

**KEEFEKTIFAN LAY UP SHOOT MELALUI PAPAN PANTUL  
DAN LANGSUNG KE RING BASKET PADA SISWA YANG  
MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER BOLABASKET  
DI SMA PANGUDI LUHUR YOGYAKARTA**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta untuk  
Memenuhi Sebagian Persyaratan  
guna Memperoleh Gelar  
Sarjana Pendidikan



Oleh  
Mateas Ari Yuwono  
NIM 08601244134

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2013**

## PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “Keefektifan *lay up* melalui papan pantul dan langsung ke ring basket pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta” yang disusun oleh Mateas Ari Yuwono, NIM 08601244134 ini telah di setujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 27 Maret 2013

Dosen Pembimbing,



Aris Fajar Pambudi, M.Or.  
NIP. 19820522 200912 1 006

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah benar-benar hasil karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya tulis ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 27 Maret 2013

Yang menyatakan,



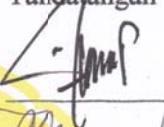
Mateas Ari Yuwono

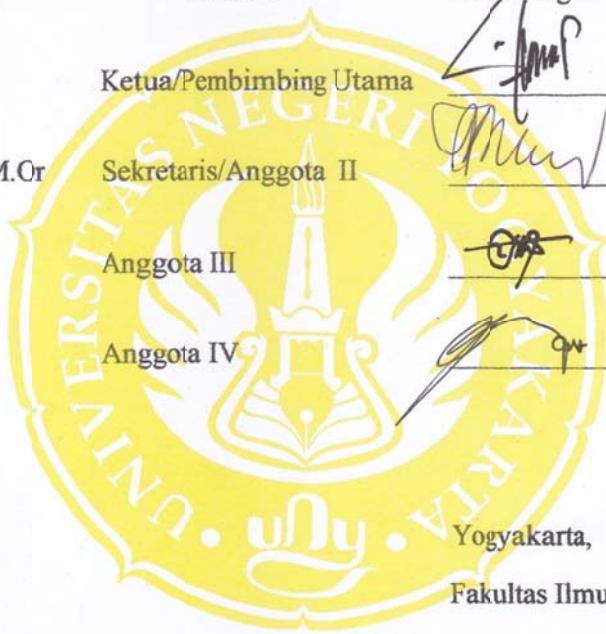
NIM 08601244134

## PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul "Keefektifan *lay up shoot* melalui papan pantul dan langsung ke ring basket pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta" ini telah dipertahankan Dewan Pengaji pada tanggal 22 Mei 2013 dan dinyatakan lulus.

### Dewan Pengaji

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Aris Fajar P, M.Or	Ketua/Pembimbing Utama		<u>26-6-2013</u>
Ahmad Rithaudin , M.Or	Sekretaris/Anggota II		<u>25-6-2013</u>
Tri Ani H, M.Pd	Anggota III		<u>22/5</u>
Ngatman, M.Pd	Anggota IV		<u>20-6-2013</u>



Yogyakarta, Juli 2013

Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Yogyakarta



Rumpis Agus Sudarko, M.S

NIP: 19600 824 19601 1 001

## MOTTO

“Karena masa depan sungguh ada dan harapanmu tidak akan hilang.”

(Amsal 23:18)

“Dunia akan tetap sama, hanya saja berkurang di dalamnya.”

(Kapten Jack Sparrow)

“Jenius adalah 1% inspirasi dan 99% keringat. Tidak ada yang dapat mengantikan kerja keras. Keberuntungan adalah sesuatu yang terjadi ketika

kesempatan bertemu dengan kesiapan“

(Thomas A. Edison)

## **PERSEMBAHAN**

Pertama-tama kepada Tuhan Yang Maha Kuasa yang masih memberikan kesehatan dan semangat sampai menyelesaikan skripsi ini. Orangtuaku yang tercinta Bapak Supri Yuwono ( Alm ) yang sebelum meninggal dunia tidak pernah lelah untuk menyemangati saya agar segera menyelesaikan skripsi ini, dan untuk Ibu Supri Yuwono yang selalu mendampingi saya selama ini dan tidak pernah jenuh mendengarkan keluh kesah yang saya alami.

**KEEFEKTIFAN LAY UP SHOOT MELALUI PAPAN PANTUL  
DAN LANGSUNG KE RING BASKET PADA SISWA YANG  
MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER BOLABASKET  
DI SMA PANGUDI LUHUR YOGYAKARTA**

Oleh  
Mateas Ari Yuwono  
08601244134

**Abstrak**

Penelitian ini dilakukan karena kemampuan *lay up shoot* siswa tergolong kurang baik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan keefektifan antara *lay up shoot* melalui papan pantul dan langsung ke ring basket pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta. Serta untuk mengetahui mana yang lebih baik antara *lay up* menggunakan papan pantul dengan *lay up* langsung ke ring basket pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta.

Penelitian ini merupakan penelitian komparasional dengan metode survey dengan pendekatan tes dan pengukuran. Populasi dan sampel dari penelitian ini adalah seluruh siswa peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta yang berjumlah 30 sampel. Teknik pengambilan data menggunakan survai dengan instrumen yang digunakan tes keterampilan *lay up* dari Imam Sodikun yang dimodifikasi oleh Satria Wijaya, yang mempunyai validitas 0,509 dan reliabilitasnya 0,675. Teknik analisis data menggunakan analisis *uji t*, melalui uji prasyarat uji normalitas, dan uji homogenitas.

Hasil *uji t* diperoleh  $t_{hitung}$  sebesar 3,694 lebih besar dari  $t_{tabel}$  sebesar 1,699 ( $3,694 > 1,699$ ). Ini berarti bahwa terdapat perbedaan yang signifikan keefektifan antara *lay up shoot* melalui papan pantul dan langsung ke ring basket pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta. Nilai rerata *lay up* melalui papan pantul sebesar 5,30; sedangkan rerata *lay up* langsung ke ring basket sebesar 4,50. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa *lay up* melalui papan pantul mempunyai keefektifan yang lebih baik daripada *lay up* langsung ke ring pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta.

Kata Kunci : *Lay Up Shoot*, papan pantul, Ring Basket.

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yesus Kristus, atas limpahan rakhmat-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul : Keefektifan *lay up shoot* melalui papan pantul dan langsung ke ring basket pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta”.

Penulis sadar bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak skripsi ini tidak akan terwujud. Oleh karena itulah pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Yogyakarta atas kesempatan yang diberikan kepada peneliti untuk menempuh studi sehingga peneliti dapat menyelesaikan studi.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kemudahan administras idalam perijinan penelitian.
3. Ketua Jurusan POR yang telah berkenan memberikan ijin penelitian.
4. AM.Bandi Utama M.pd selaku dosen pembimbing akademik yang dengan sangat sabar memberikan bimbingan selama penulis menjadi mahasiswa aktif di FIK UNY.
5. Bapak Aris Fajar Pembudi, M.Or. selaku dosen pembimbing skripsi yang dengan penuh kesabaran dan sangat pengertian selama penulisan skripsi ini.
6. Kepala sekolah SMA Pangudi Luhur Yogyakarta yang telah memberikan ijin kepada saya untuk melakukan penelitian di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta.

7. Siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket SMA Pangudi Luhur Yogyakarta yang telah bersedia diambil data keterampilan *lay up shoot* untuk penelitian.
8. Teman-teman seperjuangan PJKR E angkatan 2008 Universitas Negeri Yogyakarta yang penulis banggakan semoga kita selalu dalam lindungan-Nya dan diberi kesuksesan dunia akhirat.
9. Teman-teman terbaikku Beny, Ragil, Listyo, Zakky, Ajib, Ofix, Anggi K, Elen, Anggi N, Hervit, Dona dan Taufik semoga persahabatan kita abadi.
10. Realino Bootbois senang bisa menjadi keluarga kalian.
11. Keluarga yang telah memberikan semangat serta doa serta banyak sekali bantuan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
12. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang juga telah memberikan dorongan serta bantuan selama penyusunan skripsi.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Semoga pembaca dapat menikmati dan memperoleh manfaat dari karya ini. Amin.

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
ABSTRAK .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I. PENDAHULUAN .....	1
A. LatarBelakangMasalah.....	1
B. IdentifikasiMasalah.....	4
C. BatasanMasalah .....	4
D. RumusanMasalah .....	5
E. TujuanPenelitian .....	5
F. ManfaatPenelitian .....	5
BAB II. KAJIAN PUSTAKA .....	6
A. Deskripsi Teori.....	6
1. Permainan Bola Basket .....	6
2. Teknik Dasar .....	7
3. <i>Lay Up Shoot</i> .....	15
a. <i>Lay Up Shoot</i> langsung ke ring .....	18
b. <i>Lay Up Shoot</i> melalui papan pantul .....	19

Halaman

4. Hakikat Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) .....	22
5. Karakteristik Ekstrakurikuler Bolabasket SMA Pangudi Luhur Yogyakarta .....	24
B. Penelitian yang Relevan.....	25
C. Kerangka Berfikir .....	27
 BAB III. METODE PENELITIAN .....	 29
A. Desain Penelitian.....	29
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	30
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	31
D. Waktu dan Tempat Penelitian .....	31
E. Instrumen Penelitian, Validitas, dan Reliabilitas .....	31
F. Teknik Pengumpulan Data.....	34
G. Teknik Analisis Data.....	35
 BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	 36
A. Deskripsi Data Hasil Penelitian .....	36
B. Hasil Uji Prasyarat .....	38
C. Hasil Pengujian Hipotesis .....	41
D. Pembahasan.....	42
 BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN .....	 44
A. Kesimpulan .....	44
B. Implikasi Hasil Penelitian .....	44
C. Keterbatasan Hasil Penelitian .....	45
D. Saran-Saran .....	46
 DAFTAR PUSTAKA .....	 47
 LAMPIRAN .....	 48



## **DAFTAR TABEL**

	Halaman
Tabel 1. Analisis Statistik Data Hasil <i>lay up</i> Putra melalui papan pantul dan langsung ke ring basket.....	36
Tabel 2. Analisis Statistik Data Hasil <i>lay up</i> Putri melalui papan pantul dan langsung ke ring basket .....	37

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Gerakan <i>Lay Up</i> .....	16
Gambar 2. Gerakan Fase Persiapan .....	17
Gambar 3. Gerakan Fase Pelaksanaan .....	17
Gambar 4. Gerakan <i>Lay Up</i> Langsung ke Ring Basket .....	18
Gambar 5. Gerakan Keseluruhan <i>Lay Up</i> .....	19
Gambar 6. Gambar papan pantul .....	20
Gambar 7. Gambar spesifikasi papan pantul.....	21
Gambar 8. Gambar metode penelitian .....	29
Gambar 9. Histogram perbandingan <i>lay up</i> putra melalui papan pantul dan langsung ke ring .....	37
Gambar 10. Histogram perbandingan <i>lay up</i> melalui Papan Pantul Putri dan langsung ke ring .....	38

## **DAFTAR LAMPIRAN**

	Halaman
Lampiran 1.Surat ACC Proposal Skripsi .....	52
Lampiran 2.Lembar Pengesahan.....	53
Lampiran 3.PermohonanIjinPenelitian Dari FIK/UNY .....	54
Lampiran 4.PermohonanIjinPenelitian Dari SETDA .....	55
Lampiran 5.PermohonanIjin Penelitian Dari DINAS PERIZINAN .....	56
Lampiran 6.Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi .....	57
Lampiran 7.Petunjuk Pelaksanaan Tes .....	58
Lampiran 8.Tabel Hasil Penelitian.....	59
Lampiran 9.Daftar Peserta Tes.....	60
Lampiran 10.Hasil Tes <i>Lay up</i> .....	62
Lampiran 11.Olah Data.....	64
Lampiran 12.Dokumentasi.....	67

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Bolabasket ditemukan pada Desember 1891 oleh Dr. James Naismith, seorang anggota sekolah Pelatih YMCA di Springfield, Massahusetts (sekarang dikenal dengan: Springfield Collage). Naismith merancang bolabasket sebagai jawaban atas tugas yang diberikan oleh Dr. Luther Gulick, Direktur Departemen Pendidikan Fisika, yang menugaskan untuk membentuk suatu permainan seperti *lacrosse* yang dimainkan dalam ruangan selama musim dingin. Bolabasket segera terkenal dan tersebar secara cepat kieseluruh negeri dan dunia oleh perjalanan para lulusan Sekolah Pelatih YMCA. (Hall Wissel, 2002:1)

Permainan bolabasket merupakan olahraga yang begitu cepat perkembangannya dan menarik perhatian manusia pada umumnya dan pemuda pada khususnya. Permainan bolabasket pada abad 20 mengalami pasang surut perkembangannya oleh karena banyak yang mengagumi akan perkembangannya akan kemajuan cara bermain maupun yang mengkritik karena tidak banyak perkembangannya. Oleh karena itu permainan bolabasket berusaha melepaskan diri dari kritik dan penilaian, sehingga berhasil memiliki penggemar diseluruh dunia. Bahkan potensi teknik dan taktik, semangat bermain dan nilai-nilai keolahragaan yang ditampilkan dalam permainan bolabasket menunjukkan aspek kualitas yang lebih dari cabang olahraga yang lain. Untuk itu permainan bolabasket sudah mampu untuk disuguhkan sebagai hiburan sekaligus sebagai olahraga yang dapat dijual. (Dedy Sumiyarsono, 2002:1)

Permainan bolabasket dari tahun ketahun tumbuh dan berkembang dengan pesat, terutama dikalangan remaja. Khususnya didalam negeri, hal tersebut ditandai dengan tingginya minat masyarakat terhadap olahraga bolabasket, baik untuk ajang pendidikan, prestasi dan rekreasi. Pengertian bolabasket itu sendiri adalah permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu pemain yang masing-masing regu berjumlah lima orang. Tujuannya adalah memenangkan pertandingan dengan cara memasukkan bola sebanyak-banyaknya kedalam ring lawan dan mempertahankan ring agar tidak kemasukkan bola oleh regu lawan selama waktu pertandingan belum selesai. (Sirodjudin, 1994:159)

Menurut Sukintaka (1979:1), teknik dasar permainan bolabasket meliputi: *dribbling, passing, blocking out, rebond, screening* and *defence*. Sedangkan menurut Hall Wissel (2000:2) teknik dasar permainan bolabasket mencakup: *footwork* (gerakan kaki), *shooting* (menembak), *passing* (operan), *catching* (menangkap). Bergerak tanpa bola, bergerak dengan bola dan bertahan.

