

**TINGKAT PEMAHAMAN *FAST BREAK* PESERTA
EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET
DI SMA NEGERI 4 PEKALONGAN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh:
Muhammad Ariq Setiawan
NIM. 12602241048

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2018**

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi Dengan Judul

TINGKAT PEMAHAMAN *FAST BREAK* PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET DI SMA NEGERI 4 PEKALONGAN

Disusun Oleh :

M. Ariq Setiawan
NIM 12602241048

Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, Juli 2018

Mengetahui,
Ketua Program Studi



Ch. Fajar Sriwahyuniati, M.Or

NIP. 19711229 200003 2 001

Disetujui,
Dosen Pembimbing,



Budi Aryanto, S.Pd. M.Pd

NIP. 19690215 200012 1 001

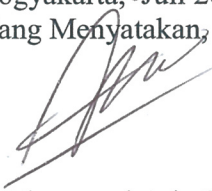
SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Ariq Setiawan
NIM : 12602241048
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan
Judul TAS : Tingkat Pemahaman *Fast Break* Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket di SMA Negeri 4 Pekalongan

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

Yogyakarta, 26 Juli 2018
Yang Menyatakan,



Muhammad Ariq Setiawan
NIM. 12602241048

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

TINGKAT PEMAHAMAN *FAST BREAK* PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET DI SMA NEGERI 4 PEKALONGAN

Disusun Oleh:

Muhammad Ariq Setiawan
NIM. 12602241048

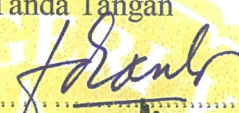


Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi Program

Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga


Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 26 Juli 2018

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Budi Aryanto, M.Pd. Ketua Penguji/Pembimbing		31/7 2018
Cukup Pahalawidi, M.Or. Sekretaris		31/7 2018
CH. Fajar Sri Wahyuniati, M.Or. Penguji		31/7 2018

Yogyakarta, Agustus 2018
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,


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

MOTTO

1. Sabar bukan tentang berapa lama kau bisa menunggu, melainkan tentang bagaimana perilakumu saat menunggu (Muhammad Akbar).
2. Menyia-nyiakan waktu lebih buruk dari kematian. Karena kematian memisahkanmu dari dunia sementara menyia-nyiakan waktu memisahkanmu dari Allah (Imam bin Al Qayim)

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, segala puji syukur bagi Allah SWT Tuhan semesta alam, Engkau berikan berkah dari buah kesabaran dan keikhlasan dalam mengerjakan Tugas Akhir Skripsi ini sehingga dapat selesai tepat pada waktunya. Karya ini saya persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua saya yang sangat saya sayangi, yang selalu mendukung dan mendoakan setiap langkah saya sebagai anaknya.
2. Istri saya yang selalu mendoakan, memotivasi serta mendoakan saya sehingga Tugas Akhir Skripsi ini terselesaikan.
3. Terimakasih untuk Bagus yang selalu menerima kedatangan saya selama 2 tahun akhir dari penantian panjang saya, sekalipun dan selama ini selalu ariq repotin tapi kamu selalu menyambut kedatangan ariq,terimakasih banget!!!! kesetiaanmu dan cara caremu tiada dua walau ditengah tengah kuliah kita sempat berbeda pendapat tapi dari situ kita sama sama menjadi saling sependapat.
4. Terimakasih Ucil atau Patria yang selalu setia menemani hidup Ariq dari sma,masuk kuliah pun sama, hidup selalu bersama dan hingga diakhir studi kita masih bersama, dan jasamu tidak akan pernah aku lupakan dimana kamu yang selalu menjadi pelarian tangisku
5. Terimakasih untuk Izzat yang selalu menjadi kawan tandem untuk berbagai kejuaraan basket dan beberapa hal privat yang hanya kita yang mengerti.

**TINGKAT PEMAHAMAN *FAST BREAK* PESERTA
EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET
DI SMA NEGERI 4 PEKALONGAN**

Oleh:
Muhammad Ariq Setiawan
NIM. 12602241048

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan.

Jenis penelitian adalah deskriptif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes pemahaman dengan soal objektif. Subjek penelitian ini adalah seluruh anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan yang jumlahnya sebanyak 24 siswa, yang diambil menggunakan teknik *total sampling*. Analisis data menggunakan deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 4,17% (1 siswa), “rendah” sebesar 25% (6 siswa), “sedang” sebesar 25% (6 siswa), “tinggi” sebesar 45,83% (11 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 0% (0 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 51,32, tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 4 Pekalongan dalam kategori “sedang”..

Kata kunci: pemahaman, *fast break*, anggota ekstrakurikuler bola basket

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Tingkat Pemahaman *Fast Break* Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket di SMA Negeri 4 Pekalongan“ dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Budi Aryanto, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Ketua Penguji, Sekretaris, dan Penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.
3. CH. Fajar Sri Wahyuniati, M.Or., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
4. Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
5. Pengurus, pelatih, dan siswa SMA Negeri 4 Pekalongan, yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Teman-teman seperjuangan yang telah mendukung saya dan berbagi ilmu serta nasihat dalam menyelesaikan tugas skripsi.
7. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah berikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah

SWT/Tuhan Yang Maha Esa*) dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, Juli 2018
Penulis,

Muhammad Ariq Setiawan
NIM. 12602241048

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori.....	8
1. Hakikat Pemahaman.....	8
2. Hakikat Bola Basket	10
3. Teknik Dasar Permainan Bola Basket.....	12
4. Hakikat <i>Fast Break</i>	13
5. Prinsip <i>Fast Break</i>	18
6. Jenis-jenis <i>Fast Break</i>	25
B. Penelitian yang Relevan	36
C. Kerangka Berpikir	37
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	40
B. Tempat dan Waktu Penelitian	40
C. Definisi Operasional Variabel.....	40
D. Populasi dan Sampel Penelitian	41
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	41
F. Teknik Analisis Data	44
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	45

