

UMPAN BALIK (*FEEDBACK*)

Pada saat siswa sudah mampu melaksanakan tugas gerak dan memiliki pemahaman tentang apa yang sudah dilakukannya, maka pada saat itu guru tidak harus memberikan tantangan sebab siswa telah belajar sesuatu yang sesuai dengan tujuan dan harapan guru. Sebagai penggantinya, pada saat itu guru dapat memberikan umpan balik (*feedback*) yaitu sebagai salah satu upaya mengobservasi siswa berkaitan dengan bagaimana ia melakukan aktivitas serta apa yang harus dilakukan guru untuk meningkatkan kemampuan siswa itu (Adang Suherman, 1998:124).

Guru yang baik harus berterus terang memberikan hasil observasinya terhadap kemampuan siswa dengan menceritakan hal yang sesungguhnya dengan cara yang tidak membuat siswa semakin terpuruk, semakin minder akibat kehilangan kepercayaan pada dirinya. Misalnya guru harus menghindari kata-kata “kamu tidak bisa”, “kamu tidak mengerti apa-apa”, tetapi diutarakan dengan kata “belum bisa” ketika siswa belum mampu melaksanakan tugas gerak sesuai dengan tujuan pembelajaran dan harapan guru. Hal terpenting lagi adalah guru tetap memiliki pendirian yang konsisten terhadap ucapan dan perilakunya. Guru penjas yang baik adalah guru yang selalu berupaya mendengarkan dan memperhatikan segala hal yang diutarakan siswa untuk memperbaiki kinerja pembelajaran penjas. Guru penjas yang baik pun adalah orang yang mampu mengerti dan menerima perasaan orang lain (*berempati*), termasuk perasaan siswa.

Indikator-indikator yang termuat dalam komunikasi yang efektif seperti uraian di atas sesungguhnya merupakan proses pemberian *feedback* atau umpan balik yang dilakukan guru selama proses pembelajaran. Hal itu dilakukan sebaiknya tidak saja dalam kegiatan belajar mengajar di kelas atau di lapangan melainkan ketika aktivitas belajar telah selesai dilaksanakan. Misalnya di sela-sela waktu istirahat, guru biasanya melakukan percakapan dengan siswa sambil mengingatkan siswa untuk terus berlatih atau aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler sesuai dengan cabang olahraga yang dipilih siswa. Secara tidak langsung, peristiwa komunikasi tersebut dapat menjadi umpan balik (*feedback*) bagi siswa untuk selalu diingatkan akan keharusannya berlatih. Seperti halnya dalam konteks kepelatihan, siswa sebagai atlet membutuhkan umpan balik. Harsono (1988:87) mengemukakan “Atlet membutuhkan umpan balik untuk mengetahui bagaimana hasil-hasil latihannya, dan apa yang masih harus diperhatikan dan ditekankan dalam latihan-latihan untuk kemajuan prestasinya.” Hal ini semakin menjelaskan bahwa pemberian umpan balik benar-benar penting dilaksanakan bukan hanya dalam konteks pembelajaran (pendidikan) melainkan juga dalam konteks pelatihan olahraga prestasi.

Kebermaknaan umpan balik dalam kegiatan pembelajaran penjas akan mampu terwujud apabila guru penjas telah benar-benar memahami pengertian (konsep) umpan balik, fungsi umpan balik, jenis-jenis umpan balik, dan siapa yang harus dengan cepat dan tepat diberikan umpan balik selama kegiatan pembelajaran dilaksanakan. Dengan memahami konsep-konsep ini maka pemberian umpan balik akan tepat sasaran. Pemberian umpan balik tidak malah

menghambat kegiatan belajar siswa melainkan semakin meningkatkan efektivitas dan efisiensi kegiatan pembelajaran penjas yang sedang dilaksanakan.

1. Pengertian Umpan Balik (*Feedback*)

Umpan balik adalah perilaku guru untuk membantu setiap siswa yang mengalami kesulitan belajar secara individu dengan cara menanggapi hasil kerja siswa sehingga lebih menguasai materi yang disampaikan oleh guru. Umpan balik yang dilakukan guru antara lain memberikan penjelasan terhadap kesalahan yang dilakukan siswa dalam menyelesaikan tugas yang diberikan, baik secara langsung maupun tidak langsung. Umpan balik adalah koreksi terhadap jawaban-jawaban atas respon siswa dalam mengerjakan tes atau latihan. Umpan balik adalah suatu proses dengan hasil atau akibat dari suatu respon untuk mengontrolnya.

