

**TINGKAT KETERAMPILAN DASAR BERMAIN BOLA BASKET
SISWA YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER
DI SMA NEGERI 1 PRAMBANAN KLATEN**

SKRIPSI

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



Oleh :
Wonda Suwondo
NIM. 10601244197

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2016**

PERSETUJUAN

Skripsi yang judul “Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bolabasket Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bolabasket Di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten” yang disusun oleh Wonda Suwondo, NIM 10601244197 ini telah disetujui pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 30 Mei 2016
Pembimbing,



Tri Ani Hastuti, M.Pd
NIP. 19720904 200112 2 001

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan skripsi yang berjudul “Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bolabasket Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bolabasket Di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten” ini benar-benar karya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat 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 ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 30 Mei 2016

Yang menyatakan,



Wonda Suwondo
NIM. 10601244197

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bolabasket Siswa yang mengikuti Ekstrakurikuler Di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten“ yang disusun oleh Wonda Suwondo, NIM. 10601244197, telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, tanggal 29 Juli 2016 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Tri Ani Hastuti, M.Pd	Ketua Penguji		24/8/2016
Aris Fajar Pambudi, M.Or	Sekretaris Penguji		24/8/2016
Prof. Dr. Hari Amirullah R	Penguji I (Utama)		24/8/2016
Ngatman, M.Pd	Penguji II (Pendamping)		22-8-2016

Yogyakarta, ... Agustus 2016
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Dekan,




Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed
NIP. 19640707 198812 1 001

MOTTO

- Sesungguhnya Allah SWT tidak akan merubah keadaan suatu kaum kecuali mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri”
(Q.S Ar’d : Ayat 11)
- Barangsiapa menempuh suatu jalan untuk menuntut ilmu, niscaya Allah memudahkan baginya dengan (Ilmu) itu jalan menuju surga” HR. Muslim.
- Tak akan ada keberhasilan tanpa doa dan usaha, setiap usaha baik, akan selalu mendapat cobaan dan rintangan, semua akan terasa ringan jika dikerjakan dengan ikhlas, dan semua selesai ketika kamu menyerah
(Peneliti)

PERSEMBAHAN

Karya yang monumental ini dipersembahkan kepada orang-orang yang punya makna sangat istimewa bagi kehidupan penulis, diantaranya:

1. **Bapak Suwondo**, bapak yang tegas, disiplin dan bijaksana
2. **Ibu Suprihatini**, ibu yang sabar, pengertian dan penuh kasih sayang
3. Adik-adiku yaitu **Winda Wati Suwondo, Gita Kumala Sari, Affrilia Suwondo**, yang selalu mendukung dalam setiap langkahku.
4. **Ratna Havisa**, kekasih yang selalu perhatian, pengertian, penyemangat dikala gundah, berbudi mulia, berparas elok, serta beriman dan bertaqwa.
5. **Danu Ega**, sahabat tempat berbagi suka maupun duka.
6. Teman-teman yang telah membantu dalam pembuatan skripsi ini.

TINGKAT KETERAMPILAN DASAR BERMAIN BOLABASKET SISWA YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER DI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 PRAMBANAN KLATEN

Oleh
Wonda Suwondo
NIM 10601244197

ABSTRAK

Kegiatan ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten sudah lama dilaksanakan, namun belum pernah mencapai prestasi yang diharapkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain bolabasket peserta ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Prambanan Klaten tahun 2015/2016.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler basket di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten Tahun Ajaran 2015/2016 yang berjumlah 30 siswa.

Sampel penelitian ini menggunakan *purposive sampling* sebanyak 30 siswa putra. Instrumen penelitian ini menggunakan tes dari STO (Sekolah Tinggi Olahraga) dengan validitas tes 0,804 dan reliabilitas tes 0,893, tes yang digunakan ada tiga item yaitu *shooting*, *dribbling*, *passing*. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif yang dituangkan dalam persentase.

Hasil penelitian ini secara keseluruhan tingkat keterampilan dasar bermain bolabasket siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten tahun 2015/2016 yang berkategori baik sekali 1 orang atau 3%, baik 6 orang atau 20%, cukup 20 orang atau 67%, sedang 3 orang atau 10% dan kurang 0 orang atau 0%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa SMA Negeri 1 Prambanan Klaten berkategori “cukup” dengan persentase sebesar 67%.

Kata kunci : keterampilan dasar, peserta ekstrakurikuler, bermain bolabasket

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga laporan penelitian dengan judul Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bolabasket Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten dapat diselesaikan.

Penelitian ini tidak lepas dari bantuan serta bimbingan berbagai pihak, maka dengan segala ketulusan hati disampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd, M.A, Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan menempuh pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed, Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin dalam melaksanakan penelitian ini.
3. Bapak Erwin Setyo Kriswanto, S.Pd., M.Kes. Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kelancaran dan kesempatan dalam melaksanakan penelitian.
4. Bapak Dr. Muhammad Hamid Anwar, S.Pd. M.Phil, selaku Penasehat Akademik yang telah membimbing dari awal sehingga terselesainya penelitian ini.
5. Ibu Tri Ani Hastuti, M.Pd, Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan selama penelitian serta menjalani proses pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta.
6. Seluruh Bapak Ibu Dosen serta Karyawan FIK UNY, atas segala bantuannya dalam menempuh pendidikan.

7. Teman-teman seperjuangan PJKR F angkatan 2010 yang telah memberikan semangat dan dukungannya.
8. Para bapak ibu guru dan pelatih ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten, Terima kasih atas dukungan dan bantuan selama pengambilan data skripsi.
9. Siswa yang bersedia memberikan tenaganya dalam melakukan tes keterampilan dasar bolabasket sehingga penelitian ini berjalan dengan lancar sehingga penelitian ini berjalan lancar.
10. Serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.

Penulis menyadari sepenuh hati, bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, semoga skripsi ini bermanfaat bagi dunia pendidikan.

Yogyakarta, 27 Mei 2016

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
HALAMAN ASTRAK.....	vii
HALAMAN KATA PENGANTAR.....	viii
HALAMAN DAFTAR ISI	ix
HALAMAN DAFTAR TABEL.....	xi
HALAMAN DAFTAR GAMBAR.....	xii
HALAMAN DAFTAR HISTOGRAM.....	xiii
HALAMAN DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Batasan Masalah	9
D. Perumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian	10
F. Manfaat Penelitian	10
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Teori	12
1. Pengertian Keterampilan	12
2. Hakikat Permainan Bolabasket	13
3. Hakikat Teknik Dasar Permainan Bolabasket	15
a. Teknik Melempar dan Menangkap Bola.....	15
b. Teknik Menggiring Bola.....	19
c. Teknik Tembakan.....	21
d. Teknik bertumpu pada satu kaki.....	25
4. Hakikat Keterampilan Bermain Bolabasket	26
5. Hakikat Ekstrakurikuler.....	30
6. Karakteristik Siswa SMA	32
B. Penelitian yang Relevan.....	33
C. Kerangka Berpikir	34

	Halaman
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	37
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	37
C. Populasi dan Sampel Penelitian Penelitian	37
D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	38
1. Instrumen Penelitian	38
2. Teknik Pengumpulan Data.....	40
E. Teknik Analisis Data	41
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data Penelitian	43
1. Keterampilan Dasar Bermain Bolabasket.....	43
2. Keterampilan <i>Shooting</i>	43
3. Keterampilan <i>Passing</i>	44
4. Keterampilan <i>Dribbling</i>	46
B. Pembahasan	48
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	56
B. Implikasi Hasil Penelitian.....	56
C. Keterbatasan Penelitian.....	57
D. Saran-saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN	61

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Norma Penilaian <i>Passing, Dribbling, Shooting</i>	42
Tabel 2. Distribusi Keterampilan <i>Shooting</i>	43
Tabel 3. Distribusi Keterampilan <i>Passing</i>	45
Tabel 4. Distribusi Keterampilan <i>Dribbling</i>	46
Tabel 5. Deskripsi Data Kemampuan Bola Basket.....	4

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Teknik Melempar Bola di Depan Dada.....	17
Gambar 2. Mengoper Dari Atas Kepala.....	18
Gambar 3. Mengoper Bola Pantul.....	19
Gambar 4. Menggiring Rendah.....	21
Gambar 5. Menembak Dengan Satu Tangan.....	22
Gambar 6. Tembakan Menggunakan Dua Tangan.....	23
Gambar 7. Tembakan <i>Lay up</i>	24
Gambar 8. Gerakan Kaki Satu.....	25
Gambar 9. Tes Keterampilan <i>passing</i>	39
Gambar10. Tes Keterampilan <i>dribbling</i>	39
Gambar11. Tes Keterampilan <i>shooting</i>	40

DAFTAR GAMBAR HISTOGRAM

	Halaman
Gambar 12. <i>Shooting</i> Siswa Putra yang mengikuti ekstrakurikuler basket di SMA N 1 Prambanan.....	44
Gambar 13. <i>Passing</i> Siswa Putra yang mengikuti ekstrakurikuler basket di SMA N 1 Prambanan.....	45
Gambar 14. <i>Dribbling</i> Siswa Putra yang mengikuti ekstrakurikuler basket di SMA N 1 Prambanan.....	46
Gambar 15. Data Hasil Penelitian dan distribusi frekuensi skor keterampilan basket.....	44

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Permohonan Ijin Penelitian.....	62
a. Surat Ijin Fakultas.....	62
b. Bendel Proposal Penelitian.....	63
c. Surat Ijin BAPPEDA.....	64
d. Surat Ijin SMA N 1 Prambanan.....	65
e. Sertifikat Kalibrasi Stopwatch.....	66
f. Seftifikat Peneraan Ban Ukur.....	67
Lampiran 2. Data Kasar.....	68
Lampiran 3. Hasil T Score.....	69
Lampiran 4. Skala Kecakapan Basket Tingkat SMA.....	71
Lampiran 5. Dokumentasi.....	75

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan hidup aktif dan sikap sportif melalui kegiatan jasmani (Depdiknas, 2003: 2). Kegiatan jasmani akan berjalan dengan baik jika mempraktikkan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga, serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Berdasarkan standar kompetensi dan kompetensi dasar, pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Salah satu tujuan dari standar kompetensi dan kompetensi dasar mengenai mata pelajaran Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan adalah Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.

Berdasarkan ruang lingkup pendidikan jasmani siswa memiliki apresiasi terhadap perilaku bermain dan berolahraga yang termanifestasikan ke dalam nilai-nilai, seperti : kerjasama, menghargai teman dan lawan, jujur, adil, terbuka dan lain-lain, siswa memiliki konsep dan keterampilan berfikir dalam berbagai permainan dan olahraga, dan siswa mampu melakukan berbagai macam bentuk aktivitas permainan dan berbagai cabang olahraga.

Salah satu cabang olahraga yang paling populer adalah bolabasket, penggemar berasal dari segala usia terutama pada kalangan pelajar dan mahasiswa bisa merasakan bahwa bolabasket adalah olahraga yang menyenangkan, kompetitif, mendidik, menghibur, dan menyehatkan. Sejalan dengan pertumbuhan dan perkembangan cabang olahraga bolabasket, maka upaya pencapaian prestasi yang maksimal harus selalu diusahakan. Pencapaian prestasi yang maksimal tidak semudah yang dibayangkan, tetapi harus ada persiapan yang matang, usaha keras ditunjang dengan faktor-faktor yang mendukung. Faktor ada dua yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal antara lain teknik, psikologis, dan fisik, sedangkan faktor eksternal antara lain fasilitas, motivasi, dan lingkungan.

Permainan bola basket modern merupakan olahraga yang begitu cepat berkembangnya dan menarik perhatian manusia pada umumnya dan pemuda pada khususnya. Permainan bola basket pada abad 20 mengalami pasang surut perkembangannya oleh karena banyak yang

mengagumi akan perkembangan dan kemajuan cara bermain ataupun yang mengkritik karena tidak banyak perkembangannya. Oleh karena itu permainan bolabasket berusaha melepaskan diri dari kritik dan penilaian, sehingga dapat berhasil memiliki penggemar diseluruh dunia. Bahkan potensi teknik dan taktik, semangat bermain dan nilai-nilai keolahraagaan yang ditampilkan dalam permainan bolabasket menunjukkan aspek kualitas yang lebih dari cabang olahraga lain. Untuk itu permainan bolabasket sudah mampu untuk disuguhkan sebagai hiburan sekaligus sebagai olahraga yang dapat dijual. (Dedy Sumiyarsono. 2002:1)

Olahraga bolabasket adalah permainan yang sederhana, mudah dipelajari dan dikuasai dengan sempurna yang juga menuntut perlunya melakukan suatu latihan baik (disiplin) dalam rangka pembentukan kerja sama tim. Permainan ini juga menyuguhkan kepada penonton banyak hal seperti dribbling sembari meliuk-liuk dengan lincah, tembakan yang bervariasi, terobosan yang fantastik, gerakan yang penuh tipu daya dan silih bergantinya mencetak poin dari regu yang bertanding (Nurul Ahmadi (2007: 2).

Pada permainan bolabasket, (Nurul Ahmadi, 2007: 13) untuk mendapatkan suatu tim bolabasket yang handal, ada tiga faktor utama yang harus dipenuhi yaitu : penguasaan teknik dasar (*fundamentals*), ketahanan fisik (*physical condition*), dan kerja sama (*pols* dan *strategi*).

Olahraga bolabasket juga diberikan pada bidang pendidikan khususnya pada pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Hal inilah sebenarnya yang merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi para pelajar mengenal bolabasket khususnya pada kegiatan ekstrakurikuler bolabasket yang diadakan di sekolah akan menarik minat para pelajar menggemarinya. Keterampilan perseorangan seperti *passing*, *dribbling*, dan tembakan (*shooting*) serta kerja sama tim untuk menyerang atau bertahan, adalah prasyarat agar berhasil dalam memainkan olahraga ini. *Passing* adalah salah satu kunci keberhasilan serangan sebuah tim dan sebuah unsur penentuan tembakan-tembakan yang berpeluang besar mencetak angka (Jon Oliver, 2007: 35), *dribbling* adalah mencari peluang serangan, menerobos pertahanan lawan, ataupun memperlambat tempo permainan (Nuril Ahmadi, 2007: 17), *shooting* adalah usaha memasukkan bola ke keranjang (Nuril Ahmadi, 2007: 18). Keterampilan dapat diartikan sebagai indikator dari tingkat kemahiran atau penguasaan suatu hal yang memerlukan gerak tubuh. Siswa SMA yang sudah mengenal bagaimana cara bermain bolabasket, masih sering mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan-gerakan dasar. Hal ini dapat mengontrol bola ketika melakukan *dribble*, *shooting*, dan gerakan-gerakan dasar lainnya, dalam permainan hendaknya pelaksanaannya dilaksanakan dengan sebaik-baiknya. Oleh karena itu, metode atau prosedur untuk pencapaian tujuan tersebut haruslah dipikirkan secara matang agar dapat memperoleh hasil yang optimal. Penggunaan metode

yang tepat adalah merupakan tuntutan yang mutlak untuk pencapaian suatu tujuan latihan untuk peningkatan keterampilan, makin cocok metode yang dipilih dalam proses latihan maka makin efektif pula tujuan latihan yang dilaksanakan.