Tidak dapat dipungkiri bahwa kemampuan terpenting dalam permainan bolabasket adalah menembak, karena dengan perolehan angka yang didapat dari hasil menembak ini yang menentukan kalah menangnya suatu tim. Menembak merupakan faktor teknik yang sangat penting dalam permainan bolabasket, karena kemenangan dalam pertandingan ditentukan oleh jumlah keberhasilan tembakan yang dibuat oleh satu regu. Dengan kata lain regu yang lebih banyak mengumpulkan poin dari total tembakan yang berhasil akan memenangkan pertandingan.

Pengertian menembak itu sendiri adalah memegang bola dengan satu atau dua tangan kemudian mengarahkan tembakan bola menuju jaring, (PERBASI, 1999:52). Sirodjudin (1994:161) menambahkan, menembak yaitu upaya untuk mencari nilai (*score*) dan mengumpulkannya sampai akhir babak. Menurut nuril Ahmadi (2007:18) usaha memasukkan bola kekeranjang diistilahkan dengan menembak, dapat dilakukan dengan satu tangan, dua tangan, dan *lay up*.

Dalam permainan bolabasket, teknik menembak yang sering digunakan adalah: (1) *Standing shoot (set shoot)*, (2) *Jump shoot*, (3) *Lay up shoot*, (4) dan *Hook shoot*. Saat melakukan tembakan seorang pemain harus memperhatikan sasaran yang akan ditujunya. Apakah bola akan diarahkan langsung ke keranjang atau ke papan pantul terlebih dulu hal ini tergantung dari jarak antara penembak dengan keranjang. Pada umumnya seluruh tembakan bisa menggunakan papan pantul maupun langsung ke ring basket.

Ambler (2006:40) menyebutkan bahwa “sejumlah pelatihan melaporkan mereka memperoleh hasil yang memuaskan dalam mendidik para pemainnya untuk menggunakan melalui papan belakang terlebih dulu.” Papan belakang yang dimaksudkan dalam kalimat diatas adalah papan pantul yang berada dibelakang keranjang. Dedy Sumiyarsono (2002:36) menambahkan bahwa saat melakukan tembakan *lay up* sebaiknya dipantulkan papan disekitar garis tegak pada petak kecil yang tergambar pada papan basket.

Sedangkan Muhamad (2006:17) menyebutkan bahwa pada saat pelaksanaan *lay up shoot* setelah mencapai titik lompatan tertinggi, tembaklah bola ke basket dengan satu tangan dibantu dengan lecutan dari pergelangan tangan. Yang

dimaksud tembaklah bola ke basket disini adalah tembaklah bola langsung ke ring basket tanpa melalui papan pantul dahulu. Meskipun tembakan *lay up shoot* secara situasional seringkali dilakukan dengan cara dipantulkan ke papan pantul terlebih dahulu.

Dari latar belakang masalah tersebut, maka diperlukan penelitian tentang: Perbedaan keefektifan tembakan *lay up shoot* dengan cara melalui papan pantul dan langsung ke ring basket.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang ada di atas maka dapatdi identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Lay up merupakan salah satu teknik terpenting dalam permainan bolabasket.
2. Dalam situasional *lay up shoot* dapat dilakukan dengan cara melalui papan pantul dahulu maupun langsung ke ring basket, saat ini belum diketahui lebih efektif manakah antara *lay up shoot* dengan cara melalui papan pantul dahulu atau langsung ke ring.

## **C. Batasan Masalah**

Dari identifikasi masalah di atas tidak menutup kemungkinan akan muncul masalah baru yang akan meluas. Mengingat begitu luasnya ruang lingkup permasalahan yang ada dalam identifikasi masalah, untuk mengantisipasi hal tersebut maka peneliti perlu memberikan batasan masalah yaitu keefektifan *lay up shoot* melalui papan pantul dan langsung ke ring basket pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian tersebut di atas, maka dapat dikemukakan perumusan masalah sebagai berikut: mana yang lebih efektif antara *lay up shoot* melalui papan pantul dan langsung ke ring basket yang dilakukan para siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan *lay up shoot* melalui papan pantul dan langsung ke ring basket yang dilakukan para siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Manfaat bagi peserta didik dari hasil penelitian ini dapat menambah wawasan untuk meningkatkan ketrampilan lay up shoot. Dan bagi pengajar dapat digunakan sebagai bahan kajian untuk memberikan program latihan untuk meningkatkan ketrampilan bermain bolabasket khususnya lay up shoot

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Deskripsi Teori**

##### **1. Permainan Bolabasket**

Permainan bolabasket adalah permainan yang menggunakan bola besar, yang dimainkan dengan tangan dan bertujuan memasukkan bola sebanyak mungkin ke (keranjang) lawan serta menahan lawan agar jarang memasukkan bolabasket (keranjang) sendiri (Dedy Sumiyarsono, 2002: 1). Bolabasket merupakan olahraga permainan bola besar dan dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari 5 orang pemain, tujuannya adalah untuk mencari nilai atau angka sebanyak-banyaknya dengan cara memasukkan bola ke basket lawan dan mencegah lawan untuk mendapat nilai (Muhamir, 2006: 11).

Bola basket dimainkan oleh dua (2) tim yang masing-masing terdiri dari lima (5) pemain. Tujuan dari masing-masing tim adalah untuk mencetak angkake keranjang lawan dan berusaha mencegah tim lawan mencetak angka. (FIBA, 2010:1).

Bola basket dimainkan dilapangan persegi panjang oleh dua tim dengan lima pemain pertim, tujuannya adalah mendapatkan nilaidengan memasukkan bola kedalam keranjang sebanyak-banyaknya dan mencegah tim lain melakukan hal yang serupa. Bola dapat diberikan hanya dengan operan dengan satu dan dua tangan atau dengan menggiring (*battting, pushing* atau *trapping*) beberapa kali

pada lantai tanpa menyentuhnya dengan dua tangan secara bersamaan.

Teknik dasar mencakup *footwork* (gerakan kaki, *shooting* (shooting), *passing* (operan) dan menangkap, *dribble*, *rebound*, bergerak dengan bola, bergerak tanpa bola dan bertahan (Hall Wissel, 1996: 2).

## 2. Teknik Dasar

### a) *Dribbling* / Menggiring bola

Berdasarkan pengertian *dribbling* yang dikemukakan ketiga ahli dapat disimpulkan bahwa *dribbling* merupakan suatu cara membawa bola ke depan dengan memantul-mantulkan bola ke lantai dengan satu tangan atau secara bergantian baik dengan berjalan atau berlari. Hal terpenting dan harus diperhatikan dalam melakukan *dribbling* adalah melindungi bola agar bola tidak mudah direbut lawan. Seperti dikemukakan Hall Wissel (2000 : 95) bahwa, “Kemampuan mendribble dengan tangan lemah dan tangan kuat adalah kunci untuk meningkatkan permainan anda. Untuk melindungi bola, jagalah agar tubuh anda berada diantara bola dan lawan”. Dalam melakukan dribbling tubuh mempunyai peran penting jika tangan yang digunakan menggiring lemah, maka tubuh berfungsi untuk melindungi bola. Oleh karena itu, pada saat menggiring bola, tubuh harus selalu diantara bola dan lawan. Hal ini dimaksudkan, Jika lawan akan merebut bola maka tubuh siap untuk menghalangi lawan.

*Dribble* dapat dilakukan dengan baik jika menguasai teknik yang baik dan benar. Untuk memperoleh kualitas *dribble* yang baik

maka seorang pemain harus memahami dan menguasai teknik *dribble*.

Soebagio Hartoko (1993: 36) memberikan petunjuk cara melakukan *dribble*.

Peganglah bola dengan kedua tangan yang relax, tangan kanan di atas bola, sedang tangan kiri menjadi tempat terletaknya bola, berdirilah seenaknya dengan kaki kiri agak sedikit di depan kaki kanan lalu condongkan badan ke depan mulai dari pinggang, pantulkan bola dengan tangan kanan, (sebagai permulaan sebaiknya mata masih melihat bola) dan gerakan lengan hampir sepenuhnya. Jangan memukul bola dengan telapak tangan, tetapi pantulkan (tekankan) dengan jari-jari dibantu dengan gerakan pergelangan tangan. Jinakkan bola dengan sedikit mengikuti bergeraknya ke atas sebentar dengan jari-jari dan pergelangan tangan, kemudian dipantulkan kembali. Setelah rahasiam gerak, watak dan irama dari pantulan dapat dirasakan dengan sikap berdiri ditempat, memulailah dengan bergerak maju mulailah jangan melihat bola, dan percepatlah gerak, kemudian menggiring dengan agak rendah, rendah, maju, mundur cepat, secepatnya, berliku, berkelok dengan rintangan dan lawan.

#### **b) *Passing / Mengoper bola***

*Passing* bola basket yang bisa digunakan dalam permainan terbagi dalam beberapa teknik. Yang akan sangat membantu para

pemain untuk melakukan operan jika para pemain dapat menggunakannya pada situasi yang tepat.

Karena memang tidak mungkin satu teknik *passing* bola basket kita pakai dalam setiap situasi pertandingan. Dan agar lebih mengerti tentang teknik *passing* bola basket dan situasi yang tepat untuk penggunaan teknik tersebut.

Beberapa jenis *passing* bola basket beserta uraian singkatnya:

1. *Chest Pass*, merupakan jenis passing yang paling sering digunakan dalam pertandingan bola basket jika pemain sedang dalam keadaan bebas. Cara melakukan operan ini adalah memegang bola setinggi dada kemudian lakukan lemparan lurus.
2. *Bounce Pass*, teknik operan ini bisa kita lakukan ketika berhadapan dengan lawan yang lebih tinggi. Cara melakukan passing ini adalah dengan cara memantulkan bola ke lantai dengan titik pantul kurang lebih 3/4 dari jarak pengoper bola.
3. *Baseball Pass*, merupakan jenis operan jarak jauh yang sebaiknya digunakan pada saat fast break. Cara melakukan operan ini adalah dengan meletakan bola dibelakang kepala lalu lakukan lemparan seperti dalam permainan baseball.
4. *Overhead Pass*, operan ini sangat cocok dilakukan ketika tim lawan melakukan trik zone defense. Operan ini dilakukan dengan melakukan operan dari atas kepala, dan jika ingin mendapatkan

power lebih pada operan ini pemain dapat mengawali operan ini dengan melakukan pivot.

5. *One-hand Push/Shoulder Pass*, adalah operan yang dilakukan hanya dengan menggunakan satu tangan dengan persiapan operan yang cepat. Poin utama dari operan ini adalah ketepatan tekukan siku ketika melakukan operan.
6. *Hand Off Pass*, adalah operan yang dilakukan tanpa melakukan lemparan. Pada teknik operan ini biasanya pemain langsung memberikan bola kepada penerima bola dengan melakukan blok pada lawan.
7. *Hook Pass*, yaitu teknik operan yang menggunakan satu lengan si pelempar. Teknik operan seperti ini biasanya dilakukan setelah pemain melakukan lompatan dan biasanya ditujukan untuk mengubah arah serangan.
8. *Behind the back Pass*, merupakan salah satu operan yang sangat sulit untuk diprediksi sasaran operannya. Operan ini dilakukan dengan cara melewati belakang pengoper sehingga lawan sulit memprediksi arah operan.
9. *Underhand Pass*, yaitu operan yang dilakukan dari bagian bawah lawan. Sebelum melakukan operan ini biasanya pemain melakukan gerakan *shooting* tipuan agar lawan melakukan blok sehingga bagian bawah lawan terbuka.

### c) *Shooting / Menembak*

*Shooting* merupakan unsur dasar yang sangat menentukan untuk mencapai kemenangan dalam suatu pertandingan. Melalui hasil tembakan ditentukan menang kalahnya suatu regu. Oleh karena itu teknik shooting hendaknya dikuasai benar-benar oleh para pemain. Pada dasarnya teknik *shooting* ini sama dengan dasar teknik melempar dan menggiring, maka mempelajari teknik shooting tidak akan mengalami kesulitan apabila teknik dan melemparnya benar (A. Sarumpaet, dkk 1992: 230).