1. Hasil Analisi Butir	45
2. Deskripsi Hasil Penelitian	47
B. Pembahasan	52
C. Keterbatasan Penelitian	53
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	55
B. Implikasi.....	55
C. Saran	56
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN	59

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Tiga Lorong Serang	15
Gambar 2. Tahap Menguasai Bola: Memulai <i>Fast Break</i>	20
Gambar 3. Tahap Menguasai Bola: Memulai <i>Fast Break</i>	20
Gambar 4. Tahap penempatan Posisi: Menempati Jalur-Jalur pada <i>Fast Break</i>	24
Gambar 5. Tahap Pencetakan Skor atau Angka: <i>Fast Break 2-on-1</i>	27
Gambar 6. Tahap Pencetakan Skor atau Angka: <i>Fast Break 2-on-1</i>	27
Gambar 7. Tahap Pencetakan Skor: <i>Fast Break 3-on-2</i>	30
Gambar 8. Tahap Pencetakan Skor: <i>Fast Break 4-on 3</i>	51
Gambar 9. Tahap Pencetakan Skor: <i>Fast Break Swing</i>	34
Gambar 10. Diagram Batang Tingkat Kesukaran.....	46
Gambar 11. Diagram Batang Daya Beda.....	46
Gambar 12. Diagram Batang Tingkat Pemahaman <i>Fast Break</i> Anggota Ekstrakurikuler Bolabasket SMA Negeri 4 Pekalongan	48
Gambar 13. Diagram Batang Faktor Hakikat <i>Fast Break</i>	49
Gambar 14. Diagram Batang Faktor Hakikat/Prinsip Pola <i>Fast Break</i>	51

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kisi-kisi Uji Coba Tes Pemahaman <i>Fast Break</i>	42
Tabel 2. Norma Penilaian	44
Tabel 3. Tingkat Kesukaran.....	45
Tabel 4. Daya Beda.....	46
Tabel 5. Deskriptif Statistik Tingkat Pemahaman <i>Fast Break</i> Anggota Ekstrakurikuler Bolabasket SMA Negeri 4 Pekalongan	47
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Tingkat Pemahaman <i>Fast Break</i> Anggota Ekstrakurikuler Bolabasket SMA Negeri 4 Pekalongan	47
Tabel 7. Deskriptif Statistik Faktor Hakikat <i>Fast Break</i>	49
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Faktor Hakikat <i>Fast Break</i>	49
Tabel 9. Deskriptif Statistik Faktor Hakikat/Prinsip Pola <i>Fast Break</i>	50
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Faktor Hakikat/Prinsip Pola <i>Fast Break</i>	51

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari Fakultas	60
Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian dari SMA Negeri 4 Pekalongan	61
Lampiran 3. Surat Keterangan Validasi.....	62
Lampiran 4. Instrumen Penelitian.....	63
Lampiran 5. Data Penelitian	66
Lampiran 6. Rangkuman Data Penelitian.....	68
Lampiran 7. Deskriptif Statistik	69
Lampiran 8. Dokumentasi	71

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Salah satu cabang olahraga yang populer di Indonesia yaitu bola basket.

Sumiyarsono, (2002: 1) menyatakan bahwa:

Permainan bola basket merupakan jenis olahraga yang menggunakan bola besar, dimainkan dengan tangan dan mempunyai tujuan memasukkan bola sebanyak mungkin (ke keranjang) lawan, serta menahan lawan agar jangan memasukkan bola ke keranjang sendiri dengan cara lempar tangkap (*passing*), menggiring (*dribble*) dan menembak (*shooting*).

Maksud kutipan di atas yaitu bahwa bola basket merupakan olahraga yang dimainkan oleh dua regu masing-masing regu dimainkan oleh lima orang dengan tujuan sebanyak mungkin memasukkan bola ke keranjang lawan dan mencegah lawan untuk memasukkan bola ke dalam ring nya. Cabang olahraga bola basket selain diajarkan pada mata pelajaran pendidikan jasmani, kegiatan ini juga merupakan ekstrakurikuler yang ada di hampir semua sekolah. Bola basket juga merupakan olahraga yang banyak memberikan manfaat, baik secara fisik maupun psikis.

Akhir-akhir ini semakin marak suatu even pertandingan di tingkat senior, junior, mahasiswa, dan pelajar, salah satunya dengan diadakannya DBL (*Development Basketball League*) di tingkat pelajar SMA, POPDA (Pekan Olahraga Daerah) yang diselenggarakan oleh masing-masing daerah Kabupaten diikuti oleh SMP dan SMA Kabupaten dan juga LIBAMANAS (Liga Basket Mahasiswa Nasional), ditingkat kejurjas junior (umur 14 th - 18 th), tingkat kejurjas senior (umur 19 th - 35 th) serta kejurjas veteran (umur 36 th - 60 th).

Banyaknya even yang terselenggara di tingkat junior sampai senior, semakin maraknya pula pembinaan-pembinaan olahraga bola basket di dalam instansi-instansi perusahaan, pemerintah dan juga di lembaga-lembaga pendidikan baik di sekolah dasar (SD), sekolah menengah pertama (SMP), sekolah menengah atas (SMA), sekolah menengah kejuruan (SMK), maupun di perguruan tinggi/swasta (PTN/PTS).