Permainan bolabasket sendiri merupakan jenis permainan yang menggunakan bola besar, dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari lima orang pemain. Menurut Muhajir (2006: 11) bolabasket adalah suatu permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri atas lima orang pemain. Pembelajaran dasar bermain basket biasanya terdapat dalam kurikulum, selain melalui pembelajaran pendidikan jasmani salah satu usaha untuk meningkatkan keterampilan bermain bolabasket adalah melalui kegiatan ekstrakurikuler yaitu kegiatan tambahan di luar jam pelajaran baik bimbingan langsung oleh guru pendidikan jasmani, pelatih, ataupun kreativitas dari diri sendiri. Melalui kegiatan ekstrakurikuler bolabasket diharapkan siswa dapat memperdalam dan memperluas pengetahuan yang berkaitan dengan mata pelajaran pendidikan jasmani serta dapat meningkatkan bakat, minat, keterampilan, dan sebagai ajang mencari tahu atau prestasi.

Berdasarkan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) yang dikutip oleh Mansur Muslich (2008: 31): “Jam pembelajaran untuk setiap mata pelajaran pada sistem paket dialokasikan sebagaimana tertera dalam struktur kurikulum satuan pendidikan dimungkinkan menambah maksimum empat jam pembelajaran tambahan mempertimbangkan

kebutuhan peserta didik dalam mencapai kompetensi.”

Diluar jam pembelajaran yang dimaksudkan adalah penambahan kegiatan ekstrakurikuler bola basket di sekolah yang salah satu tujuannya adalah untuk meningkatkan keterampilan bermain bola basket siswa. Disamping itu diperlukan juga sarana prasarana, program dan fasilitas, yang dapat mendukung kegiatan untuk meningkatkan keterampilan bermain bola basket dengan baik dan benar.

Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 17 ayat 2 bahwa olahraga pendidikan dilaksanakan pada jalur pendidikan formal maupun non formal melalui kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler. Sekolah SMA Negeri 1 Prambanan Klaten mengadakan kegiatan ekstrakurikuler salah satunya ekstrakurikuler bolabasket. Permainan bolabasket salah satu yang digemari oleh siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler yang disediakan oleh sekolah, untuk meningkatkan keterampilan dasar bermain bolabasket tidak hanya cukup dengan latihan, dari segi peralatan yang digunakan juga berpengaruh terhadap proses peningkatan keterampilan bermain bolabasket seperti bola yang mencukupi, lapangan yang memenuhi standar.

Salah satu sekolah yang siswanya banyak mengemari kegiatan ekstrakurikuler bolabasket yaitu SMA Negeri 1 Prambanan Klaten, tetapi dalam penyediaan peralatan sangat kurang, seperti bola yang sangat minim mengingat jumlah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sangat

banyak dengan perbandingan bola satu digunakan oleh siswa lima padahal dalam latihan yang dilakukan di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten tersebut kegiatan ekstrakurikuler bolabasket lebih banyak mengedepankan, *shooting*, *mendribbel* dan *passing*. Supaya efektif bola satu digunakan oleh dua siswa, serta intensitas latihan yang sedikit, dengan sarana dan prasarana yang kurang itu SMA Negeri 1 Prambanan Klaten perlu meningkatkan fasilitas supaya bisa meningkatkan prestasi dalam bolabasket di Kabupaten Klaten.

Dari tahun ke tahun SMA Negeri 1 Prambanan Klaten sangat minim prestasi untuk cabang olahraga bolabasket, dapat dilihat dari kegiatan *event* olahraga POPDA yang di adakan setiap tahun bagi SMA Sekabupaten Klaten, SMA Negeri 1 Prambanan belum pernah menjuarai dan yang selalu berprestasi adalah SMA Negeri 1 Jogonalan Klaten, minimnya prestasi SMA Negeri 1 Prambanan Klaten dapat dijadikan indikasi bahwa tingkat keterampilan dasar bolabasket SMA Negeri 1 Prambanan perlu adanya peningkatan agar bisa bersaing dengan SMA lainnya.

Berdasarkan observasi dan pengalaman di lakukan peneliti di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten terdapat dua pelatih yaitu guru penjasorkes dan pelatih. Hasil percakapan dengan siswa SMA Negeri 1 Prambanan, siswa lebih tertarik dan antusias mengikuti latihan ekstrakurikuler dengan pelatih yang memberikan contoh langsung gerakan serta teknik kepada siswa dan banyak melakukan berbagai

variasi latihan, dengan begitu siswa cepat mengerti dan tidak jenuh dalam mengikuti latihan. Metode dalam berbagai variasi latihan tersebut sangat perlu digunakan dalam proses kegiatan ekstrakurikuler. Di SMA Negeri 1 Prambanan Kabupaten Klaten sampai saat ini masih mengadakan kegiatan ekstrakurikuler bolabasket yang diadakan dua kali dalam seminggu dengan maksud untuk meningkatkan keterampilan siswa bermain bola basket dan kegiatan ini berjalan dengan baik.

Dilihat dengan adanya ekstrakurikuler semula dengan diberikannya angket pilihan, pertama jumlah peserta bola basket cukup banyak namun kemudian jumlah siswa yang mengikuti makin lama makin berkurang dan bahkan banyak yang mengundurkan diri. Untuk itu bisa di jadikan indikator bahwa siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket kurang tertarik dengan kegiatan tersebut. Setiap *event* olahraga bola basket yang diadakan di SMA Negeri 1 Prambanan Kabupaten Klaten selalu mengikuti namun belum bisa berprestasi dengan baik.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa di SMA Negeri 1 Prambanan Kabupaten Klaten sarana dan prasarana pendidikan jasmani khususnya bola basket masih belum memadai dan alokasi waktunya masih kurang sehingga harus mengoptimalkan kembali kegiatan ekstrakurikuler yang mulai berkurang peminatnya. Dengan diketahuinya Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bolabasket Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten diharapkan dapat menjadi motivasi siswa untuk berolahraga.

Dari uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Tingkat Keterampilan Siswa Dasar Bermain Bolabasket Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler Di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Prestasi peserta ekstrakurikuler bolabasket masih rendah, itu ditunjukan dengan tidak adanya piala yang diperoleh tim bolabasket SMA Negeri 1 Prambanan Klaten selama ini.
2. Belum mencukupinya fasilitas seperti bola yang dapat menunjang ketika kegiatan ekstrakurikuler, sehingga membatasi keterampilan siswa dalam melakukan kegiatan ekatrakurikuler bolabasket.
3. Berkurangnya minat siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten, dikarenakan latihan yang monoton dari pelatih.

C. Pembatasan Masalah

Permasalahan pada penelitian ini perlu dibatasi agar masalah yang dikaji lebih fokus dan tidak terlalu luas. Adapun permasalahan dalam penelitian ini dibatasi pada Tingkat Keterampilan dasar siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten.

D. Perumusan Masalah

Atas dasar pembatasan masalah seperti tersebut di atas, masalah ini dapat dirumuskan sebagai berikut: “Bagaimana tingkat keterampilan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten Tahun Ajaran 2015/2016?”

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan: untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten Tahun Ajaran 2015/2016.

F. Manfaat Penelitian

1. Secara teoretis

- a. Hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran yang rinci terhadap tingkat keterampilan dasar bermain bolabasket, sehingga dapat menjadi acuan dalam meningkatkan kualitas latihan.
- b. Hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan kepada peneliti khususnya dan pihak-pihak yang terkait pada umumnya dalam mempertimbangkan pemberian variasi latihan bolabasket kepada siswa SMA.

2. Secara praktis

- a. Sebagai masukan untuk guru penjas atau pelatih agar lebih meningkatkan kemampuan melatih dengan berbagai strategi yang bervariasi dan dapat memperbaiki serta meningkatkan proses latihan.

- b. Sebagai masukan untuk siswa agar mencari dan menjaga ilmu lebih-lebih dapat mengembangkan ilmu tersebut.
- c. Sebagai masukan untuk sekolah agar lebih memperhatikan hal-hal yang berkaitan dengan keterampilan dasar siswa, sehingga ada upaya untuk mengembangkannya.
- d. Bisa meningkatkan minat siswa terhadap bolabasket diharapkan akan meningkatkan pula prestasi bolabasket SMA Negeri 1 Prambanan Klaten, sehingga dapat memberikan andil dalam mengangkat mutu dan citra sekolah dimata masyarakat.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Pengertian Keterampilan

Istilah terampil dapat diartikan sebagai suatu perbuatan atau tugas dan sebagai indikator suatu tingkat kemahiran (Hari Amirullah, 2003: 17). Sedangkan menurut Arma Abdullah (1994: 3) seseorang dapat dikatakan terampil bila ia bergerak secara efisien dan efektif atau bila ia nampak mempunyai potensi yang baik untuk melaksanakan suatu gerakan khusus.

Menurut Hari Amirullah (2003: 18), keterampilan gerak berdasarkan faktor-faktor genetik dan lingkungan dapat dibagi menjadi dua yaitu: a). Keterampilan *phylogenetic*, adalah keterampilan yang dibawa anak sejak lahir yang dapat berkembang seiring dengan bertambahnya usia anak tersebut. b). Keterampilan *ontogenetic*, merupakan keterampilan yang dihasilkan dari latihan-latihan dan pengalaman sebagai hasil dari pengaruh lingkungan.

Menurut Wahjoedi (2001: 14), menerangkan bahwa: keterampilan dapat diklasifikasikan menjadi beberapa kategori, yaitu: 1). Keterampilan terbuka dan tertutup, 2). Keterampilan kasar dan halus, 3). Keterampilan diskrit, serial dan kontinu. Keterampilan terbuka dan tertutup adalah suatu kategori keterampilan berdasarkan pengaruh lingkungan sekitarnya terhadap penampilan gerak olahraga. Keterampilan kasar dan halus merupakan klasifikasi keterampilan yang dibuat atas dasar jumlah otot-otot yang terlibat, kadar energi yang dikerahkan atau usaha untuk

menampilkan gerak olahraga. Keterampilan diskrit, serial dan kontinu, yang diklasifikasikan atas dasar rangkaian dari elemen gerak yang dilakukan seseorang.

Pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan adalah tindakan aktivitas gerak yang dikuasai atau diperoleh melalui proses latihan ataupun pembelajaran yang dilakukan secara kontinue atau terus menerus untuk mencapai ketrampilan yang baik.

2. Hakikat Permainan Bolabasket

Bolabasket adalah salah satu bentuk olahraga yang termasuk dalam cabang permainan. Bolabasket ini sangat digemari masyarakat sekolah maupun masyarakat lainnya. Bolabasket adalah olahraga dimana dua tim yang masing-masing terdiri dari lima pemain mencoba mencetak angka dengan memasukkan bola ke dalam keranjang. Bolabasket sangat cocok dilihat karena dimainkan di ruang tertutup dan memerlukan lapangan relatif kecil dengan hanya sepuluh orang menggunakan bola besar yang mudah dipelajari. Menurut John Oliver (2007: 10-11) permainan bolabasket adalah suatu permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari lima orang pemain. Dalam memainkan bola pemain dapat mendorong bola, memukul bola dengan telapak tangan terbuka, melemparkan atau menggiring bola ke segala penjuru dalam lapangan permainan. Sependapat dengan di atas, menurut Hal Wissel (2000: 20), bahwa teknik dasar bolabasket yaitu : Bola dapat diberikan hanya dengan *passing* (operan) dengan tangan atau dengan *mendribbel*

(*batting, pushing, atau tapping*) beberapa kali pada lantai tanpa menyentuhnya dengan dua tangan secara bersamaan. Teknik dasar mencakup *footwork* (gerak kaki), *shooting* (menembak), *passing* (operan), dan menangkap, *dribbel, rebound*, bergerak dengan bola, bergerak tanpa bola.

Menurut Danny Kosasih (2008: 2), bola basket adalah permainan yang menggunakan kecepatan (kaki dan tangan) dalam waktu yang tepat. Hal tersebut harus dilatihkan saat mengembangkan serta melatih skill individu pemain, fisik, emosi dan team balance, baik dalam posisi defense maupun offense. Dedy Sumiyarsono mengatakan (2002:1) bahwa permainan bolabasket merupakan bola besar yang dimainkan dengan tangan, permainan bolabasket mempunyai tujuan memasukkan bola sebanyak mungkin ke basket (keranjang) lawan, serta menahan lawan agar jangan memasukkan bolabasket (keranjang) sendiri dengan cara lempar tangkap, menggiring dan menembak.

Olahraga basket merupakan salah satu olahraga prestasi yang sangat diminati masyarakat saat ini terutama kalangan pelajar, sehingga banyak sekali kejuaraan bolabasket yang diselenggarakan dan diikuti oleh masyarakat luas. Untuk mengukir prestasi terbaik dalam olahraga bolabasket harus melalui pembinaan prestasi yang sistematis dan terencana baik jangka pendek maupun jangka panjang. Sesuai dengan penjelasan tersebut di atas, maka perlu kiranya diadakan usaha-usaha pembinaan yang intensif agar menciptakan atlet-atlet bolabasket yang berkualitas.

Berdasarkan pendapat ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa permainan bolabasket merupakan olahraga permainan yang dilakukan oleh dua regu masing-masing terdiri dari 5 (pemain) yang berusaha memasukkan bola ke keranjang lawan sebanyak mungkin dan menahan lawan agar jangan memasukkan bola ke keranjang sendiri dengan menggunakan teknik dasar yang digunakan dalam permainan adalah *passing*, *chatching*, *dribble*, dan *shooting*.

3. Hakikat Teknik Dasar Permainan Bolabasket

Gerakan teknik dasar dalam permainan bolabasket adalah gerakan yang paling mendasar untuk mencapai keterampilan bermain bolabasket. Keterampilan bermain bolabasket akan tercapai apabila menguasai teknik gerakan yang efektif dan efisien. Menguasai keterampilan dasar merupakan modal yang paling penting guna memperoleh kemenangan di suatu pertandingan. Menurut Wissel, (2009: 9) Teknik dasar dalam bermain bolabasket mencakup gerakan kaki (*footwork*), menembak bola ke dalam keranjang (*shooting*), melempar (*passing*), menangkap, menggiring (*dribble*), bergerak dengan bola, bergerak tanpa bola, dan bertahan.

