapat pembangunan fisik multilateral yang merupakan latihan dasar untuk sukses dalam semua cabang olahraga termasuk bola basket. Latihan adalah suatu proses yang sistematis dan berlatih yang dilakukan secara berulang ulang dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan serta intensitas latihannya<sup>29</sup>. Siswa yang mengembangkan dasar latihan yang kuat akan dapat mentoleransi lebih baik kegiatan-kegiatan latihan olahraga spesifik dan pada akhirnya memiliki potensi yang lebih besar untuk pengembangan olahraga kecabangan.

Pelatihan adalah suatu gerakan fisik atau aktivitas mental yang dilakukan secara sistematis dan berulang-ulang dalam jangka waktu lama, dengan pembebanan yang meningkat secara progresif dan individual, yang bertujuan untuk memperbaiki sistem serta fungsi fisiologis dan psikologis tubuh agar pada waktu melakukan aktivitas olahraga dapat mencapai penampilan optimal.<sup>30</sup>

---

<sup>28</sup> Setyo Budiwanto, *Metodologi Kepeleatihan Olahraga* (Malang: UM Press, 2011), h.4.

<sup>29</sup> James Tangkudung, *Kepeleatihan Olahraga* (Jakarta: Cerdas Jaya, 2012) h.42

<sup>30</sup> Nala, *Prinsip Pelatihan Fisik Olahraga* (Denpasar: Universitas Udayana, 2008), h.1

Berbagai pendapat telah dijelaskan dan dapat dikatakan bahwa model latihan adalah media untuk membantu memperjelas suatu konsep aktivitas yang bertujuan untuk meningkatkan suatu kondisi yang diinginkan baik itu kondisi fisik ataupun prestasi. Menciptakan model latihan dapat berdasarkan kebutuhan yang ada di lapangan dan melalui konsultasi dengan para ahli atau para pelatih.

### **3. Belajar Gerak**

Beberapa pola gerak atau perilaku yang diperluas bisa disebut keterampilan, misalnya berjalan, berlari, melompat. Kemampuan gerak merupakan suatu aktivitas yang sangat penting bagi manusia, karena dengan gerak manusia dapat meraih sesuatu yang menjadi harapannya. Konsep pembelajaran gerak merupakan dasar bagi pelaksanaan proses pembelajaran dan pelatihan gerak atau keterampilan gerak. Menurut Widiastuti keterampilan gerak adalah kemampuan untuk melakukan gerakan secara efisien serta perwujudan dari kualitas koordinasi dan kontrol atas bagian bagian tubuh yang terlibat dalam gerakan.<sup>31</sup>

Dalam Proses latihan erat kaitannya dengan belajar gerak. Belajar gerak (*motor learning*) adalah merupakan perubahan yang relatif permanen dalam kinerja atau berhubungan dengan perubahan perilaku gerak yang

---

<sup>31</sup> Widiastuti, *Belajar Keterampilan Gerak*, (Jakarta ; FIK Universitas Negeri Jakarta, 2014) h.37

dihasilkan berkat latihan atau pengalaman di masa lalu.<sup>32</sup> Menurut Rink, belajar gerak diartikan sebagai suatu perubahan keadaan diri seseorang yang berupa peningkatan keterampilan secara relatif tetap sebagai hasil latihan atau pengalaman.<sup>33</sup> Wuest dan Bucher menyebutkan bahwa belajar gerak adalah perubahan tingkah laku seseorang yang berupa penguasaan keterampilan gerak sebagai hasil latihan dan pengalaman.<sup>34</sup>

Schmidt memberikan gambaran yang lebih jelas tentang belajar gerak atau yang biasa disebut *motor learning* dengan menyatakan pembelajaran gerak adalah serangkaian proses yang dihubungkan dengan latihan atau pengalaman yang mengarah pada perubahan perubahan yang relatif permanen dalam kemampuan seseorang untuk menampilkan gerakan gerakan yang terampil.<sup>35</sup> Berdasarkan pada beberapa pengertian yang telah dikemukakan, maka dapat disimpulkan bahwa belajar keterampilan gerak dapat dipengaruhi oleh proses pembelajaran dan pengalaman dan keterampilan gerak merupakan proses latihan yang bertujuan untuk merubah kemampuan agar dapat melakukan gerakan gerakan yang diinginkan dengan baik.