Pada usia sekolah adalah usia yang paling tepat dalam pembinaan prestasi olahraga, karena sebagai pondasi dasar dalam pencapaian prestasi olahraga khususnya bola basket. Kegiatan seperti even-even pertandingan maupun berlatih bola basket juga banyak sekali memberikan manfaat untuk anak usia sekolah. Sebagai contoh berbagai manfaatnya untuk mencegah berbagai bentuk-bentuk kegiatan negatif dikalangan pelajar antara lain: mencegah tawuran antar pelajar, penyalahgunaan obat-obat terlarang, mabuk-mabukan, seks bebas, dan lain-lain.

Pemerintah melalui DEPDIKNAS dan MENPORA sangat mendukung dan memfasilitasi kegiatan yang berkaitan dengan bola basket, mulai dari mensosialisasikan kepada para siswa supaya dapat mencintai olahraga bola basket seperti mengadakan even-even turnamen yang diikuti antar sekolah maupun juga mendorong setiap sekolah untuk mengadakan kegiatan ekstrakurikuler yang berkaitan dengan olahraga khususnya bola basket.

Tidak heran bahwa akhir-akhir ini hampir setiap sekolah yang berada di Indonesia khususnya sekolah menengah pertama (SMP) dan sekolah menengah atas (SMA) mempunyai kegiatan ekstrakurikuler bola basket. Ekstrakurikuler bola basket juga dapat dijumpai di SMA Negeri 4 Pekalongan.

Kegiatan ekstrakurikuler di SMA Negeri 4 Pekalongan tidak hanya bola basket, tetapi banyak kegiatan ekstrakurikuler lainnya seperti: renang, atletik, sepakbola, Bulu tangkis, Kelompok Ilmiah Remaja (KIR), bola voli, teater, Jurnalistik (buletin sekolah), Palang Merah Remaja, paduan suara, pramuka, pencak silat. Di SMA Negeri 4 Pekalongan sebenarnya banyak peserta didik yang berminat mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola basket yaitu berjumlah 31 peserta didik yang terdiri atas laki-laki berjumlah 20 siswa dan 11 siswa perempuan. SMA Negeri 4 Pekalongan juga memiliki Tim inti bola basket yang sudah dipilih oleh pelatihnya yang berjumlah 20 siswa.

Kegiatan ekstrakurikuler bola basket ditangani oleh seorang pelatih dan guru Penjasorkes sebagai pembina. Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 4 Pekalongan dilakukan satu kali per minggu yaitu setiap hari Rabu dengan durasi latihan 90 menit. Latihan dimulai pada pukul 14.30 – 16.00 WIB. SMA Negeri 4 Pekalongan juga memiliki sarana dan prasarana yang memadai sehingga sangat mendukung proses latihan bola basket.

Setiap tahunnya SMA Negeri 4 Pekalongan selalu mengikuti turnamen – turnamen bola basket, salah satunya adalah POPDA. Di Indonesia POPDA merupakan turnamen antar sekolah se-Kabupaten, maka dari itu POPDA selalu menjadi tolok ukur prestasi bola basket setiap SMA atau sederajat tiap tahunnya.

Berdasarkan hasil observasi peneliti, menunjukkan bahwa prestasi lima tahun terakhir tim bola basket di SMA Negeri 4 Pekalongan, belum menunjukkan hal yang positif. Menurut pelatih ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan, belum mencapai prestasi tersebut terjadi karena taktik dan strategi

penyerangan yang diterapkan tidak berjalan dengan baik, dan salah satu diantara taktik dan strategi penyerangan yang tidak berjalan dengan baik adalah *fast break*. Dengan demikian *fast break* merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi menurunnya prestasi bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan, karena *fast break* merupakan bagian dari taktik dan strategi menyerang yang mempermudah sebuah tim untuk mencetak skor.

Selama ini belum ada pemberian materi *fast break* secara teori terhadap anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan. Pemberian latihan teknik, taktik dan strategi yang dilakukan selama ini hanya mengandalkan praktek di lapangan. Hal tersebut merupakan salah satu kemungkinan yang menyebabkan tidak berjalannya *fast break* dengan baik pada anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan. Berdasarkan hasil wawancara dengan anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan, menunjukkan bahwa pemain tidak memahami tentang pengertian *fast break*, ciri-ciri *fast break*, tujuan dan manfaat *fast break*.

Menurut Sumiyarsono (2002: 77-78), *fast break* adalah jenis serangan yang dirancang untuk mempermudah membuat nilai atau mencetak skor, sebelum pihak pemain lawan sempat mengatur posisi pertahanannya masing-masing. Regu penyerang berusaha melakukan tekanan pertahanan regu lawan, sehingga terperangkap dalam situasi seorang penjaga bertahan, menjaga dua orang penyerang atau dua orang penjaga menghadapi tiga orang penyerang, ataupun tiga orang penjaga menghadapi empat orang penyerang. *Fast break* adalah serangan kilat yang dirancang untuk mempermudah sebuah tim mencetak skor, dan sangat

efektif digunakan pada awal pertandingan untuk mengetahui kekuatan pertahanan lawan. Selain itu, semua jenis pertahanan dapat dipecahkan dengan *fast break*, baik pertahanan daerah maupun pertahanan orang per orang. Sehingga banyak tim-tim bola basket SMA dan sederajat yang mengaplikasikan *fast break* sebagai senjata andalannya, dan salah satunya adalah SMA Negeri 4 Pekalongan.