Teknik dasar keterampilan bermain bolabasket dapat dilihat sebagai berikut:

a. Teknik melempar dan menangkap bola (*Passing*)

Melempar dan menangkap bola didalam permainan bolabasket sangat berperan penting, ini merupakan keterampilan yang harus dimiliki oleh setiap pemain bolabasket. Lempar tangkap di dalam permainan

bolabasket mempunyai tujuan yang sangat penting yaitu mendekatkan bola ke basket.

Menurut Danny Mielke (2007: 45) adalah seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lain. Melakukan *passing* haruslah dilakukan secara cepat dan tepat untuk mendapatkan peluang memasukan bola sebanyak-banyaknya. *Passing* adalah salah satu kunci keberhasilan serangan sebuah tim dan sebuah unsur penentuan tembakan-tembakan yang berpeluang besar mencetak angka (Jon Oliver, 2007: 35). Melalui *passing* peluang untuk mencetak angka akan semakin besar. Tim yang hebat adalah tim yang mempunyai kerjasama yang baik, kerjasama itu diwujudkan dengan *passing*. Teknik dasar mengoper (*passing*) dalam permainan bolabasket sebagai berikut:

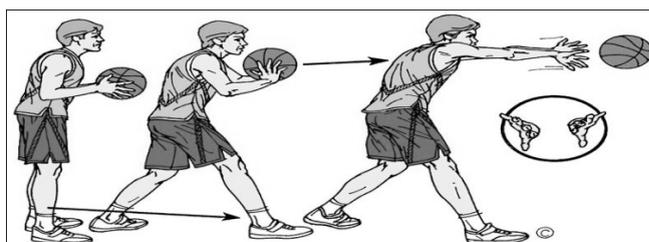
1. Mengoper bola setinggi dada (*Chest pass*)

Operan ini digunakan untuk jarak pendek dengan jarak 5 sampai 7 meter. Dengan operan ini akan menghasilkan kecepatan, ketepatan, dan kecermatan di dalam mengoper bola. Teknik ini membutuhkan otot lengan yang kuat karena cepat laju bola tergantung pada kekuatan otot lengan, cara melakukan teknik ini haruslah benar agar mendapatkan hasil yang maksimal.

Berikut ini adalah cara melakukan teknik *chest pass* menurut Nuril Ahmadi (2007: 14)

- a. Siku dibengkokkan ke samping sehingga bola di depan dada.
- b. Posisi kaki sejajar atau kuda-kuda selebar bahu dengan lutut ditekuk.
- c. Posisi badan condong kedepan dan jaga keseimbangan.
- d. Bola didorong ke depan dengan kedua tangan sambil meluruskan lengan diakhiri dengan lecutan pergelangan tangan

Berikut ini gambar tentang teknik *chest pass*:



Gambar 1. Teknik melempar bola di depan dada (*chest pass*)

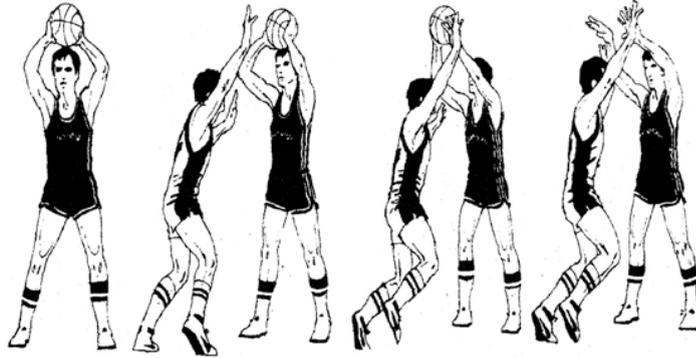
Sumber: Nuril Ahmadi (2002: 14)

2. Mengoper bola dari atas kepala (*Overhead pass*)

Operan ini dilakukan dari atas kepala, keuntungan pemain yang memiliki tubuh lebih tinggi daripada lawannya yang memanfaatkan teknik *overhead pass* ini bertujuan untuk mengoperkan bola kepada kawan dengan arah bola melampaui daya raih lawan. Modal dari teknik *overhead pass* ini adalah postur tubuh yang tinggi. Berikut adalah cara melakukan *overhead pass* menurut Nuril Ahmadi (2007: 14).

- a. Posisi bola berada di atas dahi dengan tangan agak siku agak ditekuk.
- b. Bola dilempar dengan lekukan pergelangan tangan dengan arah bola agak ke bawah disertai dengan meluruskan tangan.
- c. Posisi kaki berdiri tegak tetapi tidak kaku.

Berikut ini gambar tentang teknik *overhead pass*:



Gambar 2. Mengoper dari atas kepala (*Overhead pass*)
Sumber: Nuril Ahmadi (2007: 15)

3. Mengoper bola pantulan (*Bounce pass*)

Operan ini digunakan untuk menerobos lawan dengan cara bola dipantul ke samping kanan dan kiri lawan. Operan ini hampir sama dengan operan *chest pass* hanya saja operan ini dipantulkan

terlebih dahulu. Teknik *bounce pass* ini digunakan ketika ada pemain lawan dan tidak ada ruang untuk memberikan bola kepada kawan, alternatifnya menggunakan teknik *bounce pass* dengan memantulkan bola terlebih dahulu. Berikut cara melakukan teknik *bounce pass* menurut Nuril Ahmadi (2007: 15):

- a. Pelaksanakan hamper sama dengan operan dada.
- b. Bola dilepas atau didorong dengan tolakkan dua tangan menyerong ke bawah dari letak badan lawan.
- c. Bila berhadapan dengan lawan bola diarahkan ke samping bawah lawan kanan ataupun kiri.

Berikut ini gambar tentang teknik *bounce pass*



Gambar 3. Mengoper bola pantul (*Bounce pass*)
Sumber: Nuril Ahmadi (2002: 16)

b. Teknik menggiring (*dribbling*)

Menurut Jon Oliver (2007: 49) menggiring adalah salah satu dasar bolabasket yang pertama kali diperkenalkan kepada pemula, karena keterampilan ini sangat penting bagi setiap pemain yang terlibat dalam pertandingan bolabasket. Seorang pemula, pertama kali yang harus diajarkan adalah menggiring bola karena mendribbling bola merupakan dasar untuk melakukan serangan. Tujuan permainan bolabasket adalah memasukan bola sebanyak mungkin keranjang lawan, serta menahan lawan agar jangan memasukan bola ke keranjang sendiri dengan cara lempar tangkap, menggiring bola, dan menembak (Dedi Sumiyarsono, 2002: 1). Dari tujuan permainan bolabasket tersebut, untuk melakukan serangan tentu menggunakan *dribbling*. Dengan menguasai teknik *dribbling* yang bagus akan dengan mudah melakukan serangan ke daerah lawan. Dalam permainan bolabasket teknik *dribbling* bola paling banyak digunakan, karena dengan teknik *dribbling* ini akan membawa bola mendekati ring dan

memudahkan untuk mencetak angka dari jarak yang tidak begitu jauh untuk melakukan tembakan. Kegunaan menggiring (*dribbling*) adalah mencari peluang serangan, menerobos pertahanan lawan, ataupun memperlambat tempo permainan (Nuril Ahmadi, 2007: 17). Melakukan (*dribbling*) harus menggunakan satu tangan dan saat melangkah bola harus dipantulkan. Cara menggiring bola yang dibenarkan adalah salah satu tangan (kanan/kiri), kegunaan menggiring bola adalah untuk mencari peluang serangan, menerobos pertahanan lawan, dan memperlambat tempo permainan (Muhajir, 2006: 44). Bentuk menggiring bola ada 2 macam yaitu: menggiring bola tinggi dan menggiring bola rendah. Menggiring bola tinggi digunakan dalam gerakan yang cepat dan untuk menggiring bola rendah digunakan untuk mengontrol dan menguasai bola terutama untuk melakukan terobosan ke daerah lawan (Nuril Ahmadi, 2007: 17). Berikut ini adalah cara melakukan menggiring bola menurut Nuril Ahmadi (2007: 17):

- a. Perkenaan bola saat menggiring pada telapak tangan, telapak tangan berada di atas bola.
- b. Posisi kaki saat menggiring lutut agak sedikit ditekuk.
- c. Posisi badan agak condong kedepan sehingga berat badan tertumpu pada kedua kaki.

Berikut ini gambar tentang mendribbling rendah dan mendribbling tinggi:



Gambar 4. Menggiring rendah Gambar 5. menggiring tinggi.

Sumber: Nuril Ahmadi (2002: 17)

c. Teknik tembakan (*shooting*)

Teknik ini adalah teknik yang paling banyak dipakai untuk menciptakan goal. Angka tercipta apabila bola masuk ke dalam keranjang. Kemenangan suatu tim ditentukan oleh ketepatan menembak. Untuk itu keterampilan menembak memang sangat penting dikuasai oleh para pemain. Menembak dalam permainan bolabasket adalah suatu kegiatan yang bertujuan untuk memperoleh hasil kecepatan (*accuracy*), yaitu dalam hal ini masuknya bola ke dalam keranjang. Di dalam melakukan tembakan, poin yang diperoleh berbeda-beda tergantung posisi pada saat kita melakukan tembakan, misalnya: tembakan dilakukan dari dalam lingkaran, maka nilai yang didapat 2 poin, namun jika dilakukan di luar lingkaran maka nilai yang diperoleh adalah 3 poin. Teknik dasar menembak (*shooting*) dalam permainan bola basket adalah sebagai berikut:

1. Tembakan satu tangan (*one hand set shoot*)

Tembakan dengan satu tangan ini banyak digunakan untuk menembak, baik dalam mencetak 2 poin atau 3 poin. Tembakan satu tangan hal yang terpenting adalah menggunakan tangan terkuat. Teknik tembakan ini haruslah disertai koordinasi yang baik antara mata dan tangan, dengan koordinasi yang baik akan menghasilkan ketepatan yang bagus. Dalam permainan bolabasket teknik tembakan ini mempunyai peran yang sangat penting karena tembakan ini digunakan untuk menghasilkan angka sebanyak-banyaknya seperti tujuan permainan bolabasket. Pemain yang mempunyai tembakan dengan akurasi bagus dapat dipastikan timnya akan memperoleh kemenangan. Berikut ini adalah cara melakukan teknik *one hand set shoot* menurut Nuril Ahmadi (2007: 18)

- a. Pegang bola dengan tangan terkuat sebagai pendorong bola dan tangan satunya sebagai mengontrol arah bola dengan posisi tangan ditekuk.
- b. Posisi bola berada di depan dahi.
- c. Posisi badan tegak, kaki lutut agak sedikit ditekuk.
- d. Pandangan konsentrasi penuh pada arah sasaran.
- e. Pada saat melepas bola menggunakan jari-jari dan pergelangan tangan.

Berikut ini gambar tentang *one hand set shoot*



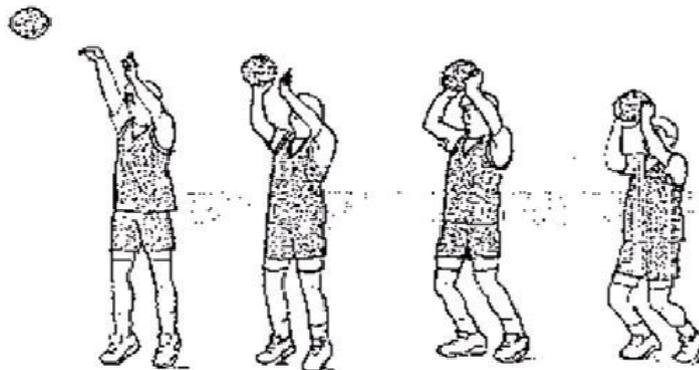
Gambar 5: Menembak dengan satu tangan (*one hand set shoot*) Sumber: Nuril Ahmadi (2002: 18)

2. Tembakan menggunakan dua tangan (*two hand set shoot*)

Tembakan ini sering dilakukan dengan jarak yang cukup jauh, misalnya: melakukan tembakan 3 poin tidak kuat menggunakan satu tangan dapat menggunakan dua tangan, tidak menutup kemungkinan menembak jarak dekat menggunakan dua tangan. Tembakan ini hampir sama dengan tembakan menggunakan satu tangan, akan tetapi perbedaannya terletak pada penggunaan tangan yang digunakan untuk mendorong bola. Teknik ini juga membutuhkan koordinasi yang baik antara mata dan tangan. Berikut ini adalah cara melakukan teknik *two hand set shoot* menurut Nuril Ahmadi (2007: 18)

- a) Pegang bola dengan kedua tangan dengan posisi tangan ditekuk.
- b) Posisi bola berada di depan dahi.
- c) Posisi badan tegak, kaki lutut agak sedikit ditekuk.
- d) Pandangan konsentrasi penuh pada arah sasaran.
- e) Pada saat melepas bola menggunakan jari-jari dan pergelangan tangan.

Berikut ini gambar tentang *teknik two hand set shoot*:



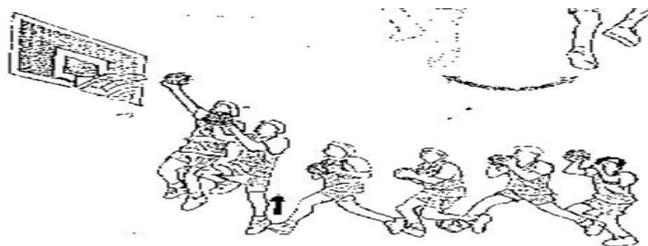
Gambar 6. Tembakan menggunakan dua tangan
Sumber: <http://raezo-streetball.blogspot.com>

3. Tembakan *lay-up*

Tembakan *lay-up* adalah tembakan yang dilakukan dengan jarak dekat sekali dengan keranjang basket, sehingga seolah-olah bola diletakkan ke dalam keranjang basket yang didahului dengan gerak dua langkah (Nuril Ahmadi, 2007: 19). Tembakan *lay-up* mempunyai kesempatan besar untuk menciptakan angka karena jarak bola dengan ring saat dekat. Seperti pendapat Jon Oliver (2007: 36) *lay-up* adalah tembakan yang berpeluang paling tinggi untuk mencetak angka dalam permainan bolabasket. Tentunya teknik ini harus dikuasai oleh para pemain bolabasket agar dapat menciptakan angka dengan mudah. Untuk menguasai tembakan *lay-up* ini harus dengan latihan berulang-ulang, agar saat pertandingan tidak kaku lagi melakukan gerakan *lay-up*. Berikut ini cara melakukan tembakan *lay-up* menurut Nuril Ahmadi (2007:19):

- a) Bola dipegang dengan posisi badan melayang.
- b) Saat melangkah menggunakan dua langkah, langkah pertama haruslah panjang guna mendapatkan jarak sejauh mungkin, langkah kedua untuk mendapatkan awalan tolakan agar melompat setinggi-tingginya.
- c) Saat melepas bola haruslah menggunakan kekuatan kecil.