Tujuan permainan bolabasket adalah memasukkan bola ke basket lawan sebanyak-banyaknya dan mencegah lawan agar tidak membuat nilai. Untuk itu teknik dasar *shooting* merupakan teknik dasar yang penting, meskipun tidak meninggalkan teknik dasar yang lain. Shooting adalah keahlian penting pada bolabasket dan melibatkan mental. Diharapkan mempunyai keyakinan diri untuk shooting dengan baik. Teknik *shooting* adalah perpaduan dari aspek mental dan mekanika (Hall Wissel, 1996: 70).

Dedy Sumiyarsono (2002: 36) menyatakan bahwa kemahiran *shooting* dalam permainan bolabasket merupakan teknik dasar yang terpenting karena kemenangan regu dalam suatu pertandingan ditentukan dengan jumlah berhasilnya tembakan yang dibuat. Akan tetapi, untuk membuat seseorang menjadi penembak yang baik perlu ditanamkan kepada pemain kapan dan bagaimana harus melakukan

tembakan agar dapat berhasil. Nuril Ahmadi (2007: 19) menambahkan adapun teknik atau sasaran yang dapat membantu keberhasilan dalam ketepatan *shooting* bola kearah ring basket, ada dua macam yaitu 1) *shooting* bola menggunakan satu tangan dan 2) *shooting* bola menggunakan dua tangan.

*Shooting* adalah mencetak angka atau *free-throw* ketika bola dalam pegangan tangan (kedua tangan) seorang pemain dan kemudian di lemparkan ke udara ke arah keranjang lawan. (FIBA, 2010:18). Menurut Imam Sodikun (1992: 59) *shooting* merupakan sasaran akhir setiap bermain bolabasket, keterampilan suatu regu dalam permainan bola basket selalu ditentukan keberhasilan dalam shooting atau memasukkan bola ke dalam ring lawan.Untuk dapat berhasil dalam shooting perlu dilakukan teknik-teknik yang benar, kerena tembakan yang dikuasai dengan baik dapat menutupi kelemahan teknik dasar lainnya. Menurut Nuril Ahmadi (2000: 18) usaha memasukkan bola ke keranjang diistilahkan dengan *shooting*, dapat dilakukan dengan satu tangan, dua tangan, dan *lay up*.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa *shooting* adalah unsur yang menentukan kemenangan dalam pertandingan, yang dapat dilakukan menggunakan satu tangan dan dua tangan. Dari hasil tembakan inilah ditentukan menang atau kalahnya regu, oleh karena itu teknik shooting haruslah dikuasai oleh pemain.

Menurut Imam Sodikun (1992: 59) ada beberapa jenis tembakan yaitu a) tembakan dengan dua tangan dari depan dada (*two handed set shoot*) merupakan teknik tembakan yang harus diketahui dan dikuasai oleh pemain bolabasket. jika bola selalu berada didepan dada bola akan selalu terlindung dan kekuatan tangan untuk mendorong lebih besar, b) Tembakan dengan dua tangan dari atas kepala (*two handed over head set shoot*) tembakan ini juga biasanya digunakan oleh para pemain bolabasket terutama putri, karena tembakan ini memerlukan dorongan kuat untuk shooting dengan dua tangan di atas kepala, c) tembakan dengan satu tangan (*one handed set shoot*) di atas kepala dilakukan dengan menggunakan satu tangan untuk shooting bola, sebab tembakan jenis ini digunakan oleh pemain basket berpostur tinggi, d) tembakan *lay up*(*lay up shoot*) tembakan *lay up* adalah jenis tembakan yang efektif karena dilakukan dari jarak yang sedekat-dekatnya dengan ring e) tembakan didahului dengan menggiring bola langsung *lay up*, cara ini dilakukan dengan menggiring bola sendiri menuju ring, setelah dekat dengan ring kemudian melakukan *lay up* yang bergantung pada perkiraan dan keterampilan masing-masing. Bedanya hanyalah pada saat menerima bola yaitu dari teman atau diri sendiri pada saat menggiring bola, f) tembakan loncat dengan satu tangan (*one handedjump shoot*) terdiri dari unsur loncatan, *shooting*, dan ketepatan waktu pada saat melepaskan bola. Kombinasi dari ketiga unsur inilah yang menetukan

keberhasilan tembakan, g) tembakan loncat dengan dua tangan di atas ke pala (*two handed over head jump shoot*) merupakan salah satu teknik *jump shoot* yang mudah dilakukan dan mudah diajarkan kepada pemain terutama pemain putri hal ini disebabkan *jump shoot* dua tangan tidak memerlukan kekuatan yang besar, h) tembakan kaitan (*hook shoot*) merupakan tembakan yang sangat penting dalam penyerangan jarak dekat di daerah lawan yang mempunyai pertahanan yang ketat, dengan *hook shoot* pemain tidak perlu mengambil sikap awal menghadap keranjang, tetapi dengan sikap miring atau menyamping jaring, bola dilepaskan dengan ayunan tangan.

Menurut Jon Oliver (2007:32) penerapan dasar-dasar *shooting* yang benar secara konsisten adalah kunci untuk mendapatkan keberhasilan melakukan tembakan selama bermain dalam situasi-situasi pertandingan. Menurut Hall Wissel (1996:46) pada dasarnya semua tembakan dalam permainan bolabasket memiliki mekanika sebagai berikut:

1. Pandangan saat akan melakukan tembakan, pusatkan pandangan mata pada ring, gunakan tembakan samping jika penembak pada sisi 45 derajat dari papan ring. Jagalah pandangan tetap fokus pada ring sampai bola mencapai sasaran.
2. Keseimbangan memberikan kontrol irama tembakan, posisi kaki adalah dasar keseimbangan dan menjaga kepala segaris dengan

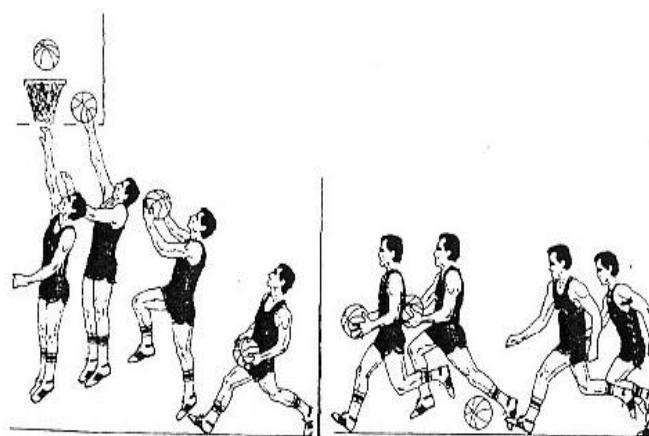
kaki, tekuk lutut memberikan tenaga pada saat shooting dan membantu melompat.

3. Untuk *shooting* posisi tangan perlu diperhatikan. Tempatkan tangan tembak di belakang bola, jari-jari tangan membuka, sedangkan yang tidak shooting ditempatkan dibawah bola sebagai penjaga keseimbangan saat *shooting*.
4. Pegang bola didepan dan di atas bahu untuk shooting antara telinga dan bahu. Pertahankan siku tetap di dalam, saat itu posisi bola sejajar dengan ring basket.
5. Irama *shooting*, tembakan bola dengan halus, kekuatan inti dan ritme tembakan berasal dari gerakan naik turun kaki yang diawali dengan lutut sedikit lentur dan tekuk lutut arahkan lengan, pergelangan tangan dan jari-jari tangan padaring dengan sudut kemiringan antara  $45^{\circ}$ - $60^{\circ}$ .
6. *Follow through*, setelah melepas bola, pertahankan bola tetap di atas dan tetap terentang dengan jari tengah menunjuk lurus pada target, telapak tangan menghadap ke bawah dan telapak tangan keseimbangan menghadap ke atas.

### **3. *Lay Up Shoot***

Menurut FIBA (2010:18) tembakan *lay up* adalah ketika bola dilesatkan dari bawah masuk ke dalam keranjang lawan dengan satu atau kedua tangan. Dalam situasi persaingan, jenis tembakan ini harus biasa dilakukan pemain baik dengan tangan kanan maupun kiri.

Tembakan *lay up* adalah tembakan yang paling efektif, sebab dilakukan dari jarak yang sedekat-dekatnya dengan ring basket yaitu dengan *lay up* membelakangi ring basket, *lay up under basket* (dibawah ring basket), *lay uphook* dan *lay up jump hook*, cara lain yang bisa dijadikan pilihan selain *lay up* biasa (Jon Oliver, 2007: 16). *Lay up* adalah usaha memasukkan bola ke ring atau keranjang basket dengan dua langkah dan meloncat agar dapat meraih poin.



Gambar 1. Gerakan *lay up*  
(Nuril Ahmadi 2007: 20)

Menurut Hall Wissel (1996:61-62) bahwa terdapat beberapa kunci sukses melakukan tembakan *lay up* yaitu:

1. Fase persiapan: a. langkah pertama harus panjang atau jauh untuk memelihara keseimbangan, b. langkah kedua pendek untuk memperoleh awalan tolakan yang kuat agar dapat melompat yang tinggi, c. bahu rileks, d. tangan yang tidak shooting diletakkan di bawah bola, e. tangan yang *shooting* diletakkan di belakang bola, f. siku masuk dan rapat.



Gambar 2.Gerakan Fase Persiapan  
(Hall Wissel, 1996:61)

2. Fase pelaksanaan: a. angkat lutut untuk melompat kearah vertikal, b. tangan yang *shooting* diangkat lurus ke atas, c. bola dilepas dengan kekuatan ujung jari pada titik tertinggi dan memantul di sekitar garis tegak sebelah kanan pada petak kecil di atas keranjang, jika dilakukan dari sisi kanan.



Gambar 3.Gerakan Fase Pelaksanaan  
(Hall Wissel, 1996:61)

3. Fase *follow through*: a. mendarat dengan seimbang, b. lutut ditekuk dan c. tangan ke atas.

**a. *Lay Up Shoot Langsung ke Ring Basket***

- 1) Sikap awal, pemain (siswa) bergerak menangkap bola sambil melayang dan melompat ke depan,tangkapan menggunakan dua tangan dan begitu mendarat.
- 2) Pelaksanaan, lakukan satu langkah pendek ke depan kemudian menolak ke atas sambil menangkap bola di depan ke atas pandangan jangan sampai tertutup bola, setelah mencapai titik lompatan tertinggi tembaklah bola ke basket dengan satu tangan dibantu dengan lecutan dari pergelangan tangan lalu mendarat di bawah ring basket dengan kedua kaki mengeper (Muhajir, 2006: 17).



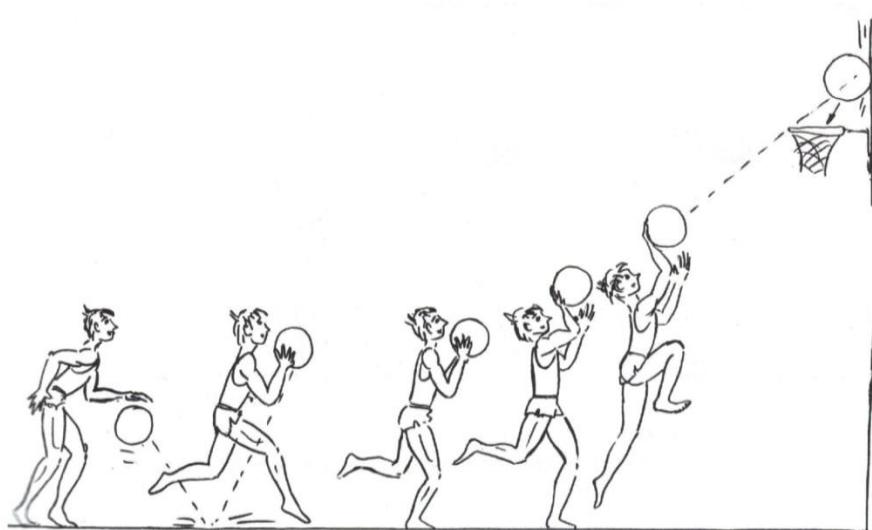
Gambar 4. Gerakan *lay up* langsung ke ring basket  
(Muhajir, 2006: 17)

Adapun kesalahan yang sering terjadi pada saat melakukan *lay up* menurut Muhajir, (2007: 17) adalah langkah pertama terlalu tinggi, penerimaan bola tidak dalam sikap melayang, pada saat melepaskan

bola dengan kekuatan besar dan lengan tidak diluruskan, sehingga pantulan bola berlebihan dan pada saat melayang kaki aktif bergerak.

**b. *Lay Up Shoot* Melalui Papan Pantul**

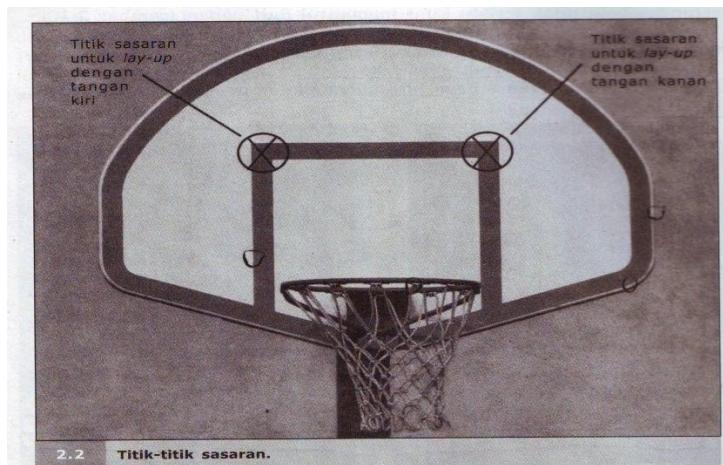
Tembakan ini dilakukan sebagai berikut menangkap bola sambil melayang kemudian menempat dengan satu kaki setelah itu melangkahkan kaki yang lain ke depan dengan menempat satu kaki dan yang terakhir melompat setinggi-tingginya atau sedekat-dekatnya dengan basket. Biasanya tembakan ini dilakukan dari samping (kiri atau kanan) basket dan bola dipantulkan lebih dulu ke papan.(Imam Sodikun, 1992:64).