Dari pernyataan di atas peneliti merasa tertarik untuk meneliti tingkat pemahaman *fast break* dalam bermain bola basket, sehingga dengan melakukan penelitian dapat diketahuinya seberapa tinggi tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan dalam bermain bola basket. Penelitian ini nantinya juga dapat dijadikan acuan dan referensi prioritas dalam membuat program latihan yang akan dijalankan oleh tim-tim SMA dan sederajat dalam mengikuti turnamen *Development Basketball League*.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang yang telah dikemukakan di atas, terdapat beberapa masalah yang dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Belum optimalnya proses latihan pada anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan.
2. Belum adanya pemberian materi *fast break* secara teori, kepada anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan.
3. Belum dilakukan penelitian tentang pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan.

C. Batasan Masalah

Dari latar belakang masalah di atas, permasalahan dalam penelitian ini perlu dibatasi agar hasilnya lebih fokus dan maksimal. Permasalahan yang diambil adalah tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan di atas, dapat diambil dan dirumuskan suatu permasalahan, yaitu: “Seberapa tinggi tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan?”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan dalam bermain bola basket.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat ke berbagai pihak, sehingga dapat memberikan solusi atas permasalahan yang selama ini banyak dihadapi, adapun manfaat dari penelitian ini antara lain:

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan bermanfaat sebagai salah satu sumber ilmiah bagi masyarakat dalam bidang bola basket.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi pelatih,: untuk memudahkan para pelatih bola basket dalam mengukur tingkat pemahaman pemain bola basket mengenai *fast break* dalam permainan

bola basket, sebagai alat ukur untuk mengukur sejauh mana tingkat pemahaman atletnya terhadap pemahaman *fast break* dalam permainan bola basket, dan sebagai bahan pertimbangan atau acuan dalam menentukan sasaran porsi latihan transisi *fast break*.

- b. Bagi atlet, dijadikan sebagai bahan pembelajaran terhadap pemahaman mengenai *fast break* dalam olahraga bola basket, juga dapat dijadikan masukan untuk mengoreksi diri atlet tentang kekurangan dalam menerapkan *fast break* menghadapi suatu pertandingan, sehingga mengerti tentang apa yang diinginkan oleh pelatih dalam menghadapi lawan.
- c. Pihak lain, sebagai sumber informasi untuk menambah wawasan dan sebagai bahan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Pemahaman

Pemahaman merupakan kemampuan seseorang untuk menyerap arti materi atau bahan yang dipelajari. Pemahaman tidak akan terwujud apabila sebelumnya tidak ada pengetahuan yang membentuknya. Pemahaman merupakan proses pengetahuan seseorang dalam mencari makna atau memahami suatu hal yang belum diketahui oleh dirinya yang berkaitan dengan segala sesuatu yang ada, oleh karena itu pencapaian tingkat pemahaman seseorang akan berbeda pula sesuai dengan tingkat pengetahuan seseorang. Berkaitan dengan hal ini, Purwanto (2005: 34) menyatakan bahwa juga mendefinisikan tentang pemahaman dimana pemahaman adalah tingkat kemampuan yang mengharapkan siswa mampu memahami arti atau konsep, situasi serta fakta yang diketahuinya. Daryanto (2012: 106), menyatakan bahwa pemahaman (*comprehension*) adalah kemampuan yang pada umumnya mendapat penekanan dalam proses belajar mengajar”.

Menurut Bloom (dalam Sudijono, 2009: 50), pemahaman adalah kemampuan seseorang untuk mengerti atau memahami sesuatu setelah sesuatu itu diketahui dan diingat. Dengan kata lain, memahami adalah mengetahui tentang sesuatu dan dapat melihatnya dari berbagai segi. Daryanto (2012: 106-108) berpendapat bahwa kemampuan memahami ini dapat dijabarkan dalam tiga bentuk, yaitu menerjemahkan, menginterpretasi, dan mengekstrapolasi.

Sementara Mulyasa (2005: 29) menyatakan bahwa pemahaman adalah kedalaman kognitif dan afektif yang dimiliki oleh individu.

Memahami adalah mengetahui sesuatu setelah sesuatu dipahami dan diingat serta dengan kata lain memahami adalah mengetahui sesuatu yang dapat melihatnya dari berbagai segi dan sudut pandang. Shirran (2008: 13) menjelaskan bahwa dalam aspek pemahaman siswa memiliki kriteria-kriteria kemampuan yang dimiliki. Kriteria tersebut adalah menafsirkan kata, menyatakan kembali apa yang dilihat menerjemahkan ke dalam konteks baru, menarik kesimpulan dan melihat konsekuensinya. Pemahaman merupakan jenjang kemampuan berpikir yang setingkat lebih tinggi dari ingatan dan hafalan" (Sudijono, 2009; 50)

Partowisastro (dalam Setyowati, 2015: 24) menyatakan bahwa secara umum ada empat macam pengertian pemahaman, yakni sebagai berikut: (1) pemahaman berarti melihat hubungan yang belum nyata; (2) pemahaman berarti mampu menerangkan atau dapat melukiskan tentang aspek-aspek, tingkatan, sudut pandangan-pandangan yang berbeda; (3) pemahaman berarti memperkembangkan kesadaran akan faktor-faktor yang penting; dan (4) berkemampuan membuat ramalan yang beralasan mengenai tingkah lakunya.

Sudjana (2010: 47) membagi pemahaman ke dalam tiga kategori, yakni sebagai berikut:

- 1) Tingkat pertama atau tingkat terendah, yaitu pemahaman terjemahan yang mulai dari terjemahan dalam arti sebenarnya
- 2) Tingkat kedua adalah pemahaman penafsiran, yakni menghubungkan bagian-bagian terdahulu dengan yang diketahui berikutnya, ataumenghubungkan beberapa bagian dari grafik dengan kejadian, membedakan yang pokok dan yang bukan pokok.
- 3) Pemahaman tingkat ketiga atau tingkat tertinggi, yakni pemahaman ekstrapolasi. Dengan ekstrapolasi diharapkan mampu melihat di balik

yang tertulis, dapat membuat ramalan tentang konsekuensi atau dapat memperluas persepsi dalam arti waktu, dimensi, kasus, ataupun masalahnya.