---

<sup>32</sup> David L. Gallahue, John C. Ozmun, *Understanding Motor Development*, (Boston: MC.Graw-Hill, 2006) h.17

<sup>33</sup> Judith E. Rink, *Teaching Physical Education for Learning*, 6<sup>th</sup> edition ( New York : McGraw-Hill Co, Inc, 2010) h.22

<sup>34</sup> Deborah A. Wuest and Charles A. Bucher, *Physical Education, Exercise Science, and Sport*. 16<sup>th</sup> Edition (New York: McGraw-Hill Co, Inc. 2009) h.187

<sup>35</sup> Richard A. Schmidt, Craig A. Wrisberg, *Motor Learning and Performance*, 2<sup>nd</sup> Edition (United States : Human Kinetics, 2000) h.

Dalam pembelajaran gerak disekolah perlu memperhatikan tahapan-tahapan perubahan motorik siswa. Menurut S. Nasution dalam Sugiyanto mengungkapkan bahwa belajar adalah perubahan urat-urat, perubahan pengetahuan, dan perubahan perilaku, yang dihasilkan dari pengalaman dan latihan.<sup>36</sup> Sedangkan Cronbach dalam Baharuddin dan Esa Nur Wahyuni mendefinisikan: "*Learning is shown by change in behavior as result of experience*".<sup>37</sup>

Kemampuan motorik merupakan salah satu indikator kebugaran yang penting pada setiap individu yang erat kaitannya dengan pencapaian kualitas fisik dan kualitas keterampilan gerak. Menurut Widiastuti kemampuan motorik adalah sebagai suatu kapasitas dari seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan kemampuan fisik untuk dapat melaksanakan suatu gerakan, atau dapat pula didefinisikan bahwa kemampuan motorik adalah kapasitas penampilan seseorang dalam melakukan suatu gerak.<sup>38</sup>

Kesimpulan pendapat di atas adalah bahwa belajar gerak adalah seperangkat proses yang berhubungan dengan latihan dan pengalaman yang mengantarkan kearah perubahan permanen dalam prilaku terampil. Dalam proses belajar gerak ada tiga tahapan yang harus dilalui oleh siswa untuk mencapai tingkat keterampilan yang sempurna (otomatis).

---

<sup>36</sup> S. Nasution dalam Sugiyanto dkk, *Modul Perkembangan dan Belajar Motorik* (Jakarta: Universitas Terbuka,2006), h. 267.

<sup>37</sup> Cronbach dalam Baharuddin dan Esa Nur Wahyuni, *Teori Belajar dan Pembelajaran* (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2009), h. 13

<sup>38</sup> Widiastuti, *Tes dan Pengukuran* (Jakarta: PT Bumi Timur Raya, 2011) h.165



Tiga tahapan belajar gerak ini harus dilakukan secara berurutan, karena tahap sebelumnya adalah prasyarat untuk tahap berikutnya. Apabila ketiga tahapan belajar gerak ini tidak dilakukan oleh guru pada saat mengajar pendidikan jasmani, maka guru tidak boleh mengharap banyak dari apa yang selama ini mereka lakukan, khususnya untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani yang ideal.

Model Fitt dan Posner dalam Richard A. Magill menerangkan bahwa tahapan pembelajaran gerak dibagi kedalam tiga tahapan yang berbeda, yaitu: tahap kognitif, tahap asosiasi, dan tahap otonom, dan tahapan ini ditentukan oleh kecenderungan perilaku peserta didik yang diperlihatkan di berbagai titik/poin selama proses pembelajaran.<sup>39</sup>

#### **a. Tahap Kognitif**

Tahap kognitif merupakan awal dari tahapan pembelajaran menurut model Fitt dan Posner. Selama tahap ini, peserta didik pertama kali diperkenalkan pada keterampilan motorik baru dan tugas utamanya adalah untuk mengembangkan pemahaman tentang persyaratan gerakan.<sup>40</sup> Pada tahap ini proses belajar diawali dengan aktif berpikir tentang gerakan yang dipelajari. Penampilan motorik selama tahap ini ditandai oleh sejumlah besar kesalahan, penampilan yang sangat bervariasi yang menunjukkan kurangnya

---

<sup>39</sup> Fitt dan Posner dalam Richard A. Magill, *Motor Learning and Control: Concepts and Applications* (New York: McGraw-Hill, 2011), h. 266.