Gambar 5.Gerakan keseluruhan *lay up*  
. (Imam Sodikun, 1992:64)

Ada tiga hal yang perlu diperhatikan dalam tembakan *lay up* menurut Sukintaka (1979:23) adalah a) saat menerima bola harus dalam keadaan melayang, b) saat melangkah pertama harus lebar atau jauh untuk memelihara keseimbangan, langkah kedua pendek untuk memperoleh

awalan tolakan agar dapat melompat setinggi-tingginya, c) saat melepaskan bola harus dilepas dengan kekuatan kecil, perhatikan pantulan pada papan disekitar garis tegak sebelah kanan pada petak kecil di atas basket, kalau arah bola dari kanan.

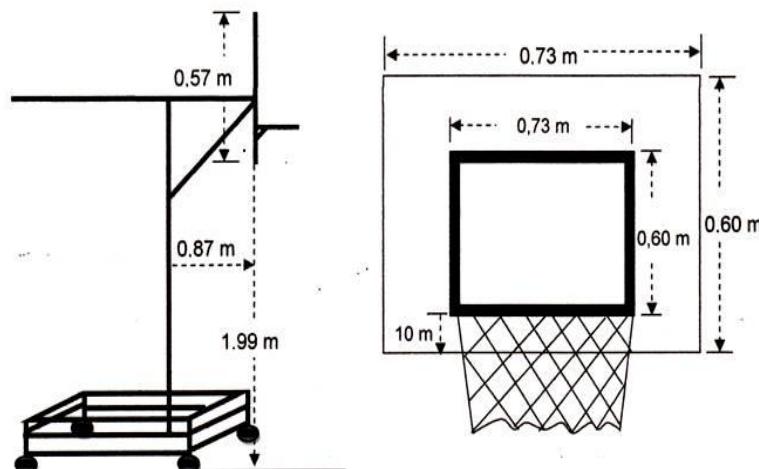


Gambar 6. Papan pantul  
(John Oliver)

Sesuai dengan peraturan permainan bahwa seorang pemain yang menerima bola saat melayang, maka pemain tersebut diperbolehkan untuk menambah langkah 2 (dua) hitungan, dan hitungan ketiga adalah saat melepaskan bola sebagai suatu tembakan. Langkah *lay up* dapat dilakukan sebagai berikut : Bila saat menerima bola dalam keadaan melayang dengan kaki kanan di depan, maka hitungan satu dikenakan pada saat kaki kanan mendarat di lantai, hitungan dua pada saat kaki kiri melangkah ke depan dan mendarat, sedang hitungan tiga adalah saat melepaskan bola untuk tembakan. Yaitu pada saat tercapainya titik tertinggi dan sedekat mungkin dengan simpai, sesaat dalam keadaan berhenti di udara (A. Sarumpaet, dkk 1992: 235). Begitu juga sebaliknya bila saat menerima bola dalam keadaan

melayang dengan kaki kiri di depan, maka hitungan satu dikenakan pada saat kaki kiri mendarat di lantai, hitungan dua pada saat kaki kanan melangkah ke depan dan mendarat, sedang hitungan ketiga adalah saat melepaskan bola untuk tembakan.

*Shooting*, khususnya tembakan *lay up* merupakan keahlian yang sangat penting dalam bolabasket disamping teknik dasar yang lain. Penembak yang baik sering disebut dengan *pure shooter*, disebut demikian karena kehalusan tembakannya. Penembak yang handal itu merupakan hasil dari latihan, bukan bawaan dari lahir. *Shooting (lay up)* adalah suatu teknik yang dapat dilatih sendiri setelah mengerti mekanisme tembakan yang benar Hall Wissel (2000: 46).



Gambar 6. Gambar papan pantul  
(Mirdapauweni.2001)

Dalam melakukan tembakan *lay up* sangat diperlukan adanya ketepatan dalam mengarahkan bola ke ring basket. Menurut Hall Wissel

(1996: 44). Keahlian dasar yang harus dilatih dalam tembakan *lay up* adalah keakuratan dalam *shooting*. Salah satu faktor yang menetukan untuk menghasilkan suatu tembakan yang akurat adalah sudut tembakan.

Adapun kesalahan-kesalahan yang sering terjadi pada saat melakukan tembakan *lay up* menurut Hall Wissel (2000: 62-63) adalah:

1. Pada saat mengambil ancang-ancang menggunakan lompatan jauh (imbang ke depan atau ke samping) daripada melompat tinggi
2. Sebelum melakukan tembakan, bola diputar ke arah dalam sehingga mudah dihalang atau dicuri oleh lawan.
3. Kehilangan kontrol bola karena terlalu cepat menarik tangan penyeimbang pada bola.
4. Tembakan menggunakan tangan yang jauh dari ring sehingga menghasilkan bola yang memutar menjauhi ring. Bola memantul terlalu rendah pada papan dan keluar, karena tembakan bola tidak lebih tinggi dari papan.

#### **4. Hakikat Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA)**

Menurut Sukintaka (1992: 45-47), anak tingkat SLTA kira-kira berumur 16 sampai 18 tahun, mempunyai karakteristik :

1. Jasmani, memiliki kekuatan otot dan daya tahan otot berkembang dengan baik dan biasanya senang dengan keterampilan yang baik pula. Pada anak laki-laki keadaan jasmaninya cukup matang sedangkan pada anak puteri proporsi tubuhnya menjadi lebih baik. Mereka mampu

menggunakan energy dengan baik serta mampu membangun kemampuan mereka dengan sangat mengagumkan.

2. Psikis atau mental, biasanya anak-anak usia ini banyak memikirkan dirinya sendiri akan tetapi mental mereka menjadi stabil dan matang karena mendapatkan pengalaman dari segala yang mereka alami. Mereka sangat senang dengan hal-hal yang ideal dan senang sekali memutuskan masalah-masalah seperti pendidikan, pekerjaan, perkawinan, peristiwa dunia dan politik dan kepercayaan.
3. Sosial, mereka sadar dan peka terhadap lawan jenis merasa lebih bebas membuat mereka berusaha lepas dari lindungan orang dewasa dan senang kepada masalah perkembangan sosial. Senang kepada kebebasan diri dan berpetualang membuat mereka sadar untuk berpenampilan lebih baik, mulai tidak senang dengan persyaratan-persyaratan yang ditentukan oleh orang tua mereka dan pandangan kelompoknya sangat menentukan sikap kepribadian mereka.
4. Perkembangan motorik anak mencapai pertumbuhan dan perkembangan menjelang masa dewasanya, keadaan tubuh pun akan menjadi lebih kuat dan lebih baik, maka kemampuan motorik dan keadaan psikisnya juga telah siap untuk menerima latihan-latihan peningkatan keterampilan gerak menuju prestasi olahraga yang lebih tinggi. Oleh karena itu mereka telah siap dilatih secara intensifdi luar jam pelajaran, bentuk penyajian pembelajaran sebaiknya dalam bentuk latihan dan tugas. Usaha pendidikan jasmani perlu

menggiatkan/mengintensifkan ekstrakurikuler seperti: olahraga prestasi, berpetualang, pecinta alam, pendaki gunung, kepramukaan, dan PMR.

## **5. Profil Ekstrakurikuler Bolabasket SMA Pangudi Luhur Yogyakarta**

SMA Pangudi Luhur Yogyakarta terletak di Jln. Senopati no.18, Yogyakarta dan didirikan pada tanggal 9 Agustus 1952, dipimpin Br. Herman Yoseph, FIC. Jumlah kelas di SMA ini terbagi 6 kelas setiap tingkat program jurusan IPA dan IPS. Jenis ekstrakurikuler di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta ini yang termasuk ekstrakurikuler olahraga adalah Bulutangkis, Taekwondo, Bolavoli, Bolabasket dan Sepakbola sedangkan yang termasuk non olahraga antara lain Pramuka, teknologi Informatika dan Komunikasi (TIK), Palang Merah Remaja (PMR) dan GPC. Melihat tujuan dari ekstrakurikuler maka jelas bahwa diharapkan pihak sekolah berusaha memupuk kegemaran dan bakat para siswa agar mereka mempunyai kesempatan untuk mengembangkan bakat olahraga melalui kegiatan ekstrakurikuler. Dengan mengikuti ekstrakurikuler bolabasket diharapkan bisa menjadi tim inti sekolah serta bisa mewakili sekolah dalam event pertandingan bolabasket dan diharapkan akan mendapatkan prestasi bolabasket. Dan tidak disangka SMA Pangudi Luhur pernah menjuarai liga Hexos yang selalu diadakan tiap tahunnya. Dan belum lama ini SMA Pangudi Luhur mendapatkan hasil yang mengagumkan yaitu juara 2 di ajang DBL jogja Series 2013.

Maka dari itu antusias para siswa untuk mengikuti ekstrakurikuler ini sangat baik, kegiatan ekstrakurikuler bolabasket dilaksanakan dua kali seminggu pada hari Selasa dan Jumat yang dilakukan pada sore hari dimulai pukul 15.30-17.00 WIB. Kebanyakan siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolabasket di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta adalah siswa kelas X dan XI, sedangkan kelas XII hanya beberapa siswa saja karena siswa kelas XII sudah mulai mempersiapkan ujian semester dan ujian nasional. Siswa yang mengikti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta sebanyak 70 siswa yang terdiri dari 55 siswa putera dan 15 siswa puteri. Sarana dan prasarana ekstrakurikuler bolabasket yang ada di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta, terdiri dari 1 lapangan bolabasket, 2 buah papan pantul, 10 buah bolabasket, 2 keranjang/ ring basket, 2 stopwatch, 1 peluit, 1 papan pencatat angka dan 4 jaring.

## B. Penelitian Yang Relevan

1. Alfian Harianto (2010) dengan judul Perbedaan keefektifan *Under the Basket Shoot* Melalui Papan Pantul Dengan Langsung ke Ring Basket Pada Siswa Putra Kelas X SMK N 2 Wonosari Gunungkidul tahun Ajaran 2009/2010. Penelitian ini merupakan penelitian komparasional dengan menggunakan metode *survey*. Populasi dari penelitian ini adalah siswa putra kelas X SMK N 2 Wonosari Gunungkidul TahunAjaran 2009/2010, dengan sampel yang berjumlah 58 anak diambil menggunakan teknik *random sampling* dengan penggunaan proporsi sampel yang ada. Instrumen yang digunakan adalah tes pengukuran *under the basket shoot*

melalui papan pantul dan *under the basket* langsung ke ring basket. Teknik analisis data menggunakan *Independent Sampel T test* yang merupakan uji dua rata-rata dari satu sampel *independent* (tidak berkait) dengan uji-t untuk satu sampel tidak berkorelasi pada taraf signifikansi 5%.

Hasil penelitian menunjukkan nilai t hitung ( $1,914 > 1,658$ ) dengan signifikansi 0,048, hal tersebut dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara perbedaan *under the basket shoot* melalui papan pantul dengan *under the basket shoot* langsung ke ring. Berdasarkan perbedaan nilai mean (rerata) diperoleh *under the basket shoot* melalui papan pantul (13,78) lebih tinggi daripada *under the basket shoot* langsung ke ring (12,22). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa adanya perbedaan yang signifikan keefektifan *under the basket shoot* melalui papan pantul dengan *under the basket shoot* langsung ke ring basket dan kemampuan *under the basket shoot* melalui papan pantul lebih baik serta lebih efektif daripada *under the basket shoot* langsung ke ring.

2. Hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Satria Wijaya (2009: 23) yang berjudul perbedaan efektifitas tembakan *lay up shoot* dengan melalui papan pantul dan langsung ke ring basket pada mahasiswa putra yang mengikuti UKM bolabasket di UNY tahun ajaran 2008/2009. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survey dan teknik pengumpulan data dengan menggunakan tes dan pengukuran. Sampel yang digunakan adalah sebagian populasi yang diambil dengan teknik purposive sampling, yaitu

28 mahasiswa putra UKM bolabasket di UNY tahun ajaran 2008/2009 yang aktif mengikuti UKM bolabasket dan sudah bisa bermain dengan baik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa  $t$  hitung = 4,448 lebih besar dari  $t$  *table* = 1,703. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan efektifitas *lay up shoot* melalui papan pantul dan langsung ke ring basket pada mahasiswa putra yang mengikuti UKM bolabasket di UNY tahun ajaran 2008/2009. Ternyata *lay up shoot* melalui papan pantul hasilnya lebih efektif dibandingkan *lay up shoot* langsung ke ring basket. Hal ini dapat dilihat dengan besarnya rerata yaitu 6,50 untuk *lay up shoot* melalui papan pantul, dan 5,43 untuk *lay up shoot* langsung ke ring basket

### C. Kerangka Berpikir

Bolabasket adalah olahraga permainan menggunakan bola besar yang dimainkan oleh dua tim, masing-masing tim terdiri dari 5 pemain. Adapun tujuan dari permainan bolabasket adalah berusaha untuk memasukkan bola ke basket lawan sebanyak-banyaknya dengan cara yang sportif sesuai dengan aturan yang telah disepakati. Hal itu disebabkan karena regu yang menciptakan angka (*score*) paling tinggi adalah pemenangnya dengan demikian keterampilan menembak (*shooting*) dalam permainan bolabasket sangat penting untuk dikuasai dengan baik.