Jadi pemahaman merupakan suatu proses pengertian seseorang terhadap suatu hal. Beberapa pendapat di atas pemahaman adalah suatu tingkah laku yang tidak hanya menafsirkan sebuah kata tetapi kemampuan berpikir untuk mengingat kembali permasalahan untuk mengetahui sesuatu hal untuk dapat diambil intisarinya. Serta pemahaman merupakan sebuah teori atau konsep yang dipelajari yang kemudian diungkap kembali dalam bentuk ide-ide dan gagasan.

2. Hakikat Bola basket

Bola basket merupakan suatu permainan beregu menggunakan bola besar yang diciptakan oleh James Naismith pada tahun 1891 di Springfield, Massachusetts (Kaplan, 2012: 15). Olahraga bola basket dimainkan oleh lima orang pemain tiap regu. “Bentuk permainan yang diinginkan adalah permainan dengan menggunakan bola yang berbentuk bulat, dengan tidak ada unsur menendang, tidak ada unsur membawa lari bola, tanpa unsur menjegal, dengan menghilangkan gawang, ditambah adanya sasaran untuk merangsang dan sebagai tujuan permainan” (Sumiyarsono, 2002: 2). Olahraga bola basket merupakan salah satu olahraga prestasi yang sangat diminati masyarakat saat ini terutama kalangan pelajar dan mahasiswa, sehingga banyak sekali kejuaraan bola basket yang diselenggarakan dan diikuti oleh masyarakat luas. Dengan banyaknya kejuaraan bola basket persaingan akan sangat tinggi. Hal ini menuntut pelatih untuk mengoptimalkan program latihan yang tepat kepada atlet, sedangkan atlet harus selalu mengevaluasi kekurangan di setiap pertandingan dan diperbaiki

selanjutnya, sehingga dengan ini pelatih dan atlet akan bekerjasama untuk mencapai prestasi setinggi-tingginya.

Hal ini sebagaimana dijelaskan dalam dokumen FIBA (2006: 1) yang dialih bahasa oleh Jaladri bahwa, “Bola basket dimainkan oleh dua (2) regu yang masing-masing terdiri dari 5 pemain. Tujuan dari masing-masing regu adalah untuk memasukkan bola ke keranjang lawan dan berusaha mencegah regu lawan memasukkan bola.” Untuk mengukir prestasi terbaik dalam olahraga bola basket harus melalui pembinaan prestasi yang *sistematis* dan terencana dengan baik, pada program jangka pendek ataupun program jangka panjang. Perlu kiranya untuk menyelenggarakan pembinaan yang dipantau disetiap jenjangnya, agar dapat menciptakan atlet-atlet bola basket yang berkualitas, baik teknik, taktik, fisik dan psikis. Tidak sedikit atlet berprestasi pada jenjang tertentu tetapi hilang pada jenjang selanjutnya.

Olahraga bola basket di jaman modern ini telah banyak ditemukan variasi dari perkembangan teknik dasar bola basket. Dengan demikian pula sudah banyak ditemukan metode latihan yang bervariasi untuk menunjang disetiap latihan sesuai dengan tujuan dan perkenaan pada sesi latihan. Metode latihan yang tepat untuk atlet akan lebih mudah cepat untuk diikuti oleh atletnya dengan demikian atlet akan semakin berkembang bersamaan dengan diberikannya metode latihan tersebut. Metode latihan tidak hanya dipilih pelatih secara tepat, tetapi metode latihan harus mengevaluasi dari kekurangan atlet.

Untuk memiliki keterampilan dasar yang baik, yang harus dilakukan adalah dengan menguasai teknik dasar tersebut dengan baik. Karena apabila

keterampilan dasar tersebut telah dikuasai dengan baik oleh pemain atau atlet bola basket, maka pemain dapat bermain dengan baik

3. Teknik Dasar Permainan Bola Basket

Teknik dasar permainan bola basket merupakan fundamental atau gerak dasar permainan bola basket yang meliputi *dribbling*, *passing*, *shooting* dan *pivot*. Keempat dasar tersebut harus dilakukan secara terus menerus hingga seorang atlet mampu menguasai teknik dasar tersebut, dan mampu melakukan gerakan tersebut dengan baik dan benar. Teknik dasar dalam permainan bola basket terdiri dari : (a) cara memegang bola, (b) lemparan tolakkan dada, (c) lemparan pantulan, (d) lemparan di atas kepala dengan dua tangan, (e) lemparan dari bawah dengan dua lengan, (f) lemparan samping, (g) lemparan kaitan, (h) menembak, (i) menggiring bola, (j) memoros (Sumiyarsono, 2002 : 12).

Permainan bola basket memiliki tujuan untuk memasukan bola kedalam keranjang. Bermain bola basket yang baik memerlukan gerakan atau teknik yang baik. Untuk mendapatkan permainan yang baik perlu adanya penguasaan teknik yang baik, sehingga bermain bola basket bisa dilakukan secara efektif dan efisien. Ada beberapa teknik dasar yang terdapat dalam olahraga bola basket. Sumiyarsono (2002: 12) mengemukakan teknik dasar dalam permainan bola basket adalah sebagai berikut:

(1) Men-*dribble* bola (*Dribbling*), (2) Menangkap bola (*Catching*), (3) Mengoper bola (*Passing*); (a) Dengan dua tangan: *Chest pass*, *Bounce pass*, *Overhead pass*, (b) Dengan satu tangan: *Baseball pass*, *Lob pass*, *Hook pass*, *Jump pass*, (4) Menembak (*Shooting*); (a) Menghadap papan (*Facing shoot*), (b) Membelakangi papan (*Back up shoot*).