<sup>40</sup> *ibid.*, h. 266.

konsistensi dari suatu percobaan lainnya, dan meskipun siswa mungkin menyadari bahwa mereka melakukan sesuatu yang salah, mereka umumnya tidak tahu apa yang harus dilakukan untuk memperbaiki penampilannya tersebut.<sup>41</sup>

Tahap ini memiliki ciri siswa menjadi tahu tentang gerakan yang dipelajari, sedangkan penguasaan gerak masih belum baik karena masih dalam taraf mencoba-coba gerakan. Guru memainkan peran penting dalam tahapan ini, yaitu dalam mendeteksi dan mengoreksi kesalahan peserta didik sebab walaupun siswa mengetahui kesalahannya tapi dalam tahap ini mereka belum memiliki kemampuan untuk menentukan penyebab spesifik dari kesalahan dan tidak mungkin dapat membuat penyesuaian yang diperlukan.

Pada tahap ini guru setiap akan memulai mengajarkan suatu keterampilan gerak, pertama kali yang harus dilakukan adalah memberikan informasi untuk menanamkan konsep-konsep tentang apa yang akan dipelajari oleh siswa dengan benar dan baik, setelah siswa memperoleh informasi tentang apa, mengapa, dan bagaimana cara melakukan aktifitas gerak yang akan dipelajari, diharapkan di dalam benak siswa telah terbentuk *motor-plan*, yaitu keterampilan intelektual dalam merencanakan cara melakukan keterampilan gerak, apabila tahap kognitif ini tidak mendapatkan

---

<sup>41</sup> Cheryl A. Coker, *Motor Learning and Control for Practitioners*. (New York: McGraw-Hill), 2004, h. 98.

perhatian oleh guru dalam proses belajar gerak, maka sulit bagi guru untuk menghasilkan anak yang terampil mempraktikkan aktivitas gerak yang menjadi prasyarat tahap belajar berikutnya.

Kesimpulan dari berbagai pendapat yang telah dijelaskan bahwa pada tahap kognitif ini sangat penting dan dibutuhkan perhatian yang lebih agar anak atau siswa dalam melakukan gerakan selanjutnya yang sudah kecabangan tidak mengalami kesalahan.

#### **b. Tahap Asosiatif**

Tahap asosiatif atau tahap menengah yang juga disebut tahap “penyempurnaan” yaitu siswa fokus pada penampilan keterampilan agar berhasil dan menjadi lebih konsisten dari percobaan satu ke percobaan yang selanjutnya, dan selama tahap ini variabilitas penampilan berkurang serta siswa memiliki kemampuan untuk mendeteksi dan mengidentifikasi beberapa kesalahan yang dilakukan.<sup>42</sup> Tahap ini ditandai dengan tingkat penguasaan gerak dimana siswa sudah mampu melakukan gerakan-gerakan dalam bentuk rangkaian yang tidak tersendat-sendat pelaksanaannya. Penampilan menjadi lebih konsisten dengan tetap mempraktikkan atau latihan berulang-ulang maka pelaksanaan gerakan akan menjadi semakin efektif dan efisien, serta kesalahan gerakan semakin berkurang.

---

<sup>42</sup> *Ibid.*, h. 267.

Tahap ini bercirikan siswa menjadi semakin mampu tidak hanya mendeteksi penyebab kesalahan, tetapi juga untuk mengembangkan strategi yang tepat untuk menghilangkan kesalahan tersebut. Pemberian informasi tentang kesalahan tetap penting bagi peningkatan keterampilan dan untuk pengembangan lebih lanjut dalam mendeteksi dan mengoreksi kesalahan siswa.<sup>43</sup>

Pada tahap ini siswa mulai mempraktikkan gerak sesuai dengan konsep-konsep yang telah mereka ketahui dan pahami sebelumnya. Tahap ini juga sering disebut sebagai tahap latihan. Pada tahap latihan ini siswa diharapkan mampu mempraktikkan apa yang hendak dikuasai dengan cara mengulang-ulang sesuai dengan karakteristik gerak yang dipelajari. Apakah gerak yang dipelajari itu gerak yang melibatkan otot kasar atau otot halus atau gerak terbuka atau gerak tertutup, apabila siswa telah melakukan latihan keterampilan dengan benar dan baik, dan dilakukan secara berulang baik di sekolah maupun di luar sekolah, maka pada akhir tahap ini siswa diharapkan telah memiliki keterampilan yang memadai.

Dapat disimpulkan bahwa tahap asosiatif merupakan tahap penyempurnaan pola gerakan dari tahap kognitif yang ditandai dengan gerakan yang semakin efektif dan efisien dimana kesalahan gerakan semakin berkurang.

---

<sup>43</sup> Cheryl A. Coker, *op.cit.*, h. 99.

