

**PERBEDAAN KEMAMPUAN *BANK SET SHOOT* DARI SISI KANAN
DAN KIRI PADA TIM BOLABASKET PUTRI SMP NEGERI
SE – KECAMATAN PUNDONG**

SKRIPSI

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



**Oleh
Noviya Sayekti
NIM 10601241044**

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2015**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “Perbedaan Kemampuan *Bank Set Shoot* dari Sisi Kanan dan Kiri pada Tim Bolabasket SMP Negeri Se-Kecamatan Pundong” yang disusun oleh Noviya Sayekti, NIM 10601241044 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, Mei 2015

Pembimbing,



Sridadi, M.Pd.

NIP. 19611230 198803 1 001

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “PERBEDAAN KEMAMPUAN *BANK SET SHOOT* DARI SISI KANAN DAN KIRI TIM BOLA BASKET PUTRI SMP NEGERI SE-KECAMATAN PUNDONG” benar-benar karya 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 ilmiah yang telah lazim.

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

Yogyakarta, Mei 2015

Yang menyatakan,



Noviya Sayekti

NIM. 10601241044

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Perbedaan Kemampuan *Bank Set Shoot* dari Sisi Kanan dan Kiri pada Tim Bolabasket SMP Negeri Se-Kecamatan Pundong” yang disusun oleh Noviya Sayekti, NIM 10601241044 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 25 Juni 2015 dan dinyatakan LULUS.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Sridadi, M. Pd.	Ketua Penguji		29/7/2015
Fathan Nurcahyo, M. Or	Sekretaris Penguji		13/7/2015
Dr. M. Hamid Anwar	Penguji I (Utama)		14/7/2015
Sudardiyono, M. Pd	Penguji II (Pendamping)		14/7/2015

Yogyakarta, Juli 2015
Rakutias Ilmu Keolahragaan



Dekan,
Dis. Rumpis Agus Sudarko, M. S.
NIP. 19600824 198601 01 001

MOTTO

1. Semangat adalah kepingan bara kemauan yang kita sisipkan pada setiap celah dalam kerja keras kita, untuk mencegah masuknya kemalasan dan penundaan. (Penulis)
2. Menghargai waktu, pikiran dan tenaga, karena dari tiga hal tersebutlah sebuah kesempatan emas tercipta. (Bhekti Lestari)

PERSEMBAHAN

Skripsi yang berjudul “Perbedaan Kemampuan *Bank Set Shoot* dari Sisi Kanan dan Kiri pada Tim Bolabasket Putri SMP N Se-Kecamatan Pundong” ini saya persembahkan untuk :

1. Mereka yang telah membesarkan saya dengan penuh kasih sayang, yakni , nenek saya, ayah saya (alm), ibu saya, kekasihku, dan saudara – saudara saya. Terutama kepada ibu saya, Ibu Tugilah dengan segenap jiwa dan raga selalu menyayangi, mencintai, mendoakan, menjaga dan memberikan motivasi serta pengorbanan yang tak ternilai.
2. Adikku Taufiq Hanafie yang selalu memberikan motivasi dan doa.
3. Terima kasih untuk Herri Dwi Prasetyo dan teman – teman PJKR A dan B atas doa, dukungannya selama ini.
4. Sahabat yang aku sayangi, Bhekti Lestari, Rini Fitriyanti, Anisahul Magfudhoh, Faiz, Among, tanpa kalian aku tak bisa setegar ini, dan masih banyak lagi yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, terimakasih atas bantuan, doa, dan dukungan kalian, tanpa kalian aku tidak bisa seperti ini.
5. Almamaterku FIK UNY.

**PERBEDAAN KEMAMPUAN *BANK SET SHOOT* DARI SISI KANAN
DAN KIRI PADA TIM BOLABASKET PUTRI SMP NEGERI SE –
KECAMATAN PUNDONG**

Oleh:

Noviya Sayekti

NIM 10601241044

ABSTRAK

Shooting dapat dilakukan dari sisi mana saja baik dari kiri maupun kanan ring basket. Keterampilan dibutuhkan dalam melakukan *shooting* agar bola dapat tepat masuk kedalam ring. Setiap sisi dalam melakukan *shooting* memiliki tingkat kesulitan masing-masing. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kemampuan *bank set shoot* dari sisi kanan dan kiri ring basket pada tim bolabasket putri SMP Negeri se-Kecamatan Pundong.

Penelitian ini menggunakan metode survey dengan desain *komperatif*. Populasi penelitian ini adalah seluruh anggota ekstrakurikuler bolabasket SMP Negeri se-Kecamatan Pundong berjumlah 32 orang. Teknik pengumpulan sampel menggunakan metode survey dengan teknik tes dan pengukuran. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah AAHPERD (*American Alliance for Health, Physical Education, and Recreation Development*) *basket ball skill test* bagian *side shoot* (Collins and Hodges, 1978: 103). Metode analisis yang digunakan adalah uji perbedaan dengan menggunakan uji t independen sampel dengan taraf signifikansi 5%.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara *bank set shoot* dari sisi kanan dan kiri ring basket pada tim bolabasket putri SMP Negeri se-Kecamatan Pundong. Perbedaan ini ditunjukkan dari nilai t hitung sebesar $(2,110) > t$ tabel $(1,697)$ atau nilai $sig = 0,039 <$ taraf kesalahan $0,05$ (5%). Nilai rata-rata skor yang dihasilkan dari sisi kanan sebesar 11,43. Sedangkan nilai rata-rata skor *shoot* dari kiri ring basket sebesar 10,50. Dengan menggunakan hipotesis alternatif yang menunjukkan bahwa adanya perbedaan *shooting* dari sisi kanan dan kiri yang di terima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *shooting* dari sisi kanan ring basket lebih efektif bola masuk ring dari pada sisi kiri ring basket.

Kata kunci: *kemampuan bank set shoot, bolabasket ,putri SMP Negeri se-Kecamatan Pundong.*

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas karunia-Nya dalam menyelesaikan skripsi ini, yang dimaksudkan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penyusunan skripsi ini tidak dapat berjalan lancar karena adanya uluran tangan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, dengan kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd., M.A. selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan untuk menuntut ilmu di Universitas Negeri Yogyakarta,
2. Bapak Rumpis Agus S., MS. selaku Dekan FIK UNY yang telah berkenan memberikan fasilitas dan sarana prasarana hingga proses studi dapat berjalan dengan baik dan lancar,
3. Bapak Drs. Amat Komari, M. Si. selaku Ketua Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan Rekreasi yang telah memberikan izin penelitian,
4. Ibu Dra. Farida Mulyaningsih, M. Kes. selaku Penasihat Akademik yang telah memberikan bimbingan dan masukan yang membangun selama menuntut ilmu di FIK UNY.
5. Bapak Drs. Sridadi, M. Pd. selaku Pembimbing Skripsi yang telah meluangkan waktu dan pikiran untuk memberikan masukan-masukan yang sangat membangun,
6. Bapak Budi Aryanto, Herri Dwi Prasetyo, dan Bhekti Lestari yang telah membantu dan memberikan saran untuk menyelesaikan penelitian ini,
7. Pelatih dan pengurus ekstrakurikuler bolabasket SMP Negeri 1 Pundong dan SMP Negeri 2 Pundong, yang telah memberikan rekomendasi anak latihnya sebagai *testee* dan membantu dalam pelaksanaan penelitian ini,

8. Sahabat-sahabat saya : Bhekti, Rini, Annisahul, Jatu, Putri, Among, Muhaima, Metta sari, Zhana Arum, dan Windi Widayat
9. Teman-teman dan tim pelatih UKM bolabasket UNY
10. Teman-teman PJKR A 2010, terimakasih atas kebersamaan dan kekompakannya
11. Semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung, penulis ucapkan terimakasih.

Dengan segala kerendahan hati penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun sangat diharapkan demi perbaikan lebih lanjut. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Amin.

Yogyakarta, 25 Juni 2015

Penulis,

Noviya Sayekti

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar belakang masalah	1
B. Identifikasi masalah	4
C. Batasan masalah	4
D. Rumusan masalah	4
E. Tujuan penelitian	5
F. Manfaat penelitian	5
 BAB II KAJIAN TEORI	
A. Deskripsi teori	
1. Permainan bolabasket	7
2. Teknik <i>shooting</i>	12
3. Hahihat kemampuan	21

4. Ekstrakurikuler bolabasket SMP negeri se-kecamatan pundong	22
B. Penelitian yang relevan	25
C. Kerangka berpikir	26
D. Hipotesis penelitian	28

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain penelitian	29
B. Operasional variable penelitian	30
C. Populasi	30
D. Instrumen dan teknik pengumpulan data	30
E. Teknik analisis data	33

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil penelitian	35
B. Pembahasan	45

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	50
B. Implikasi hasil penelitian	51
C. Keterbatasan hasil penelitian	51
D. Saran	51

DAFTAR PUSTAKA	53
-----------------------------	----

LAMPIRAN	55
-----------------------	----

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.Interval Skor <i>Shooting</i> Bolabasket Dari Kanan	36
Tabel 2.Interval Skor <i>Shooting</i> Bolabasket Dari Kiri	38
Tabel 3.Statistik Deskriptif Skor <i>Shooting</i> Bolabasket	40
Tabel 4.Ringkasan Hasil Uji Normalitas Data Penelitian	42
Tabel 5.Ringkasan Uji Homogenitas Varians	43
Tabel 6.Ringkasan Hasil Uji t Independen Sample Pada Data Penelitian	44

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Ring basket	8
Gambar 2. <i>Area for shooting</i>	9
Gambar 3. Posisi tangan	13
Gambar 4. Posisi kaki	13
Gambar 5. Bentuk menembak yang baik	14
Gambar 6. Lengan penembak membentuk huruf L	14
Gambar 7. <i>Follow Through</i>	15
Gambar 8. <i>Set Shoot</i>	17
Gambar 9. Sudut untuk <i>bank shoot</i>	19
Gambar 1. Tembakan <i>Bank Shoot</i>	20
Gambar 11. Desain penelitian	28
Gambar 12. Ilustrasi pelaksanaan tes	31
Gambar 13. Interval Skor <i>Shooting</i> Bolabasket Dari Kanan	37
Gambar 14. Interval Skor <i>Shooting</i> Bolabasket Dari Kiri	39

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Izin Penelitian	56
Lampiran 2. Surat Keterangan Ijin Penelitian dari Pemerintah Daerah DIY	58
Lampiran 3. Surat Keterangan dari BAPEDA Bantul	59
Lampiran 4. Surat Keterangan telah Melakukan Penelitian dari SMP N 1 Pundong	60
Lampiran 5. Surat Keterangan telah Melakukan Penelitian di SMP N 2 Pundong	61
Lampiran 6. Petunjuk Instrumen	62
Lampiran 7. Hasil Uji Validitas dan Reabilitas	65
Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian	68
Lampiran 9. Data kasar pengambilan data	71

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bolabasket sudah berkembang pesat sejak pertama kali diciptakan pada akhir abad ke-19. James Nainsmith, seorang guru pendidikan olahraga di YMCA *International Training School* (kini Springfield College), menciptakan olahraga bolabasket pada musim gugur tahun 1891 (John Oliver , 2003 : vi). Permainan bola basket dimainkan di lapangan yang terbuat dari tanah, lantai yang dikeraskan atau papan kayu. Lapangan tersebut dilengkapi dengan ring (keranjang) dan bola pompa yang sesuai untuk permukaan lapangan, misal bola karet/sintetis untuk lapangan dalam ruangan atau bola kulit untuk lapangan luar ruangan. Lapangan berupa bidang khusus sepanjang sekitar 28 meter dan selebar sekitar 15 meter yang diukur dari sisi dalam garis batas (FIBA, 2010: 1).

Teknik menembak dalam olahraga bolabasket merupakan salah satu teknik yang sangat penting, karena dengan perolehan angka yang didapat dari hasil tembakan ini yang akan menentukan kalah menangnya suatu tim dalam permainan bolabasket. Ambler (1982:9), menyatakan pentingnya menembak,

Keterampilan terpenting dalam permainan bolabasket adalah kemampuan untuk *shooting* atau menembak bola ke dalam keranjang. Keterampilan ini merupakan suatu keterampilan yang memberikan hasil nyata secara langsung. Selain itu memasukkan bola ke dalam keranjang merupakan inti dari strategi pemain bolabasket ini.

Pengertian menembak itu sendiri adalah usaha yang dilakukan oleh seorang pemain untuk memasukkan bola ke dalam keranjang lawan dengan tujuan memperoleh angka atau sekor sebanyak-banyaknya. Teknik dapat

diartikan sebagai cara, jadi teknik menembak adalah cara memasukkan bola ke dalam keranjang dengan cara melemparkan bola menggunakan satu atau dua tangan.

Saat melakukan tembakan seorang pemain dalam usaha memasukkan bola ke keranjang lawan diperkenankan melakukan berbagai cara menembak, sesuai dengan kemahiran dan tentu saja sesuai dengan situasi pemain. Dalam permainan, Haris (1998:26) menjelaskan bahwa teknik *shooting* yang sering digunakan adalah : *Standing shoot (set shoot)*, *Jump shoot*, *Lay up shoot* dan *Slam dunk*

Hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan di lapangan bolabasket SMP N 1 Pundong dan SMP N 2 Pundong pada saat kegiatan ekstrakurikuler bolabasket berlangsung, peneliti mendapati bahwa kondisi lapangan dari lantai, ring basket beserta jaring basketnya, dan papan pantul masih layak digunakan untuk latihan. Jumlah bola kurang mencukupi untuk latihan yaitu 5 sampai 6 bola untuk 32 anak sehingga waktu anak untuk melakukan latihan keterampilan bolabasket masih kurang, minimal ada 10 atau 12 bola agar dapat digunakan 1 bola untuk 3 anak sehingga anak lebih aktif. Waktu latihan yang kurang yaitu sekali dalam seminggu yaitu pada hari Sabtu mulai pukul 15.00 WIB sampai pukul 17.00 WIB. Pelatih ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Pundong dilatih oleh Totok Haryanto dan pelatih SMP N 2 Pundong adalah Kismi.