Berikut in gambar tentang *lay-up*:



Gambar 7: Tembakan *lay up*

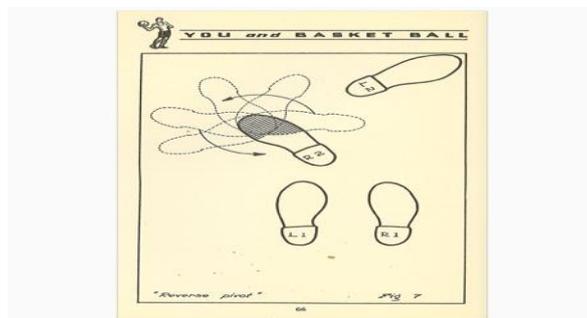
Sumber: <http://raezo-streetball.blogspot.com>

d. **Teknik bertumpu satu kaki (*pivot*)**

Menurut Nuril Ahamdi (2007: 21), *pivot* adalah menggerakkan salah satu kaki ke segala arah dengan kaki yang lainnya tetap ditempat sebagai poros. Teknik dasar ini berguna untuk melindungi bola dari lawan yang merebut bola, kemudian bola di oper kepada rekan tim. Sedangkan menurut Muhajir (2004: 45), gerakan *pivot* ialah berputar ke segala arah dengan bertumpu pada salah satu kaki (kaki poros) pada saat pemain tersebut menguasai bola. Gerakan *pivot* berguna untuk melindungi bola dari perebutan pemain lawan, untuk kemudian bola tersebut dioperkan kepada kawannya untuk mengadakan tembakan. Berikut ini adalah cara melakukan teknik *pivot* menurut Nuril Ahmadi (2007: 22):

- 1). Bila mendapat bola dengan posisi sejajar, boleh melangkahkan kaki ke segala arah dengan salah satu kaki sedangkan kaki yang satu tetep kontak dengan lantai sebagai poros.
- 2). Bila mendapat bola saat posisi berlari dan berhenti dalam posisi kaki tidak sejajar maka yang menjadi poros adalah kaki belakang.

Berikut ini gambar tentang *pivot*:



Gambar 8. Gerakan kaki saat (*pivot*)

Sumber Gambar: <http://raezo-streetball.blogspot.com>

Teknik-teknik di atas harus dikuasai oleh seorang pemain bolabasket yang profesional, akan tetapi untuk level siswa sekiranya paham akan teknik bolabasket walaupun didalam melakukan gerakan secara teknik masih jauh dari sempurna. Seorang pemain bolabasket yang bagus tentu bisa melakukan teknik ini dengan benar. Dengan menguasai teknik dasar dalam bermain bolabasket mencakup gerakan kaki (*footwork*), menembak bola ke dalam keranjang (*shooting*), melempar (*passing*) menangkap, menggiring (*dribble*), bergerak dengan bola, bergerak tanpa bola, dan bertahan, seorang itu akan mahir di dalam melakukan permainan bolabasket.

Secara garis besar permainan bolabasket dilakukan dengan mempergunakan tiga unsur teknik yang menjadi pokok permainan, yakni: mengoper bola (*passing*), menggiring bola (*dribbling*), serta menembak (*shooting*).

4. Hakikat Keterampilan Bermain Bolabasket

Keterampilan dapat menunjukan pada aksi khusus yang ditampilkan atau pada sifat dimana keterampilan itu dilaksanakan. Banyak kegiatan dianggap sebagai suatu keterampilan, terdiri dari beberapa keterampilan dan derajat penguasaan yang dicapai oleh seseorang menggambarkan tingkat keterampilannya. Hal ini terjadi karena kebiasaan yang salah terima oleh umum untuk menyatakan bahwa satu atau beberapa pola perilaku yang diperluas bisa disebut keterampilan, misalnya menulis, memainkan gitar, menyetel musik, berjalan, berlari dan sebagainya. Jika ini yang digunakah, maka kata“keterampilan”yang dimaksud adalah kata benda.(Fauzi, 2010: 7)

Menurut Singer dikutip oleh (Amung, 2000: 61), keterampilan adalah derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan dengan efektif. Menurut Hottinger (Hari Amirullah, 2003: 18), keterampilan gerak berdasarkan faktor-faktor genetik dan lingkungan dapat dibagi menjadi dua yaitu (a) keterampilan *phylogenetic*, adalah keterampilan yang dibawa sejak lahir, yang dapat berkembang seiring dengan bertambahnya usia anak tersebut. (b) keterampilan *ontogenetic*, merupakan keterampilan yang dihasilkan dari latihan dan pengalaman sebagai hasil dari pengaruh lingkungan.

Dengan demikian dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa untuk mencapai suatu tingkat keterampilan yang baik, perlu memperhatikan hal sebagai berikut. Pertama, faktor individu yaitu kemauan serta keseriusan dari individu itu sendiri berupa motivasi yang besar untuk menguasai keterampilan yang diajarkan. Kedua, faktor proses belajar mengajar menunjuk kepada bagaimana kondisi belajar dapat disesuaikan dengan potensi individu dan lingkungan sangat berperan dalam penguasaan keterampilan. Ketiga, faktor situasional menunjuk pada metode dan teknik dari latihan atau praktek yang menunjukkan pada metode dan teknik dari latihan atau praktek yang dilakukan.

Pada umumnya tujuan pembelajaran gerak adalah berupa keterampilan. Menurut Machfud Irsyada (2000: 11) gerak dasar dalam permainan bolabasket adalah keterampilan gerak yang dilakukan pada kegiatan bermain bolabasket yang berkaitan dengan aktivitas memainkan bola ataupun aktivitas akan memainkan bola. Keterampilan memang sesuatu yang sangat penting di dalam melakukan segala hal yang berkaitan dengan gerak. Gerak itu, memang mudah dilakukan akan tetapi untuk memiliki keterampilan gerak itu membutuhkan suatu proses. Proses pengembangan keterampilan gerak dimulai

dari kemampuan gerak. Hal ini dilakukan dengan maksud meningkatkan kemampuan keterampilan gerak yang didasari dengan menguasai kemampuan gerak dasar. Kemampuan gerak dasar dibagi menjadi tiga yaitu: *locomotor*, *non locomotor* dan *manipulative*.

Dari ketiga gerakan dasar mempunyai kaitan dengan permainan bolabasket, keterkaitan gerakan dasar dengan bolabasket sebagai berikut:

a. Kemampuan *locomotor*

Kemampuan digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat yang lain, misalnya: melompat, meloncat, berlari, berjalan, dan meluncur. Bila dikaitkan dengan permainan bolabasket menjadi modal dasar terpenting saat melakukan *dribbling*. Berlari dibutuhkan saat menggiring bola, apabila *dribbling* dilakukan dengan kecepatan yang tinggi menjadi senjata untuk melakukan serangan. Kegunaan menggiring (*dribbling*) adalah mencari peluang serangan, menerobos pertahanan lawan, ataupun memperlambat tempo permainan (Nuril Ahmadi, 2007: 17). Banyak keterkaitan kemampuan gerak *locomotor* terhadap permainan bolabasket salah satunya seperti yang diuraikan di atas.

b. Kemampuan *nonlocomotor*

Kemampuan ini dilakukan di tempat, tanpa memindah titik awal. contoh: menekuk, melipat, memutar, mengangkat dan menarik. Keterkaitan dengan permainan bolabasket pada gerakan *pivot*. Gerakan *pivot* ialah berputar ke segala arah dengan bertumpu pada salah satu kaki (kaki poros) pada saat pemain tersebut menguasai bola (Muhajir, 2004: 45). Kemampuan gerak *nonlocomotor* merupakan dasar dari gerakan *pivot*.

c. Kemampuan *manipulative*

Kemampuan yang digunakan untuk memindahkan benda tanpa ada perubahan posisi awal contoh: melempar, memantulkan bola dan menendang bola. Kemampuan gerak *manipulative* ini kaitannya dengan permainan bolabasket terletak pada teknik *shooting*. Dilihat dari pengertiannya, *shooting* adalah suatu kegiatan yang bertujuan untuk memperoleh hasil kecepatan (*accuracy*), yaitu dalam hal ini masuknya bola dalam keranjang. Disinilah letak keterkaitan kemampuan gerak *manipulative* dengan permainan bolabasket. Untuk menghasilkan *shooting* dengan akurasi tinggi tidak cukup mengandalkan kemampuan gerak *manipulative* saja, tetapi koordinasi juga harus terlibat di sana.

Dengan menguasai macam-macam gerak dasar dan kemampuan gerakan dasar merupakan dasar untuk tercapainya keterampilan dasar bermain bolabasket, diibaratkan sebuah rumah yang kokoh, rumah itu berdiri dengan kokoh karena pondasi yang menopang sangat kuat, seperti halnya keterampilan dasar bermain bolabasket apabila teknik-teknik dasar dan gerakan dasar bagus maka hasil keterampilan bermain bolabasket akan tercapai. Keterampilan dasar bermain bolabasket bisa tercapai, juga didukung dengan proses latihan secara terus menerus dalam periode tertentu.

Bermain bolabasket harus didasari dengan keterampilan gerak. Teknik-teknik di dalam permainan bolabasket haruslah didukung dengan keterampilan gerak karena di dalam bolabasket semuanya berhubungan dengan gerak. Untuk mencapai keterampilan tentunya harus melewati proses yaitu dengan latihan.

Seperti hal seorang pemain bolabasket dinyatakan mempunyai keterampilan bermain bolabasket apabila menguasai teknik dasar permainan bolabasket dari mengumpan (*passing*), menggiring (*dribbling*), menembak

(*shooting*), melakukan teknik ini dengan gerakan yang tidak menghabiskan tenaga dan melakukan gerakan yang tidak memicu terjadinya cedera. Keterampilan bermain bolabasket ini tidak akan tercapai apabila tidak didukung oleh adanya kemauan dari individu, adanya proses pembelajaran dengan kondisi dan lingkungan belajar yang baik, serta adanya latihan yang terus menerus.

5. Hakikat Ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten merupakan kegiatan yang diwajibkan untuk diikuti oleh siswa, salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang diwajibkan yaitu ekstrakurikuler bolabasket. Kegiatan ekstrakurikuler bolabasket dilaksanakan seminggu dua kali yaitu setiap hari jum'at dan sabtu pada sore hari, pelaksanaan kegiatan dimulai jam tiga sore dan berakhir jam lima sore. Manfaat yang diperoleh dari kegiatan ekstrakurikuler olahraga sebagaimana yang di harapkan (depdikbud, 1994: 21) dalam Agus Sasono Putra (2006: 16), adalah sebagai berikut : Melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga siswa dapat memperoleh aktivitas jasmani yang lebih luas karena dilakukan diluar jam tatap muka.

Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan untuk memenuhi tuntutan penguasaan bahan kajian dan pelajaran dengan alokasi waktu yang diatur secara tersendiri berdasarkan pada kebutuhan. Kegiatan ekstrakurikuler dapat berupa pengayaan dan kegiatan perbaikan yang berkaitan dengan program kurikuler atau kunjungan studi ketataan ekstrakurikuler berupa kegiatan tempat-tempat tertentu yang berkaitan dengan esensi materi pelajaran tertentu (Depdiknas). Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan diluar jam pelajaran yang tercantum dalam susunan program

sesuai dengan keadaan dan kebutuhan sekolah. Kegiatan pengayaan dan kegiatan perbaikan dengan program ekstrakurikuler (Depdikbud, 1993: 15). Berdasarkan SK Dirjen Dikdasmen No.226/C/Kep/0/1992, ekstrakurikuler adalah: Kegiatan diluar jam pelajaran 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. Sedangkan Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia halaman 220 yang dikutip FX. Dheny Hartanto (2008: 16) ekstrakurikuler adalah berada di luar program, maksudnya kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran, tatap muka yang dilaksanakan di dalam sekolah atau di luar sekolah untuk memperluas wawasan, kemampuan, dan pengetahuan.

Dari berbagai pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa ekstrakurikuler adalah tempat atau wahana kegiatan bagi siswa untuk menampung, menyalurkan dan pembinaan bakat, minat serta kegemaran yang searah dengan kurikulum dan dilakukan diluar jam pelajaran.

6. Karakteristik Siswa SMA

Karakteristik Anak Usia Sekolah Menengah Pertama Dilihat dari tahapan perkembangan yang disetujui oleh banyak ahli, anak usia SMA berada pada tahap perkembangan pubertas (15-19 tahun) terdapat sejumlah karakteristik yang menonjol (Desmita, 2010: 36).

Karakteristik anak usia SMK yaitu:

- a) Terjadinya ketidakseimbangan proporsi tinggi dan berat badan.
- b) Mulai timbulnya ciri-ciri seks sekunder.
- c) Kecenderungan *ambivalensi*, antara keinginan menyendiri dengan keinginan bergaul, serta keinginan untuk bebas dari

dominasi dengan kebutuhan bimbingan dan bantuan dari orang tua.

- d) Senang membandingkan kaedah-kaedah, nilai-nilai etika atau norma dengan kenyataan yang terjadi dalam kehidupan orang dewasa.
- e) Mulai mempertanggungjawabkan secara skeptis mengenai eksistensi dan sifat kemurahan dan keadilan Tuhan.
- f) Reaksi dan ekspresi emosi masih labil.
- g) Mulai mengembangkan standar dalam harapan terhadap perilaku diri sendiri yang sesuai dengan dunia sosial.
- h) Kecenderungan minat dan pilihan karier relatif sudah lebih jelas.

Menurut Sukintaka (1992: 45), Anak Sekolah Menengah Atas kira-kira berumur 16 - 18 tahun mempunyai karakteristik:

- a. Jasmani
 - 1. Laki-laki ataupun putri ada pertumbuhan memanjang.
 - 2. Membutuhkan pengaturan istirahat yang baik.
 - 3. Sering menampilkan kecanggungan dan koordinasi yang kurang baik sering diperlihatkan.
 - 4. Merasa mempunyai ketahanan dan sumber energi tak terbatas.
 - 5. Mudah lelah, tetapi tidak dihiraukan.

 - 6. Mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat.
 - 7. Anak laki-laki mempunyai kecepatan dan kekuatan otot yang lebih baik dari pada putri.
 - 8. Kesiapan dan kematangan untuk keterampilan bermain menjadi baik.
- b. Psikis atau mental
 - 1. Banyak mengeluarkan energi untuk fantasinya.
 - 2. Ingin menentukan pandangan hidupnya.
 - 3. Mudah gelisah karena keadaan yang remeh.
- c. Sosial
 - 1. Ingin tetap disukai kelompoknya.
 - 2. Mengetahui moral dan etik dari kebudayaannya.
 - 3. Persekawanan yang tetap makin berkurang.