Apabila teknik dasar tersebut telah dimiliki dengan baik oleh pemain, maka pemain juga dapat bermain dengan baik. Untuk meningkatkan penguasaan teknik yang baik perlu adanya pengulangan latihan. Sehingga mendapatkan gerakan atau teknik yang otomatis pada saat bermain bola basket. Dari semua teknik diatas teknik menembak (*shooting*) yang paling penting dimiliki oleh atlet, karena dibandingkan dengan teknik yang lainnya menembak (*shooting*) merupakan teknik yang sederhana tetapi bisa menentukan kemenangan pada suatu pertandingan. Dengan pengulangan latihan menembak (*shooting*) tim yang memiliki atlet dengan persentase menembak (*shooting*) akan mudah untuk mendapatkan kemenangan.

4. Hakikat *Fast Break*

a. Definisi *Fast Break*

Menurut Sumiyarsono (2002: 77-78), *fast break* adalah jenis serangan yang dirancang untuk mempermudah membuat nilai atau mencetak skor, sebelum pihak pemain lawan sempat mengatur posisi pertahanannya masing-masing. Regu penyerang berusaha melakukan tekanan pertahanan regu lawan, sehingga terperangkap dalam situasi seorang penjaga bertahan, menjaga dua orang penyerang atau dua orang penjaga menghadapi tiga orang penyerang, ataupun tiga orang penjaga menghadapi empat orang penyerang.

Menurut Wissel (2000: 197), *fast break* merupakan bagian permainan yang menyenangkan, baik bagi pemain maupun bagi penonton. Tujuan dari *fast break* adalah membawa bola ke depan untuk melakukan tembakan dengan persentase keberhasilan yang tinggi, baik dengan melonggarkan penjagaan atau dengan tidak

memberikan kesempatan pada lawan untuk membuat pertahanan. *Fast break* yang baik tergantung pada kondisi fisik yang baik, kerjasama regu, dasar permainan, dan keputusan yang tepat. Dewasa ini regu-regu bola basket modern merancang secara khusus pola *fast break* sebagai senjata andalannya. Serangan tersebut dapat dilakukan terus menerus setiap saat bola dikuasai atau hanya dilakukan pada saat-saat tertentu. Semua hal tersebut tergantung dari kemampuan individual para pemainnya dan pandangan pelatih terhadap strategi penyerangan yang digunakan.

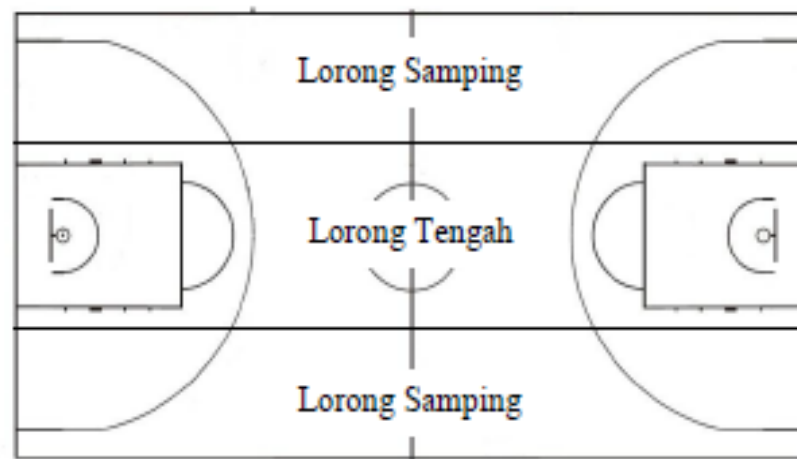
Dari dua pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa *fast break* merupakan bagian dari taktik beregu dalam bola basket dan bagian dari strategi penyerangan bola basket. Strategi penyerangan ini sangat efektif untuk menghadapi lawan yang menggunakan pertahanan daerah. Kadang-kadang dilakukan pada awal pertandingan untuk mengetahui kekuatan pertahanan lawan dan sebagai variasi serangan. Meskipun terdapat berbagai variasi dan strategi penyerangan kilat, namun mempunyai tujuan yang sama yaitu membawa bola secepat mungkin ke daerah penyerangan sebelum pihak bertahan sempat untuk menyusun pertahanannya.

b. Ciri-ciri *Fast Break*

Ciri pertama dari *fast break* adalah adanya penguasaan bola. Penguasaan bola dapat diperoleh dari *defensive rebound* (merayah bola saat bertahan), *inbound* (bola tembakan lawan masuk), *intercept* (mencuri bola operan lawan), *steal* (mencuri bola yang digiring lawan). Di dalam permainan sebagian besar *fast break* dilakukan dari penguasaan bola melalui *defensive rebound* (Sumiyarsono, 2002: 78)

Ciri kedua dari *fast break*, setelah salah seorang pemain menguasai bola (*rebounder*), maka seorang *point guard* akan meminta *outlet pass* (operan keluar dari daerah bersyarat). *Point guard* memegang peran penting dalam *fast break*. (Wissel, 2000: 198)

Ciri ketiga dari *fast break*, biasanya ada sedikitnya tiga pemain yang mengisi ketiga lorong serang, yaitu: satu lorong tengah dan dua lorong samping. (lihat gambar 1)



Gambar 1. Tiga Lorong Serang
(Sumber: Sumiyarsono, 2002: 60)