*Lay up shoot* merupakan salah satu bagian dari teknik menembak dalam permainan bolabasket. *Lay up shoot* adalah jenis tembakan yang sering

dilakukan di dalam area pertahanan lawan karena mempunyai beberapa keuntungan dan kelebihan, diantaranya adalah sangat dekat dengan ring basket, sehingga kemungkinan bola masuk sangat besar. *Lay up shoot* bisa dilakukan dengan cara melalui papan pantul dan langsung ke ring basket dengan diawali menggiring bola atau operan dari teman.

*Lay up shoot* merupakan tembakan yang paling mudah dilakukan dalam bolabasket akan tetapi tidak semudah seperti yang dibayangkan. Keberhasilan dalam melakukan *lay up* masih membutuhkan penggunaan teknik dan pengambilan langkah yang tepat untuk memaksimalkan hasil tembakan tersebut. Secara sekilas gerakan *lay up shoot* sebagai kemampuan yang sederhana dan mudah dilakukan, tetapi jika dikaji secara lebih mendalam kemampuan *lay up shoot* cukup rumit. Setiap pemain bola basket harus mampu melakukan gerakan *lay up shoot* dengan benar. Hal ini disebabkan pentingnya *lay up shoot* dalam permainan bolabasket, terutama dalam hal mencetak angka.

Melihat tujuan dari ekstrakurikuler maka jelas bahwa diharapkan pihak sekolah berusaha memupuk kegemaran dan bakat para siswa agar mereka mempunyai kesempatan untuk mengembangkan bakat olahraga melalui kegiatan ekstrakurikuler. Dengan mengikuti ekstrakurikuler bolabasket diharapkan bisa menjadi tim inti sekolah serta bisa mewakili sekolah dalam event pertandingan bolabasket dan diharapkan akan mendapatkan prestasi bolabasket. Dan tidak disangka SMA Pangudi Luhur pernah menjuarai liga Hexos yang selalu diadakan tiap tahunnya.

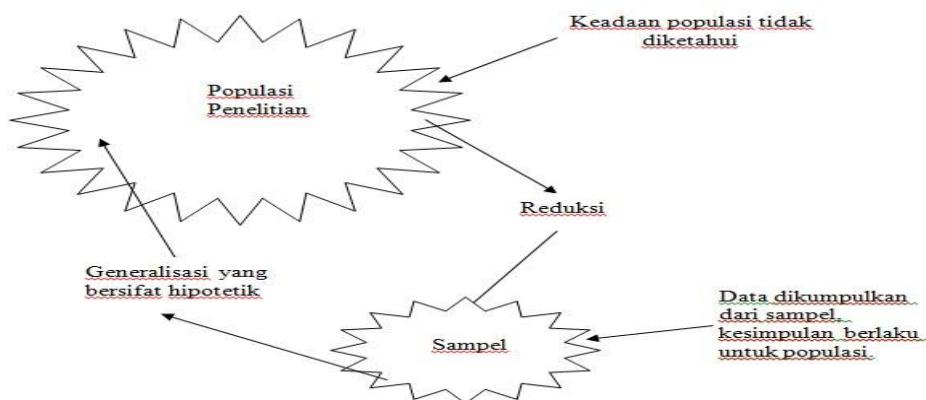
## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian komparasi yaitu penelitian yang berusaha untuk menemukan persamaan dan perbedaan tentang benda-benda, tentang orang, tentang prosedur kerja, tentang ide-ide dan kritik terhadap orang, kelompok dan terhadap suatu ide atau prosedur kerja. Metode yang digunakan adalah metode survei dengan teknik tes dan pengukuran. Metode survei merupakan metode yang biasa dilakukan untuk subjek penelitian yang banyak, dimaksudkan untuk mengumpulkan pendapat atau informasi mengenai status gejala pada waktu penelitian dilangsungkan. Informasi yang diperoleh dari penelitian survei dapat dikumpulkan dari seluruh populasi dan dapat pula dari hanya sebagian populasi (Suharsimi Arikunto, 1987: 312).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan keefektifan *lay up shoot* melalui papan pantul dan langsung ke ring basket pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler SMA Pangudi Luhur Yogyakarta 2012-2013.



Gambar 4 – 03: Penelitian bekerja dengan data sampel, ada Hipotesis statistik.

## B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui kemampuan *lay up shoot* melalui papan pantul dan *lay up shoot* langsung ke ring basket. Agar tidak terjadi salah penafsiran dalam penelitian ini, maka berikut ini beberapa definisi operasional yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

1. *Lay up shoot* melalui papan pantul adalah tembakan yang dilakukan dengan di pantulkan terlebih dahulu ke papan pantul sebelum bola masuk ke ring basket. Siswa melakukan *lay up* sebanyak 8 kali dengan penilaian skor 1 untuk bola yang masuk dan skor 0 untuk bola tidak masuk atau terjadi pelanggaran. Penilaian untuk mengetahui keefektifan dari penelitian *lay up shoot* melalui papan pantul dan langsung ke ring basket tersebut sesuai dengan menggunakan tes kemampuan *lay up shoot*, dari Imam Sodikun, (1992: 125).
2. *Lay up shoot* langsung ke ring basket adalah tembakan yang dilakukan dengan cara langsung ke ring basket tanpa melalui papan pantul terlebih dulu. Siswa melakukan *lay up* sebanyak 8 kali dengan penilaian skor 1 untuk bola yang masuk dan skor 0 untuk bola tidak masuk atau terjadi pelanggaran. Penilaian untuk mengetahui keefektifan dari penelitian *lay up shoot* melalui papan pantul dan langsung ke ring basket tersebut sesuai dengan menggunakan tes kemampuan *lay up shoot*, dari Imam Sodikun, (1992: 125).

### **C. Populasi dan Sampel Penelitian**

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket SMA Pangudi Luhur Yogyakarta sebanyak 70 siswa. Sampel dalam penelitian ini diambil dari 70 anak yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket dengan cara dan ketentuan anak tersebut dipilih oleh pelatih untuk menjadi tim inti sebanyak 30 siswa, sehingga teknik sampling dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*.

### **D. Waktu dan Tempat Penelitian**

Pengambilan data penelitian dilakukan pada tanggal 6 Januari 2013 di lapangan bolabasket SMA Pangudi Luhur Yogyakarta pada waktu eksktrakurikuler pukul 15.00 – 17.00 WIB.

### **E. Instrumen Penelitian, Validitas, dan Reliabilitas**

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes keterampilan *lay up* dari Imam Sodikun (1992: 125) yang dimodifikasi oleh Satria Wijaya (2009: 23). Tes yang dimodifikasi diantaranya yaitu: 1) pada saat melakukan *lay up shoot* dari sebelah kanan saja, karena orang coba tidak ada yang kidal. 2) saat pelepasan bola ada dua cara yang digunakan yaitu melalui papan pantul dan langsung ke ring basket. Ada 2 teknik *lay up shoot* yang digunakan dalam penelitian ini yaitu: 1) *lay up shoot* dengan teknik melalui papan pantul, 2) *lay up shoot* dengan teknik langsung ke ring basket.

1. Tes *lay up shoot* dengan teknik melalui papan pantul

Pelaksanaan tes keterampilan *lay up shoot* melalui papan pantul sebagai berikut:

Tujuan : mengukur keterampilan *lay up shoot* melalui papan pantul

Peralatan : lapangan, bolabasket,peluit, lembar skor

Petunjuk : *testee* berada di dalam lapangan bagian samping kanan lapangan sambil memegang bola. Kemudian menggiring bola sendiri menuju ke basket kemudian melakukan gerakan *lay up shoot*.

Skor : tembakan yang sah adalah dilaksanakan dengan langkah *lay up shoot* yang benar dan menghasilkan bola masuk ke basket. Skor berdasarkan bola masuk dengan langkah yang benar (Imam Sodikun, 1992: 125) penilaian adalah skor yang diperoleh selama *lay up shoot* 8 kali, dan setiap bola masuk mendapatkan nilai 1.

Peraturan : apabila terjadi suatu pelanggaran, maka bola dianggap tidak masuk dan medapatkan skor 0.

Pelaksanaan tes dilakukan dari sisi sebelah kanan karena anak coba tidak ada yang kidal.

Pelaksanaan tes diawali dengan pemanasan dilanjutkan dengan contoh pelaksanaan *lay up shoot* dengan cara melalui papan pantul, baru dilaksanakan tes *lay up shoot* sebanyak 8 kali.

2. Tes *lay up shoot* dengan teknik langsung ke ring basket.

Pelaksanaan tes keterampilan *lay up shoot* langsung kering basket sebagai berikut:

Tujuan : mengukur keterampilan *lay up shoot* langsung ke ring basket

Peralatan : lapangan bolabasket, bolabasket, peluit, lembar skor

Petunjuk : *testee* berada di dalam lapangan bagian samping kanan lapangan sambil memegang bola. Kemudian menggiring bola sendiri menuju ke basket kemudian melakukan gerakan *lay up shoot*.

Skor : tembakan yang sah dilaksanakan dengan langkah *lay up shoot* yang benar dan menghasilkan bola masuk ke basket, dilaksanakan 8 kali. Skor berdasarkan bola masuk dengan langkah yang benar (Imam Sodikun, 1992: 125) penilaian adalah jumlah skor yang diperoleh selama *lay up shoot* 8 kali, dan setiap bola masuk mendapat nilai 1.

Peraturan : apabila terjadi suatu pelanggaran, maka bola dianggap tidak masuk dan mendapat nilai 0.

Pelaksanaan tes dilakukan dari sisi sebelah kanan karena anak coba setelah dilakukan pengamatan tidak ada yang kidal.

Pelaksanaan tes diawali dengan pemanasan dilanjutkan dengan contoh pelaksanaan teknik *lay up shoot* dengan

cara langsung ke ring basket, baru dilaksanakan tes *lay up shoot* sebanyak 8 kali.

Teknik ini telah baku dengan diketahui validitasnya yaitu dengan menggunakan validitas isi dan reliabilitas tes ini kembali diujicobakan oleh Asteria Dwi K (2005: 34-35) dengan nilai validitas sebesar 0,509. Relibilitas sebesar 0,675 dengan tes lay up ini layak untuk pengambilan data, maka peneliti tidak perlu mengujikannya kembali.

## F. Teknik Pengumpulan Data

Karena penelitian ini menggunakan tes, maka teknik dan proses pengumpulan data dengan proses tes dan pengukuran. Proses pengumpulan data untuk tes *lay up shoot* melalui papan pantul dan langsung ke ring basket, yaitu dengan cara anggota ekstrakurikuler SMA Pangudi Luhur Yogyakarta dikumpulkan di lapangan dan diberikan penjelasan tentang cara melakukan tes *lay up shoot* dengan teknik yang baik. Kemudian siswa ekstrakurikuler bolabasket SMA Pangudi Luhur Yogyakarta dipanggil satu persatu untuk melakukan tes *lay up shoot* melalui papan pantul dan langsung ke ring basket dengan diawasi oleh petugas pencatat hasil yang telah ditentukan. Tiap pemain melakukan *lay up shoot* 8 kali melalui papan pantul dan 8 kali langsung ke ring basket secara bergantian dan hasilnya dicatat oleh petugas pencatat hasil. Pencatat hasil untuk *lay up shoot* melalui papan pantul dan langsung ke ring basket dengan menghitung jumlah bola yang masuk ke ring basket.