Shooting merupakan sasaran akhir dalam bermain bolabasket. Keberhasilan suatu regu selalu ditentukan oleh ketepatan dalam melakukan

shooting. Untuk mendapatkan keberhasilan *shooting* diperlukan teknik yang benar. Prestasi yang didapat oleh SMP Negeri 1 Pundong juara 2 porseni antar SMP se-Kabupaten Bantul, SMP Negeri 2 Pundong mendapat peringkat ke 4 pada tahun 2012. Penguasaan gerakan *shooting* tim bolabasket putri di SMP dirasamasih lemah. Hal tersebut disebabkan oleh penguasaan teknik *shooting* yang belum benar. Sikap menembak yang seharusnya dengan posisi lengan seperti huruf L, namun beberapa pemain bolabasket SMP masih menembak dengan posisi lengan seperti huruf V dan beberapa posisi siku pemain masih keluar badan dan lengan anak juga kurang kuat untuk melakukan *shooting*, sehingga banyak *shooting* yang tidak sampai ke ring.

Shooting dalam permainan bolabasket dapat dilakukan dari berbagai sisi yaitu dari sisi kanan ring, dari sisi kiri ring, dan dari sisi tengah. Pada sisi kanan dan kiri ring basket, papan pantul tidak berhadapan dengan penembak, sehingga penembak harus bisa mencari sudut yang tepat agar bola masuk ke dalam keranjang. Seperti yang dikemukakan oleh Lieberman-Cline (1997:102) bahwa sudut 45° adalah posisi yang tepat bagi penembak *bankshoot* (menembak melalui papan pantul), pemain bolabasket SMP lebih sering melakukan teknik *shooting* melalui papan pantul untuk mencetak skor, terutama pada saat pemain menyerang pada sudut 45° dari papan ring. Pada saat penyerangan bola lebih sering dioper ke sisi kanan dan kiri daripada ke sisi tengah, dan taktik penyerangan tersebut lebih sering berhasil untuk mencetak skor.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti ingin melakukan penelitian untuk mengetahui perbedaan kemampuan *shooting* dari sisi kanan dan kiri ring basket pada tim bolabasket putri SMP Negeri se-Kecamatan Pundong.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, masalah yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut :

1. Jumlah bola dan waktu untuk latihan bolabasket masih kurang, sehingga waktu anak untuk melakukan keterampilan bolabasket masih kurang.
2. Beberapa lengan pemain kurang kuat untuk melakukan *shooting* dan beberapa lengan pemain masih membentuk huruf V.
3. Kurangnya pengetahuan tentang pentingnya *shooting* atau menembak bola ke dalam keranjang.
4. Belum diketahuinya perbedaan kemampuan *shooting* dari sisi kanan dan kiri pada tim bolabasket putri SMP Negeri se-Kecamatan Pundong.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas dan agar permasalahan tidak terlalu meluas, maka penelitian ini dibatasi pada masalah perbedaan kemampuan antara *shooting* dari sisi kanan dan kiri ring basket pada tim bolabasket putri SMP Negeri se-Kecamatan Pundong.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas maka dapat ditarik suatu rumusan masalah “Adakah perbedaan kemampuan *bank set shoot* dari sisi kanan dan kiri pada tim bolabasket putri SMP Negeri se-Kecamatan Pundong?”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan kemampuan *bank set shoot* dari sisi kanan dan kiri pada tim bolabasket putri SMP Negeri se-Kecamatan Pundong.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi ilmu pengetahuan mengenai perbedaan kemampuan *shooting* dari sisi kanan dan kiri, selain itu juga sebagai bahan referensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Memudahkan siswa dalam teknik dasar permainan bolabasket khususnya teknik menembak yang efisien dan efektif.

b. Bagi Guru dan Pelatih

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dipergunakan sebagai bahan dan masukan bagi guru dan pelatih dalam meningkatkan kemampuan melatih dan sebagai sarana untuk mengevaluasi keberhasilan dalam mengajar bolabasket.

c. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat dipergunakan sebagai khasanah pengetahuan ilmu dan teori sehingga dapat menambah kelengkapan ilmu dan teori yang telah ada sebelumnya.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Deskripsi Teori

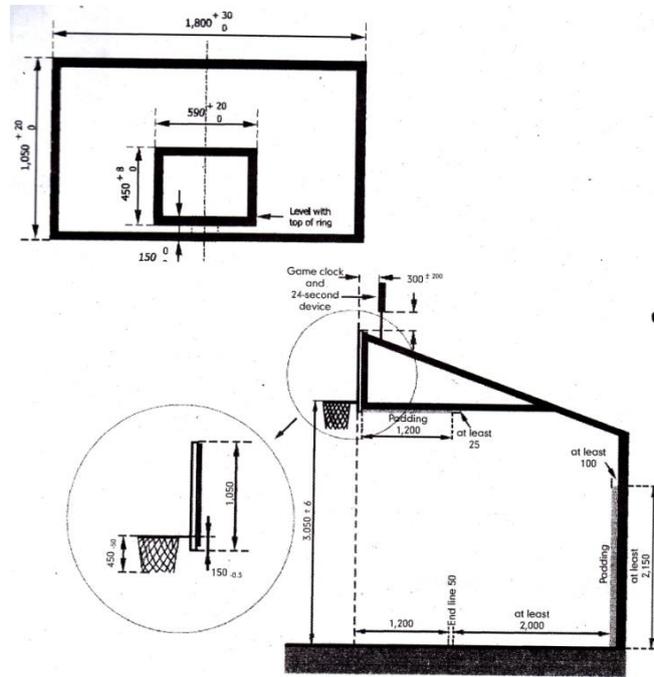
1. Permainan Bolabasket

Bolabasket diciptakan pada Desember 1891 oleh James Nainsmith, seorang anggota sekolah pelatihan YMCA di *Springfield, Massachusetts* (sekarang dikenal sebagai *Springfield College*). Permainan bolabasket dimainkan dengan bola yang terbuat dari kulit, karet atau dari bahan sintetis lainnya. Bola ukuran 7 (keliling lingkaran 749-780milimeter dan 567-650 gram) biasanya digunakan untuk pertandingan bolabasket putra sedangkan bola ukuran 6 (keliling lingkaran 724-737 milimeter dan berat 510-567 gram) biasanya digunakan untuk pertandingan bolabasket putri (Nuril Ahmadi, 2007: 9).

Permainan bolabasket dimainkan di lapangan seluas 28m x 15m dapat terbuat dari tanah, lantai yang dikeraskan, serta papan. Ring basket setinggi 3,05meter. Daerah tembakan untuk mencetak tiga angka adalah sebuah busur dengan jari-jari 6,75 meter yang diukur dari titik di lantai tepat dibawah titik tengah keranjang lawan. Lapangan permainan dibatasi oleh *endline* dan *sideline*. Garis *free throw* dibuat sejajar dengan masing-masing *endline*. Sisi terjauh garis ini 5,80 meter dari sisi dalam online dan panjangnya 3,60 meter (FIBA, 2010: 1-4).

Penilaian dalam permainan bolabasket ini cukup mudah yaitu tiga angka diberikan untuk setiap bola masuk yang dicetak dari luar garis tiga

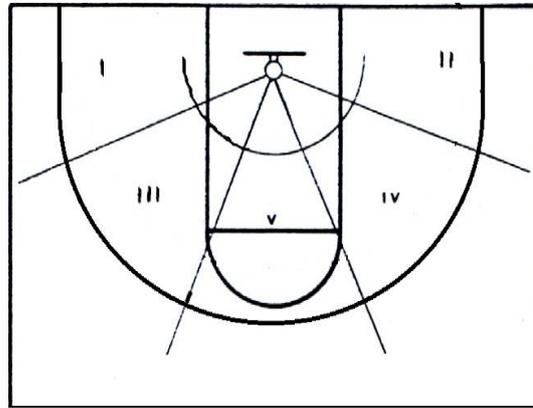
angka, dua angka untuk tembakan lainnya, dan satu angka diberikan untuk setiap tembakan bebas.



Gambar 1. Ring basket
(Nuril Ahmadi, 2007: 10)

Lapangan dilengkapi dengan ring (keranjang) dan bola pompa yang sesuai untuk permukaan lapangan, misal bola karet/ sintetis untuk lapangan dalam ruangan atau bola kulit untuk lapangan luar ruangan. Ring basket dilengkapi dengan papan pantul dibelakangnya. Papan pantul (*backboard*) berbentuk persegi panjang dengan permukaan datar, berukuran horisontal 6 kaki dan vertikal 3,5 kaki atau 4 kaki. Kotak persegi panjang ini diletakkan di belakang ring dengan garis bawahnya sejajar dengan ring. Tiap keranjang berdiameter 18 inchi dan dengan sisi permukaan 10 kaki di atas lantai dan sisi dalam terdekat berjarak 6 kaki dari papan ring (Hal Wissel, 2000: 3).

Meyer dan Schwarz (1965:43-44) membagi daerah tembakan menjadi lima bagian sebagai berikut:



Gambar 2. *Area for shooting*
(Meyer dan Schwarz, 1965: 43)

Daerah I dan II pada gambar 8 mempunyai sudut $21,5^\circ$, segitiga yang lain mempunyai sudut 45° . Sebanyak 48% keberhasilan *shooting* dilakukan dari jarak pendek, 43% dilakukan dari jarak sedang, dan kurang lebih 8% dilakukan dari jarak jauh. Jarak pendek pada daerah III dan IV menghasilkan presentase keberhasilan *shooting* paling besar. Daerah III, IV, dan V memiliki akurasi *shooting* yang lebih bagus daripada daerah I dan II karena penyerangan paling lemah adalah dari daerah yang dekat dengan garis belakang kecuali untuk pemain yang mahir menembak langsung ke ring. Tembakan langsung ke ring mempunyai presentasi paling tinggi pada daerah III dan IV. Sedangkan *bankshoot* mempunyai presentasi paling tinggi pada daerah I,II, dan V.

Para pemain bolabasket harus mengenakan sepatu yang mendukung dan dilengkapi dengan bantalan yang sesuai untuk gerakan-gerakan dinamis

yang dibutuhkan dalam permainan bolabasket. Dianjurkan memakai celana pendek, kaos seragam, pelindung, kaos kaki, aksesoris yang harus terbuat dari karet bukan logam, dan dilarang memakai perhiasan.

Setiap pertandingan dibagi menjadi 4 *quarter* yang masing-masing berlangsung selama 8 hingga 12 menit. Periode perpanjangan waktu digunakan pada waktu hasilnya seri. Lama pertandingan biasanya disesuaikan dengan umur pemain. Jam pengukur waktu dihentikan antara perempatan atau paruh waktu, selama istirahat, ketika bola keluar, dan ketika tembakan bebas dilakukan. Setiap pemain diizinkan untuk melakukan sebanyak-banyaknya 5 kesalahan, para pemain NBA diperbolehkan melakukan enam kesalahan karena pemainnya lebih lama dan gaya permainannya lebih berat. Jika seorang pemain dilanggar pada saat melakukan tembakan, dia diberi dua tembakan bebas atau tiga jika saat itu sedang melakukan tembakan tiga angka (John Oliver, 2003: viii).

Permainan bolabasket mempunyai tujuan memasukkan bola sebanyak mungkin ke keranjang lawan, serta menahan lawan agar tidak memasukkan bola ke keranjang sendiri. Bola hanya dapat diberikan dengan *passing* (operan) dengan tangan atau dengan mendriblenya beberapa kali di lantai tanpa menyentuhnya dengan dua tangan secara bersamaan. Teknik dasar permainan bolabasket meliputi *footwork* (ferakan kaki), *shooting* (menembak atau memasukkan bola ke ring), *passing* (mengoper) ,

catching(menangkap), *dribbling*, *rebound*, bergerak tanpa bola, bergerak dengan bola, dan bertahan (Hall Wissel, 2000: 2).

Prinsip yang mendasar dalam permainan bolabasket ini adalah bahwa permainan ini merupakan suatu permainan yang dilakukan tanpa unsur kekerasan atau tidak begitu kasar, dengan tidak ada unsur menendang, menjegal dan menarik, serta tidak begitu susah dipelajari. Aturan main dalam permainan ini ialah bola tidak boleh dibawa lari, dengan kata lain bola harus dipantulkan sambil berlari atau berjalan atau dioperkan teman seregunya, dengan sasaran akhir yaitu memasukkan bola ke keranjang lawan (Machfud Irsyada, 2000:7).

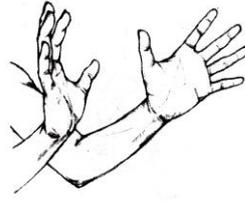
Permainan bolabasket pada dasarnya merupakan permainan beregu. Pada awalnya masing-masing regu terdiri dari 9 pemain dimana 3 orang pemain sebagai pemaindepan, 3 orang sebagai pemain tengah, dan 3 orang sebagai pemain belakang. Hal ini mengalami perkembangan dimana setiap regu terdiri dari 7 orang pemain, dan selanjutnya mengalami perubahan lagi menjadi 5 orang pemain di setiap regu sampai sekarang (Machfud Irsyada, 2000:7). Menurut Hall Wissel (2000:2) posisi pemain yang paling umum pada tim dengan 5 pemain adalah pemain 1 sebagai *point guard (best ball handler)*, pemain 2 sebagai *shooter (best outside shooter)*, pemain 3 sebagai *small forward (versatile inside and outside player)*, pemain 4 sebagai *power forward (strong rebounding forward)*, dan pemain 5 sebagai pemain tengah atau *center (inside scorer, rebounder ,and shot blocker)*.