Ciri keempat dari *fast break*, pergerakan bola dilakukan dengan cepat dengan menggunakan operan cepat (*fast passing*) dan seminimal mungkin menggiring bola (Sumiyarsono, 2002: 87)

Ciri terakhir dari *fast break* adalah penyelesaian atau eksekusi dari serangan ini biasanya menggunakan teknik *lay-up*, namun tidak selalu *fast break* diakhiri menggunakan teknik tersebut. Adapun beberapa *fast break* berpola menggunakan tembakan *post-up* (Wissel, 2000: 197).

c. Tujuan *Fast Break*

Tujuan pertama *fast break* adalah menciptakan kesempatan mencetak skor dengan mudah. Pola *2-on-1* dan *3-on-2* yang merupakan pola paling umum, seringkali menghasilkan *lay-up*. Pola *4-on-3* biasanya menghasilkan tembakan *post-up* dari pemain dalam. Pola *5-on-4* seringkali memungkinkan lemparan bola yang mudah dari sisi yang dijaga dan menghasilkan tembakan dari sisi yang lemah (*weak side*) (Wissel, 2000: 197).

Tujuan kedua adalah untuk menyerang sebelum lawan membuat pertahanan atau melakukan *rebound*. *Fast break* sangat baik untuk menghadapi lawan yang menggunakan *zone defense* karena lawan tidak memiliki waktu untuk menempati posisi pertahanan mereka. Keunggulan regu yang melakukan *fast break* adalah ketika menghadapi tekanan lawan. Regu yang melakukan *fast break* akan lebih siap melakukan *inbound* dengan cepat sebelum pertahanan dibuat. Regu demikian lebih memiliki pengalaman menggerakkan bola menerobos pertahanan, yang menimbulkan ancaman besar terhadap regu yang bertahan. *Fast break* juga dapat menimbulkan rusaknya pola pertahanan orang-per-orang (*man to man defense*) (Wissel, 2000: 197).

Tujuan penting lainnya adalah untuk memotivasi regu yang melakukan *fast break* agar menekan keras pada saat bertahan dan melakukan *rebound*. Pertahanan dan *rebound* yang baik adalah cara yang terbaik untuk memulai *fast break*. Regu yang melakukan *fast break* membuat lawan takut untuk menyerang dengan banyak pemain karena pertahanan belakang akan terbuka untuk

menghadapi *fast break*. Untuk melakukan *fast break* diperlukan kondisi fisik yang prima (Wissel, 2000: 197-198)

d. Manfaat *Fast Break*

Ada beberapa manfaat dari melakukan *fast break* (Wissel, 2000: 199) yaitu:

- 1) Memudahkan tim untuk mencetak skor atau *point*.
- 2) Dapat digunakan untuk memecahkan pertahanan daerah (*zone defense*) maupun penjagaan orang-per-orang (*man to man defense*).
- 3) Meningkatkan pertahanan tim dan *defensive rebound*, karena untuk memulai *fast break* harus dimulai dari menguasai bola terlebih dahulu.
- 4) Jika dilakukan diawal pertandingan, *fast break* dapat dijadikan sebagai tolak ukur pertahanan lawan.
- 5) Menjadikan lawan takut untuk menyerang dengan pola yang melibatkan seluruh pemain, karena sisi pertahanan mereka akan sangat terbuka.

e. Kualifikasi Pemain untuk *Fast Break*

Menurut Sumiyarsono, (2002: 78-79) ada beberapa hal yang harus dipenuhi suatu regu untuk menjamin keberhasilan pelaksanaan sistem *fast break*, yaitu:

- 1) Mahir dalam merayah bola (*rebound*)

Sebagian besar *fast break* dimulai pada saat terjadinya perebutan bola di daerah pertahanan yang diakibatkan karena tembakan lawan gagal. Oleh karena itu, bola yang mental dari papan atau ring basket harus dapat dikuasai agar serangan kilat dapat dilaksanakan.

2) Kecepatan

Sekurang-kurangnya diperlukan tiga orang pemain yang memiliki kecepatan lari dan kelincahan gerak untuk segera melakukan serangan ke daerah pertahanan lawan.

3) Mahir dalam mengolah bola

Regu yang akan melakukan serangan kilat, harus didukung oleh pemain-pemain yang mahir dalam mengolah bola. Sebab jika tidak, banyak bola yang lepas kendali sebelum sampai ditembakkan.

5. Prinsip *Fast Break*

a. Penguasaan Bola

Menurut Sumiyarsono (2002: 79), kesempatan untuk mengawali *fast break* dapat terjadi pada:

- 1) Setelah tembakan lapangan atau tembakan hukuman yang gagal dilakukan oleh pihak lawan.
- 2) Setelah tembakan lapangan atau tembakan hukuman yang berhasil dilakukan oleh pihak lawan.
- 3) Setelah menguasai bola dari pihak lawan yang lepas kendali, seperti; operan salah, atau kesalahan yang dilakukan oleh pihak lawan.
- 4) Setelah menguasai bola dari situasi bola loncat.