## G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah membedakan rerata. Sedangkan tujuan penelitian ini adalah untuk mencari perbedaan hasil *lay up shoot* melalui papan pantul dan langsung ke ring basket dari sebelah kanan ring basket. Sehingga teknik analisis data yang digunakan adalah membedakan rerata *lay up shoot* melalui papan pantul dengan rerata *lay up shoot* langsung ke ring basket baik putra maupun putri. Rumus yang digunakan adalah :

$$t = \frac{X_1 - X_2}{\sqrt{\frac{\sum D^2 - \frac{\sum D^2}{N}}{N(N-1)}}}$$

- t : Koefisien t-student
- $X_1$  : Rata-rata kelompok ke 1
- $X_2$  : Rata-rata kelompok ke 2
- D : Selisih Pasangan
- N : Jumlah Pasangan

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Data Penelitian**

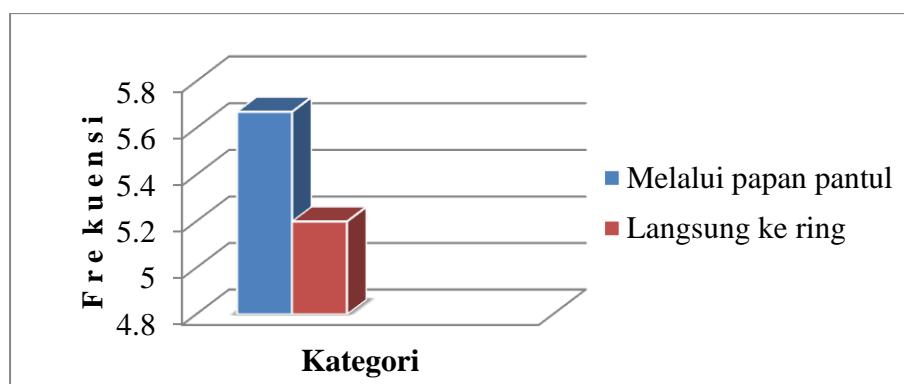
Data yang dikumpulkan dan dianalisis adalah hasil *lay up shoot* dengan cara melalui papan pantul sebanyak 8 kali dan *lay up shoot* langsung ke ring basket sebanyak 8 kali, yang diperoleh dari subjek penelitian. Untuk menjawab hipotesis penelitian ini yaitu “Adakah keefektifan *lay up* melalui papan pantul dan langsung ke ring basket pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta”, terlebih dahulu akan dideskripsikan hasil tes kedua variabel tersebut yaitu sebagai berikut :

**Tabel 1. Analisis Statistik Data Hasil *lay up* Putra melalui papan pantul dan langsung ke ring basket**

	<b>Melalui papan pantul</b>	<b>Langsung ke ring basket</b>
Nilai Minimum	1,00	3,00
Nilai Maksimum	8,00	8,00
Rerata	5,67	5,20
Median	6,00	5,00
Modus	5,00	5,00
Std. Deviasi	5,67	1,57

Data kemampuan *lay up* melalui papan pantul siswa putra, memperoleh nilai maksimum 8,00 dan nilai minimum 1,00 rerata diperoleh 5,67 standar deviasi diperoleh sebesar 1,99, modus sebesar 5,00 dan median sebesar 6,00. Sedangkan kemampuan *lay up* langsung ke ring dari siswa putra, memperoleh nilai maksimum 8,00 dan nilai minimum 3,00 rerata diperoleh 5,20 standar deviasi diperoleh sebesar 1,57 modus sebesar 5,00 dan median sebesar 5,00. Rata-rata *lay up shoot* melalui papan pantul lebih besar daripada

*lay up shoot* langsung ke ring. Hal ini menandakan bahwa *lay up shoot* melalui papan pantul lebih efektif daripada *lay up shoot* langsung ke ring.



Gambar 11. Histogram perbandingan *lay up* Putra melalui papan pantul dan langsung ke ring.

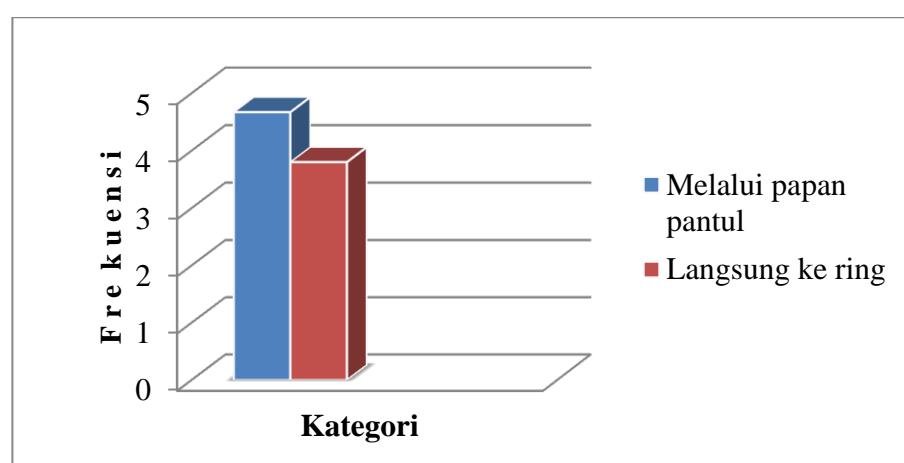
Berdasarkan histogram, maka dapat disimpulkan bahwa *lay up shoot* putra melalui papan pantul lebih efektif daripada *lay up shoot* langsung ke ring. Setelah dilakukan uji-t, maka diperoleh data sig. sebesar 0,659 yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan dari penelitian dan besar t hitung sebesar 4,133.

**Tabel 2. Analisis Statistik Data Hasil *lay up* putri melalui papan pantul dan langsung ke ring basket**

	Melalui papan pantul	Langsung ke ring basket
Nilai Minimum	1,00	2,00
Nilai Maksimum	7,00	7,00
Rerata	4,67	3,80
Median	5,00	3,00
Modus	5,00	3,00
Std. Deviasi	1,55	1,57

Data kemampuan *lay up* melalui papan pantul siswa putri, memperoleh nilai maksimum 7,00 dan nilai minimum 1,00 rerata diperoleh 4,67 standar

deviasi diperoleh sebesar 1,55 modus sebesar 5,00 dan median sebesar 5,00. Data kemampuan lay up langsung ke ring dari siswa putri, memperoleh nilai maksimum 7,00 dan nilai minimum 2,00 rerata diperoleh 3,80 standar deviasi diperoleh sebesar 1,66, modus sebesar 3,00 dan median sebesar 3,00. Rata-rata *lay up shoot* melalui papan pantul lebih besar daripada *lay up shoot* langsung ke ring. Hal ini menandakan bahwa *lay up shoot* melalui papan pantul lebih efektif daripada *lay up shoot* langsung ke ring.



Gambar12. Histogram perbandingan *lay up* putri melalui papan pantul dan langsung ke ring.

Berdasarkan histogram, maka dapat disimpulkan bahwa *lay up shoot* putri melalui papan pantul lebih efektif daripada *lay up shoot* langsung ke ring. Setelah dilakukan uji-t, maka diperoleh data sig. sebesar 0,700 yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan dari penelitian dan besar t hitung sebesar 3,000.

## B. Hasil Uji Prasyarat

Sebelum dilakukan analisis statistik, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi atau uji persyaratan analisis yang meliputi uji normalitas dan uji

homogenitas. Penggunaan uji normalitas dimaksudkan untuk mengetahui normal atau tidaknya distribusi data yang diperoleh, sedangkan penggunaan uji homogenitas dimaksudkan untuk mengetahui apakah sampel penelitian berasal dari populasi yang bersifat homogen.

### 1. Uji Normalitas

Pengujian normalitas menggunakan *Chi Kuadrat*. Dalam uji ini akan menguji hipotesis ( $H_0$ ) yaitu sampel berasal dari populasi berdistribusi normal. Untuk menerima atau menolak hipotesis dengan membandingkan harga *Sig* yang diperoleh dengan 0,05. Kriterianya adalah menerima hipotesis apabila harga *Sig* lebih besar dari 0,05. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 5. Rangkuman Hasil Uji Normalitas**

No	Variabel	$\chi^2_{hitung}$	Signifikan	Kesimpulan
1	Kemampuan Lay up melalui papan pantul siswa putra	4,133	0,659	Normal
2	Kemampuan Lay up langsung ke ring siswa putra	3,800	0,579	Normal
3	Kemampuan Lay up melalui papan pantul siswa putri	3,000	0,700	Normal
4	Kemampuan Lay up langsung ke ring siswa putri	4,667	0,323	Normal

Dari tabel di atas harga  $\chi^2_{\text{hitung}}$  dari kedua variabel masing-masing sebesar 4,133; 3,800; 3,000; dan 4,667, sedangkan nilai Signifikansi yang diperoleh adalah sebesar 0,659; 0,579; 0,700; dan 0,323. Ternyata nilai *Sig* yang diperoleh dari kedua kelompok semuanya lebih besar dari 0,05, sehingga  $H_0$  diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa data dalam penelitian ini semuanya berdistribusi normal.

## 2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas menggunakan Levene Statistik. Dalam uji ini akan menguji hipotesis ( $H_0$ ) bahwa varians dari variabel-variabel tersebut sama.Untuk menerima atau menolak hipotesis dengan membandingkan harga signifikan perhitungan (*Sig*) yang diperoleh dengan 0,05. Kriterianya adalah menerima hipotesis apabila harga Signifikan (*Sig*) lebih besar dari 0,05 ( $Sig > 0,05$ ). Berikut hasil uji homogenitas yang diperoleh:

**Table 6. Hasil Perhitungan Uji Homogenitas**

Variabel	Levene Statistik	Signifikan	Keterangan
Lay up melalui papan pantul siswa putra	0,834	0,369	Homogen
Lay up langsung ke ring siswa putra			
Lay up melalui papan pantul siswa putri	0,151	0,700	Homogen
Lay up langsung ke ring siswa putri			

Dari perhitungan diperoleh harga Levene Statistik pada siswa putra sebesar 0,834, dan *signifikan* perhitungan sebesar 0,369, sedangkan pada siswa putri diperoleh harga levene statistik 0,151 dengan *signifikan* perhitungan 0,700. Ternyata harga *signifikan* yang diperoleh lebih besar dari 0,05 ( $Sig > 0,05$ ). Karena harga *signifikan* hitung lebih besar dari 0,05 ( $Sig > 0,05$ ), maka  $H_0$  diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa varians populasi homogen.

### C. Hasil Pengujian Hipotesis

Hasil perhitungan uji normalitas dan homogenitas menunjukkan bahwa sebarannya normal dan variansinya homogen, sehingga uji prasyarat telah terpenuhi. Statistik yang digunakan untuk menguji perbedaan dua kelompok data yang sebarannya normal dan variansinya homogen adalah menggunakan uji t. Karena dalam penelitian ini sampel yang digunakan adalah sama, maka uji yang digunakan adalah *paired sample t test*. Berikut adalah hipotesis yang akan diuji.

$H_0$  : Tidak terdapat perbedaan yang signifikan efektifitas lay up melalui papan pantul dan lay up langsung ke ring siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta.

$H_a$  : Terdapat perbedaan yang signifikan efektifitas lay up melalui papan pantul dan lay up langsung ke ring siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta.

Selanjutnya adalah pengujian  $H_0$ . Untuk menerima atau menolak hipotesis ( $H_0$ ) adalah dengan membandingkan harga  $t_{\text{hitung}}$  dengan  $t_{\text{tabel}}$  pada

taraf signifikan 0,05. Kriterianya adalah menerima Hipotesis ( $H_0$ ) apabila harga nilai  $t_{hitung}$  lebih kecil dari  $t_{tabel}$  ( $0,739 < (0,05)(14)$ ).

Dari hasil tersebut pada kelompok siswa putra diperoleh bahwa  $t_{hitung} = 0,739$  dan nilai  $t_{(14)(0,05)}$  adalah 1,761. Ternyata nilai  $t_{hitung}$  lebih kecil dari  $t_{tabel}$  ( $t_{hitung} < t_{tabel}$ ) sehingga  $H_0$  diterima, dan  $H_a$  ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwasannya terdapat perbedaan yang signifikan efektifitas lay up melalui papan pantul dan lay up langsung ke ring siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta.

Pada siswa putri, diperoleh bahwa  $t_{hitung} = 2,467$  dan nilai  $t_{(14)(0,05)}$  adalah 1,761. Ternyata nilai  $t_{hitung}$  lebih besar dari  $t_{tabel}$  ( $t_{hitung} > t_{tabel}$ ) sehingga  $H_0$  ditolak, dan  $H_a$  diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan efektifitas lay up melalui papan pantul dan lay up langsung ke ring siswa putri yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta.

#### **D. Pembahasan**

Berdasarkan analisis data hasil penelitian tersebut dapat diperoleh bahwa *lay up* putra maupun putri melalui papan pantul lebih berpengaruh positif dari pada *lay up* putra maupun putri langsung ke ring. *Lay up shoot* melalui papan pantul hasilnya lebih efektif daripada *lay up shoot* langsung ke ring basket. Hal ini dikarenakan sasaran pada papan pantul dapat dilihat langsung, sedangkan ring basket kita lihat dari bawah, padahal masuknya bola melalui atas. Dengan menggunakan papan pantul, sasaran terlihat nyata, yaitu berupa papan, sedangkan jika langsung ke ring basket, sasaran tidak terlihat

nyata yaitu seperti bayang-bayang saja. Selain itu *lay up shoot* dengan cara melalui papan pantul lebih efektif karena pada papan pantul tersebut terdapat kotak kecil, dimana kotak tersebut merupakan bantuan sebagai sasaran untuk memasukkan bola, yaitu dengan memantulkan bola ke kotak kecil yang tergambar pada papan pantul. Kotak kecil itu lebih mudah dilihat oleh subyek daripada memperkirakan memasukan bola langsung ke ring basket melalui papan pantul peluangnya lebih besar daripada yang langsung ke ring.

Kemampuan *lay up* putra melalui papan pantul memiliki rerata 5,67 kemampuan *lay up* putra langsung ke ring memiliki rerata 5,20. Sedangkan Kemampuan *lay up* putri melalui papan pantul memiliki rerata 4,67 kemampuan *lay up* putri langsung ke ring memiliki rerata 3,80. Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa *lay up* putra maupun putri melalui papan pantul lebih efektif dari pada *lay up* putra maupun putri langsung ke ring.