2. Teknik *Shooting*

Shooting atau menembak adalah *skill* dasar bolabasket yang digunakan untuk mencetak angka Dany kosasih (2008:47). *Shooting* merupakan sasaran akhir setiap pemain dalam bermain bolabasket. Maka keberhasilan suatu regu dalam permainan selalu ditentukan oleh ketepatan dalam *shooting*. Gerakan *shooting* bukan hanya sekedar asal melempar bola, tetapi juga meliputi gerakan mengarahkan dan mengusahakan agar bola jatuh tepat di sasaran.

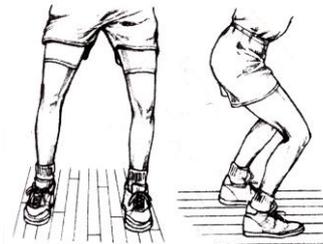
Dalam sebuah penyerangan, tujuan utama pemain adalah mencetak skor. Agar penyerangan menjadi efektif perlu diimbangi dengan kepercayaan diri pada setiap teknik dasar bermain bolabasket. Teknik menembak dalam olahraga bolabasket merupakan salah satu teknik yang sangat penting, karena dengan perolehan angka yang didapat dari hasil tembakan yang akan menentukan kalah menangnya suatu tim. *Shooting* dapat dilakukan dari sisi mana saja. *Shooting* yang dilakukan dari sisi kanan ring basket lebih baik daripada *shooting* yang dilakukan dari sisi kiri maupun tengah (Asep Nugroho, 2008: v).

Menurut Lieberman-Cline (1997: 90) ada beberapa tahap yang perlu diperhatikan dalam teknik *shooting*. Salah satu kunci untuk menjadi seorang penembak yang hebat adalah persiapan. Bersiap-siap atau mempersiapkan diri artinya tangan siapmenerima operan, tubuh seimbang, siap melakukan tembakan, dan mata fokus ke sasaran.



Gambar 3. Posisi tangan
(Lieberman-Cline, 1997:91)

Tangan rileks saat menerima bola. Pertahankan pula agar tangan selalu dalam posisi siap untuk menangkap bola. Setelah menerima operan genggaman tangan menjadi unsur terpenting dalam menentukan mutu tembakan. Ketika akan menembak usahakan posisi tangan tepat di belakang bola, juga penting menempatkan tangan yang lain di samping bola agar bola terjaga keseimbangannya.



Gambar 4. Posisi kaki
(Lieberman-Cline, 1997:93)

Gerakan kaki merupakan kunci keseimbangan dan kecepatan. Ketika bersiap untuk menembak, kaki harus mengarah ke ring, lurus ke depan. Lutut harus sedikit ditekuk untuk menciptakan gerakan lentingan kaki yang lebih sehingga membentuk suatu gerakan lontaran ke atas yang

mudah. Untuk keseimbangan yang baik, berat badan harus bertumpu pada kaki depan untuk membantu menjaga agar tetap lentur dan pada posisi siap.



Gambar 5. Bentuk menembak yang baik
(Lieberman-Cline, 1997:92)

Posisi tubuh yang lebih rendah akan memudahkan gerakan yang lebih efisien. Setelah siap untuk menembak arahkan bahu ke ring dan jaga kepala tetap tegak ke depan dan mata fokus ke ring. Lengan membentuk huruf L pada penembak, dimana sisi bawah lengan sejajar dengan lantai.



Gambar 6. Lengan penembak membentuk huruf L
(Lieberman-Cline, 1997:94)

Pusatkan perhatian dan konsentrasi pada bagian depan lingkaran ring. Kepala selalu tegak, baik sedang menembak maupun tidak sehingga dapat segera menembak karena melihat ring. Pertahankan siku-siku tetap di

dalam. Pegang bola di depan dan di atas bahu untuk menembak, antara telinga dan bahu.



Gambar 7. *Follow Through*.
(Lieberman-Cline, 1997:95)

Gerakan pergelangan dan siku mengarah ke ring. Lepaskan tembakan sedemikian sehingga tidak dapat melihat punggung tangan. Siku diluruskan dan gunakan tenaga dorongan terakhir dari pergelangan tangan. Tembakan bola setinggi-tingginya di atas ring, bukan di depan ring. Dengan lebih lengkung, suatu tembakan akan punya lebih banyak peluang mengenai ring atau papannya dan masuk ke dalam ring untuk mencetak skor.

Tidak semua tembakan dapat masuk ke dalam ring. Ada tembakan yang masuk sehingga menghasilkan skor, namun ada juga tembakan yang gagal masuk ke dalam ring. Hal tersebut tentunya disebabkan oleh banyak faktor. Dedy Sumiyarsono (2002:32) mengemukakan bahwa sukses atau tidaknya suatu tembakan bola ke dalam ring basket dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain adalah :

- a. Jarak
Jarak merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi sukses atau tidaknya suatu tembakan. Melakukan tembakan dengan jarak jauh semakin sulit dan semakin tidak tepat. Sebaliknya, semakin dekat semakin mudah untuk memasukkan bola, akan tetapi menembak persis di bawah basket sangat sulit untuk dilakukan.
- b. Mobilitas
Mobilitas atau gerakan saat melakukan tembakan juga mempengaruhi berhasil atau tidaknya suatu tembakan. Melakukan tembakan dengan sikap berhenti (diam), akan lebih mudah dilakukan dibanding dengan sikap berlari, melompat atau memutar. Hal tersebut disebabkan oleh karena dasar teknik menembak yang belum baik, serta kebiasaan yang dilakukan pada saat latihan.
- c. Sikap penembak
Sikap menghadap, menyerong atau membelakangi basket mempengaruhi sulit atau mudahnya penembak. Menembak dengan sikap permulaan menghadap ke basket akan lebih mudah untuk dilakukan dibanding dengan sikap membelakangi basket.
- d. Ulangan Tembakan
Yang dimaksud dengan ulangan tembakan adalah jumlah kesempatan yang diperoleh penembak untuk melakukan tembakan. Semakin sedikit mendapat jumlah kesempatan menembak maka semakin sulit untuk memperoleh keberhasilan penembak.
- e. Situasi dan suasana
Situasi dan suasana fisik serta psikis seperti adanya penjaga yang menghalang-halangi, mengganggu penembak, keletihan, kecapekan, pengaruh pertandingan baik lawan atau kawan akan berpengaruh pada penembak dalam melakukan tugasnya untuk dapat menghasilkan tembakan yang baik.

Menurut uraian di atas dapat diketahui bahwa banyak yang dapat mempengaruhi keberhasilan *shooting*. Jarak, mobilitas, sikap menembak, ulangan tembakan, situasi dan suasana merupakan sebagian kecil faktor yang mempengaruhi keberhasilan *shooting*, namun masih banyak faktor lain yang seperti hambatan udara, putaran bola, kondisi lapangan, kondisi ring basket, ukuran bola basket, dan lain-lain.

Shooting dapat menutupi kelemahan teknik dasar lainnya. Penembak yang hebat sering disebut *shooter* murni karena kehalusannya dalam menembak, bola meluncur bebas masuk tanpa menyentuh ring. Penembak yang handal itu adalah hasil dari latihan, bukan bakat bawaan dari lahir.

a. *Set shoot*

Ada bermacam-macam teknik *shooting* dalam permainan bolabasket. *Set shoot* merupakan salah satu teknik *shooting* dalam permainan bolabasket. *Set shoot* adalah suatu tembakan tanpa melompat (Danny Kosasih, 2008: 50). Jenis tembakan ini sangat efektif bagi banyak pemain basket, khususnya saat mereka harus menguasai daerah tertentu.



Gambar 8. *Set Shoot*
(Nuril Ahmadi, 2007: 18)

Set shoot sangat mirip dengan *jump shoot* (tembakan dengan awalan melompat) dengan perbedaan pada lompatan yang sesungguhnya (Lieberman-Cline, 1997: 101). Pada *jump shoot* bola

dilepaskan pada titik tertinggi lompatan, sedangkan *set shoot* saat melakukan tembakan bola harus lebih bertumpu pada tangan bukan kaki.

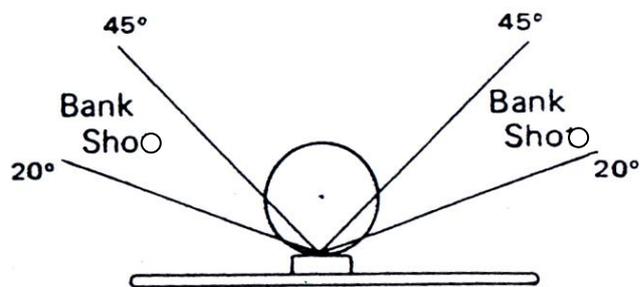
Ada dua tipe dari *set shoot* yaitu *one hand set* atau *push shoot* dan *two hand set* atau *chest shoot* (Mildred J. Barnes, 1972: 38). *One hand set shoot* adalah *set shoot* yang dilakukan dengan satu tangan dari atas kepala. *One hand set shoot* biasanya dilakukan pemain segera setelah menerima operan atau dapat juga dilakukan setelah mendribble. *One hand set shoot* biasanya mempunyai akurasi yang lebih baik dari pada *shoot* menggunakan dua tangan (Ebert and Cheatum, 1972: 86). Sedangkan *two hand set shoot* adalah *set shoot* yang dilakukan dengan dua tangan dari depan dada. *Two hand set shoot* biasanya dilakukan tanpa dribble. Pada saat akan melakukan *two hand set shoot*, posisi badan seperti melakukan *chest pass* (Mildred J. Barnes, 1972: 40).

Pelepasan bola untuk *one hand set shoot* terkadang lebih cepat dari pada *two hand set shoot*, tetapi untuk pemain wanita yang tidak punya cukup kekuatan untuk mendorong bola dengan satu tangan, mereka lebih berhasil menggunakan *two hand set shoot*. Seperti yang dikemukakan oleh Ebert dan Cheatum (1972: 87) “*The two hand set shoot is effective for a player lacking sufficient strength for the one hand set shoot, and closely resembles the two hand chest pass*”.

b. *Bank shoot*

Bank shoot adalah suatu tembakan dengan memanfaatkan papan pantul untuk memasukkan bola ke ring. Papan yang terbuat dari viber dan kotak yang berada di belakang ring memberikan garis pandang yang lebih jelas sehingga *bank shoot* menjadi tembakan yang lebih bermutu. Tembakan *bank shoot* dapat berupa *lay up*, *under basket shoot*, dan bahkan tembakan luar. Bola harus dilemparkan mengenai kotak yang berfungsi sebagai target lemparan.

Bank shoot yang ideal harus mengenai dan tepat sasaran. Kunci untuk melakukan *bank shoot* adalah mengetahui sudut dan posisi yang tepat. Sudut 45° merupakan sudut yang tepat bagi penembak *bank shoot* (Lieberman-Cline, 1997:102).



Gambar 9. Sudut untuk *bank shoot*
(Frances Schaafsma, 1997:25)

Menurut Frances Schaafsma (1997: 25) “*The aiming technique in all set shoot is very similiar. In general, you should attempt to drop the ball oer the rim so the point of the aim is the front portion of the rim. At the angles between 45 and 20 degrees on either side of the backboard it is very possible to bank the ball into the basket of the backboard. To do this , spot the point on the backboard from which the ball will carom into the basket. Remember that the ball will rebound at the same angle at which it approaches the board. This*

bank shoot is strongly recommended for shoot between these angles that are at a distance of 10 feet or shorter.”

Menurut uraian di atas dijelaskan bahwa segitiga diantara sudut 20° dan 45° dari papan pantul merupakan sudut yang efektif untuk melakukan *bank shoot*. Pada papan pantul terdapat titik yang memungkinkan bola masuk ke dalam keranjang. *Bankshoots* sangat disarankan untuk menembak dari jarak 10 kaki atau jarak yang lebih dekat.

“*Bank shoot* adalah tembakan luar yang menggunakan papan belakang (Ambler, 1982:44). Papan belakang dalam hal ini adalah papan ring“. Hal ini tergantung dari jarak antara posisi penembak dengan keranjang. Haris (1998:2) menggambarkan tentang *bank shoot* sebagai berikut :



Gambar 10. Tembakan *bank shoot*
Haris (1998:2)

Bank shoot akan memudahkan siswa dalam melakukan tembakan.

Dengan *bank shoot* siswa tidak perlu melakukan tembakan secara sempurna ketika *shoot* menggunakan papan ring. Ketika melakukan *shoot* menggunakan papan ring, tujuan utamanya yaitu perpindahan selanjutnya setelah memantul dari ring. Ketinggian *shoot* pada saat perkenaan bola

dengan papan ring tergantung pada sudut, kekuatan, dan jarak penembak dari ring. Unsur-unsur fisik yang berpengaruh pada saat latihan adalah ketepatan saat membidik, irama menembak, dan posisi tangan.

Permainan bolabasket merupakan cabang olahraga yang semakin digemari oleh pelajar dan mahasiswa. Melalui kegiatan olahraga bolabasket ini para remaja memperoleh banyak manfaat khususnya dalam pertumbuhan fisik, mental, dan sosial. Permainan bolabasket mengalami perkembangan pesat terbukti dengan munculnya klub-klub tangguh di tanah air dan atlet-atlet bolabasket pelajar baik di tingkat sekolah maupun di perguruan tinggi dan kompetisi yang ditangani secara profesional. Berbagai kompetisi tersebut dengan sendirinya akan memunculkan bakat potensial di bidang bolabasket.

Permainan bolabasket merupakan salah satu olahraga yang dipilih untuk kegiatan ekstrakurikuler di sekolah. Diharapkan dengan kegiatan ekstrakurikuler olahraga, siswa dapat memperdalam dan memperluas pengetahuan yang berkaitan dengan mata pelajaran pendidikan jasmani. Selain itu, kegiatan ekstrakurikuler olahraga merupakan salah satu wahana untuk menampung, menyalurkan, dan pembinaan minat, bakat, dan kegemaran siswa dalam cabang olahraga. Melalui kegiatan ekstrakurikuler tersebut diharapkan dapat terbentuk tim yang dapat mewakili sekolah dalam kompetisi-kompetisi bolabasket.