Menurut Apruebo (2005:99), “Feedback is information that athletes would receive from coach/trainer or environment regarding the level of their motor skill or performance. It serves as a groundwork for the athletes learning development”. *Feedback* menurut Apruebo lebih menekankan kepada aktivitas latihan berkenaan dengan informasi dari pelatih terkait dengan tingkat motor skill atau penampilan atletnya sebagai dasar dalam mengembangkan penampilan atlet. Rink (1985:34) mengemukakan “Feedback is sensory information that a person receives as a result of a response”. *Feedback* yang dikemukakan Rink lebih bersifat umum sebagai sensori informasi yang diterima seseorang sebagai hasil meresponnya. . Menurut Rusli Lutan (1988:300), “Umpan balik adalah pengetahuan yang

diperoleh berkenaan dengan sesuatu tugas, perbuatan atau respons yang telah diberikan”.

Dalam konteks pembelajaran pendidikan jasmani, Adang Suherman (1998:124) mengemukakan, “Umpan balik (*feedback*) yaitu guru mengobservasi siswa secara individu dan menilai bagaimana siswa melakukan aktivitas serta apa yang harus dilakukan guru untuk meningkatkan kemampuan siswa itu”.

Dari beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa umpan balik (*feedback*) adalah informasi yang berkenaan dengan kemampuan siswa dan guru guna lebih meningkatkan kemampuan yang dimiliki oleh keduanya, baik dalam konteks pembelajaran maupun dalam pelatihan olahraga. Informasi yang dimaksud adalah berkaitan dengan apa yang sudah dilakukan, bagaimana hasilnya, dan apa yang harus dilakukan untuk memperbaikinya.

2. Manfaat dan Fungsi Umpan Balik (*Feedback*)

Manfaat umpan balik bagi guru, dapat dipergunakan dalam mengambil keputusan, apakah mata pelajaran yang telah dilaksanakan perlu diperbaiki atau dilanjutkan (Cooper, 1982:8) dan bagi siswa akan meningkatkan prestasi belajar secara konsisten (Blocks, J.H., 1971:36)

Beberapa keuntungan penggunaan umpan balik menurut Adang Suherman (1998:124) antara lain sebagai berikut:

- a. Mendorong siswa untuk terus berlatih. Proses pemberian umpan balik kepada siswa secara tidak langsung akan memberi tahu siswa bahwa latihannya selalu dilihat dan diperhatikan oleh gurunya.
- b. Mencerminkan perilaku guru yang efektif. Dalam prosesnya, umpan balik hanya akan diperoleh apabila guru aktif selama kegiatan pembelajaran. Guru harus selalu memperhatikan siswa, bergerak untuk memantau dan mengamati aktivitas belajar yang dilakukan oleh setiap siswa di sekitar tempat belajar (berlatih).
- c. Membantu siswa untuk menilai penampilan (kemampuan) yang tidak bisa dilihat dan dirasakannya sendiri.
- d. Mendorong guru untuk menilai seberapa relevansi antara aspek-aspek pembelajaran dengan tingkat kemampuan siswa dalam menguasai tugas gerak (bahan ajar) seperti yang diinginkan oleh gurunya.

Beberapa ahli juga telah mengungkapkan berbagai fungsi umpan balik sesuai dengan konsep dan konteksnya masing-masing diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Fungsi *feedback* adalah memberikan motivasi, *reinforcement* (Harsono, 1988:89) atau *punishment* (Rusli Lutan, 1988; Apruebo, 2005).

Dengan diperolehnya gambaran yang kongkrit perihal kemampuan yang dimiliki oleh seorang siswa, baik keunggulan maupun kelemahannya apalagi kalau dibandingkan dengan siswa yang lainnya, maka hal itu akan dapat memacunya lagi untuk berbuat yang lebih baik dari yang sudah dilakukannya. Dengan kata lain, gambaran kemampuan yang dimiliki seorang siswa akan

menjadi daya dorong apabila guru penjas mampu menyampaikannya dengan tepat melalui pemberian stimulus agar siswa semakin rajin berlatih.

Dalam konteks pembelajaran penjas, umpan balik juga sebagai penguat atas tindakan atau perilaku yang sudah dilakukan siswa. Jika perilaku siswa itu sesuai dengan harapan guru maka hal itu harus diperkuat untuk tetap dipelihara. Sebaliknya jika perilaku itu tidak sesuai dengan harapan guru maka harus ada hukuman (*punishment*) agar perilaku itu tidak terjadi dan terulang kembali, dan perilaku itu mengarah pada tindakan yang sesuai dengan harapan guru.