B. Penelitian Yang Relevan

1. Penelitian yang dilakukan oleh Ari Dwi Listyanti (2009) dengan judul “Tingkat Keterampilan Bermain Bola Basket Siswa Putra Kelas XI SMA Negeri 9 Purworejo Tahun ajaran 2008/2009.” Populasi penelitian ini adalah siswa putra kelas XI SMA Negeri 9 Purworejo, dengan jumlah siswa 62. Teknik yang digunakan adalah tes kecakapan bermain bola basket dari STO Yogyakarta yang terdiri dari lempar tangkap, menggiring bola, dan

menembak. Metode penelitian menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan analisis data dilakukan secara deskriptif presentase dengan mengklasifikasi jumlah skor sesuai dengan norma nilai kecakapan bermain bola basket dari STO Yogyakarta. Hasil penelitian menunjukkan 0 siswa atau 0.00% berkategori baik sekali, 9 siswa atau 14,52% berkategori baik, 34 siswa atau 54,84% berkategori cukup, 17 siswa atau 27,42% berkategori sedang, 2 siswa atau 3,72 % berkategori kurang.

2. Agung Javasis Halim (06601244114) yang berjudul “Kemampuan Dasar Bermain BolaBasket Peserta Ekstrakurikuler SMA N 1 Bulakamba Brebes Tahun Ajaran 2010/2011”. Dengan sampel dari seluruh siswa putra sebanyak 22 siswa. Dari penelitian tersebut diperoleh hasil kemampuan menembak bola ke ring basket dengan kategori sedang (40,9%), pada kemampuan melempar bola kategori kurang (40,9%), dan menggiring bola kategori sedang (50%) dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden memiliki kemampuan dasar bermain bola basket dengan kategori kurang baik (45,5%).
3. Novfitra Pribadi (10601244148) yang berjudul “Tingkat Ketrampilan Bermain BolaBasket Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket SMK Perindustrian Yogyakarta Tahun Ajaran 2015/2016”. Dengan sampel dari seluruh siswa putra sebanyak 20 siswa. Dari penelitian tersebut diperoleh hasil berkategori baik sekali 1 orang atau 5%, baik 7 orang atau 35%, cukup 8 orang atau 40%, sedang 4 orang atau 20%, kurang 0 atau 0% dan kurang sekali 0 atau 0%, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden memiliki kemampuan dasar bermain bola basket dengan kategori sedang.

C. Kerangka Berfikir

Keterampilan bermain bolabasket merupakan salah satu bagian dari pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah, namun pembelajaran keterampilan bermain bolabasket akan lebih dikuasai apabila dilakukan secara berulang-ulang, terukur dalam waktu tertentu.

Menurut Singer melalui pendidikan jasmani diharapkan siswa dapat memperoleh berbagai pengalaman untuk mengungkap kesan pribadi yang menyenangkan, kreatif, inovatif, terampil, meningkatkan dan memelihara kesegaran jasmani serta pemahaman terhadap gerak manusia. Pembelajaran keterampilan akan efektif jika dilakukan dengan praktik langsung serta dilakukan rutin karena suatu keterampilan baru dapat dikuasai, apabila dipelajari dan dilakukan secara rutin dalam periode waktu tertentu

Ada beberapa teknik dasar yang harus dimiliki seorang pemain bolabasket, yaitu: (1) teknik dasar mengoper bola (*passing*), (2) teknik dasar menerima bola, (3) teknik dasar menggiring bola (*dribbling*), (4) teknik dasar menembak (*shooting*). Selain menguasai teknik dasar bolabasket, para pemain juga harus memiliki keterampilan dalam memainkan permainan tersebut dengan tujuan untuk mencapai peluang mendapatkan nilai dan untuk mencegah lawan tidak mudah merebut bola sehingga lawan tidak menguasai permainan dan tidak mendapatkan kesempatan untuk mencetak nilai. Perkembangan olahraga bolabasket sangatlah pesat termasuk juga pada pembelajaran olahraga bolabasket di sekolah yang masih kurang, sehingga sekolah mengadakan ekstrakurikuler bolabasket yang dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan bakat, minat dan keterampilan bolabasket. Ekstrakurikuler dalam pelaksanaannya harus mempunyai target dan tujuan

tersendiri sehingga akan membentuk karakter siswa yang aktif, kreatif dan pantang menyerah didalam kehidupan sosial bermasyarakat.

Seorang bisa terampil dalam bidangnya karena orang itu mahir dalam melakukan teknik dasarnya. Bermain bolabasket tentunya harus didasari dengan keterampilan gerak. Teknik-teknik di dalam permainan bolabasket haruslah didukung dengan keterampilan gerak karena didalam bolabasket semuanya berhubungan dengan gerak. Dalam permainan bolabasket, ketrampilan merupakan faktor penting di samping faktor fisik, taktik, dan mental seorang pemain. Oleh sebab itu, tingkat keterampilan bermain siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolabasket harus diutamakan. Keterampilan *dribble*, *passing*, *shooting* merupakan keterampilan yang harus dimiliki seorang pemain basket, keterampilan *dribble* dapat membantu pemain dalam melewati atau menerobos lawan dan membuka pertahanan lawan, keterampilan juga dapat membantu pemain mencari ruang untuk melakukan tembakan maupun penyelamatan bola dari lawan. Keterampilan *passing* yang baik dapat mempermudah teman menerima bola, selain itu juga membantu pemain dalam membangun serangan tau mengolah bola sepanjang latihan dan permainan, keterampilan yang juga harus dikuasai pemain antara lain yaitu teknik *shooting*, misalnya pada pemain basket dengan posisi *forward* maka harus membutuhkan keterampilan *shooting* untuk menciptakan poin.

Dengan diketahui tingkat keterampilan bolabasket siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten, maka diharapkan dapat menjadi panduan dan gambaran bagi guru atau pelatih untuk mengembangkan keterampilan siswa dan dapat meningkatkan minat siswa.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif menggunakan teknik tes dan pengukuran, bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain bolabasket peserta ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Prambanan Klaten. Untuk mengetahui data secara nyata digunakan tes kecakapan bermain bolabasket dari STO (Ngatman, 2001:10), yang terdiri dari 3 (tiga) item tes yaitu *passing*, *dribbling*, *shooting*.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini merupakan variabel tunggal, yaitu tingkat keterampilan bermain bolabasket. Tingkat keterampilan bermain bolabasket adalah kemampuan seseorang dalam bermain bolabasket. Adapun keterampilan yang dimaksud dalam penelitian berikut ini adalah keterampilan yang dimiliki oleh peserta ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Prambanan Klaten. Dari kemampuan *passing*, *dribble* dan *shooting* untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain bolabasket tersebut diukur dengan menggunakan tes kecakapan bermain bolabasket dari STO Yogyakarta.

C. Subjek Penelitian

Menurut Sugiyono (2007: 55) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek dan subjek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu. Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 101) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian.

Populasi pada penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Prambanan Klaten yang berjumlah 30 siswa. Seluruh populasi dijadikan sebagai sampel penelitian dan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*.

D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

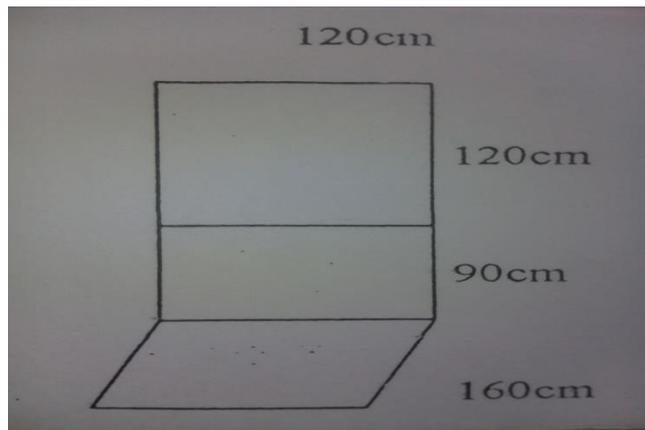
1. Instrumen Penelitian

Instrumen merupakan alat bantu yang dipilih dan digunakan penelitian kegiatan tersebut menjadi sistematis. Sedangkan teknik pengumpulan data adalah cara-cara yang dapat digunakan oleh penelitian untuk mengumpulkan data. Instrumen dan teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes kecakapan bermain bolabasket dari STO (Sekolah Tinggi Olahraga). Tes ini disusun untuk pelajar SMA putra dengan validitas sebesar 0,804 dan memiliki reliabilitas sebesar 0,893.

Pelaksanaan tes dilakukan dengan cara menilai keterampilan bermain bolabasket siswa yang terdiri dari:

a) Tes Keterampilan memantulkan bola (*passing*).

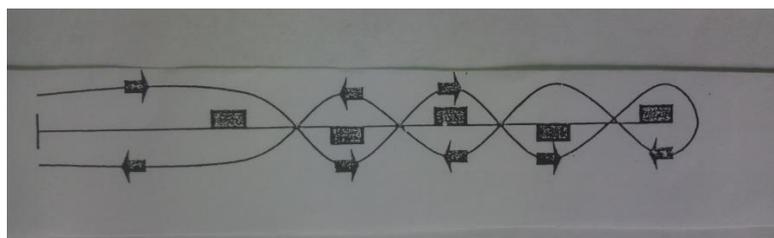
Merupakan tes untuk mengukur ketepatan dalam melempar bola dan menangkapnya kembali tanpa divoli. Memantulkan bola ke tembok diberikan waktu 15 detik, dengan jarak antara pelempar dengan dinding/tembok 160cm dan lemparan ke arah dinding yang mempunyai sasaran sebuah persegi panjang. Satuan pengukurannya adalah banyaknya bola yang diapntulkan ke dinding masuk ke dalam sasaran dan berhasil ditangkap kembali.



Gambar 9. Tembok sasaran memantulkan bola (*passing*),
Sumber Ngatman (2001:11).

b) Tes teknik dalam menggiring bola (*dribble*).

Merupakan tes yang dilakukan untuk mengetahui tingkat kemahiran siswa dalam menggiring bola dengan melewati rintangan lima buah kursi dengan jarak 2 meter dari masing-masing kursi, sedangkan jarak antara garis *start* dengan kursi pertama adalah 4 meter. Satuan pengukurannya adalah satuan waktu yang diperoleh pada saat menggiring bola dari awal yaitu garis *start* sampai garis *finish*.

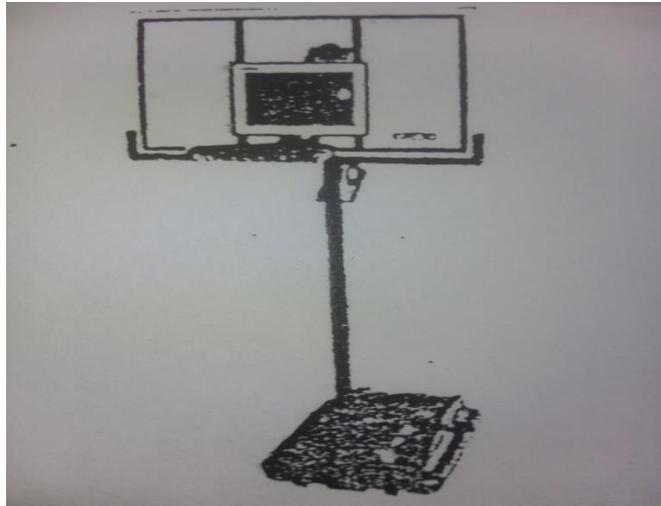


Gambar 10. *Dribble*, Sumber Ngatman (2001 : 12)

c) Tes teknik menembak ke dalam ring basket (*shooting*).

Merupakan tes yang dilakukan untuk mengetahui tingkat akurasi siswa dalam memasukan bola ke sasaran atau ring selama 1 menit

Siswa berdiri di dekat ring untuk memasukkan bola ke dalam ring sebanyak- banyaknya dalam waktu 1 menit tersebut.



Gambar 11. Papan Sasaran *shooting*, Sumber Ngatman (2001:13).

2. Teknik pengumpulan data

Teknik Pengumpulan data adalah cara yang dipakai dalam pengumpulan data (Arikunto, 2006: 119). Pengumpulan data dalam penelitian ini dengan tes dan pengukuran. Proses penelitian diawali dengan memberi petunjuk pelaksanaan tes keterampilan bermain bola basket agar siswa paham pada pelaksanaan tes, dan memberikan pemanasan kepada siswa. Pengambilan data dilakukan oleh tiga *testor*, yaitu peneliti sendiri dibantu oleh Novianta Wahyu Prasetiawan, S.Pd bertugas sebagai pengawas dan dokumentasi, Fauzan Effendy, M.Pd bertugas sebagai pencatat hasil, sedangkan *timer* adalah peneliti sendiri.

Urutan pelaksanaan tes adalah *shooting* terlebih dahulu, tes *dribbling* dan tes *passing*. Pada setiap tes diawasi oleh tiga testor yang mempunyai tugas masing-masing, yaitu sebagai pengawas, penghitung, dan pencatat hasil dan waktu untuk menghindari kesalahan.

E. Teknik Analisis Data

Setelah semua data yang dibutuhkan terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisa data sehingga data tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan. Untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain bolabasket peserta ekstrakurikuler basket SMA Negeri 1 Prambanan Klaten tahun ajaran 2015/2016 menggunakan langkah-langkah sebagai berikut:

- 1) Mencatat angka yang diperoleh dari masing-masing item tes ketrampilan bermain bolabasket dari masing-masing *testee*.
- 2) Masing-masing angka dari setiap item dimasukkan dalam *T-score*
- 3) berdasarkan tabel *score* skala ketrampilan bermain bolabasket bagi siswa putra SMA yang dikutip oleh Ngatman (2001:14)

Jumlah bola memantul ke tembok, waktu menggiring bola sampai 0,1 detik dan jumlah yang masuk selama 1 menit adalah hasil kasar atau *raw score* dari setiap tes item. Dengan menggunakan tabel tes kecakapan bermain bola basket, setiap hasil kasar, di ubah menjadi *T Score*. Tiga macam *T Score* di jumlahkan dan merupakan nilai kecakapan bermain bola basket.

Jadi nilai kecakapan = jumlah *T Score*

Hasil akhir kecakapan selanjutnya di sesuaikan atas norma yang berlaku.

- 4) Untuk analisis data pada masing-masing keterampilan dalam penelitian ini menggunakan teknik statistik deskriptif yang digunakan dalam bentuk presentase.

Menentukan angka persentase dari tiap- tiap katagori dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$P = f/N \times 100\%$$

Keterangan

P : Angka persentase

f : Frekuensi yang sedang dicari persentasenya

N : Nilai total

- 5) Nilai yang diperoleh dari tes *passing*, *dribbling*, dan *shooting* dikonsultasikan dengan tabel norma penilaian yang merupakan kategori keterampilan dari masing-masing tes.