Tembakan *lay up* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bervariasi yaitu pada siswa putra cenderung melakukan *lay up shoot* melalui papan pantul daripada langsung ke ring, mungkin mereka sudah terbiasa dengan teknik tersebut. Siswa putri juga melakukan *lay up shoot* melalui papan pantul dibandingkan *lay up shoot* langsung ke ring basket dikarenakan kecepatan dan teknik yang tidak sebaik pada siswa putra. Berdasarkan hasil tes dan pembahasan, menunjukkan bahwa kemampuan *lay up shoot* melalui papan pantul siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta lebih efektif daripada *lay up shoot* langsung ke ring basket.

## **BAB V** **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dengan analisis data dan pengujian hipotesis, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan keefektifan antara *lay up shoot* melalui papan pantul dan langsung ke ring basket pada siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta.
2. Terdapat perbedaan yang signifikan efektifitas lay up melalui papan pantul dan lay up langsung ke ring siswa putri yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta

### **B. Implikasi**

Dengan diketahuinya perbedaan keefektifan antara *lay up shoot* melalui papan pantul dan langsung ke ring basket pada siswa putri yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta, hasil penelitian ini mempunyai implikasi praktis bagi pihak-pihak yang terkait dengan olahraga bolabasket.

1. Bagi pihak sekolah atau ekstrakurikuler bolabasket dapat digunakan sebagai salah satu pedoman bagi para pelatih untuk menyusun program latihan sehingga latihan akan lebih efektif dan efisien sehingga pencapaian prestasi akan lebih baik.

2. Dapat digunakan sebagai salah satu pedoman dalam pembinaan siswa putri maupun siswa pemula dalam belajar bolabasket khususnya di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta.
3. Bagi lembaga atau instansi, yaitu untuk khasanah pengetahuan ilmu dan teori sehingga dapat menambah kelengkapan ilmu dan teori yang telah ada sebelumnya.

### C. Keterbatasan

Peneliti sudah berusaha keras memenuhi segala ketentuan yang dipersyaratkan, namun bukan berarti penelitian ini tanpa kelemahan dan kekurangan. Beberapa kelemahan dan kekurangan yang dapat dikemukakan dalam penelitian ini antara lain:

1. Peneliti kurang mampu memaksimalkan waktu yang ada dikarenakan para siswa yang terlambat datang pada waktu latihan sehingga menghambat pengambilan data sehingga kurang efisien.
2. Cuaca yang kurang mendukung ( hujan ) walaupun di lapangan indor menjadikan tempat latihan agak licin karena masih ada sedikit air masuk lapangan sehingga para siswa kurang begitu maksimal saat melakukan lay up.
3. Peneliti tidak menghitung validitas dan reliabilitas tes terlebih dahulu sebelum pengambilan data dikarenakan instrumen sudah pernah digunakan oleh orang lain, dan sudah ada nilai validitas dan reliabilitasnya.

## **D. Saran-saran**

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket SMA Pengudi Luhur Yogyakarta khususnya siswa putri, agar terus meningkatkan latihan, khususnya dalam latihan *lay up shoot*, sebaiknya melatih lay up melalui papan pantul, karena hasil yang diperoleh lebih baik daripada *lay up* langsung ke ring basket.
2. Bagi guru penjas atau pelatih ekstrakurikuler bolabasket, agar lebih menekankan pada latihan *lay up* melalui papan pantul daripada *lay up* langsung ke ring basket dalam melatih *lay up* bagi pemula atau siswa putri, karena hasil yang diperoleh lebih baik.
3. Bagi pihak sekolah, agar mendukung program yang disusun oleh pelatih maupun guru penjas dalam mendidik anak didiknya, agar prestasi anak dapat maksimal.
4. Bagi peneliti yang akan datang agar dapat mengadakan pertimbangan penelitian ini dengan menggunakan subyek yang lain, baik dalam kuantitas maupun tingkatan kualitas. Secara kuantitas dengan menambah jumlah subyek yang ada, sedangkan secara kualitas dengan melibatkan taraf kemampuan *lay up* siswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Dedy Sumiyarsono. (2002). *Keterampilan Bolabasket*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- FIBA. (2010). *Peraturan Resmi Bolabasket*. San Juan, Puerto Rico; FIBA.
- Hall Wissel. (1996). *Bolabasket: Langkah Untuk Sukses*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Imam Sodikun. (1992). *Olahraga Pilihan. Bolabasket*. Jakarta. Depdikbud.
- Kejuruan (1987: 9)
- Muhajir. (2006). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk SMA kelas XI*. Jakarta: Erlangga.
- Nuril Ahmadi. (2007). *Permainan Bolabasket*. Solo: Era Intermedia.
- Kasimin (2008: 16)
- Jon Oliver. (2007). *Dasar – Dasar Bolabasket*. Pakar raya: PT Intan Sejati.
- Suharsimi Arikunto. (1987). *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: Bina Aksara.
- Sarumpaet. A, dkk. (1992: 230). *Permainan Besar*. Padang: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Pendidikan.
- Asteria Dwi K (2006: 36-37)
- Satria Wijaya. (2009). *Perbedaan Efektifitas Tembakan Lay Up Shoot Dengan Melalui Papan Pantul Dan Langsung Ke Ring Basket Pada Mahasiswa Putra yang mengikuti UKM Bolabasket di UNY*. SKRIPSI. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sukintaka, dkk. (1979). *Teori Bermain*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.
- Mirdapauweni.blogspot
- \_\_\_\_\_ (1979). *Permainan dan Metodik Buku II*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.

## Lampiran 1. Surat ACC Proposal Skripsi



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
Alamat : Jl. Colombo No. 1, Yogyakarta Telp. 513092

Nomor : 253/POR/VIII/2012

10 Agustus 2012

Lamp. : 1 bendel

Hal : Pembimbing Proposal TAS

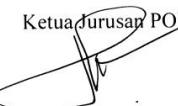
Kepada : Yth. Aris Fajar Pambudi, M.Or.  
Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta

Diberitahukan dengan hormat, bahwa dalam rangka membantu mahasiswa dalam menyusun TAS untuk persyaratan ujian TAS, dimohon kesediaan Bapak/Ibu untuk menjadi pembimbing penulisan TAS saudara :

Nama : Mateas Ari Yuwono  
NIM : 08601244134  
Judul Skripsi : Efektifitas LAY UP SHOOT Melalui Papan Pantul dan Langsung ke Ring Basket Pada Siswa Putra yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bolabasket di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta .

Bersama ini pula kami lampirkan proposal penulisan TAS yang telah dibuat oleh mahasiswa yang bersangkutan, topik/judul tidaklah mutlak. Sekiranya kurang sesuai, mohon kiranya diadakan pembenahan sehingga tidak mengurangi makna dari masalah yang diajukan.

Atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu disampaikan terima kasih.

Ketua Jurusan POR,  
  
Drs. Amat Komari, M.Si.  
NIP. 19620422 199001 1 001.

## Lampiran 2. Lembar Pengesahan

### LEMBAR PENGESAHAN

Proposal Penelitian Tentang :

“EFEKTIFAS LAY UP MELALUI PAPAN PANTUL DAN LANGSUNG KE RING BASKET PADA SISWA YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER BOLABASKET DI SMA PANGUDI LUHUR YOGYAKARTA”

Nama : Mateas Ari Yuwono

Nim : 08601244134

Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Telah diperiksa dan dinyatakan layak untuk diteliti.

Yogyakarta, 3 Januari 2013

Ketua Prodi PJKR,

Drs. Amat Komari,M.Si  
NIP. 19620422 199001 1 001

Dosen Pembimbing,

Aris Fajar Pamabudi, M.Or.  
NIP. 19820522 200912 1 006

Kasubag. Pendidikan FIK UNY,



### Lampiran 3. Surat Permohonan Ijin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 pos 255

Nomor : 10 /UN.34.16/PP/2013                      7 Januari 2013  
Lamp. : 1 Eks.  
Hal : Permohonan Izin Penelitian

Yth. : Gubernur Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta  
cq. Kepala Biro Administrasi Pembangunan  
Setda. Provinsi DIY  
Jl. Malioboro, Yogyakarta

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan pengambilan data dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin Penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Mateas Ari Yuwono  
NIM : 08601244134  
Program Studi : PJKR

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : 15 Desember s/d 15 Januari 2013  
Tempat/Obyek : Lapangan Bola Basket SMA Pangudi Luhur Yogyakarta  
Judul Skripsi : Efektifitas Lay Up Shoot Melalui Papan Pantul Dan Langsung Ke Ring Basket Pada Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Basket Di SMA Pangudi Luhur Yogyakarta.

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dekan,  
  
Dr. Rumpis Agus Sudarko, M.S.  
NIP. 19600824 198601 1 001

Tembusan :

1. Kajur. POR
2. Pembimbing TAS
3. Mahasiswa ybs.

## Lampiran 4. Surat SETDA



### PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA SEKRETARIAT DAERAH

Kompleks Kepatihan, Danurejan, Telepon (0274) 562811 - 562814 (Hunting)  
YOGYAKARTA 55213

#### SURAT KETERANGAN / IJIN

070/262/V/1/2013

- |                 |                                  |           |                     |
|-----------------|----------------------------------|-----------|---------------------|
| Membaca Surat : | Dekan Fak. Ilmu Keolahragaan UNY | Nomor :   | 10/UN.34.16/PP/2013 |
| Tanggal :       | 07 Januari 2013                  | Perihal : | Ijin Penelitian     |
- Mengingat : 1. Peraturan Pemerintah Nomor 41 Tahun 2006, tentang Perizinan bagi Perguruan Tinggi Asing, Lembaga Penelitian dan Pengembangan Asing, Badan Usaha Asing dan Orang Asing dalam melakukan Kegitan Penelitian dan Pengembangan di Indonesia;  
2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 33 Tahun 2007, tentang Pedoman penyelenggaraan Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Departemen Dalam Negeri dan Pemerintah Daerah;  
3. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 37 Tahun 2008, tentang Rincian Tugas dan Fungsi Satuan Organisasi di Lingkungan Sekretariat Daerah dan Sekretariat Dewan Perwakilan Rakyat Daerah.  
4. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pendataan, Pengembangan, Pengkajian, dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta.

DILIBERKATKAN untuk melakukan kegiatan survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan kepada:

Nama	:	MATEAS ARI YUWONO	NIP/NIM	:	08601244134
Alamat	:	Jl. Kolombo No. 1 Yogyakarta			
Judul	:	EFEKTIFITAS LAY UP SHOOT MELALUI PAPAN PANTUL DAN LANGSUNG KE RING BASKET PADA SISWA YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET DI SMA PANGUDI LUHUR YOGYAKARTA			
Lokasi	:	SMA Pangudi Luhur Yogyakarta Kota/Kab. KOTA YOGYAKARTA			
Waktu	:	11 Januari 2013 s/d 11 April 2013			

#### Dengan Ketentuan

1. Menyerahkan surat keterangan/ijin survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan \*) dari Pemerintah Daerah DIY kepada Bupati/Walikota melalui institusi yang berwenang mengeluarkan ijin dimaksud;
2. Menyerahkan soft copy hasil penelitiannya baik kepada Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta melalui Biro Administrasi Pembangunan Setda DIY dalam compact disk (CD) maupun mengunggah (upload) melalui website abdbang.jogjaprov.go.id dan menunjukkan cetakan asli yang sudah disahkan dan dibubuh cap institusi;
3. Ijin ini hanya dipergunakan untuk keperluan ilmiah, dan pemegang ijin wajib mentaati ketentuan yang berlaku di lokasi kegiatan;
4. Ijin penelitian dapat diperpanjang maksimal 2 (dua) kali dengan menunjukkan surat ini kembali sebelum berakhir waktunya setelah mengajukan perpanjangan melalui website abdbang.jogjaprov.go.id;
5. Ijin yang diberikan dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila pemegang ijin ini tidak memenuhi ketentuan yang berlaku.