2. Menurut Apruebo (2005:100) umpan balik juga merupakan penguatan (*reinforcement*). Ia mengatakan bahwa “Reinforcement means any event that increase the probability that a particular response will reoccur under similar consequences”. *Reinforcement* maksudnya adalah pemberian penguatan atas kejadian atau aktivitas yang telah dilaksanakan sehingga aktivitas tersebut tetap mampu dipertahankan atau memberikan respons yang serupa dan pada aktivitas berikutnya dapat meningkat lagi.

Dalam hal pemberian *reinforcement* Weinberg dan Gould (1995:137) mengemukakan “Reinforcement is the use of reward and punishment that increase or decrease the likelihood of similar response occurring in the future”. Bahwa *reinforcement* yang diberikan dapat menggunakan bentuk-bentuk penghargaan atau hukuman yang mungkin sekali dapat meningkatkan atau menurunkan respons serupa yang terjadi pada masa berikutnya. Maksudnya bahwa pemberian penghargaan dan hukuman akan dapat memperkuat hasil belajar siswa atau juga

dapat menurunkan bahkan merusak hasil belajar siswa apabila pemberian penghargaan dan hukuman itu tidak sesuai.

Penghargaan tidak selalu dalam bentuk benda sebagai hadiah, tetapi bisa melalui ungkapan-ungkapan. Contohnya ungkapan guru penjas yang mengatakan “Lemparan kamu sudah bagus, coba lempar ke sasaran yang lebih jauh !” Sedangkan *punishment* lebih bersifat memberikan penilaian buruk atas apa yang dilakukan oleh siswa. Misalnya pada ungkapan “Lemparan kamu ngawur, jangan asal lempar saja !”

3. Jenis-Jenis Umpan Balik (*Feedback*)

Secara umum umpan balik atau *feedback* terbagi ke dalam dua jenis yaitu *intrinsic feedback* dan *extrinsic feedback* (Apruebo, 2005). *Intrinsic feedback* atau umpan balik intrinsik berkaitan dengan penilaian terhadap dirinya sendiri, tentang sikap, aktivitas dan atau perilaku yang telah dilakukannya, serta tentang kemampuan yang telah ditunjukkannya. Misalnya dalam melaksanakan tugas gerak, apakah aktivitas yang dilakukan sudah sesuai dengan yang diinstruksikan guru, apakah sudah mampu menyelesaikan keseluruhan tugas gerak, apakah merasa nyaman dengan alat bantu yang digunakan, atau menilai bahwa rangkaian gerakan senam telah sesuai dengan urutan yang harus dilakukan. Sedangkan *extrinsic feedback* adalah umpan balik yang berasal dari luar dirinya. Misalnya koreksi dari guru penjas atas gerakan yang sudah dilakukan, cemoohan rekan karena salah memberikan umpan ketika bermain bola, atau dari lingkungan sekitar seperti cuaca yang terlalu panas sehingga mengharuskannya sering beristirahat di

tempat yang teduh. Umpan balik dapat diberikan dalam beberapa jenis, misalnya seperti *knowledge of result*, *objective measures*, *self monitoring*, *snap judgement*, *video playback* (Butler, 1996 dalam Apruebo, 2005).

Adang Suherman (1998:124-16) mengemukakan beberapa jenis umpan balik berdasarkan kajian dari beberapa literatur. Jenis-jenis umpan balik tersebut diantaranya adalah sebagai berikut:

1. *General dan specific feedback*

General feedback atau umpan balik umum misalnya berkaitan dengan gerakan umum, tingkah laku siswa, atau pakaian yang digunakan. *General feedback* digunakan guru untuk mendorong siswa terus belajar dan mencobanya. Biasanya *feedback* jenis ini diungkapkan dengan kata-kata seperti: bagus, hebat, mengagumkan. Ungkapan dengan kata-kata itu masih bersifat umum sehingga tidak mencerminkan informasi yang spesifik untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan siswa.

Specific feedback atau umpan balik khusus adalah berisikan informasi yang menyebabkan siswa mengetahui apa yang harus dilakukan dan mengetahui bagaimana seharusnya siswa melakukan tugas gerak dengan benar dan bagaimana harus berlatih. *Feedback* ini diberikan manakala siswa menyadari bahwa ia melakukan kesalahan akan tetapi belum atau tidak tahu bagaimana cara memperbaikinya. Contoh ungkapan *specific feedback* misalnya: “ Bagus! Mata kamu tidak terpejam pada saat menyundul bola itu!”, atau “Dapatkan lututmu lebih ditekuk lagi !”.