Adapun untuk penentuan interval dalam masing-masing keterampilan ini adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Norma Penilaian *Passing*, *Dribbling*, *Shooting*. Anas Sudjono (2005: 175)

Interval Score	Kategori
$M + 1.5 SD < X$	Baik Sekali
$M + 0,5SD < X \leq M + 1.5SD$	Baik
$M - 0.5SD < X \leq M + 0.5SD$	Cukup
$M - 1.5SD < X < M - 0.5SD$	Sedang
$X \leq M - 1.5 SD$	Kurang

Keterangan

M : Mean/nilai rata-rata dari data

SD : Standar deviasi/nilai statistik

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Tes Keterampilan Dasar Bolabasket

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui kemampuan dasar bermain bolabasket peserta ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Prambanan Klaten. Berdasarkan hasil perhitungan data yang dianalisis pada penelitian ini adalah data hasil tes tingkat keterampilan bermain bola basket peserta ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Prambanan Klaten tahun ajaran 2015/2016. Adapun data yang akan dibahas adalah: “seberapa baik keterampilan bermain bolabasket peserta ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Prambanan Klaten tahun ajaran 2015/2016”. Data penelitian lengkap dapat dilihat dideskripsi data berikut ini :

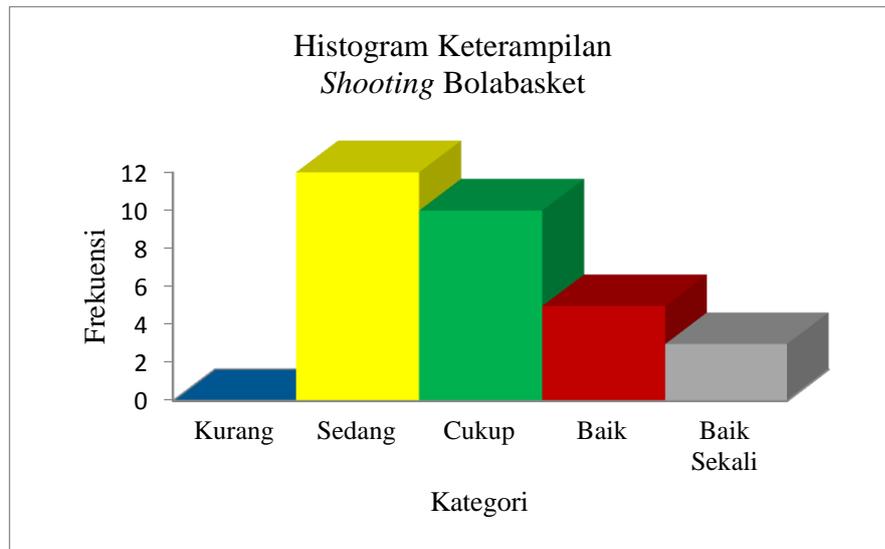
1. Data hasil tes *Shooting*

Dari hasil penelitian tes menembakkan bola (*Shooting*) diperoleh nilai maksimum sebesar 70 dan nilai minimum 38. Diperoleh mean sebesar 49,93 dan standar deviasi sebesar 8,43. Deskripsi hasil tes shooting dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 2. Distribusi keterampilan menembak ke ring basket

No.	Rentang Nilai	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1	$X \leq 63$	3	10,0%	Baik Sekali
2	$63 < x \leq 54$	5	16,7%	Baik
3	$54 < x \leq 46$	10	33,3%	Cukup
4	$46 < x \leq 37$	12	40,0%	Sedang
5	$X \leq 37$	0	0,0%	Kurang
	Total	30	100,0	

Histogram dari distribusi frekuensi skor *shooting* bola basket sebagai berikut :



Gambar 12. Diagram batang distribusi frekuensi skor menembak ke dalam ring basket

Berdasarkan gambar diatas dapat ditunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki kemampuan *shooting* atau menembak bola ke ring basket dengan kategori sedang 12 orang atau 40,0%.

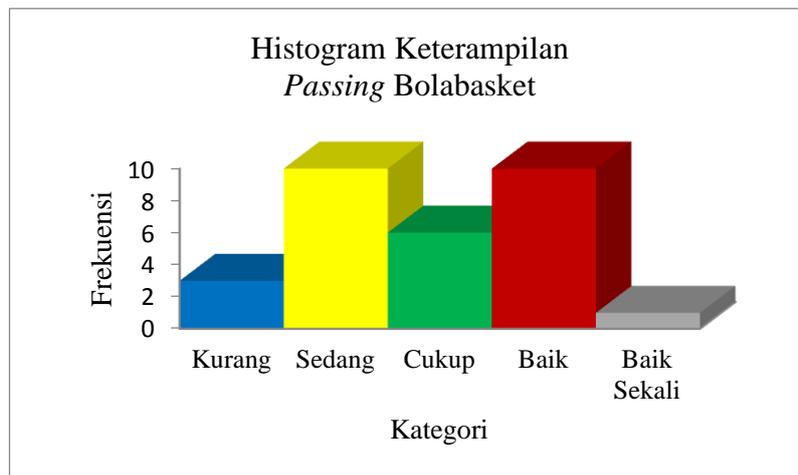
2. Data hasil tes *Passing*

Dari hasil penelitian tes mengoper bola (*passing*) diperoleh nilai maksimum sebesar 80 dan nilai minimum 50. Diperoleh mean sebesar 66,83 dan standar deviasi sebesar 8,61. Deskripsi hasil tes *passing* dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 3. Distribusi keterampilan memantulkan bola

No.	Rentang Nilai	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1	$X \leq 80$	1	3,3%	Baik Sekali
2	$80 < x \leq 71$	10	33,3%	Baik
3	$71 < x \leq 63$	6	20,0%	Cukup
4	$63 < x \leq 54$	10	33,3%	Sedang
5	$X \leq 54$	3	10,0%	Kurang
	Total	30	100,0	

Histogram dari distribusi frekuensi skor kemampuan *passing* sebagai berikut :



Gambar 13. Diagram batang distribusi frekuensi skor memantulkan bola basket

Berdasarkan gambar diatas dapat ditunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki kemampuan *shooting* atau menembak bola ke ring basket dengan kategori baik dan sedang, masing-masing 10 orang atau 33,3%.

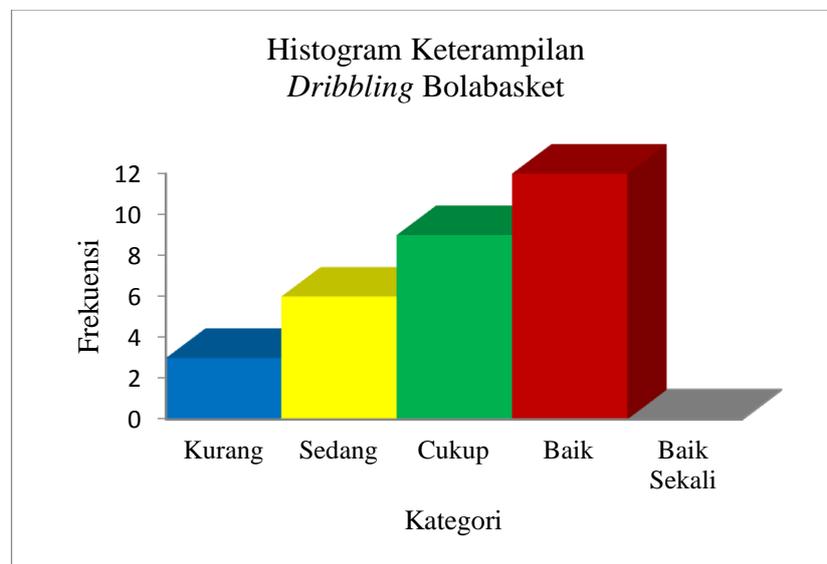
3. Data hasil tes *Dribbling*

Dari hasil penelitian tes menggiring bola (*Dribbling*) diperoleh nilai maksimum sebesar 80 dan nilai minimum 39. Diperoleh mean sebesar 65,13 dan standar deviasi sebesar 12,00. Deskripsi hasil tes passing dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 4. Distribusi keterampilan menggiring bola

No.	Rentang Nilai	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1	$X \leq 83$	0	0,0%	Baik Sekali
2	$83 < x \leq 71$	12	40,0%	Baik
3	$71 < x \leq 59$	9	30,0%	Cukup
4	$59 < x \leq 47$	6	20,0%	Sedang
5	$X \leq 47$	3	10,0%	Kurang
	Total	30	100,0	

Histogram dari distribusi frekuensi skor kemampuan *dribbling* sebagai berikut :



Gambar 14. Diagram batang distribusi frekuensi skor menggiring bola basket

Berdasarkan gambar diatas dapat ditunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki kemampuan shooting/menembak bola ke ring basket dengan kategori baik 12 orang atau 40,0%.

4. Data Hasil Penelitian

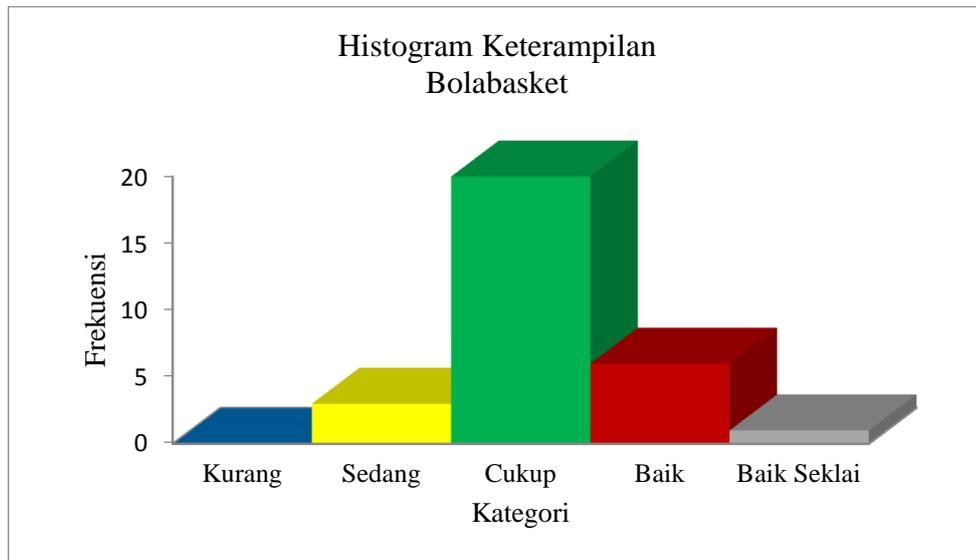
Tabel 5. Deskripsi Data Kemampuan Bola Basket

T Score	Frekuensi	Persentase	Kriteria
222 Ke Atas	1	3%	Baik Sekali
193-221	6	20%	Baik
165-192	20	67%	Cukup
136-164	3	10%	Sedang
107-135	0	0%	Kurang
Total	30	100%	

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa tingkat keterampilan bermain bolabasket peserta ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Prambanan Klaten tahun ajaran 2015/2016 adalah kategori cukup dengan rerata dari tingkat keterampilan yaitu 181,9. Tingkat keterampilan bermain bolabasket peserta ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Prambanan Klaten tahun ajaran 2015/2016 yang berkategori baik sekali 1 orang atau 3%, baik 6 orang atau 20%, cukup 20 orang atau 67%, sedang 3 orang atau 10% dan kurang 0 orang atau 0%.

Berikut adalah grafik ilustrasi tingkat keterampilan bermain bola basket peserta ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Prambanan Klaten tahun 2016:

Histogram dari distribusi frekuensi skor keterampilan dasar bolabasket :



Gambar 15. Diagram batang distribusi frekuensi skor keterampilan bola basket

B. Pembahasan Hasil Penelitian

Tingkat keterampilan dasar bermain bolabasket siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten dideskripsikan berdasarkan rangkaian tes item yang terdiri dari 3 macam, diperoleh hasil data yang berbeda-beda dikarenakan setiap anak memiliki kemampuan yang berbeda didalam melakukan tes tersebut.

Secara keseluruhan dapat diketahui tingkat keterampilan dasar bermain bolabasket siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten memiliki keterampilan yang berada dalam kategori cukup. Untuk lebih jelasnya lagi selengkapnya pembahasan tiap-tiap tes yang terdiri dari beberapa bagian akan dijelaskan sebagai berikut:

1. Tes keterampilan *shooting*

Keterampilan *shooting* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten menunjukkan siswa dalam kategori sedang dengan persentase 40.0%. Hal-hal yang menyebabkan keterampilan *shooting* dalam kategori sedang akan dijelaskan sebagai berikut:

- a) Pengambilan posisi siswa saat melakukan tes *shooting* tidak menguntungkan. Pada tes *shooting* pengambilan posisi bebas saat melakukan tembakan akan tetapi siswa banyak yang memposisikan diri terlalu jauh dari ring.
Alangkah lebih baiknya saat melakukan dilakukan dari posisi dekat sehingga akurasi tembakan akan lebih mudah didapat.
- b) Saat menembak tenaga yang mereka keluarkan terlalu besar sehingga laju bola cepat yang menyebabkan pantulan bola besar dan tidak masuk ke dalam ring. Dengan tenaga tidak begitu besar tembakan dilakukan, disamping mendapatkan akurasi dan pantulan bola pun tidak begitu besar.
- c) Kebanyakan siswa tidak memanfaatkan papan pantul, terlihat saat melakukan tembakan langsung ke ring. Dengan memanfaatkan papan pantul dengan sudut yang telah diperkirakan akan mempermudah memasukkan bola ke ring.
- d) Banyak siswa yang menembak dari bawah ring sehingga tidak efektif seharusnya menembak dari samping ring agar mudah untuk memasukkan bola ke ring basket.

2. Tes Keterampilan *passing*

Keterampilan *passing* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten menunjukkan siswa dalam kategori baik dengan persentase 33.3%. Hal-hal yang menyebabkan keterampilan *passing* memiliki baik dalam pengkategorian akan dijelaskan sebagai berikut:

- a) Posisi kaki sejajar tenaga yang dihasilkan saat melempar tidak akan maksimal karena yang digunakan saat melempar hanya kekuatan otot tangan saja sehingga banyak siswa tidak sampai dalam melakukan lemparan. Seharusnya posisi tangan lurus kebelakang dan posisi kaki muka belakang, dengan posisi seperti ini tenaga yang dihasilkan saat melempar akan maksimal.
- b) Kebanyakan siswa melemparkan bola kurang bertenaga sehingga laju bola parabola dan tidak lurus. Seharusnya dari jarak 160 cm Laju bola lurus agar hasil dari pantulan bola dapat langsung ditangkap dan dilempar lagi, Seharusnya laju bola berbentuk lurus agar hasil lemparan juga bagus.
- c) Kebanyakan siswa saat melakukan tidak focus dan bola sering terlepas dari tangkapan pada tes karena dilihat oleh teman-temannya, seharusnya diwaktu tes teman yang lain duduk di tempat lain agar siswa yang melakukan tes tidak merasa terganggu.