3. Hakikat Kemampuan

Kemampuan adalah bisa atau sanggupnya seseorang untuk melakukan sesuatu (Depdiknas, 2008: 849). Kemampuan sering diartikan secara sederhana sebagai kecerdasan. Para peneliti mengasumsikan bahwa kecerdasan adalah kemampuan dalam belajar. Kemampuan umum didefinisikan sebagai prestasi komparatif individu dalam berbagai tugas (Sugihartono, 2007: 40).

Menurut Chaplin, *ability* (kemampuan, kecakapan, ketangkasan, bakat, kesanggupan) merupakan tenaga (daya kekuatan) untuk melakukan suatu perbuatan. Sedangkan menurut Robbins, kemampuan bisa merupakan kesanggupan bawaan sejak lahir atau merupakan hasil latihan atau praktek. Ada pula pendapat lain menurut Akhmat Sudrajat yang menghubungkan kemampuan dengan kata kecakapan. Setiap individu memiliki kecakapan yang berbeda-beda dalam melakukan suatu tindakan. Kecakapan ini mempengaruhi potensi yang ada dalam diri individu tersebut.

Teori diatas dapat diketahui bahwa yang dimaksud dengan kemampuan *shooting* dari sisi kanan dan kiri pada penelitian ini adalah sejauh mana peserta bisa atau sanggup memahami dan melakukan *shooting* dari sisi kanan dan kiri.

4. Ekstrakurikuler Bolabasket di SMP Negeri se-KecamatanPundong

Ekstrakurikuler adalah kegiatan yang berada di luar program yang tertulis di kurikulum seperti latihan kepemimpinan dan pembinaan siswa (Depdiknas, 2008: 360). Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran baik dilaksanakan di sekolah maupun di luar sekolah dengan tujuan menyalurkan bakat atau minat siswa pada program ekstrakurikuler tertentu.

Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran (tatap muka) baik dilaksanakan di sekolah maupun di luar sekolah dengan maksud untuk lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan kemampuan yang telah dimilikinya dari berbagai bidang studi (Usman, 1993: 22).

Berdasarkan Surat Keputusan Dirjen Dikdasmen Nomor 226/C/Kep 1992 dalam Agung Sasongko (2004: 11) pengertian ekstrakurikuler adalah kegiatan di luar jam pelajaran biasa dan waktu libur sekolah yang dilakukan baik di sekolah maupun di luar sekolah, dengan tujuan untuk memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, mengenal hubungan antara berbagai pelajaran, menyalurkan bakat dan minat, serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya.

Dedikbud dalam Murhardiyanto (2000: 6) menyebutkan kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan di luar jam yang tercantum dalam susunan program sesuai dengan keadaan dan kebutuhan

sekolah, kegiatan ekstrakurikuler berupa kegiatan pengayaan dan kegiatan perbaikan yang berkaitan dengan kurikulum.

Ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan untuk memenuhi tuntutan penguasaan bahan kajian dan pelajaran dengan alokasi waktu yang diatur tersendiri berdasarkan kebutuhan. Maksudnya adalah kegiatan tersebut dilakukan di luar jam pelajaran, tatap muka yang dilaksanakan di dalam sekolah atau di luar sekolah untuk memperluas wawasan, kemampuan, dan pengetahuan.

Ekstrakurikuler diselenggarakan untuk memenuhi tuntutan penguasaan bahan kajian dan pelajaran dengan alokasi waktu yang diatur tersendiri berdasarkan kebutuhan. Maksudnya adalah kegiatan tersebut dilakukan di luar jam pelajaran, tatap muka yang dilaksanakan di dalam sekolah atau di luar sekolah untuk memperluas wawasan, kemampuan, dan pengetahuan.

SMP Negeri merupakan salah satu lembaga pendidikan yang memiliki kepedulian terhadap kegiatan ekstrakurikuler. Jenis ekstrakurikuler di SMP Negeri yang termasuk ekstrakurikuler olahraga adalah Bolabasket sedangkan yang termasuk non olahraga antara lain Pramuka, Seni Tari, menjahit, Mading, Palang Merah Remaja (PMR).

Melihat dari tujuan 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 pertandingan bolabasket, dan diharapkan akan mendapatkan prestasi bolabasket.

Kegiatan ekstrakurikuler bolabasket di SMP Negerise-KecamatanPundong telah diprogramkan oleh sekolah dan merupakan satu-satunya cabang olahraga ekstrakurikuler. Agar kegiatan ekstrakurikuler ini dapat dilaksanakan dengan baik maka diperlukan sarana dan prasarana yang memadai dan dibimbing oleh guru atau pelatih yang berkompeten di bidangnya. Kegiatan ekstrakurikuler bolabasket ditangani oleh pelatih dari luar. Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler bolabasket dilaksanakan seminggu satu kali setiap hari Sabtu, dimulai pukul 15.00 – 17.00 WIB.

B. Penelitian yang Relevan

Dari kajian teoritik di atas, penelitian ini didukung oleh penelitian dari:

1. Andi Ahmad (2009) yang berjudul Efektifitas *Jump Shoot* Posisi 0 dari Sisi Kanan dan Sisi Kiri Ring Basket pada Jarak 4.572 Meter pada Siswa Putra Anggota Ekstrakuikuler bola Basket SMA NEGERI 1 Banjarnegara Tahun Ajaran 2008/2009. Metode yang digunakan yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *survey* dan teknik pengumpulan data dengan menggunakan tes dan pengukuran. Populasi yang digunakan adalah siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMAN 1 Banjarnegara tahun ajaran 2008/2009 yang berjumlah 20 anak. Hasil penelitian

menunjukkan bahwa sisi kiri lebih efektif dari sisi kanan ring basket. *Jump Shoot* dari sisi kiri memiliki rerata 3,85 sedangkan sisi kanan memiliki rerata 2,80.

2. Asep Nugroho (2008) yang berjudul judul “Kemampuan *Clear Shoot* dari Sisi Kiri, Depan, dan Kanan Papan dalam Permainan Bolabasket pada Pemain Bolabasket Porda Tahun 2007 Kabupaten Sleman Yogyakarta. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan *clear shoot* dari sisi kiri, depan, dan kanan papan dalam permainan bolabasket Porda 2007 kabupaten Sleman Yogyakarta. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain putra porda 2007 kabupaten Sleman Yogyakarta yang berjumlah 20 orang. Sampel yang digunakan adalah seluruh populasi sehingga disebut penelitian populasi. instrument dan teknik pengumpulan data menggunakan teknik tes keterampilan menembak dan pengukuran. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *clear shoot* dari sisi kiri mempunyai rerata 4,10, tengah 5,85 dan kanan 4,55. Maka kesimpulannya hasil *clear shoot* dari sisi kiri, tengah, kanan yang memiliki rerata lebih baik adalah dari sisi tengah.

C. Kerangka Berpikir

Permainan bolabasket ini merupakan kegiatan ekstrakurikuler. Dengan mengikuti ekstrakurikuler bolabasket diharapkan bisa mematangkan teknik bermain bolabasket, menjadi tim inti sekolah yang bisa mewakili dalam

pertandingan bolabasket, dan diharapkan akan mendapatkan prestasi bolabasket.

Keterampilan *shooting* pemain bolabasket putri SMP Negerise-KecamatanPundongdirasa masih lemah. Hal tersebut dikarenakan waktu latihan yang kurang, bola basket yang tidak sebanding dengan jumlah pemain yang menyebabkan waktu pemain untuk memegang bola sangat sedikit, penguasaan teknik yang belum benar, dan kurangnya kompetisi bolabasket yang diikuti.

Salah satu keterampilan yang perlu dikuasai dalam permainan bolabasket adalah kemampuan untuk melakukan *shooting* atau menembakkan bola ke dalam keranjang. Untuk mencetak skor sebanyak-banyaknya diperlukan keterampilan *shooting* yang baik. Keterampilan ini merupakan suatu keterampilan yang memberikan hasil nyata secara langsung. Selain itu memasukkan bola ke dalam keranjang merupakan inti dari strategi permainan bola basket.

Shooting dapat dilakukan dari sisi mana saja, tetapi kemampuan *shooting* dari sisi-sisi ring atau keranjang tersebut mempunyai tingkat kesulitan yang berbeda. Pada sisi kanan dan kiri ring basket, papan pantul tidak berhadapan langsung dengan penembak, tidak seperti melakukan *shooting* dari sisi tengah yang papan pantulnya berhadapan langsung sehingga memudahkan penembak untuk membidik.

Pemain bolabasket SMP Negeri lebih sering menggunakan sudut 45° dari sisi kanan dan kiri untuk melakukan *shooting*. *Shooting* dari sisi kanan dan kiri terutama dari sudut 45° akan lebih mudah jika bola dipantulkan ke papan. Sudut 45° merupakan sudut yang tepat untuk melakukan *shooting* melalui papan pantul.

Dari pembahasan di atas maka dirasa perlu untuk dilakukan penelitian untuk mengetahui kemampuan *shooting* melalui papan pantul dari sisi kanan dan kiri terutama dari sudut 45° . Melalui penelitian ini akan diketahui perbedaan kemampuan *shooting* melalui papan pantul terutama pada sudut 45° pada tim bolabasket putri SMP Negeri se-Kecamatan Pundong.

D. Hipotesis Penelitian

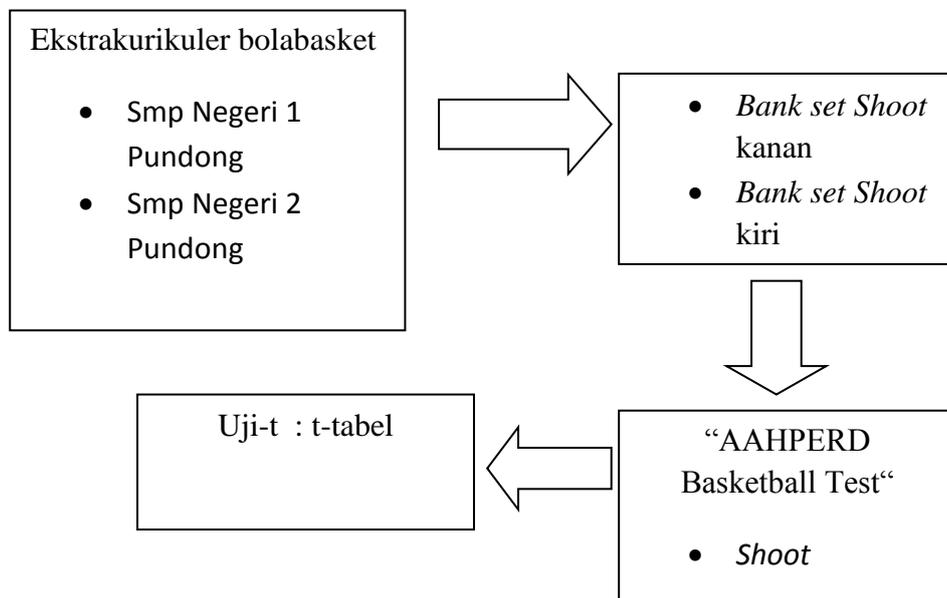
Berdasarkan kemampuan *shooting* dari sisi kanan dan kiri ring basket pada tim bolabasket putri SMP Negeri se-Kecamatan Pundong maka dapat diajukan hipotesis sebagai berikut :

Hipotesis alternatif (H_a) dalam penelitian ini terdapat perbedaan yang signifikan antar *bank set shoot* dari sisi kanan dan kiri ring basket pada tim bolabasket putri SMP Negeri se- Kecamatan Pundong.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian komparatif. Penelitian komparatif adalah penelitian yang berusaha untuk menemukan persamaan dan perbedaan tentang benda, tentang orang, tentang prosedur kerja, tentang ide-ide, kritik terhadap orang, kelompok, terhadap suatu ide atau suatu prosedur kerja (Aswarni Sujud dalam Suharsimi Arikunto, 2002: 236). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan *shooting* dari sisi kanan dan kiri ring basket pada tim bolabasket putri SMP Negeri se-Kecamatan Pundong. Penelitian ini menggunakan metode *survey* dengan teknik tes dan pengukuran.



Gambar 11. Desain penelitian

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui kemampuan *bank set shoot* dari sisi kanan dan kiri ring basket. Agar tidak terjadi salah penafsiran dalam penelitian ini, maka berikut ini operasional yang digunakan dalam penelitian ini adalah kemampuan *shooting* dari sisi kanan dan kiri ring basket yang dilakukan dari sudut 45° dan setiap testi memiliki 10 kesempatan untuk melakukan *shooting* dari sisi kanan dan 10 kesempatan dari sisi kiri. Teknik *shooting* yang boleh digunakan hanya teknik *bank set shoot* yaitu *shooting* yang dilakukan tanpa melompat terlebih dahulu dan ketika melakukan *shooting*, bola dipantulkan papan pantul yang terletak di belakang ring basket.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anggota ekstrakurikuler bolabasket SMP Negeri se-Kecamatan Pundong yaitu sebanyak 32 peserta. SMP Negeri 1 Pundong berjumlah 14 siswa dan SMP Negeri 2 Pundong berjumlah 18 siswa.

2. Sampel Penelitian

Sampel dalam penelitian ini diambil secara *purposive*. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan subjek penelitian dengan pertimbangan tertentu berdasarkan tujuan penelitian (Usman, 2008: 186). Kriteria yang memenuhi syarat untuk subjek penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Pundong 14 peserta dan SMP Negeri 2

Pundong 18 peserta yang termasuk menjadi anggota tim bolabasket putri SMP yaitu sebanyak 32 peserta.