2. *Congruent dan Incongruent feedback*

Congruent feedback adalah umpan balik yang terfokus pada aktivitas belajar yang sedang dipelajari siswa. Misalnya pada saat siswa sedang mempelajari footwork dalam stroke bulu tangkis. Umpan balik yang berhubungan dengan footworks tersebut dapat dikatakan *congruent feedback*. Sedangkan yang berhubungan dengan stroke sebagai *incongruent feedback*. Misalnya yang berkaitan dengan stroke dalam bulu tangkis adalah cara memegang raket, follow through, dan aspek lainnya selain footworks.

3. *Simple Feedback*

Simple feedback adalah umpan balik yang hanya terfokus pada satu komponen keterampilan dalam satu saat. *Simple feedback* biasanya berisi satu atau dua buah kata kunci (*key words*) yang menggambarkan aktivitas penyempurnaan dan diulang-ulang sebagai umpan balik selama pembelajaran berlangsung. Keuntungan dari penggunaan *simple feedback* diantaranya adalah:

- a. Guru lebih mudah dan lebih akurat dalam memberikan umpan balik karena hanya terfokus pada satu komponen saja.
- b. Memudahkan siswa menerima dan melatih penyempurnaan gerakan yang menjadi fokus pembelajarannya.
- c. Siswa akan mengingat terus apa yang dipelajarinya pada kegiatan belajar tersebut.

4. *Positive, Netral, dan Negatif Feedback*

Jenis umpan balik yang lain dikemukakan oleh Adang Suherman (1998:126) yaitu umpan balik positif, umpan balik netral, dan umpan balik

negatif. Ketiga jenis umpan balik ini paling sering dijumpai dalam kegiatan belajar mengajar penjas yang bersifat praktik di lapangan dan lebih mudah dilakukan oleh guru.

- a. Umpan balik positif adalah umpan balik yang diungkapkan dengan kata-kata bagus, menyenangkan, pintar, menarik, dan hebat.
- b. Umpan balik netral adalah umpan balik yang tidak merujuk secara khusus kepada siswa yang melakukan kesalahan melakukan tugas gerak, tetapi secara netral mengingatkan kepada seluruh siswa yang sedang melakukan tugas gerak. Misalnya ketika berlatih menyundul bola, guru berkata “lihat bola !”
- c. Umpan balik negatif adalah lawan dari umpan balik positif, meskipun jarang dianjurkan mengingat khawatir akan merusak kepercayaan diri siswa tetapi pemberian *negatif feedback* dilakukan cara-cara:
 1. implisit (tidak langsung), misalnya “Pakai awalan sebelum melempar, jangan asal lempar saja !”.
 2. diberikan pada siswa yang tidak mengerti setelah beberapa kali diberikan umpan balik.
 3. diberikan pada siswa yang tidak memperhatikan penjelasan gurunya (biasanya siswa yang menjadi atlet atau yang sudah terampil).

Pemberian jenis umpan balik harus disesuaikan dengan kebutuhan siswa. Kebutuhan siswa terkait dengan tingkat perkembangan psikososial siswa. Pada perkembangan siswa di masa remaja yang terkadang memiliki keinginan diperhatikan secara berlebihan atau bahkan ingin diberikan kebebasan seluas-

luasnya, guru harus berhati-hati memberikan umpan balik untuk perbaikan atau koreksi atas kekeliruan yang dilakukan siswa. Kekurangsesuaian jenis umpan balik yang diberikan akan berdampak kepada perasaan tidak enak, pesimistis, tidak memiliki motivasi, atau tidak memiliki harga diri karena selalu mendapat teguran guru. Untuk itu karakteristik siswa harus mendapat perhatian penting ketika guru akan memberikan umpan balik.

Pemberian umpan balik yang sesuai dengan kebutuhan siswa dapat mengurangi dampak negatif tersebut. Fungsi umpan balik adalah membantu siswa untuk menilai penampilan yang tidak dapat dilihat dan dirasakan oleh dirinya sendiri (Suherman, 1998). Fungsi umpan balik yang lainnya yang paling sering disajikan guru adalah sebagai alat untuk memotivasi siswa. Dalam ungkapan yang singkat Rink (1985:35) mengemukakan “Feedback often serves as motivational function”. Ungkapan yang sama dikemukakan oleh Rink (1985:34), “Feedback serve three functions: (1) informing, (2) reinforcing, and (3) motivating. Maksudnya umpan balik itu memiliki tiga fungsi yaitu pemberitahuan atau informasi, penguatan, dan motivasi. Meskipun demikian guru harus memperhatikan dua hal ketika memberikan umpan balik, yaitu:

1. usia siswa, terkait dengan perkembangan moral

Usia siswa terkait dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan, khususnya berkaitan dengan kemampuan kognisi dan mental. Kesesuaian penyampaian bahasa umpan balik dengan tingkat penguasaan bahasa yang dimiliki siswa akan sangat membantu siswa dalam memahami tindakan apa yang harus dilakukannya. Dengan memahami perkembangan moral dan kepribadian

siswa, pemberian umpan balik akan melalui pendekatan yang relatif berbeda antara siswa sekolah dasar dengan siswa SMU.