3. Tes Keterampilan *dribbling*

Keterampilan *dribbling* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten menunjukkan siswa dalam kategori baik dengan persentase 40.0%. Hal-hal yang menyebabkan keterampilan *dribbling* dalam kategori baik akan dijelaskan sebagai berikut:

- a) Kebanyakan siswa menggunakan teknik *dribbling* bola rendah. *Dribbling* rendah digunakan untuk menerobos pertahanan lawan atau untuk mempertahankan bola, sehingga kecepatan yang dihasilkan tidak maksimal. Tes *dribbling* pada penelitian ini yang ditekan jumlah bangku yang berhasil dilewati dengan waktu 30 detik. Kecepatan disini menjadi hal yang terpeting untuk melewati bangku. Lebih tepatnya siswa menggunakan *dribbling* tinggi yang digunakan untuk kecepatan.
- b) Pada saat melakukan tes banyak bola yang lepas dari pegangan saat melakukan tes *dribbling* hal ini dikarenakan frekuensi latihan kurang yang menyebabkan *ball filling* siswa kurang.

4. Tes Keterampilan Keterampilan dasar bermain bolabasket

Keterampilan dasar bermain bolabasket siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten menunjukkan siswa dalam kategori cukup dengan persentase 67,0%.

Keterampilan dasar bermain bolabasket adalah gabungan dari ketiga teknik dasar diantaranya: *dribbling*, *shooting* dan *passing*. Ketiga teknik dasar ini dijumlahkan hasilnya adalah keterampilan dasar bermain

bolabasket. Dari semua ketiga teknik dasar telah diketahui hasilnya dengan *shooting* kategori sedang, *dribbling* berkategori baik, *passing* berkategori baik.

Jadi dapat diambil kesimpulan bahwa tingkat keterampilan dasar bermain bolabasket siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten dapat dikategorikan cukup dengan presentase 67.0%. Dengan dikategorikan tingkat keterampilan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Prambanan Tahun Ajaran 2015-2016 masuk kategori cukup mengindikasikan perlunya peningkatan dari segi kualitas metode pengajaran dan latihan yang benar, terprogram dan berjenjang yang menekankan pada teknik-teknik dasar serta penyediaan fasilitas yang memadai, selain itu ekstrakurikuler yang rutin di sekolah sangat berpengaruh terhadap kemampuan teknik yang dimiliki oleh siswa.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa keterampilan bermain bolabasket siswa SMA Negeri 1 Prambanan Klaten yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket masih dalam kategori cukup. Sehingga peningkatan keterampilan melalui latihan perlu difasilitasi dengan maksimal. Kegiatan ekstrakurikuler pada dasarnya sebagai sarana untuk melakukan pembinaan, pemantapan dan pembentukan nilai kepribadian sebagai seorang atlet. Di samping itu ekstrakurikuler ditujukan untuk memperluas pengetahuan siswa khususnya tentang permainan bola basket. Hal ini dikarenakan penguasaan keterampilan diawali dengan maksimalnya pengetahuan yang dimiliki oleh siswa.

Pengetahuan akan keterampilan bermain atau tentang keterampilan teknik dasar akan membantu siswa dalam memaksimalkan bakatnya.

Menurut Arma Abdullah (1994: 3) seseorang dapat dikatakan terampil bila ia bergerak secara efisien dan efektif atau bila ia nampak mempunyai potensi yang baik untuk melaksanakan suatu gerakan khusus. Dengan ini maka latihan merupakan hal yang paling penting bagi siswa untuk dapat memperbaiki dan meningkatkan keterampilan yang telah dimiliki. Pergerakan yang leluasa dengan mampu menguasai dan memainkan bola secara individu maupun kelompok merupakan hasil dari sebuah latihan. Bekal keterampilan yang dimiliki oleh siswa ini bisa berasal dari faktor lahir maupun dari faktor lingkungan.

Bekal keterampilan yang telah dimiliki yang berubah menjadi sebuah bakat dan minat harus mampu difasilitasi oleh sekolah agar siswa dapat mengembangkan keterampilan yang siswa miliki. Dalam permainan bola basket banyak teknik dasar yang harus dikuasai agar siswa dapat bermain dengan baik. Di mana permainan bola basket merupakan permainan yang mengkombinasikan teknik bertahan dan menyerang. Pemain harus mampu melakukan penyerangan untuk mencetak angka dengan memasukan bola dalam ring. Keterampilan memasukan bola ke ring bukan merupakan perkara yang mudah. Seorang pemain harus mampu mengelabui lawan terlebih dahulu sebelum melakukan shooting. Sehingga kemahiran pemain bolabasket sangat dituntut agar mereka mampu melakukan shooting dengan mudah dan tidak mendapat gangguan yang berarti dari lawannya.

Permainan bola basket berbeda dengan permainan pada cabang olahraga lainnya. Di mana permainan ini seorang pemain juga bisa melakukan pelanggaran dikarenakan salah dalam mengontrol bola. Sehingga penguasaan teknik dasar sangat penting bagi pemain agar dapat meminimalisir kesalahan secara mendasar yang merugikan bagi tim. Hal ini sesuai dengan pendapat Hal Wissel (2000: 2) menjelaskan bahwa, permainan bolabasket merupakan suatu kombinasi dari pertahanan dan penyerangan, untuk itu seorang pemain haruslah menguasai teknik dan keterampilan dasar bermain bolabasket untuk bermain dengan baik. Selain penguasaan teknik dasar untuk mengelabui lawan dan mencetak angka, pemain juga harus mampu memiliki keterampilan dalam menggalang pertahanan yang solid.

Permainan bola basket bukan hanya permainan yang hanya ingin mencetak angka, tetapi juga wajib dalam mempertahankan daerahnya dari kebobolan oleh tim lawan. Pergerakan permainan yang harus mampu melakukan penjaga satu lawan satu ini menjadi alternatif yang terbaik untuk melakukan pertahanan yang solid. Penjagaan yang ketat serta melakukan penyerangan memerlukan kebugaran yang maksimal untuk dapat bermain tanpa kelelahan yang berarti. Sehingga proses latihan secara menyeluruh harus dilakukan agar pemain dapat memiliki keterampilan dan kebugaran yang maksimal.

Penjelasan Abidin (1999:71), bahwa "Untuk dapat memiliki keterampilan gerak yang baik, maka diperlukan proses belajar berlatih dalam jangka waktu relatif lama. Oleh sebab itu seseorang yang ingin

terampil dalam permainan bolabasket, maka diperlukan proses latihan yang benar dan didukung oleh unsur-unsur gerak yang baik pula”. Penguasaan unsur-unsur gerak dalam olahraga harus dimiliki oleh siswa peserta ekstrakurikuler agar memiliki kemampuan untuk melakukan latihan dengan benar. Faktor-faktor yang mempengaruhi penguasaan keterampilan bermain sangatlah kompleks. Di mana faktor-faktor tersebut harus seimbang agar pergerakan dalam bermain bola basket dapat dimaksimalkan. Contohnya Kondisi fisik yang memegang penting dalam meningkatkan prestasi atlet. Seperti yang dikemukakan Abidin (1999:72)“Atlet yang memiliki kondisi fisik yang prima akan mampu untuk menghadapi intensitas kerja dan segala macam stress yang bakal terjadi di lapangan pertandingan.

Tingkat kesulitan dalam mencetak angka dalam bermain bola basket mengharuskan setiap siswa memiliki kondisi fisik dan keterampilan bermain yang prima. Dengan melakukan latihan yang terprogram dan teratur akan mampu memberikan sumbangan bagi siswa sebagai sarana meningkatkan keterampilan bermain secara menyeluruh. Faktor dari sekolah pun ikut mempengaruhi kualitas latihan yang dilakukan oleh tim. Di mana seorang pelatih harus jeli melihat kebutuhan siswa dan sekolah harus mampu memberikan fasilitas yang memadai demi peningkatan keterampilan bermain bola basket bagi siswanya.

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan penelitian ini, maka dapat dilihat bahwa di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten tentang keterampilan bermain bolabasket peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 hal ini dapat dilihat pada indikator- indikator sebagai berikut : Tingkat keterampilan bermain bolabasket peserta ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Prambanan Klaten tahun ajaran 2015/2016 pada kategori cukup dilihat dari tingkat keterampilan dasar bermain bolabasket yaitu 181,9, yang berkategori baik sekali 1 orang atau 3%, baik 6 orang atau 20%, cukup 20 orang atau 67%, sedang 3 orang atau 10% dan kurang 0 orang atau 0%.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini mempunyai implikasi praktis bagi pihak-pihak yang terkait dengan bidang pendidikan dan olahraga.

1. Bagi SMA Negeri 1 Prambanan Klaten penelitian ini dapat menjadikan gambaran bagi sekolah untuk lebih memperhatikan kegiatan ekstrakurikuler khususnya bolabasket, yang semula sekolah hanya menyediakan fasilitas seadanya bisa bertambah baik, harapannya dengan sikap sekolah seperti ini menjadikan kegiatan ekstrakurikuler bolabasket akan lebih baik lagi.
2. Bagi guru penjas atau pelatih, penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan untuk meningkatkan kualitas latihan yang semula latihan hanya seminggu sekali bisa ditambah menjadi seminggu dua kali atau lebih supaya sehingga tingkat keterampilan dasar bermain

bolabasket di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten dapat meningkat.

3. Bagi siswa, sebagai alat ukur sederhana untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar bermain bolabasket, harapannya dengan diketahuinya tingkat keterampilan dasar bermain bolabasket siswa yang semula jarang berangkat untuk mengikuti latihan bisa rajin latihan serta bersemangat dalam mengikuti latihan supaya menjadi sebuah motivasi untuk menambah wawasan dan latihan terkait dengan bolabasket.

C. Keterbatasan Penelitian

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

1. Terdapat beberapa siswa yang tidak maksimal dalam melakukan tes.
2. Masih terbatasnya tenaga, waktu untuk dapat menyelesaikan penelitian ini dengan sempurna dan pada saat pengambilan data penelitian, kebanyakan siswa di dalam melakukan tes tidak bersungguh-sungguh dikarena dalam tes ada siswa yang sedang melakukan tes diganggu oleh temen yang tidak ikut tes. Walaupun demikian peneliti tetap meminta tolong kepada siswa agar dalam melakukan tes ini bersungguh-sungguh.

D. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian ini, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

- a. Kesenangan dalam latihan merupakan modal utama agar siswa tertarik dengan materi yang diberikan. Sehingga perlu adanya pembenahan terkait variasi latihan tentunya dalam hal itu bolabasket. Dengan pembenahan itu diharapkan siswa mampu menguasai keterampilan dasar bermain bolabasket
- b. Dalam latihan ada baiknya siswa diberikan kesempatan untuk mengembangkan diri terutama yang berhubungan dengan kemampuan dasar bermain bolabasket.
- c. Perlunya tambahan jam latihan supaya siswa bisa menambah wawasan yang lebih luas terkait dengan bolabasket lebih-lebih bisa menjadikan siswa terampil dalam bermain bolabasket.
- d. Perlunya perhatian dari sekolah terkait dengan olahraga yang berprestasi lebih ditingkatkan.

DAFTARPUSTAKA

- Anas Sudijono. 2005. *Pengantar Statistika Pendidikan*. Jakarta: PT Garfindo Persada
- Azhar Arsyad. 2009. *Media Pembelajaran*, Jakarta: PT Garfindo Persada
- Depdiknas, 2003. *Kurikulum SMA Mata Peajaran pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- Husdarta Yudha M Saputra. 2000. *Pekembangan Peserta Didik*. Jakarta: Depdiknas.
- Irsyada Machfud, 2000. *Bolabasket*. Jakarta: Depdiknas
- Muhajir, 2006. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMA kelas X*. Bandung: Erlangga.
- Ngatman, 2001. *Petunjuk Praktikum Tes dan Pengukuran*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Nuril Ahmadi. 2007. *Permainan Bolabasket*. Surakarta: Era Intermedia
- Saputra M.Y dan Amung M, 2000. *Pekembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdiknas
- Sodikin Candra. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Surakarta: CV.Putra Nugraha
- Permainan dan Metodik*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
- Anas Sudijono. 2000. *Pengantar Statistika Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Hari Amirullah. 2003. *Alat Evaluasi Keterampilan Bermain Bolabasket: Jurnal Nasional Pendidikan Jasmani dan Ilmu Keolahragaan*. Jakarta: Depdiknas
- Anas Sudjono. 2006. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Ari Dwi Listyanti. 2009. *Tingkat Keterampilan Bermain Bolabasket Siswa Putra XI SMA Negeri 9 Purworejo Tahun ajaran 2008/2009*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.

- Agung Javasis Halim. 2006. *Kemampuan Dasar Bermain Bola basket Peserta Ekstrakurikuler SMA N 1 Bulakamba Brebes Tahun Ajaran 2010/2011*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Nofitra Pribadi. 2010. *Tingkat Keterampilan Bermain Bola basket Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket SMK Perindustrian Yogyakarta Tahun Ajaran 2015/2016*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Wahjoedi.(2001). *Landasan Evaluasi pendidikan Jasmani*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Lampiran

Lampiran 1 : a. Surat Ijin Fakultas



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541

Nomor : 085/UN.34.16/PP/2016. 17 Februari 2016.
Lamp : 1 Eks.
Hal : Permohonan Ijin Penelitian.

Yth : Ka.BAPPEDA Kab. Klaten
Jl. Pemuda 140 Klaten.

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 : Wonda Suwondo.
NIM : 10601244197.
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR).

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Februari 2016.
Tempat/obyek : SMA Negeri 1 Prambanan Klaten.
Judul Skripsi : Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bola Basket Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten.

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

Dekan,



Prof. Dr. Mawan S. Suherman, M.Ed.
NIP. 19640707 198812 1 001

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SMA N 1 Prambanan Klaten.
2. Kaprodi PJKR.
3. Pembimbing TAS.
4. Mahasiswa ybs.

Lampiran 1 : b. Bendel Proposal Penelitian

Lamp : 1 bendel Proposal penelitian.
Hal : Permohonan Ijin Penelitian.

Kepada :
Yth. Dekan FIK-Universitas Negeri Yogyakarta
Jalan Kolombo No. 1
Yogyakarta.