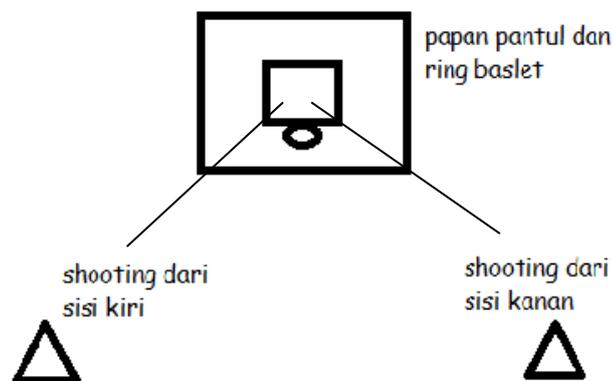
D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen penelitian adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya (Suharsimi Arikunto dalam Riduwan, 2006: 51). Instrumen dalam penelitian ini menggunakan tes. Tes adalah serentetan pertanyaan atau latihan yang digunakan untuk mengukur pengetahuan, keterampilan, intelegensi, kemampuan atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok (Riduwan, 2006:57). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini diadopsi dari AAHPERD (*American Alliance for Health, Physical Education, and Recreation development*) *basketball skill test* bagian *side shot* yang ditujukan untuk anak SMP (Collins and Hodges, 1978: 103).

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode survei dengan teknik tes dan pengukuran. Perlengkapan yang diperlukan antara lain lapangan basket, meteran, peluit, kertas skor. Prosedur pelaksanaan tes ini adalah sebagai berikut :

1. Sebelum tes dilakukan testor memberi penjelasan kepada semua testi tentang tes yang akan dilakukan. Testor ada 3 orang meliputi 1 orang pengamat, 1 orang petugas bola, dan 1 orang pencatat skor dan pengamat hasil dalam melakukan tembakan.
2. Testi diberi waktu 5 menit untuk melakukan pemansan.

3. Testi melakukan *shooting*, dengan pelaksanaan sebagai berikut :
- a. Testi berdiri dibelakang garis lemparan yang sudah ditentukan dari ring basket dengan posisi 45° dari sisi kanan dan kiri ring basket dengan jarak *12 feet* (3,657 meter). *Shooting* dilakukan dari sisi kanan terlebih dahulu lalu dilanjutkan dari sisi kiri ring basket. Setiap testi memiliki 10 kesempatan melakukan *shooting* dari sisi kanan, dan 10 kesempatan *shooting* dari sisi kiri ring basket. Teknik *shooting* yang boleh digunakan hanya teknik *bank set shoot* yaitu *shooting* yang dilakukan tanpa melompat terlebih dahulu dan ketika melakukan *shooting* bola dipantulkan papan pantul yang terletak di belakang ring basket.



Gambar 12. Ilustrasi pelaksanaan tes

- b. Bola diberikan saat testi akan melakukan *shooting* (*dipassing*).
- c. Setiap melakuakn *shooting*, testi menggunakan tangan terbaik yang biasa digunakan.

4. Penilaian dalam tes ini adalah dua poin untuk bola yang masuk ke ring, satu poin untuk bola yang tidak masuk tetapi menyentuh ring dan untuk bola yang masuk tetapi tidak menyentuh papan, serta nol poin untuk bola yang *air ball*.

Kumpulan data untuk mengetahui perbedaan kemampuan *shooting* dilakukan dengan memberi tallis frekuensi untuk keberhasilan *shooting*. Selanjutnya akan diperoleh data yang bersifat kuantitatif. Data kuantitatif adalah data yang dinyatakan dalam bentuk angka (Hartono, 2004: 4). Data yang dikumpulkan untuk mengetahui perbedaan hasil *shooting* yang dilakukan dengan menganalisis frekuensi dan keberhasilan *shooting* dari sisi kanan dan kiri, masing-masing dilakukan dengan menghitung jumlah poin dari 10 kesempatan melakukan *shooting*.

Adapun alat dalam mengambil data tersebut sebelumnya telah diuji validitas dan reliabilitasnya terlebih dahulu. Untuk mencari validitas dan reliabilitasnya maka uji coba instrument dilakukan pada tim bolabasket putri SMP lain yang dirasa kemampuan bermain bolabasketnya tidak jauh berbeda dengan SMP Negeri se Kecamatan Pundong.

E. Teknik Analisis Data

Dari data yang diperoleh dari penelitian ini dilanjutkan dengan menganalisis data kemudian ditarik kesimpulan dengan menggunakan statistik parametrik.

1. Uji Prasyarat Analisis

a. Uji Normalitas

Uji normalitas tidak lain sebenarnya adalah mengadakan pengujian terhadap normal tidaknya sebaran data yang akan dianalisis. Pengujian dilakukan tergantung variabel yang akan diolah. Pengujian normalitas sebaran data menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Test* dengan bantuan SPSS 16.

b. Uji Homogenitas

Di samping pengujian terhadap penyebaran nilai yang akan dianalisis, perlu uji homogenitas agar yakin bahwa kelompok-kelompok yang membentuk sampel berasal dari populasi yang homogen. Uji homogenitas menggunakan uji F dari data *pretest* dan *posttest* pada kedua kelompok dengan menggunakan bantuan program SPSS.

2. Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis menggunakan uji-t dengan bantuan program SPSS 16, yaitu membandingkan *mean* antara kelompok 1 dan kelompok 2. Apabila nilai t hitung lebih kecil dari t tabel, maka H_0 ditolak, jika t hitung lebih besar dibanding t tabel maka H_0 diterima.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji beda dengan menggunakan uji t. Uji t adalah salah satu uji statistik yang

digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan yang signifikan (meyakinkan) dari dua buah mean sampel atau dua buah variabel yang dikomparatifkan (Hartono, 2004: 165). Besarnya koefisien komparatif dengan menggunakan tes “t” diberi simbol t_0 (t observasi), angkanya dapat bertanda positif dan negatif. Namun tanda negatif bukanlah tanda aljabar, melainkan dapat diartikan ada selisih derajat perbedaan (Hartono, 2004: 166).

Uji t yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji t untuk sampel-sampel yang berkorelasi. Yang dimaksud dengan sampel-sampel berkorelasi pada analisa ini adalah nilai atau skor dari kedua sampel diambil dari subyek yang sama atau dapat juga diambil dari subjek yang berbeda namun harus memiliki karakteristik yang sama. Sampel dalam penelitian ini hanya 11 orang, jadi rumus uji t yang digunakan adalah sebagai berikut :

$$t_0 = \frac{\left(\frac{\sum D}{N}\right)}{\left(\frac{SD_D}{\sqrt{N-1}}\right)}$$

Keterangan :

t_0 = t observasi

$\sum D$ = jumlah D ($D = X1 - X2$)

$X1$ = hasil *shooting* dari sisi kanan

$X2$ = hasil *shooting* dari sisi kiri

SD_D = standar deviasi perbedaan skor dari kedua variabel

N = banyaknya subyek

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Analisis data yang digunakan di dalam penelitian ini adalah deskriptif statistik dan analisis inferensial. Deskriptif statistik data bertujuan untuk mengetahui gambaran data penelitian berdasarkan jawaban responden. Analisis inferensial bertujuan untuk menjawab hipotesis penelitian yang diajukan. Hipotesis di dalam penelitian ini merupakan penelitian komperatif atau perbandingan dimana peneliti hendak membandingkan tingkat kebugaran antara *shooting* dari sisi kanan dan kiri ring basket pada tim bolabasket putri SMP Negeri se-Kecamatan Pundong.

A. Hasil Penelitian

1. Deskriptif Data Penelitian

Data penelitian terdiri dari skor *shooting* bolabasket dari sisi kiri dan sisi kanan. Berikut ini merupakan pengelompokan skor berdasarkan interval dari data *shooting* bolabasket dari sisi kanan yang diperoleh dari 32 siswa. Perhitungannya adalah sebagai berikut:

Nilai minimal = 8

Nilai maksimum = 15

Banyak kelas interval diperoleh dari rumus $k = 1 + 3,3\log(n)$

$$= 1 + 3,3\log(32)$$

$$= 1 + (3,3 * 1,505)$$

$$= 1 + 4,966 = 5,966 \approx 6$$

Panjang interval kelas diperoleh dari = (nilai maksimum – nilai minimum)/banyak kelas .

$$= (15 - 8)/6 = 7/6 = 1,17 \approx 2$$

Hasil dari perhitungan dapat dilihat dari tabel 1 berikut ini:

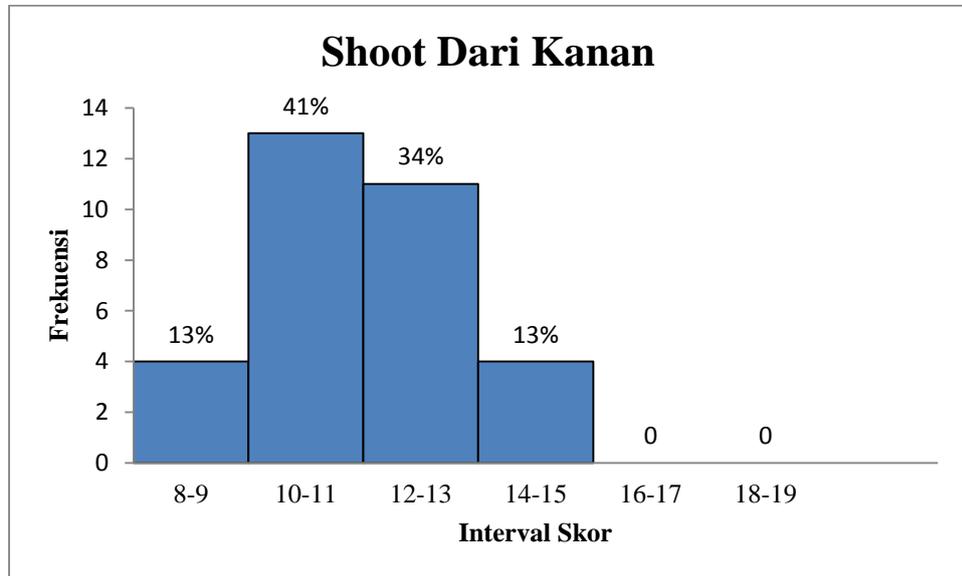
Tabel 1. Interval Skor *Shooting* Bolabasket Dari Kanan

No.	Interval	F	%
1	8 - 9	4	13%
2	10 - 11	13	41%
3	12 - 13	11	34%
4	14 - 15	4	13%
5	16 - 17	0	0%
6	18 - 19	0	0%
Jumlah		32	100%

Berdasarkan hasil interval skor yang disajikan pada tabel 1 diketahui bahwa skor *shooting* bolabasket dari sisi sebelah kanan terbanyak mendapatkan skor antara 10-11 dengan presentase 41%. Responden yang mendapat nilai minimum yaitu interval antara 8-9 ada sebanyak 4 siswa atau sebanyak 13%. Responden mampu memperoleh skor *shooting* terbanyak dari sisi kanan adalah 14-15 yang hanya mampu diraih oleh 4 responden atau sebanyak 13%. Dari 10 *shooting* dengan penilaian maksimum 2 tidak ada responden yang mampu meraih skor maksimum.

Hasil skor *shooting* bolabasket yang diperoleh ini dapat dilihat bahwa rata-rata responden mampu untuk melakukan *shooting* sebanyak 10-11 kali bola masuk dengan tepat dari penilaian total skor 20. Meskipun hasil yang diperoleh kurang optimal namun dapat dikatakan bahwa hasil

yang dicapai cukup baik. Berikut ini disajikan diagram batang hasil interval skor *shooting* bolabasket dari sisi kanan:



Gambar 13. Interval Skor *Shooting* Bolabasket Dari Kanan

Berdasarkan gambar 1 di atas dapat terlihat bahwa skor mayoritas yang diperoleh pada interval 10-11, kemudian skor 12-13 dan skor 8-9 serta 14-15 memiliki presentase yang sama. Selanjutnya adalah menampilkan data skor *shooting* bolabasket dari sisi kiri. Berikut ini adalah perhitungannya:

Nilai minimal = 4

Nilai maksimum = 13

Banyak kelas interval diperoleh dari rumus $k = 1 + 3,3\log(n)$

$$= 1 + 3,3\log(32)$$

$$= 1 + (3,3 \cdot 1,505)$$

$$= 1 + 4,966 = 5,966 \approx 6$$

Panjang interval kelas diperoleh dari = (nilai maksimum – nilai minimum)/banyak kelas .

$$= (13 - 7)/6 = 6/6 = 1,00 \approx 1$$

Hasil dari perhitungan dapat dilihat dari tabel 2 berikut ini:

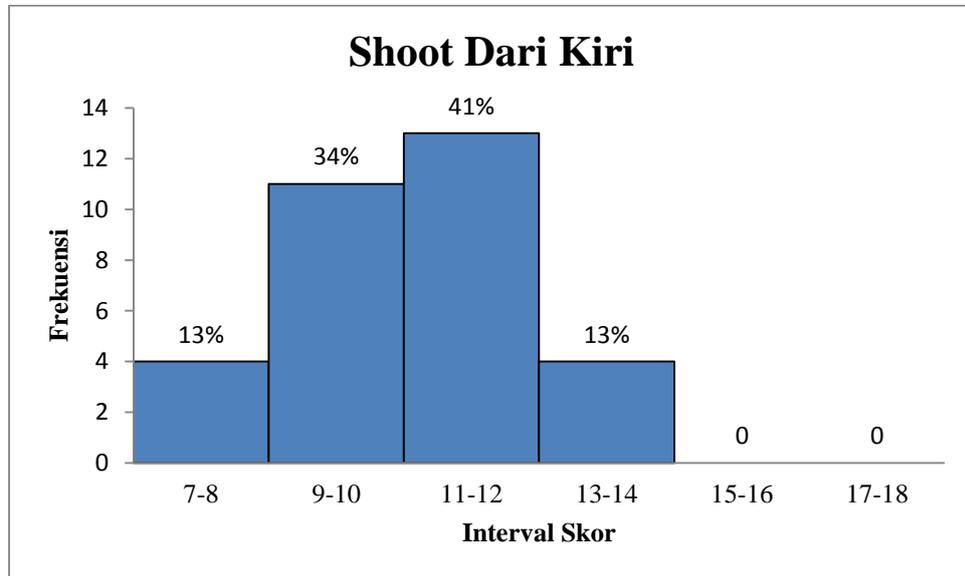
Tabel 2.Interval Skor Shooting Bolabasket Dari Kiri

No.	Interval	F	%
1	7 - 8	4	13%
2	9 - 10	11	34%
3	11 - 12	13	41%
4	13 - 14	4	13%
5	15 - 16	0	0%
6	17 - 18	0	0%
Jumlah		32	100%

Jika dilihat dari interval skor *shooting* dari sisi kiri yang diperoleh responden terlihat bahwa siswa yang mendapatkan skor *shooting* terbanyak adalah 11-12 yaitu sebanyak 13 siswa atau sebanyak 41%. Kemudian skor terbanyak selanjutnya adalah 9-10 yaitu sebanyak 11 siswa atau sebanyak 34%. Dari total penilaian maksimum 20 bola masuk ring maksimum siswa mampu memperoleh *shooting* bolabasket dari sisi kiri adalah 13-14.