2. motivasi instrinsik dan ekstrinsik siswa.

Umpan balik sangat identik dengan pemberian motivasi baik bersifat intrinsik maupun ekstrinsik.

Sedangkan yang menjadi prinsip-prinsip dalam memberikan umpan balik, adalah sebagai berikut:

1. Umpan balik harus ditawarkan, dan bukan dipaksakan
2. Umpan balik harus bersifat deskriptif, dan bukan evaluatif.
3. Umpan balik harus bersifat spesifik, dan berhubungan dengan tingkah laku yang harus dirubah.
4. Umpan balik harus menekankan jenis positif, bukan yang negatif.
5. Jika jenis negatif, maka umpan balik harus diikuti oleh saran-saran positif.
6. Memberi umpan balik harus bertanggung jawab, dan umpan balik harus disesuaikan dengan situasi atau orang lain.

Pemakaian prinsip-prinsip tersebut agar pemberian umpan balik tidak menimbulkan rasa tidak senang, putus asa, dan menyudutkan posisi siswa. Dengan berpegang pada prinsip-prinsip di atas diharapkan pemberian umpan balik justru menimbulkan motivasi untuk pencapaian tujuan, yaitu meningkatkan prestasi belajar dan terjadinya perubahan perilaku yang sesuai dengan harapan guru dan masyarakat.

4. Yang Dapat Umpan Balik (Feedback)

Terkadang guru bersifat subyektif dalam memberikan umpan balik pada saat pembelajaran dilaksanakan. Umumnya umpan balik cenderung lebih sering diberikan kepada:

- Siswa yang kurang saja (susah menguasai bahan ajar atau tugas gerak)
Maksudnya adalah siswa yang kurang cepat atau mengalami kesulitan dalam setiap melaksanakan tugas gerak. Pemberian umpan balik yang tepat akan mengarahkan siswa untuk memudahkannya dalam melaksanakan suatu tugas gerak
- Siswa yang pintar atau terampil saja
Sebaiknya setiap siswa harus memperoleh umpan balik secara adil dan merata disesuaikan dengan tingkat kemampuan yang sudah dimilikinya. Sangatlah keliru apabila umpan balik lebih dominant diberikan kepada siswa yang terampil saja melalui pemberian penghargaan yang bertubi-tubi.
- Siswa yang tampan atau cantik saja
Bagaimanapun guru penjas adalah manusia biasa yang menyukai siswa yang bersih, tampan atau cantik. Dengan meminimalisir perasaan suka dan tidak suka secara fisik kepada setiap siswa, guru penjas akan mampu memberikan umpan balik secara adil dan tepat sasaran.
- Siswa perempuan saja
Karena persepsi yang keliru yang menilai perempuan adalah makhluk yang lebih lemah dari laki-laki, maka ada kecenderungan umpan balik lebih dominan diberikan kepada siswa perempuan saja.

- Siswa laki-laki saja

Asumsi yang keliru juga apabila umpan balik hanya untuk siswa laki-laki saja karena hal itu sebagai antisipasi agar mereka disiplin dan mudah diatur. Sebab ada pendapat yang mengatakan bahwa siswa laki-laki relatif menjadi pembangkang, susah diatur, dan berperilaku tidak sesuai dengan harapan guru. Maka sebagai pencegahannya adalah dengan memberikan umpan balik secara dominant kepada siswa laki-laki.

Untuk memperkecil sikap subyektivitas guru tersebut, guru dapat menggunakan format analisis feedback sebagai bahan analisis untuk proses pembelajaran berikutnya. Hal ini dilakukan sebagai salah satu pendekatan ilmiah untuk memperoleh data dan fakta secara akurat berkenaan dengan pemberian umpan balik yang diberikan kepada seluruh siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Tahap berikutnya adalah menanyakan pada diri sendiri perihal:

- Siapa (siswa) yang tidak menerima umpan balik?
- Apakah saya cenderung menggunakan salah satu jenis umpan balik saja?
- Apakah saya cenderung memberi umpan balik pada siswa tertentu saja?
- Apakah saya menerapkan jenis-jenis umpan balik dengan bervariasi?
- Apakah saya puas dengan proporsi umpan balik yang sudah diberikan kepada siswa?