### c. Tahap Otonom

Tahap otomatis adalah tahap akhir dari model tahap gerak. Pada tahap otonom, penampilan mencapai tingkat tertinggi keahlian dan telah menjadi otomatis. Tahap ini ditandai dengan penampilan gerak siswa menjadi konsisten, percaya diri, membuat sedikit kesalahan dan biasanya dapat mendeteksi dan memperbaiki kesalahan yang terjadi.<sup>44</sup> Variabilitas penampilan selama tahap ini sangat sedikit, keterampilan siswa menjadi lebih konsisten dari satu percobaan ke percobaan berikutnya dan kualitas pembelajaran dan latihan serta jumlah latihan adalah faktor penting dalam menentukan keberhasilan pada tahap ini.

Pada tahap ini, peran guru atau pelatih diperlukan dalam upaya melayani siswa dalam kapasitas sebagai motivator untuk membantu siswa mencapai potensi peserta didik.<sup>45</sup> Pada tahap ini siswa telah dapat melakukan aktivitas secara terampil, karena siswa telah memasuki tahap gerakan otomatis, artinya siswa dapat merespon secara cepat dan tepat terhadap apa yang ditugaskan oleh guru untuk dilakukan. Tanda-tanda keterampilan gerak telah memasuki tahapan otomatis adalah bila seorang siswa dapat mengerjakan tugas gerak tanpa berpikir lagi terhadap apa yang akan dan sedang dilakukan dengan hasil yang baik dan benar.

---

<sup>44</sup> *Ibid.*, hh. 99-100.

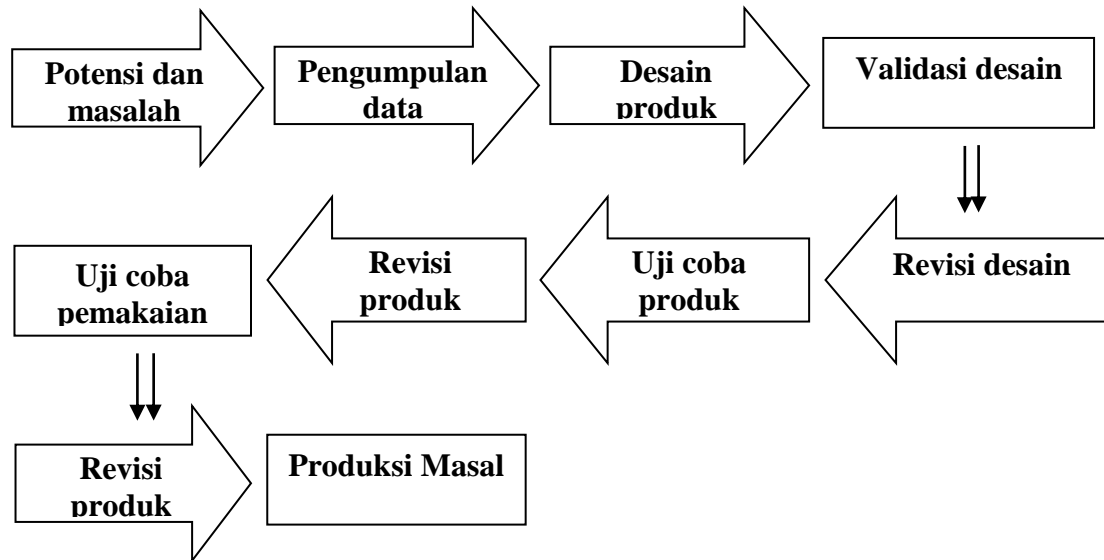
<sup>45</sup> Richard A. Magill, *op. cit.*, h. 267.

Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa tahap otomatisasi merupakan tahap akhir pembelajaran gerak yang ditandai dengan tingkat penguasaan gerakan dimana siswa mampu melakukan gerakan secara otomatis tanpa terpengaruh, walaupun saat melakukan gerakan siswa memperhatikan hal-hal lain selain gerakan yang dilakukan.

#### **D. Rancangan Model**

Mendesain sebuah model harus diawali dengan studi kebutuhan (*need assessment*), sebab berkenaan dengan upaya untuk memecahkan persoalan yang berkaitan dengan latihan atlet dalam mempelajari suatu bahan atau materi latihan. Untuk dapat menghasilkan produk tertentu digunakan penelitian yang bersifat analisis kebutuhan dan untuk menguji keefektifan produk tersebut supaya dapat berfungsi di masyarakat luas, maka diperlukan untuk menguji keefektifan produk tersebut. Jadi penelitian dan pengembangan bersifat longitudinal (*multy years stage*).