Jika dilihat dari mayoritas skor yang diperoleh, skor sisi kiri lebih didominasi dengan skor 11-12 sedangkan pada sisi kanan mayoritas siswa memperoleh skor 10-11. Akan tetapi skor maksimum pada *shooting* dari kanan adalah 15 sedangkan *shooting* dari sisi kiri adalah 14. Jika dilihat dari interval nilai yang diperoleh ini rata-rata perolehan skor *shooting* dari

sisi kanan adalah 11-12. Berikut ini disajikan diagram batang untuk skor *shooting* dari sisi kiri.



Gambar 14. Interval Skor *Shooting* Bolabasket Dari Kiri

Jika dilihat berdasarkan pengelompokan nilai yang dibuat interval ini terlihat bahwa perolehan skor meningkat dari 7-8 ada 4 siswa, kemudian 9-10 ada 11 siswa, dan 11-12 ada 13 siswa, sedangkan perolehan skor maksimum adalah 13-14 ada sebanyak 4 siswa. Jika dibandingkan antara perolehan skor sisi kanan dengan sisi kiri mayoritas skor sisi kanan berada pada interval 10-11 sedangkan pada sisi kiri justru lebih tinggi yaitu 11-12. Skor minimum yang diperoleh responden dari *shooting* pada sisi kanan adalah 8-9. Sedangkan skor minimum yang diperoleh dari *shooting* sisi kiri adalah 7-8. Begitu pula nilai maksimum yang diperoleh shooting dari sisi kanan 14-15, sedangkan dari sisi kiri 13-14. Oleh karena itu dari

pengelompokan skor yang diperoleh ini belum dapat disimpulkan mana yang lebih baik antara *shooting* dari sisi kanan atau dari sisi kiri.

Sebelum melakukan uji hipotesis perlu untuk mengetahui terlebih dahulu hasil statistik deskriptif dari data penelitian. Deskripsi data penelitian ini digunakan untuk mengetahui gambaran masing-masing data penelitian disajikan perhitungan berupa nilai minimum, nilai maksimum, rata-rata dan standar deviasi. Berikut ini adalah ringkasan hasil dari deskripsi data penelitian yang disajikan pada Tabel 3:

Tabel 3. Statistik Deskriptif Skor *Shooting* Bolabasket

Kelompok	Min	Mak	Mean	Std. Dev
<i>Shooting</i> dari sisi kanan	8	15	11,43	1,81
<i>Shooting</i> dari sisi kiri	7	13	10,50	1,74

Hasil dari analisis deskriptif statistik diketahui bahwa nilai minimum skor *shooting* dari sisi kanan adalah 8 dan skor maksimumnya adalah 15. Nilai rata-rata skor dari 32 responden yang melakukan *shooting* dari sisi kanan adalah 11,43 dengan standar deviasi 1,81. Penilaian juga dilakukan pada *shooting* dari sisi kiri. Nilai minimum *shooting* dari sisi kiri yang dilakukan oleh 32 responden terhadap 10 kali *shooting* adalah 7 dengan nilai maksimum 13. Nilai rata-rata yang diperoleh sebesar 10,50 dengan standar deviasi 1,74.

Jika dilihat dari nilai minimum dan maksimum dan membandingkan antara skor sisi kanan dengan sisi kiri terlihat skor *shooting* dari sisi kanan

lebih banyak dari pada sisi kiri. Begitu pula dengan nilai rata-rata yang diperoleh, skor *shooting* sisi kanan lebih tinggi daripada skor *shooting* dari sisi kiri. Namun perbandingan dengan nilai rata-rata ini saja belum cukup untuk memutuskan hipotesis yang diajukan. Oleh karena itu, perlu adanya uji hipotesis guna membuktikan ada tidaknya perbedaan yang signifikan. Besarnya nilai standar deviasi digunakan untuk mengetahui apakah data secara deskripsi sama/homogen atau tidak. Jika dilihat dari nilai standar deviasi dari kedua kelompok nilai yang diperoleh tidak berbeda jauh yaitu 1,81 dan 1,74 maka dapat diduga bahwa data homogen. Namun untuk mengetahui lebih pastinya maka akan dilakukan uji homogenitas.

Untuk membuktikan ada tidaknya perbedaan yang signifikan antara *shooting* dari sisi kanan dan kiri ring basket pada tim bolabasket putri SMP Negeri se-Kecamatan Pundong maka akan diuji secara statistik pada bagian selanjutnya pada bab ini. Namun terlebih dahulu agar tidak terjadi penyimpangan dalam pengambilan keputusan maka diperlukan uji prasyarat. Berikut ini akan dipaparkan uji prasyarat dan hasil yang diperoleh.

2. Uji Prasyarat

Uji prasyarat pada data penelitian terdiri dari uji normalitas dan uji homogenitas. Uji prasyarat ini digunakan untuk menentukan apakah statistik uji yang digunakan lebih cocok dengan parametrik atau non

parametrik. Hal ini perlu dilakukan agar tidak terjadi penyimpangan dalam pengambilan keputusan.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui normal atau tidaknya suatu data penelitian. Data yang diuji normalitas adalah skor shooting yang dilakukan pada sisi kiri dan sisi kanan ring bolabasket. Untuk melakukan uji normalitas ini menggunakan bantuan program komputer SPSS 16 yang kemudian menghasilkan indeks yang dapat menunjukkan sebaran data berdistribusi normal atau tidak. Berikut ini hasil dari uji normalitas yang disajikan pada tabel 4 di bawah ini.

Tabel 4. Ringkasan Hasil Uji Normalitas Data Penelitian

Kelompok	Sig	Keterangan
Skor <i>shooting</i> dari sisi kanan	0,473	Normal
Skor <i>shooting</i> dari sisi kiri	0,474	Normal

Uji normalitas di dalam penelitian ini menggunakan statistik uji Kolmogorov smirnov. Dari tabel 4 diketahui bahwa nilai signifikansi uji normalitas yang dihasilkan pada masing-masing data adalah sebesar 0,473 dan 0,474 dimana nilai yang diperoleh ini lebih besar dari taraf kesalahan 5% (0,05). Dari hasil tersebut maka dapat diputuskan bahwa data yang digunakan untuk penelitian mempunyai distribusi secara normal.

b. Uji Homogenitas

Uji prasyarat yang kedua adalah homogenitas. Homogenitas dalam uji statistik ini adalah kesamaan varians sampel-sampel yang diambil dari populasi yang sama. Uji ini digunakan sebab terdapat dua atau lebih kelompok pada data penelitian. Di dalam penelitian ini yang dijadikan kelompok adalah posisi shooting yaitu dari sebelah kanan ring dan sebelah kiri ring bolabasket. Hasil perhitungan uji homogenitas varian dilakukan dengan bantuan program SPSS 16 *for windows*. Tes statistik yang digunakan untuk menguji homogenitas ini adalah levene's test/ uji F. Berikut ini hasil uji homogenitas varians disajikan pada tabel 5 di bawah ini:

Tabel 5. Ringkasan Uji Homogenitas Varians

Materi	Kelompok	F hit	F tabel	Sig	Keterangan
Shooting bolabasket	Shooting sisi kanan dengan sisi kiri	0,065	3,995	0,799	Homogen

Berdasarkan hasil perhitungan uji homogenitas varians dengan uji F diketahui bahwa nilai F hitung sebesar 0,065 dengan nilai signifikansi sebesar 0,799. Kriteria keputusan untuk uji homogenitas ini adalah data dalam kelompok dikatakan homogen jika nilai F hitung $<$ F tabel atau nilai sig $>$ 0,05. Hasil dari penelitian diperoleh nilai F hitung (0,065) $<$ F tabel (3,995) atau dengan membandingkan nilai signifikansi (0,799) $>$

taraf kesalahan 5% (0,05) maka dapat diputuskan bahwa skor *shooting* dari sisi kanan dengan sisi kiri homogen dalam varians.

3. Uji Hipotesis

Untuk menjawab hipotesis yang diajukan dari rumusan masalah yang ada di dalam penelitian ini maka digunakan statistik uji independen sampel. Uji t independen ini digunakan untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan dari dua kelompok sampel yang berasal dari populasi yang sama. Statistik uji ini termasuk dalam statistik uji parametrik. Rumus ini dapat digunakan apabila data penelitian berdistribusi normal dan berasal dari populasi yang sama atau homogen. Berikut ini hasil dari uji t independen disajikan pada tabel 8.

Tabel 6. Ringkasan Hasil Uji t Independen Sample Pada Data Penelitian

Data	t_{hitung}	t_{tabel}	sig	Keterangan
<i>Shooting</i> bolabasket	2,110	1,697	0,039	Hipotesis alternatif diterima

Keterangan :

sig : signifikansi

Berdasarkan hasil pengujian t diketahui bahwa nilai t hitung = 2,110 dengan nilai signifikansi 0,039. Hasil dari uji signifikansi menunjukkan hasil bahwa $t_{hitung} (2,110) > t_{tabel} (1,697)$ atau nilai $sig = 0,039 < \text{taraf kesalahan } 0,05 (5\%)$ sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara *shooting* dari sisi kanan dan kiri ring

basket pada tim bolabasket putri SMP Negeri se-Kecamatan Pundong. Hasil penelitian ini diperkuat oleh nilai rata-rata pada perhitungan deskripsi statistik dimana memiliki nilai rata-rata yang berbeda antara skor *shooting* dari sisi kanan dan sisi kiri ring basket. Nilai rata-rata yang diperoleh lebih tinggi skor yang dari sisi kanan dari pada skor dari sisi kiri. Hal ini dapat dikatakan bahwa melakukan *shooting* dari sisi kanan memiliki peluang bola masuk ring lebih besar dari pada *shooting* dari sisi kiri.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa nilai t hitung sebesar (2,110) $> t$ tabel (1,697) atau nilai $\text{sig} = 0,039 < \text{taraf kesalahan } 0,05$ (5%) sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara *shooting* dari sisi kanan dan kiri ring basket pada tim bolabasket putri SMP Negeri se-Kecamatan Pundong. Perolehan rata-rata skor *shooting* dari sisi kanan ring basket sebesar 11,43 sedangkan rata-rata skor *shooting* dari sisi kiri ring basket sebesar 10,5. Perbedaan rata-rata yang diperoleh ini secara hipotesis dinyatakan dengan perbedaan yang signifikan dimana skor *shooting* dari sisi kanan ring basket lebih besar dari pada skor *shooting* dari sisi kiri.

Dari penilaian 10 kali dengan nilai maksimal dua diketahui bahwa *shooting* dari sisi kanan ring basket minimal skor yang berhasil diperoleh responden adalah 8 dengan maksimum 15. Sedangkan *shooting* dari sisi kiri ring basket responden berhasil memperoleh skor minimum 7 dan nilai maksimum 14.

Perolehan nilai ini dapat pula untuk mendukung hasil hipotesis dimana melakukan *shooting* dari sisi kanan ring basket memiliki peluang lebih besar bola masuk ring daripada *shooting* dari sisi kiri ring basket.

Hasil penelitian ini didukung pula dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Asep Nugroho (2008) dengan judul penelitian “Kemampuan *Clear Shoot* dari Sisi Kiri, Depan, dan Kanan Papan dalam Permainan Bolabasket pada Pemain Bolabasket Porda Tahun 2007 Kabupaten Sleman Yogyakarta”. Sedikit yang membedakan penelitian Asep Nugroho dengan penelitian ini adalah posisi *shooting* dari depan ring basket. Hasil penelitian yang dilakukan Asep Nugroho (2008) adalah *clear shoot* dari sisi kiri mempunyai rerata 4,10, tengah 5,85 dan kanan 4,55. Dari hasil tersebut maka dapat terlihat bahwa nilai rata-rata *shooting* dari sisi kanan lebih efektif dari pada dari sisi kiri.

Shooting merupakan salah satu ketrampilan yang diperlukan pada permainan bolabasket. Posisi untuk melakukan *shooting* bolabasket dapat dilakukan dari sisi mana saja. Tentunya setiap posisi memiliki tingkat kesulitan yang berbeda. *Shooting* dari depan atau tengah ring basket dirasa lebih efektif sebab papan pantulnya berhadapan langsung sehingga memudahkan dalam penembahan untuk membidik. Oleh karena itu mengapa di dalam penelitian ini hanya ingin mengetahui posisi yang efektif dari *shooting* kanan ring basket dan sisi kiri ring basket.

Tingkat kesulitan penembahan bolabasket ke ring dari kanan dan kiri dikarenakan papan pantulnya tidak berada tepat dihadapan. Biasanya pemain

bolabasket akan menggunakan sudut 45° untuk melakukan tembakan baik dari sisi kanan maupun dari sisi kiri ring basket. Seperti halnya pernyataan yang diungkapkan oleh Lieberman-Cline (1997:102) dimana sudut 45° merupakan sudut yang tepat bagi penembak *bank shoot*. Akan tetapi hal ini tetap saja memerlukan ketrampilan dalam melakukan tembakan bolabasket dengan tepat kedalam ring.