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan pengambilan data dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak Dekan berkenan membuat surat ijin penelitian bagi :

Nama Mahasiswa : WONDA SUWONDO
Nomor Mahasiswa : 10601244197
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR).
Judul Skripsi : TINGKAT KETERAMPILAN DASAR BERMAIN BOLA
BASKET SISWA YANG MENGIKUTI EKTRA KURIKULER
DI SMA NEGERI 1 PRAMBANAN KLATEN

Pelaksanaan pengambilan data :

Bulan : FEBRUARI s.d
Tempat : SMA NEGERI 1 PRAMBANAN KLATEN

Atas perhatian, bantuan dan terkabulnya permohonan ini, diucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 17 Februari 2016

Yang mengajukan,

Wonda Suwondo
NIM. 10601244197

Kaprodi PJKR

Mengetahui :

Dosen Pembimbing


Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes.
NIP. 19751018 200501 1 002.


TRI ANI HASTUTI, M.Pd.
NIP. 19720904200122001



PEMERINTAH KABUPATEN KLATEN
BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH
(BAPPEDA)

Jl. Pemuda No. 294 Gedung Pemda II Lt. 2 Telp. (0272)321046 Psw 314-318 Faks 328730
KLATEN 57424

Nomor : 072/138/II/09
Lampiran : -
Perihal : **Ijin Penelitian**

Klaten, 18 Februari 2016
Kepada Yth.
Ka. SMAN 1 Prambanan
Di -

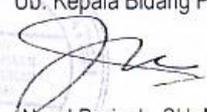
KLATEN

Menunjuk Surat dari Dekan Fak. Ilmu Keolahragaan UNY Nomor 085/UN.34.16/PP/2016 Tanggal 17 Februari 2016 Perihal Permohonan ijin Penelitian, dengan hormat kami beritahukan bahwa di Instansi/ Wilayah yang Saudara pimpin akan dilaksanakan Penelitian oleh :

Nama : Wonda Suwondo
Alamat : Karangmalang, Yogyakarta
Pekerjaan : Mahasiswa UNY
Penanggungjawab : Prof. Dr. Wawan S Suherman, M.Ed
Judul/Topik : Tingkat keterampilan dasar bermain bola basket siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten
Jangka Waktu : 3 Bulan (18 Februari s/d 18 Mei 2016)
Catatan : Menyerahkan Hasil Penelitian Berupa **Hard Copy** Dan **Soft Copy** Ke Bidang PEPP/ Litbang BAPPEDA Kabupaten Klaten

Demikian atas kerjasama yang baik selama ini kami ucapkan terima kasih

An. BUPATI KLATEN
Kepala BAPPEDA
Ub. Kepala Bidang PEPP


Nurul Bariyah, SH, M.Si
Pembina
NIP 195910271987032003

- Tembusan** disampaikan Kepada Yth :
1. Ka. Kantor Kesbangpol Kab. Klaten
 2. Ka. Dinas Pendidikan Kab. Klaten
 3. Dekan Fak. Ilmu Keolahragaan UNY
 4. Yang bersangkutan
 5. Arsip



PEMERINTAH KABUPATEN KLATEN
DINAS PENDIDIKAN
SMA NEGERI 1 PRAMBANAN

Jl. Manisrenggo - Prambanan - Klaten
Kode : Pos 57454 Telp. (0274) 497549 Email : sman1prambanan@yahoo.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : 421.3/0217 /014 / 16

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SMA Negeri 1 Prambanan Klaten menerangkan bahwa :

Nama : WONDA SUWONDO
Tempat, Tgl Lahir : Klaten, 30 Maret 1992
Alamat : Slametan, Kokosan , Prambanan, Klaten
Nomor Induk Mahasiswa : 10601244197
Prodi/Jurusan : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
S-1/ Olahraga.

Telah melaksanakan Penelitian di SMA Negeri 1 Prambanan Klaten pada bulan Februari – Maret 2016. Hasil Penelitian tersebut akan dipergunakan untuk memenuhi Skripsi dengan judul : " **TINGKAT KETRAMPILAN DASAR BERMAIN BOLA BASKET SISWA YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER DI SMA NEGERI 1 PRAMBANAN KLATEN**".

Demikian keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan semestinya.



Prambanan, 3 Maret 2016
Kepala Sekolah

Prs. Sutar
NIP. 19610702 198603 1 011

Lampiran 1 : e. Sertifikat Kalibrasi Stopwatch



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
 DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN, KOPERASI DAN USAHA KECIL MENENGAH
BALAI METROLOGI
 Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062

SERTIFIKAT KALIBRASI
 CALIBRATION CERTIFICATE
 Nomor : 1357 / SW - 17 / III / 2016
 Number

	No. Order : 009896
	Diterima tgl : 8 Maret 2016

<p>ALAT <i>Equipment</i> Nama : Stopwatch <i>Name</i> Kapasitas : 9 jam <i>Capacity</i> Daya Baca : 1 detik <i>Accuracy</i></p>	<p>Tipe/Model : - <i>Type/Model</i> Nomor Seri : - <i>Serial number</i> Merek/Buatan : Any time <i>Trade Mark/Manufaktur</i></p>
---	---

<p>PEMILIK <i>Owner</i> Nama : Wonda Suwondo <i>Name</i> Alamat : Slametan Kokosan Prambanan Klaten <i>Address</i></p>	
--	--

<p>METODE, STANDAR, TELUSURAN <i>Method, Standard, Traceability</i> Metode : ISO 4168 (1976) Time Measurement Instrument <i>Method</i> Standar : Casio HS-80TW.IDF <i>Standard</i> Telusuran : Ke satuan SI melalui LK-045 IDN <i>Traceability</i></p>	
--	--

<p>TANGGAL DIKALIBRASI <i>Date of Calibrated</i> : 8 Maret 2016</p> <p>LOKASI KALIBRASI <i>Location of calibration</i> : Balai Metrologi Yogyakarta</p> <p>KONDISI LINGKUNGAN KALIBRASI <i>Environment condition of calibration</i> : Suhu : 30°C ± 2°C ; Kelembaban : 55% ± 10%</p> <p>HASIL <i>Result</i> : Lihat sebaliknya</p>	
--	--

Yogyakarta, 14 Maret 2016
 Plt. Kepala Balai
 Maslitho, SE, M.Si
 NIP. 19591210 198401 1 003



Halaman 1 dari 2 Halaman

FBM.22-02.T

DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA

HASIL KALIBRASI
RESULT OF CALIBRATION

I. DATA KALIBRASI
Calibration data

1. Referensi : Wonda Suwondo
2. Dikalibrasi oleh : Marsudi Harjono NIP. 19591117.198401.1.002
Calibrated by

II. HASIL KALIBRASI
Result of Calibration

Nominal (menit)	Nilai Sebenarnya (menit)
00,01'00"00	00,01'00"02
00,05'00"00	00,05'00"01
00,10'00"00	00,10'00"02
00,15'00"00	00,15'00"01
00,30'00"00	00,30'00"01
00,59'00"00	00,59'00"02

Kepala Seksi Teknik Kemetrolgian



Gono, SE, MM
NIP.19610807 198202 1 007



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN, KOPERASI DAN USAHA KECIL MENENGAH
BALAI METROLOGI
 Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062

SERTIFIKAT PENERAAN
 VERIFICATION CERTIFICATE
 Nomor : 1356 / UP - 106 / III / 2016
 Number

	No. Order : 009896
	Diterima tgl : 8 Maret 2016

ALAT
Equipment

Nama <i>Name</i>	: Ban Ukur	Tipe/Model <i>Type/Model</i>	: -
Kapasitas <i>Capacity</i>	: 30 meter	Nomor Seri <i>Serial number</i>	: -
Daya Baca <i>Readability</i>	: 1 mm	Merek/Buatan <i>Trade Mark / Manufaktur</i>	: Bison

PEMILIK
Owner

Nama <i>Name</i>	: Wonda Suwondo
Alamat <i>Address</i>	: Slametan Kokosan Prambanan Klaten

METODE, STANDART, TELUSURAN
Method, Standard, Traceability

Metode <i>Method</i>	: SK Ditjen PDN No 32/ PDN /KEP/3/2010
Standard <i>Standard</i>	: Komparator 10 m
Telusuran <i>Traceability</i>	: Ke satuan SI melalui LK-045-IDN

TANGGAL TERA ULANG
Date of Verification : 8 Maret 2016

LOKASI TERA ULANG
Location of Verification : Balai Metrologi Yogyakarta

KONDISI LINGKUNGAN TERA ULANG
Environment condition of Verification : Suhu : 28°C ± 2°C ; Kelembaban : 54% ± 10%

HASIL TERA ULANG
Result of verification : **DISAHKAN UNTUK TERA ULANG TAHUN 2016**

DITERA ULANG KEMBALI
Reverification : 8 Maret 2017

Yogyakarta, 14 Maret 2016
 P/ Kepala Balai



Masitoh / SE, M.Si
 NIP. 19591210 198401 1 003

Halaman 1 dari 2 Halaman

FBM.22-01.T

DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA

HASIL PENERAAN
RESULT OF VERIFICATION

I. DATA PENERAAN
Verification data

1. Referensi : Wonda Suwondo
2. Ditera ulang oleh : Marsudi Harjono NIP. 19591117 198401 1 002
Verified by

II. HASIL
Result

Nominal (m)	Nilai Sebenarnya (cm)
0 - 10	1000,00
0 - 20	2000,00
0 - 30	3000,00

Kepala Seksi Teknik Kemetrolgian



Gono, SE, MM
NIP. 19610807 198202 1 007

Lampiran 2 : Data Kasar

NO	NAMA	SHOOTING	PASSING	DRIBBLING
1	DS	11	24	10.5
2	AN	12	23	11.2
3	RG	10	23	11.5
4	GB	9	24	12.2
5	EK	8	20	10.2
6	PTN	11	27	9.5
7	AK	12	20	10.1
8	PA	11	21	12.5
9	AA	7	21	12.2
10	WNS	8	19	11.1
11	RA	9	21	10.4
12	DN	19	26	9.1
13	R	16	25	15.5
14	WA	11	24	11.1
15	KU	13	22	9.1
16	HN	10	25	17.1
17	A	7	19	15.2
18	ES	17	18	13.5
19	PP	15	24	13.3
20	EK	9	26	10.1
21	DA	15	22	11.3
22	CJ	13	17	14.4
23	KH	10	19	12.5
24	TDC	9	18	10.1
25	AH	20	21	16.2
26	GP	22	20	17.3
27	EE	18	23	14.1
28	AL	10	23	10.2
29	MF	11	24	9.5
30	BK	14	24	10.3

BLANGKO HASIL NILAI TES SISWA

Lampiran 3 : Hasil T Score

TABULASI DATA

No	Nama	Shooting	Passing	Dribbling	T-Score			T-Score Total
					Shooting	Passing	Dribbling	
1	DS	11	24	10.5	48	73	73	194
2	AN	12	23	11.2	50	70	69	189
3	RG	10	23	11.5	45	70	68	183
4	GB	9	24	12.2	43	73	64	180
5	EK	8	20	10.2	40	60	74	174
6	PTN	11	27	9.5	48	80	78	206
7	AK	12	20	10.1	50	60	75	185
8	PA	11	21	12.5	48	63	63	174
9	AA	7	21	12.2	38	63	64	165
10	WNS	8	19	11.1	40	57	70	167
11	RA	9	21	10.4	43	63	73	179
12	DN	19	26	9.1	64	80	80	224
13	R	16	25	15.5	58	77	48	183
14	WA	11	24	11.1	48	73	70	191
15	KU	13	22	9.1	52	67	80	199
16	HN	10	25	17.1	45	77	40	162
17	A	7	19	15.2	38	57	49	144
18	ES	17	18	13.5	60	53	58	171
19	PP	15	24	13.3	56	73	59	188
20	EK	9	26	10.1	43	80	75	198
21	DA	15	22	11.3	56	67	69	192
22	CJ	13	17	14.4	52	50	53	155
23	KH	10	19	12.5	45	57	63	165
24	TDC	9	18	10.1	43	53	75	171
25	AH	20	21	16.2	66	63	44	173

Lampiran 3 : Hasil T Score

26	GP	22	20	17.3	70	60	39	169
27	EE	18	23	14.1	62	70	55	187
28	AL	10	23	10.2	45	70	74	189
29	MF	11	24	9.5	48	73	78	199
30	BK	14	24	10.3	54	73	74	201

Lampiran 4 : Skala Tes Kecakapan Basket Tingkat SMA

SKALA T UNTUK TES KECAKAPAN BERMAIN BOLA

BASKET TINGKAT SMA

T Score	Memantulkan Bola	Menggiring Bola	Menembak Bola	T Score
80	26	9,0 – 9,1	27	80
79		9,2 – 9,3		79
78		9,4 – 9,5	26	78
77	25	9,6 – 9,7		77
76		9,8 – 9,9	25	76
75		10,0 – 10,1		75
74		10,2 - 10,3	24	74
73	24	10,4 – 10,5		73
72		10,6 – 10,7	23	72
71		10,8 – 10,9		71
70	23	11,0 – 11,1	22	70
69		11,2 – 11,3		69
68		11,4 – 11,5	21	68
67	22	11,6 – 11,7		67
66		11,8 – 11,9	20	66
65		12,0 – 12,1		65
64		12,2 – 12,3	19	64
63	21	12,4 – 12,5		63
62		12,6 – 12,7	18	62
61		12,8 – 12,9		61
60	20	13,0 – 13,1	17	60
59		13,2 – 13,3		59
58		13,4 – 13,5	16	58
57	19	13,6 – 13,7		57
56		13,8 – 13,9	15	56
55		14,0 – 14,1		55
54		14,2 – 14,3	14	54
53	18	14,4 – 14,5		53

52		14,6 – 14,7	13	52
51		14,8 – 14,9		51
50	17	15,0 - 15,1	12	50
49		15,2 – 15,3		49
48		15,4 – 15,5	11	48
47	16	15,6 – 15,7		47
46		15,8 – 15,9		46
45		16,0 – 16,1	10	45
44		16,2 – 16,3		44
43	15	16,4 – 16,5	9	43
42		16,6 – 16,7		42
41		16,8 – 16,9		41
40	14	17,0 – 17,1	8	40
39		17,2 – 17,3		39
38		17,3 – 17,4	7	38
37	13	17,5 – 17,6		37
36		17,8 – 17,9	6	36
35		18,0 - 18,1		35
34		18,2 - 18,3	5	34
33	12	18,4 – 18,5		33
32		18,6 – 18,7	4	32
31		18,8 – 18,9		31
30	11	19,0 – 19,1	3	30
29		19,2 – 19,3		29
28		19,4 – 19,5	2	28
27	10	19,6 – 19,7		27
26		19,8 – 19,9		26
25		20,0 - 20,1		25
24		20,2 – 20,3		24
23	9	20,4 – 20,5		23
22		20,6 – 20,7		22
21		20,8 – 20,9		21
20	8	20,10 20,11		20

Dokumentasi passing



Dokumentasi dribbling



Dokumentasi shooting