Dikeluarkan di Yogyakarta  
Pada tanggal 11 Januari 2013  
A.n Sekretaris Daerah  
Asisten Perekonomian dan Pembangunan

Ub.  
Kepala Biro Administrasi Pembangunan  
  
Hendar Susilowati, SH  
NIP.19580120.198503.2.003

#### Tembusan :

1. Yth. Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta (sebagai laporan);
2. Walikota Yogyakarta cq. Dinas Perizinan
3. Ka. Dinas Pendidikan Pemuda dan Olahraga DIY
4. Dekan Fak. Ilmu Keolahragaan UNY
5. Yang Bersangkutan

## Lampiran 5. Surat DINAS PERIZINAN



### DINAS PERIZINAN

Jl. Kenari No. 56 Yogyakarta 55165 Telepon 514448, 515865, 515866, 562682  
EMAIL : perizinan@jogja.go.id EMAIL INTRANET : perizinan@intra.jogja.go.id

#### SURAT IZIN

NOMOR : 070/0088  
0207/34

Dasar : Surat izin / Rekomendasi dari Gubernur Kepala Daerah Istimewa Yogyakarta  
Nomor : 070/262/V/1/2013 Tanggal : 11/01/2013

Mengingat : 1. Peraturan Daerah Kota Yogyakarta Nomor 10 Tahun 2008 tentang Pembentukan, Susunan, Kedudukan dan Tugas Pokok Dinas Daerah  
2. Peraturan Walikota Yogyakarta Nomor 85 Tahun 2008 tentang Fungsi, Rincian Tugas Dinas Perizinan Kota Yogyakarta;  
3. Peraturan Walikota Yogyakarta Nomor 29 Tahun 2007 tentang Pemberian Izin Penelitian, Praktek Kerja Lapangan dan Kuliah Kerja Nyata di Wilayah Kota Yogyakarta;  
4. Peraturan Walikota Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2011 tentang Penyelenggaraan Perizinan pada Pemerintah Kota Yogyakarta;  
5. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor: 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pendataan, Pengembangan, Pengembangan, Pengkajian dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta;

Dijinkan Kepada : Nama : MATEAS ARI YUWONO NO MHS / NIM : 08601244134  
Pekerjaan : Mahasiswa Fak. Ilmu Keolahragaan - UNY  
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta  
Penanggungjawab : Aris Fajar Pambudi, M.Or  
Keperluan : Melakukan Penelitian dengan Judul Proposal : EFEKTIFAS LAU UP MELALUI PAPAN PANTUL DAN LANGSUNG KE RING BASKET PADA SISWA YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET DI SMA PANGUDI LUHUR YOGYAKARTA

Lokasi/Responden : Kota Yogyakarta  
Waktu : 11/01/2013 Sampai 11/04/2013  
Lampiran : Proposal dan Daftar Pertanyaan  
Dengan Ketentuan : 1. Wajib Memberi Laporan hasil Penelitian kepada Walikota Yogyakarta (Cq. Dinas Perizinan Kota Yogyakarta)  
2. Wajib Menjaga Tata tertib dan mentaati ketentuan-ketentuan yang berlaku setempat  
3. Izin ini tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan Pemerintah dan hanya diperlukan untuk keperluan ilmiah  
4. Surat izin ini sewaktu-waktu dapat dibatalkan apabila tidak dipenuhiya ketentuan -ketentuan tersebut diatas  
Kemudian diharap para Pejabat Pemerintah setempat dapat memberi bantuan seperlunya

Tanda tangan  
Pemegang Izin

MATEAS ARI YUWONO

Tembusan Kepada :

- Yth. 1. Walikota Yogyakarta(sebagai laporan)  
2. Ka. Biro Administrasi Pembangunan Setda Prop. DIY  
3. Ka. Dinas Pendidikan Kota Yogyakarta  
4. Ka. SMA Pangudiluhur Yogyakarta  
5. Ybs.



Lampiran 6. Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi

**KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Nama Mahasiswa : Mateas Ari Yunwono  
 NIM : 08601244134  
 Program Studi : PJKR  
 Pembimbing : Aris Fajran Pambudi, M.Or.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda - Tangan
1	4 - 10 - 2012	Bimbingan I Ganti Judul	
2.	6 - 10 - 2012	Bab I Latar Belakang	
3.	20 - 10 - 2012	Bab I Revisi	
4.	10 - 11 - 2012	Bab II	
5.	25 - 11 - 2012	Bab II, masuk bab III	
6.	15 - 12 - 2012	Bab III	
7.	16 - 1 - 2013	Revisi Bab III, Ambil Data	
8.	27 - 1 - 2013	Revisi Bab III, IV	
9.	4 - 2 - 2013	Revisi Bab IV dan V	
10.	18 - 2 - 2013	Revisi Penyajian Data Dan Pembahasan	
11.	27 - 2 - 2013	Revisi Penyajian	

Ketua Jurusan POR  
  
 Drs. Amat Komari, M.Si.  
 NIP. 19620422 199001 1 001.

## Lampiran 7. Petunjuk Pelaksanaan Tes

### **Petunjuk pelaksanaan tes kemampuan *Lay up shoot***

---

Tujuan : Untuk mengukur keterampilan *lay up shoot* langsung ke ring basket

#### Tes *Lay up shoot*

1. Alat dan Fasilitas
  - a. 2 bolabasket
  - b. peluit
  - c. stopwatch
  - d. lapangan bolabasket beserta papan pantul dan ringnya
  - e. blangko hasil tes
2. Testor
  - a. 1 orang pengamat
  - b. 1 orang petugas bola
  - c. 1 orang pencatat hasil
3. Pelaksanaan instrumen tes

*Testee* berada di dalam lapangan bagian samping kanan lapangan sambil memegang bola. Kemudian menggiring bola sendiri menuju ke basket kemudian melakukan gerakan *lay up shoot*.

4. Cara melakukan penilaian

Skor 1 untuk bola yang masuk.

Skor 0 untuk bola tidak masuk atau terjadi pelanggaran.

Lampiran 8.Tabel Hasil Penelitian

**Data perbandingan *Lay up* Putra melalui papan pantul dan langsung ke ring basket.**

Subjek	Melalui papan pantul	Subjek	Langsung ke ring basket
X 1	8.0	X 1	5.0
X 2	6.0	X 2	4.0
X 3	4.0	X 3	3.0
X 4	5.0	X 4	3.0
X 5	5.0	X 5	5.0
X 6	6.0	X 6	5.0
X 7	8.0	X 7	7.0
X 8	5.0	X 8	6.0
X 9	5.0	X 9	4.0
X 10	7.0	X 10	5.0
X11	7.0	X11	8.0
X12	3.0	X12	4.0
X13	7.0	X13	6.0
X14	8.0	X14	5.0
X15	8.0	X15	8.0

**Data perbandingan *lay up* putri melalui papan pantul dan langsung ke ring.**

Subjek	Melalui papan pantul	Subjek	langsung ke ring
Y 1	4.0	Y 1	3.0
Y 2	1.0	Y 2	2.0
Y 3	3.0	Y 3	2.0
Y 4	6.0	Y 4	5.0
Y 5	3.0	Y 5	2.0
Y 6	6.0	Y 6	5.0
Y 7	5.0	Y 7	3.0
Y 8	4.0	Y 8	3.0
Y 9	6.0	Y 9	5.0
Y 10	5.0	Y 10	3.0
Y11	4.0	Y11	3.0
Y12	7.0	Y12	7.0
Y13	5.0	Y13	4.0
Y14	5.0	Y14	7.0
Y15	3.0	Y15	3.0

Lampiran 9. Daftar Peserta Tes

**PESERTA TES *LAY UP SHOOT* PADA SISWA EKSTRAKULIKULER  
BOLABASKET SMA PANGUDI LUHUR YOGYAKARTA**

No.	Nama	Paraf
1	Dian	1.
2	Hana Monika	2.
3	Maria Lovise Ayu	3.
4	Ganish Giovani	4.
5	Klara Puteri	5.
6	Kornelia Diah	6.
7	Theodorine Ernita	7.
8	Angelica	8.
9	Elisabeth Octa	9.
10	Stevilova	10.
11	Carla Yunita	11.
12	Elisabeth Tisna	12.
13	Claudia Alma	13.
14	Angelina Ratna	14.
15	Merlyn	15.
16	Jeencent	16.
17	Michael Suryo	17.
18	Yusuf Hermawan	18.
19	Kidung Risemilie	19.

20	Malvin Vedo	20.
21	Angga	21.
22	Vanus	22.
23	Daniel	23.
24	Wibi	24.
25	Stephanus Prasetya	25.
26	Credo	26.
27	Jati	27.
28	Rafi	28.
29	Deva	29.
30	Ryan	30.

Lampiran 10. Hasil tes *lay up*

NO	NAMA	MELALUI PAPAN PANTUL								
		1	2	3	4	5	6	7	8	JUMLAH
1	DIAN	1	0	0	0	1	1	0	1	4
2	HANA MONIKA	0	0	0	0	0	0	0	1	1
3	MARIA LOVISE AYU	0	0	0	1	0	1	1	0	3
4	GANISH GIOVANI	1	1	0	1	1	0	1	1	6
5	CLARA PUTERI	0	0	1	1	0	0	0	1	3
6	KORNELIA DIAH	1	0	1	1	1	1	0	1	6
7	THEODORINE ERNITA	1	0	0	1	1	0	1	1	5
8	ANGELIKA	0	0	1	1	1	0	1	0	4
9	ELISABETH OCTA	1	1	1	1	0	1	1	0	6
10	STEVLOVA	0	1	0	1	1	0	1	1	5
11	CARLA YUNITA	1	0	0	1	1	1	0	0	4
12	ELISABETH TISNA	1	1	1	1	0	1	1	1	7
13	CLAUDIA ALMA	1	0	1	1	0	0	1	1	5
14	ANGELINA RATNA	1	0	1	1	1	0	0	1	5
15	MERLYN	0	1	0	0	1	0	0	1	3
16	JENCEENT	1	1	1	1	1	1	1	1	8
17	MICHAEL SURYO	1	1	1	1	1	0	1	0	6
18	YUSUF HERMAWAN	1	1	1	0	0	1	0	0	4
19	KIDUNG RISEMILIE	0	1	1	1	0	0	1	1	5
20	MALVIN VEDO	1	0	1	1	0	1	1	0	5
21	ANGGA	0	1	1	1	1	1	1	0	6
22	VANUS	1	1	1	1	1	1	1	1	8
23	DANIEL	1	0	1	0	0	1	1	1	5
24	WIBI	1	1	0	1	0	0	1	1	5
25	STEPHANUS PRASETYA	1	0	1	1	1	1	1	1	7
26	CREDO	0	1	1	1	1	1	1	1	7
27	JATI	0	0	0	1	1	0	0	1	3
28	RAFI	1	1	0	1	1	1	1	1	7
29	DEVA	1	1	1	1	1	1	1	1	8
30	RYAN	1	1	1	1	1	1	1	1	8

NO	NAMA	LANGSUNG KE RING								
		1	2	3	4	5	6	7	8	JUMLAH
1	DIAN	0	0	0	1	1	0	0	1	3
2	HANA MONIKA	1	0	0	0	0	0	0	1	2
3	MARIA LOVISE AYU	1	0	0	0	1	0	0	0	2
4	GANISH GIOVANI	1	1	1	0	0	1	0	1	5
5	CLARA PUTERI	0	0	0	0	1	0	1	0	2
6	KORNELIA DIAH	1	1	1	0	1	0	0	1	5
7	THEODORINE ERNITA	1	0	0	0	0	1	0	1	3
8	ANGELIKA	0	0	0	1	1	0	0	1	3
9	ELISABETH OCTA	1	1	1	1	0	1	0	0	5
10	STEVILOVA	1	1	0	0	1	0	0	0	3
11	CARLA YUNITA	0	0	1	0	0	0	1	1	3
12	ELISABETH TISNA	1	1	1	1	1	0	1	1	7
13	CLAUDIA ALMA	1	1	1	0	1	0	0	0	4
14	ANGELINA RATNA	1	1	1	1	0	1	1	1	7
15	MERLYN	1	0	0	1	0	0	1	0	3
16	JENCEENT	1	1	1	0	0	0	1	1	5
17	MICHAEL SURYO	0	1	1	0	0	1	0	1	4
18	YUSUF HERMAWAN	1	1	0	0	1	0	0	0	3
19	KIDUNG RISEMILIE	0	0	1	0	1	1	0	0	3
20	MALVIN VEDO	1	1	1	0	0	1	0	1	5
21	ANGGA	0	1	1	0	1	1	1	0	5
22	VANUS	1	1	1	1	1	1	1	0	7
23	DANIEL	1	1	1	0	1	0	1	1	6
24	WIBI	1	1	0	0	1	0	0	1	4
25	STEPHANUS PRASETYA	0	1	1	1	0	1	1	0	5
26	CREDO	1	1	1	1	1	1	1	1	8
27	JATI	0	0	1	0	1	1	1	0	4
28	RAFI	1	0	1	1	1	0	1	1	6
29	DEVA	0	0	1	1	1	0	1	1	5
30	RYAN	1	1	1	1	1	1	1	1	8

Lampiran 11. Olah Data

**Frequencies**

**lay up melalui papan pantul**

	Observed N	Expected N	Residual
1	1	4.3	-3.3
3	4	4.3	-.3
4	4	4.3	-.3
5	8	4.3	3.7
6	5	4.3	.7
7	4	4.3	-.3
8	4	4.3	-.3
Total	30		

**lay up langsung ke ring**

	Observed N	Expected N	Residual
2	3	4.3	-1.3
3	8	4.3	3.7
4	4	4.3	-.3
5	8	4.3	3.7
6	2	4.3	-2.3
7	3	4.3	-1.3
8	2	4.3	-2.3
Total	30		

**Test Statistics**

	lay up melalui papan pantul	lay up langsung ke ring
Chi-Square	5.933 <sup>a</sup>	9.667 <sup>a</sup>
Df	6	6
Asymp. Sig.	.431	.139

### Test Statistics

	lay up melalui papan pantul	lay up langsung ke ring
Chi-Square	5.933 <sup>a</sup>	9.667 <sup>a</sup>
Df	6	6
Asymp.		
Sig.	.431	.139

a. 7 cells (100.0%) have expected frequencies less than 5. The minimum expected cell frequency is 4.3.

### Uji Homogenitas

#### Test of Homogeneity of Variances

kemampuan lay up

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.011	1	58	.917

## Analisis Uji T

### T-Test

**Paired Samples Statistics**

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 lay up melalui papan pantul	5.3000	30	1.76459	.32217
	4.5000	30	1.73702	.31714

**Paired Samples Correlations**

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 lay up melalui papan pantul & lay up langsung ke ring	30	.771	.000

**Paired Samples Test**

	Paired Differences							
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
				Lower	Upper			
Pair 1 lay up melalui papan pantul - lay up langsung ke ring	.80000	1.18613	.21656	.35709	1.24291	3.694	29	.001

## Lampiran 12. Dokumentasi