Chaplin menyatakan bahwa kemampuan merupakan (kemampuan, kecakapan, ketangkasan, bakat, kesanggupan) merupakan tenaga (daya kekuatan) untuk melakukan suatu perbuatan. Keberhasilan dalam melakukan *shooting* dengan tepat dari sisi kanan maupun kiri ring basket tergantung dari kemampuan yang dimiliki oleh masing-masing individu. *Set shooting* ada tipe yaitu *one hand set* atau *push shoot* dan *two hand set* atau *chest shoot*. Menurut (Ebert and Cheatum, 1972: 86) *One hand set shoot* biasanya mempunyai akurasi yang lebih baik dari pada *shoot* menggunakan dua tangan. Di dalam penelitian ini *set shoot* menggunakan tipe *one hand set shoot*. Oleh karena itu perlu ketrampilan dalam mendorong bola dengan satu tangan dari sisi kanan dan kiri ring basket untuk mendapatkan hasil yang tepat sasaran sebab memerlukan tenaga.

Pendorongan bola dengan satu tangan ini dapat dilakukan dengan menggunakan tangan kanan atau menggunakan tangan kiri. Tidak ada aturan untuk menggunakan tangan bagian mana sebab hal ini terkait dengan kekuatan pada masing-masing individu. Biasanya pemain bolabasket menggunakan dorongan tangan kanan untuk melakukan tembakan. Hal ini menjadi suatu

kebiasaan sebab tangan kanan memiliki kekuatan yang lebih besar dari pada tangan kiri.

Jika posisi *shoot* dari sisi kanan ring basket dan dorongan bola dilakukan dengan tangan kanan peluang untuk bola masuk lebih besar sebab bola dapat dibidik memantul papan dengan lebih mudah. Lain halnya jika *shoot* dilakukan dari sisi kiri ring basket. Penggunaan tangan kiri untuk mendorong bola jarang terjadi sebab tangan kiri tidak begitu memiliki kekuatan lebih terkecuali orang yang kidal. Sehingga dorongan bola tetap menggunakan tangan kanan sedangkan arah bola harus mengarah ke kanan. Hal ini menyebabkan penembakan papan pantulan menjadi kurang fokus dan sulit dilakukan. Bola akan memiliki peluang yang lebih besar untuk meleset sebab dorongan tangan kanan akan lebih cenderung membuat bola terlempar ke kiri.

Berdasarkan logika tersebut maka benar bahwa melakukan *set shoot* dari sisi kanan ring basket lebih efektif membuat bola masuk lebih tepat daripada jika dilakukan dari kiri. Meskipun dalam sebuah pertandingan tidak memungkiri bahwa *set shoot* dapat terjadi dimana saja baik kanan, tengah, maupun kiri. Oleh karena itu, perlu adanya pelatihan teknik *shooting* yang baik. Pelatihan teknik *shoot* yang baik ini dapat melatih pemain untuk membiasakan diri melakukan *shooting* dengan baik dimanapun posisi dia berada baik kanan, tengah maupun kiri. Namun jika *set shoot* dari sisi kanan memang lebih efektif digunakan untuk mencetak skor daripada dari sisi kiri maka perlu adanya pelatihan strategi dalam permainan agar saat pemain hendak melakukan *set shoot* dapat mengambil posisi yang tepat.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan pada bab sebelumnya maka diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara *shooting* dari sisi kanan dan kiri ring basket pada tim bolabasket putri SMP Negeri se-Kecamatan Pundong. Perbedaan ini ditunjukkan dari nilai t hitung sebesar $(2,110) > t$ tabel $(1,697)$ atau nilai $\text{sig} = 0,039 < \text{taraf kesalahan } 0,05$ (5%). Nilai rata-rata skor yang dihasilkan dari sisi kanan sebesar 11,43. Sedangkan nilai rata-rata skor *shoot* dari kiri ring basket sebesar 10,50. Dengan demikian H_a yang berbunyi ada perbedaan yang signifikan antara *shooting* dari sisi kanan dan kiri ring basket pada tim bolabasket putrid SMP Negeri se-Kecamatan Pundong diterima.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan kesimpulan diatas, penelitian memiliki implikasi, yaitu bagi pelatih yang akan meningkatkan teknik tembakan *bank set shoot* hendaknya memperhatikan koordinasi mata-tangan, fleksibilitas pergelangan tangan, kekuatan otot lengan dan power.

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan sebaik mungkin, namun tidak terlepas dari keterbatasan yang ada. Keterbatasan selama penelitian, yaitu :

1. Peneliti tidak melibatkan seorang ekspert,

2. Peneliti tidak dapat mengontrol faktor lain yang dapat mempengaruhi hasil tembakan *bank set shoot*.

D. Saran

1. Bagi Tim Bolabasket

Bagi para pemain bolabasket hendaknya memiliki teknik dalam melakukan *shooting* dengan baik. Sehingga saat pertandingan bilamana posisi *shooting* berada pada bagian kiri ring basket dapat memiliki strategi untuk dapat membuat bolabasket menjadi masuk tepat sasaran. Latihan secara rutin juga perlu dilakukan untuk dapat memiliki ketrampilan melakukan *set shoot* dengan baik. Berlatih meningkatkan kemampuan dalam *set shoot* dari sisi kiri ring basket perlu dilakukan agar pemain terbiasa membidik ring basket dari sisi mana saja baik kiri, kanan, maupun tengah.

2. Bagi Pelatih

Pelatih dapat membiasakan pemain bolabasket untuk melakukan *shooting* tidak hanya dari sisi kanan namun juga dari sisi kiri ring basket. Hal ini dapat pula dilakukan dengan melatih pemain untuk rutin melakukan *set shoot* baik dari sisi kanan, kiri maupun tengah.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang berminat untuk menggali lebih dalam lagi tentang olahraga bolabasket dapat mencari faktor – faktor apa saja yang dapat mempengaruhi ketepatan dalam *set shoot*.

DAFTAR PUSTAKA

- Anas Sudiyono. (2006). *Pengantar Statistika Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Andi Achmad .(2009). Efektifitas Jump Shoot Posisi 0 dari Sisi Kanan dan Sisi Kiri Ring Basket pada Jarak 4.572 Meter pada Siswa Putra Anggota Ekstrakuikuler bola Basket SMA NEGERI 1 Banjarnegara Tahun Ajaran 2008/2009. Strata 1. *Skripsi*. UNY. Yogyakarta: FIK UNY.
- Asep Nugroho. (2008). Kemampuan Clear Shoot dari Sisi Kiri, Depan , dan Kanan Papan Dalam Permainan Bolabasket pada Pemain Bolabasket Porda Tahun 2007 Kabupaten Sleman Yogyakarta. Strata 1.*Skripsi*. UNY. Yogyakarta: FIK UNY.
- Collins and Hodges. (1978). *A Comprehensive Guide to Sport Skill Test and Measurement*. USA: Charles C Thomas.
- Danny Kosasih. (2008). *Fundamental Basketball*. Semarang: CV.Elwas Offset.
- Dedy Sumiyarsono. (2002). *Keterampilan Bola Basket*. Surakarta: Yudhistira.
- Machfud Irsyada.(2000).*Bola Basket*. Jakarta: Depdikbud.
- Engkos Kosasih. (1984). *Olahraga Teknik dan Program Latihan*. Jakarta: CV.Akademika Pressido.
- Frances H. Ebert & Billye Ann Cheatum. (1972). *Basketball-Five Player*. USA: W.B. Saunders Company.
- Frances Schaafsma. (1977). *Basketball for Women*. USA: Wm. C. Brown Company Publisher.
- Herman Pamungkas. (2010). Perbedaan Kemampuan Menembak (Medium Shoot) antara Pemain Posisi Post dan Perimeter dalam Permainan Bolabasket di SMAN 1 Kalasan , SMAN 1 Prambanan, dan SMAN 1 Depok. Strata 1.*Skripsi*. UNY. Yogyakarta: FIK UNY.
- Husaini dan Purnomo. (2008). *Pengantar Statistika*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Lieberman-Cline, Nancy.(1997).*Panduan Lengkap Bola Basket untuk Wanita*. Jakarta: PT.Raja Grafindo Persada.
- Margaret H. Meyer & Marguerite M. Schwarz. (1965). *Team Sports for Girls and Women*. USA: W.B.Saunders Company.

- Mildred J. Barnes. (1972). *Women's Basketball*. USA: Allyn and Bacon, Inc.
- Oliver Jon. (2007). *Dasar-Dasar Bola Basket*. Bandung: Pakar Raya.
- Riduwan.(2006). *Dasar –dasar Statistika*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2006). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: CV Alfabeta.
- Wissel Hall.(2000).*Bola Basket*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Brandford N. Strand.(1984). *Basketball skill AAHPERD test*. Utah State University

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian



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

Nomor : 686.a/UN.34.16/PP/2014
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Izin Penelitian
11 September 2014
Yth. : Kepala Sekolah SMP Negeri 3 Jetis
Bantul, Yogyakarta

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian 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 : Noviya Sayekti
NIM : 10601241044
Jurusan/Prodi : POR/PJKR
Penelitian akan dilaksanakan pada :
Waktu : September s.d. Oktober 2014
Tempat/obyek : SMP Negeri 3 Jetis
Judul Skripsi : Perbedaan Kemampuan *Bank Set Shoot* dari Sisi Kanan dan Kiri Pada Tim Bola Basket Putri SMP Negeri Se-Kecamatan Pundong Tahun Ajaran 2013/2014.

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

Dekan,



[Signature]
Rumpis Agus Sudarko, M.S.
NIP. 19600824 198601 1 001

Tembusan :
1. Kaprodi. PJKR
2. Pembimbing TAS
3. Mahasiswa ybs.



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

Nomor : 686/UN.34.16/PP/2014
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Izin Penelitian

11 September 2014

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

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian 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 : Noviya Sayekti
NIM : 10601241044
Jurusan/Prodi : POR/PJKR
Penelitian akan dilaksanakan pada :
Waktu : September s.d. Oktober 2014
Tempat/obyek : SMP Negeri 1 Pundong, SMP Negeri 2 Pundong
Judul Skripsi : Perbedaan Kemampuan *Bank Set Shoot* dari Sisi Kanan dan Kiri Pada Tim Bola Basket Putri SMP Negeri Se-Kecamatan Pundong Tahun Ajaran 2013/2014.

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



Dekan,

Rampis Agus Sudarko, M.S.
NIP. 19600824 198601 1 001

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Pundong
2. Kepala Sekolah SMP Negeri 2 Pundong
3. Kaprodi. PJKR
4. Pembimbing TAS
5. Mahasiswa ybs.

Lampiran 2. Surat Keterangan Ijin Penelitian dari Pemerintah Daerah DIY

operator2@yahoo.com

**PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**
SEKRETARIAT DAERAH
Kompleks Kepatihan, Danurejan, Telepon (0274) 562811 - 562814 (Hunting)
YOGYAKARTA 55213

SURAT KETERANGAN / IJIN
070/REG/IV/223/9/2014

Membaca Surat : **DEKAN FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN** Nomor : **686/UN.34.16/PP/2014**

Tanggal : **11 SEPTEMBER 2014** Perihal : **IJIN PENELITIAN/RISET**

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 Kegiatan Penelitian dan Pengembangan di Indonesia;
2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 20 Tahun 2011, tentang Pedoman Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Kementerian 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.

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

Nama : **NOVIYA SAYEKTI** NIP/NIM : **10601241044**

Alamat : **FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN, POR/PJKR, UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

Judul : **PERBEDAAN KEMAMPUAN BANK SET SHOOT DARI SISI KANAN DAN KIRI PADA TIM BOLA BASKET PUTRI SMP NEGERI SE-KECAMATAN PUNDONG TAHUN AJARAN 2013/2014**

Lokasi : **DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAGA DIY**

Waktu : **15 SEPTEMBER 2014 s/d 15 DESEMBER 2014**

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 adbang.jogjaprov.go.id dan menunjukkan cetakan asli yang sudah disahkan dan dibubuhi 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 adbang.jogjaprov.go.id;
5. Ijin yang diberikan dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila pemegang ijin ini tidak memenuhi ketentuan yang berlaku.