Untuk perancangan produk pengembangan bentuk latihan *jump shoot* pada bola basket dikutip dari *Borg and Gall* yang dikutip dari Sugiyono memiliki langkah-langkah sebagai berikut:



**Gambar 4 : Model Pengembangan R&D**

Sumber : Sugiyono, Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D, 2009, h.298

### 1) Potensi dan Masalah

Pertama kali yang ditentukan adalah sebuah ide-ide yang akan dikembangkan, R&D dapat berangkat dari potensi dan masalah yang ada di sekitar. Penentuan potensi masalah dalam model pengembangan model latihan *jump shoot* adalah berdasarkan studi pendahuluan yang pernah dilakukan oleh peneliti dilapangan dengan melakukan teknik observasi dan wawancara dengan guru dan siswa maka dapat disimpulkan latihan *jump shoot* pada bola basket yang dilakukan masih masih monoton dan belum terciptanya suasana pembelajaran yang aman, nyaman dan menyenangkan pada pembelajaran *jump shoot pada* bola basket. Maka latihan *jump shoot* bola basket belum memberikan hasil yang memuaskan. Dari permasalahan ini

semua, peneliti berinisiatif untuk mengembangkan model latihan *jump shoot* pada bola basket.

## **2) Pengumpulan Data**

Mengumpulkan informasi; setelah potensi dan masalah dapat ditunjukkan secara faktual, selanjutnya perlu dikumpulkan berbagai informasi yang dapat digunakan sebagai bahan untuk perencanaan. Pengumpulan data disini adalah mengkaji berbagai literatur atau kajian pustaka yang berhubungan tentang konsep-konsep model yang akan dikembangkan sesuai dengan produk akan dibuat serta mengacu kepada analisis kebutuhan, telaah pakar dan uji coba lapangan

## **3) Desain Produk**

Desain produk adalah hasil akhir serangkaian penelitian awal, dapat berupa rancangan kerja baru, atau produk baru. Dalam tahap ini peneliti membuat produk awal atau rancangan kerja baru berupa rangkaian model-model latihan *shooting* dalam bola basket. Dalam proses pembuatan model latihan yang dikembangkan, peneliti dapat melakukan konsultasi dengan para ahli agar dapat menghasilkan produk yang baik dan sempurna.

## **4) Validasi Desain**

Validasi desain adalah proses untuk menilai apakah rancangan kerja baru atau produk baru secara rasional lebih baik dan efektif dibandingkan



dengan yang lama, dengan cara meminta penilaian dari ahli yang berpengalaman. Dalam tahap ini peneliti melakukan uji coba model yang telah dibuat. Pengumpulan hasil data dari uji coba model di lapangan menjadi pertimbangan bagi peneliti dan para ahli apakah model tersebut dapat diterima.

#### **5) Revisi Desain**

Perbaiki desain produk setelah diketahui kelemahannya. Setelah peneliti melakukan uji coba model di lapangan dan di dapatkan data dari uji coba, peneliti melakukan konsultasi kembali kepada para ahli. Proses ini berguna untuk melakukan perbaikan.

#### **6) Uji Coba Produk**

Pada tahap ini merupakan uji coba utama produk yang telah di hasilkan dan sudah mendapat revisi dari para ahli. Penilaian tentang hasil latihan *shooting* bola basket dilakukan sebelum dan sesudah proses latihan dengan menggunakan model latihan *jump shoot pada* bola basket yang telah dikembangkan.

#### **7) Revisi Produk**

Tahap ini adalah tahap melakukan revisi kembali terhadap produk yang telah di uji cobakan. Revisi produk dapat berdasarkan pendapat dari para ahli serta hasil uji lapangan.

### **8) Uji Coba Pemakaian**

Setelah melalui beberapa tahapan, termasuk uji coba dan revisi produk. Peneliti dapat melakukan uji coba kembali untuk lebih mempersiapkan produk yang akan dihasilkan untuk produksi masal.

### **9) Revisi Produk**

Peneliti melakukan revisi terhadap produk akhir dari model latihan *jump shoot* pada bola basket berdasarkan saran dari para ahli dan data pada saat uji coba produk

### **10) Produksi Masal**

Peneliti menyebarkan produk yang telah di hasilkan melalui pertemuan atau jurnal ilmiah. Peneliti dapat juga bekerja sama dengan penerbit untuk sosialisasi produk.