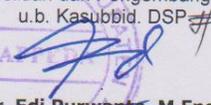
Dikeluarkan di Yogyakarta
Pada tanggal **15 SEPTEMBER 2014**
A.n Sekretaris Daerah
Asisten Perekonomian dan Pembangunan
Ub.
Kepala Biro Administrasi Pembangunan


Hender Susilowati, SH
NIP. 1980020 198503 2 003

Tembusan :

1. GUBERNUR DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA (SEBAGAI LAPORAN)
2. BUPATI BANTUL C.Q BAPPEDA BANTUL
3. DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAGA DIY
4. DEKAN FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN, UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
5. YANG BERSANGKUTAN

Lampiran 3. Surat Keterangan dari BAPPEDA Bantul

	PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH (B A P P E D A) Jln.Robert Wolter Monginsidi No. 1 Bantul 55711, Telp. 367533, Fax. (0274) 367796 Website: bappeda.bantulkab.go.id Webmail: bappeda@bantulkab.go.id
SURAT KETERANGAN/IZIN Nomor : 070 / Reg / 3127 / S1 / 2014	
Menunjuk Surat	: Dari : Sekretariat Daerah DIY Nomor : 070/Reg/V/223/9/2014 Tanggal : 15 September 2014 Perihal : Ijin Penelitian
Mengingat	: a. Peraturan Daerah Nomor 17 Tahun 2007 tentang Pembentukan Oganisasi Lembaga Teknis Daerah Di Lingkungan Pemerintah Kabupaten Bantul sebagaimana telah diubah dengan Peraturan Daerah Kabupaten Bantul Nomor 16 Tahun 2009 tentang Perubahan Atas Peraturan Daerah Nomor 17 Tahun 2007 tentang Pembentukan Oganisasi Lembaga Teknis Daerah Di Lingkungan Pemerintah Kabupaten Bantul; b. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perijinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pengembangan, Pengkajian, dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta; c. Peraturan Bupati Bantul Nomor 17 Tahun 2011 tentang Ijin Kuliah Kerja Nyata (KKN) dan Praktek Lapangan (PL) Perguruan Tinggi di Kabupaten Bantul.
Diizinkan kepada	
Nama	: NOVIYA SAYEKTI
P. T / Alamat	: Fak. Ilmu Keolahragaan UNY Karangmalang Yogyakarta
NIP/NIM/No. KTP	: 10601241044
Tema/Judul Kegiatan	: PERBEDAAN KEMAMPUAN BANK SET SHOOT DARI SISI KANAN DAN KIRI PADA TIM BOLA BASKET PUTRI SMP NEGERI SE-KECAMATAN PUNDONG TAHUN AJARAN 2013/2014
Lokasi	: SMP Negeri 1 Pundong, SMP Negeri 2 Pundong, SMP Negeri 3 Jetis
Waktu	: 30 September 2014 s.d 15 Desember 2014
No. Telp./HP	: 08175477233
Dengan ketentuan sebagai berikut :	
	1. Dalam melaksanakan kegiatan tersebut harus selalu berkoordinasi (menyampaikan maksud dan tujuan) dengan institusi Pemerintah Desa setempat serta dinas atau instansi terkait untuk mendapatkan petunjuk seperlunya;
	2. Wajib menjaga ketertiban dan mematuhi peraturan perundangan yang berlaku;
	3. Izin hanya digunakan untuk kegiatan sesuai izin yang diberikan;
	4. Pemegang izin wajib melaporkan pelaksanaan kegiatan bentuk <i>softcopy</i> (CD) dan <i>hardcopy</i> kepada Pemerintah Kabupaten Bantul c.q Bappeda Kabupaten Bantul setelah selesai melaksanakan kegiatan;
	5. Izin dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak memenuhi ketentuan tersebut di atas;
	6. Memenuhi ketentuan, etika dan norma yang berlaku di lokasi kegiatan; dan
	7. Izin ini tidak boleh disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu ketertiban umum dan kestabilan pemerintah.
	Dikeluarkan di : B a n t u l Pada tanggal : 30 September 2014
	A.n. Kepala, Kepala Bidang Data Penelitian dan Pengembangan, u.b. Kasubbid. DSP #
	 Ir. Edi Purwanto, M.Eng NIP. 196407101997031004
Tembusan disampaikan kepada Yth.	
	1 Bupati Bantul (sebagai laporan)
	2 Ka. Kantor Kesatuan Bangsa dan Politik Kab. Bantul
	3 Ka. Dinas Pendidikan Dasar Kab. Bantul
	4 Ka. UPT Pendidikan Kec. Pundong
	5 Ka. UPT Pendidikan Kec. Jetis
	6 Ka. SMP Negeri 1 Pundong,
	7 Ka. SMP Negeri 2 Pundong,
	8 Ka. SMP Negeri 3 Jetis
	9 Dekan Fak. Ilmu Keolahragaan UNY
	10 Yang Bersangkutan (Mahasiswa)

Lampiran 4. Surat Keterangan telah Melakukan Penelitian dari SMP N 1 Pundong



PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL
DINAS PENDIDIKAN DASAR
SMP 1 PUNDONG

Alamat : Panjangrejo, Pundong, Bantul Telp. 085100483816 Kode Pos 55771

SURAT KETERANGAN

No : 067 / 420 / 2015

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Drs. H. WIDAYA
NIP : 19581101 197803 1003
Pangkat / Gol : Pembina / IV a
Jabatan : Kepala SMP Negeri 1 Pundong
Instansi : SMP Negeri 1 Pundong

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : **NOVIYA SAYEKTI**
NIM : 10601241044
Jurusan : POR / PJKR
Fakultas : Fak. Ilmu Keolahragaan
Instansi : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melaksanakan penelitian di SMP 1 Pundong dalam rangka penyusunan Skripsi dengan Judul : **``Perbedaan Kemampuan Bank Set Shoot dari Sisi Kanan dan Kiri Pada tim Bola Basket Putri SMP Negeri Se-Kecamatan Pundong ``** yang dilaksanakan pada tanggal 16 Desember 2014.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pundong, 4 April 2015

Kepala Sekolah



Drs. H. WIDAYA

NIP 195811011978031003

Lampiran 5. Surat Keterangan telah Melakukan Penelitian di SMP N 2 Pundong



PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL
DINAS PENDIDIKAN DASAR

SMP NEGERI 2 PUNDONG

Alamat : Menang, Srihardono, Pundong, Bantul, DIY. ☒ 55771.
☎ (0274) 7102533, 6464187. Email : smp2_pundong@yahoo.com

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKSANAKAN PENELITIAN

Nomor : 421.3 / O27 / 2015.

Yang bertanda tangan di bawah ini :

N a m a : **MARDJUDI, S.Pd.**
N I P : 19561223 197703 1 005
Pangkat, Gol.Ruang : Pembina ; IV / A
Jabatan : Kepala Sekolah.
Satuan Organisasi : SMP Negeri 2 Pundong

Dengan ini menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

N a m a : **NOVIYA SAYEKTI**
N I M : 10601241044
Jurusan : POR / PJKR
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Instansi : Universitas Negeri Yogyakarta.

Bahwa mahasiswa tersebut telah melaksanakan penelitian di SMP Negeri 2 Pundong, Bantul pada bulan Desember 2014, untuk Skripsi berjudul :

**"Perbedaan Kemampuan Bank Set Shoot dari Sisi Kanan dan Kiri
Pada Tim Bola Basket Putri SMP Negeri
Se-Kecamatan Pundong"**

Demikian surat keterangan ini saya buat dengan sesungguhnya dan disampaikan kepada yang bersangkutan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya serta menjadikan periksa bagi pihak-pihak yang bersangkutan.

Bantul, 04 April 2015

Kepala Sekolah,



MARDJUDI, S.Pd.

NIP.19561223 197703 1 005

Lampiran 6. Petunjuk Instrumen

Petunjuk pelaksanaan tes kemampuan *Bank Set Shoot*

Tujuan : Untuk mengukur perbedaan kemampuan *bank set shoot* sisi kanan dan kiri sudut 45° dengan jarak 12 *feet* pada tim bolabasket putri SMP Negeri se-Kecamatan Pundong.

Tes *Bank Set Shoot*

1. Alat dan Fasilitas
 - a. 2 bolabasket
 - b. meteran
 - c. peluit
 - d. lakban
 - e. stopwatch
 - f. lapangan bolabasket beserta papan pantul dan ringnya
 - g. blangko hasil tes bank set shoot
2. Testor
 - a. 1 orang pengamat
 - b. 1 orang petugas bola
 - c. 1 orang pencatat hasil
3. Pelaksanaan instrumen tes
 - a. Sebelum melaksanakan tes, semua testi didata terlebih dahulu
 - b. Testi diberi penjelasan tentang tes yang akan dilakukan
 - c. Testi diberi waktu 5 menit untuk melakukan pemanasan

- d. Testi melakukan tes bank set shoot dengan pelaksanaan sebagai berikut : Testi berdiri di titik yang telah ditentukan yaitu pada sudut 45° , testi melakukan shooting dari sisi kanan terlebih dahulu sebanyak 10 kali, lalu dilanjutkan melakukan shooting dari sisi kiri sebanyak 10 kali. Bola dipassing oleh testor.
 - e. Setiap melakukan shooting, testi menggunakan tangan terbaik yang biasa digunakan.
4. Cara melakukan penilaian
- Skor 2 untuk bola yang masuk dengan dipantulkan papan dan masuk ke ring.
- Skor 1 untuk bola yang tidak masuk tetapi menyentuh papan atau ring.
- Skor 1 untuk bola yang masuk tetapi tidak menyentuh papan (langsung ke ring).
- Skor 0 untuk bola airball.

defensive tests require an area around the lane inside the 3-point line.

Test Items. Speed spot shooting, passing, control dribbling, and defensive movement.

Preparation. Each testing station for the speed spot shooting test is prepared as shown in Figure 6.1. Five markers, from which students must shoot, are placed on the floor. Fifth- and sixth-grade students shoot from 9-foot marks, seventh- through ninth-grade students shoot from 12-foot marks, and 10th-grade students shoot from 15-foot marks. Shooting spots A and E are measured from the middle of the backboard, those for B, C, and D are measured from the center of the basket. Each shooting spot marker should be 2 feet long and 1 inch wide.

Each station for the passing test is prepared as shown in Figure 6.2. A restraining line 26 feet long is placed 8 feet from and parallel to a smooth testing wall. The testing wall contains six 2 feet by 2 feet targets 2 feet apart. Moving from the left side of the testing wall, Targets A, C, and E have their base 5 feet from the floor while B, D, and F have their base 3 feet from the floor.

Each testing station for the control-dribble test is prepared as shown in Figure 6.3. Five cones are set up in the basketball lane, and one cone is set up outside of the lane. Cone A is placed along the outside of the left lane line halfway between the free throw line and the baseline. Cone

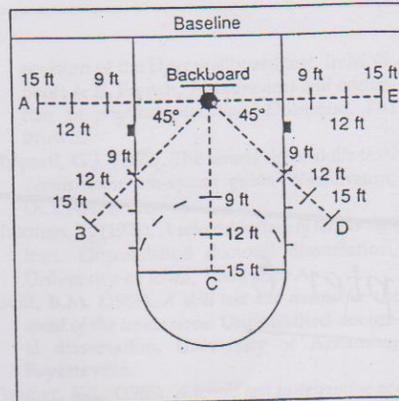


Figure 6.1 Court markings for the AAHPERD Basketball Speed Spot Shooting Test.

Note. From "AAHPERD skills test manual: Basketball for boys and girls," by AAHPERD, 1984, Reston, VA. Copyright 1984 by AAHPERD. Reprinted by permission.

B is placed in the middle of the lane halfway between the free throw line and the baseline and halfway between the two lane lines. Cones C, D, E, and F are placed in the four corners of the lane.

Each station for the defensive movement test is prepared as shown in Figure 6.4. Four floor markers, A, B, D, and E, are to be placed at the junctions of the free throw line and lane lines and

Figure 6.2 Wall markings for the AAHPERD Basketball Passing Test.

Note. From "AAHPERD skills test manual: Basketball for boys and girls," by AAHPERD, 1984, Reston, VA. Copyright 1984 by AAHPERD. Reprinted by permission.

Lampiran 7. Hasil Uji Validitas dan Reabilitas

Hasil uji validitas dan reliabilitas

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	11	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	11	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.771	10

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item1	9.9091	8.891	.379	.759
item2	10.0000	8.200	.463	.748
item3	10.0000	8.600	.339	.766
item4	10.3636	7.455	.712	.711
item5	10.0909	8.091	.397	.761
item6	10.0909	9.491	.313	.767
item7	9.9091	8.291	.391	.760
item8	10.0909	7.891	.654	.723
item9	9.9091	8.691	.456	.751
item10	10.2727	8.818	.329	.765

Deskriptif data penelitian

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
sisi_kanan	32	8.00	15.00	11.4375	1.81281
sisi_kiri	32	7.00	13.00	10.5000	1.74134
Valid N (listwise)	32				

UjiNormalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		sisi_kanan	sisi_kiri
N		32	32
Normal Parameters ^a	Mean	11.4375	10.5000
	Std. Deviation	1.81281	1.74134
Most Extreme Differences	Absolute	.149	.149
	Positive	.130	.118
	Negative	-.149	-.149
Kolmogorov-Smirnov Z		.845	.844
Asymp. Sig. (2-tailed)		.473	.474
a. Test distribution is Normal.			

T-Test

Group Statistics

shooting		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
skor	SisiKanan	32	11.4375	1.81281	.32046
	SisiKiri	32	10.5000	1.74134	.30783

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
skor	Equal variances assumed	.065	.799	2.110	62	.039	.93750	.44436	.04924	1.82576
	Equal variances not assumed			2.110	61.900	.039	.93750	.44436	.04921	1.82579

Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian



Dokumentasi saat melakukan pemanasan



Dokumentasi saat testor memberikan penjelasan



Dokumentasi pengambilan data *shooting*



HAŠIL TES BANK SETSHOOT SISI KANAN DAN KIRI
 PADA TIM BOLABASKET SMP NEGERI se-KECAMATAN PUNDONG

No.	Nama	Kelas	Shooting dari sisi kanan										Shooting dari sisi kiri											
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Jumlah	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Jumlah
1	Mulia w		1	1	2	2	1	1	2	2	1	1			2	1	1	1	1	1	2	1	1	1
2	Yunilea .H		1	1	1	2	1	1	2	1	2	1			1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
3	Meilani Citra		1	0	2	1	1	1	2	1	1	0			0	1	1	1	0	1	1	2	1	1
4	Sri Sugyar		1	1	1	1	2	1	1	1	1	1			1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
5	Agizal		1	1	1	1	1	1	2	1	1	1			1	1	1	1	2	1	0	1	0	1
6	zeni .S		1	1	1	1	2	2	2	1	1	1			1	1	1	2	1	1	2	1	1	1
7	Herni .F		1	1	2	1	2	1	1	1	1	1			1	1	1	1	1	1	0	1	1	1
8	Renita .C		1	1	2	1	1	0	1	1	1	1			1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
9	Nur Yeni		1	1	1	1	0	0	1	1	1	1			0	1	1	1	0	1	0	1	1	1
10	Ahadla		1	1	1	1	2	2	2	1	1	1			1	1	1	1	2	1	1	1	1	1
11	Pingania		1	2	2	1	1	2	2	1	1	1			1	1	1	1	2	1	1	1	2	1
12	Dwi IndriYeni		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
13	Fika Kurchini		0	1	1	1	1	2	1	1	1	1			2	1	1	1	1	1	1	1	2	1
14	Leony Putri		0	1	0	0	1	1	1	2	1	1			1	1	1	1	0	1	0	1	0	0