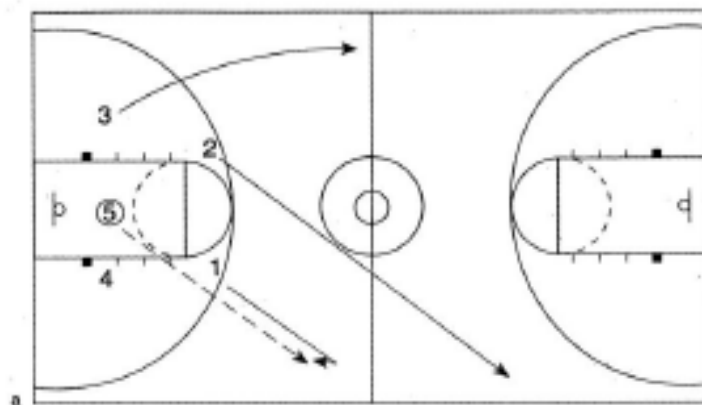
Dalam permainan bola basket kesempatan paling bagus untuk melakukan *fast break* adalah pada saat tembakan lawan tidak masuk dan terjadi *defensive rebound*. Dalam situasi tersebut, menurut Wissel (2004: 198), memulai *fast break* dapat dilakukan dengan cara :

- 1) Pemain harus benar-benar menguasai bola, karena itu pertahanan dan *rebound* yang baik penting untuk dilakukan. Pertahanan yang agresif membuka peluang untuk mendapatkan bola dari *rebound* tembakan lawan yang gagal, tembakan

bola yang diblok, *steal*, *intercept*, atau pelanggaran oleh lawan. *Inbound* dengan cepat setelah lawan mencetak skor atau saat lemparan bebas juga merupakan saat-saat yang tepat memulai *fast break*.

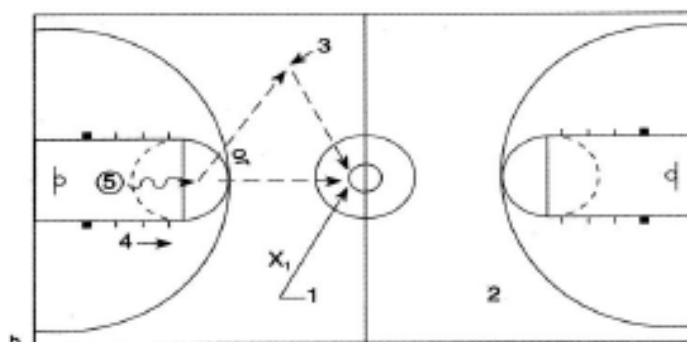
- 2) Setelah bola dikuasai, pemain yang menguasai bola (*rebounder*) harus melihat ke seluruh lapangan guna mencari kemungkinan *passing* pada rekan yang bebas penjagaan di daerah lawan untuk melakukan *lay-up*. Jika rekan yang bebas tidak ada segera berikan bola ke *point guard* (pemain yang paling baik dalam mengolah bola). Semakin cepat pemain melakukan *passing* akan semakin baik hasil yang didapat.
- 3) Jika *rebounder* terjebak di bawah ring dan mengalami banyak tekanan dari penjagaan lawan, gunakan satu atau dua kali *dribble* yang kuat menuju ke tengah dan cari kesempatan untuk melakukan *passing* ke *point guard*. Jika *point guard* berada dalam posisi tidak bebas, berikan bola pada rekan lain yang berada pada sisi lapangan yang lemah dari penjagaan lawan (*weak side area*).
- 4) *Point guard* akan menangani bola di pertengahan *fast break*. *Point guard* harus bebas menerima *passing* pada daerah pertahanan pada sisi di mana bola *direbound*. *Point guard* akan menerima *outlet pass*. Jika *outlet pass* dihalangi *point guard* harus mencari jalan pintas lari melewati punggung lawan (*backdoor cut*) ke arah ring. Jika *point guard* dihalangi, rekan seregu (khususnya pemain pada sisi sayap yang lemah) harus bersiap-siap untuk bergerak cepat ke arah bola kemudian melakukan *passing* ke arah *point guard* yang sedang lari memotong jalan dari pinggang lawan menuju ring atau lari memotong dari depan ke arah bola.

- 5) Jika *rebounder* mendapat masalah dan tidak dapat melakukan *outlet pass* ataupun *dribble* maka *point guard* harus lari mendekati pemain tersebut dan menerima *passing* pendek atau *handoff pass* (operan dari tangan ke tangan).
- 6) Sebagai seorang *point guard* gunakan suara untuk meminta bola dan menerobos masuk untuk menerima *passing*. *Point guard* menangkap bola *passing* dengan langkah *one-two stop*, putar badan ke tengah, lihat ke arah ring, dan lihat dengan cepat ke depan untuk secepatnya menggerakkan bola ke depan, baik dengan menggunakan *passing* atau *dribble*.



Gambar 2. Tahap Menguasai Bola: Memulai *Fast Break*
(Sumber: Wissel, 2000: 199)

Rebounder (5) melakukan *passing* ke *point guard* (1)
Pemain 2 dan 3 berlari cepat untuk mengisi jalur sisi luar



Gambar 3. Tahap Menguasai Bola: Memulai *Fast Break*
(Sumber: Wissel, 2000: 199)

Point guard (1) melakukan *backdoor cut* karena dihalangi
Ketika berada di daerah yang penuh dengan lawan atau terjebak, *rebounder* (5) mendribble bola dengan kuat ke tengah dan melakukan *passing* ke pemain 1 (*point guard*) atau pemain 3

Adapun kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat memulai *fast break* antara lain:

- 1) Mengira rekan akan menguasai bola dan berlari menjauhi bola untuk memulai *fast break* sebelum bola dikuasai.
- 2) Setelah menguasai bola, tidak melihat rekan yang bebas di daerah lawan.
- 3) *Point guard* tidak bebas menerima *outlet pass*.
- 4) Setelah melakukan *rebound* terjebak atau berada di daerah penuh penjagaan sehingga tidak bisa melakukan *passing*.
- 5) *Point guard* dihalangi saat menerima *passing*.
- 6) *Rebounder* tidak memberikan bola kepada *point guard*.
- 7) *Point guard* yang menerima *passing*, melakukan *dribble* sebelum melihat kondisi lapangan depan.

Berikut saran-saran untuk memperbaiki kesalahan-kesalahan di atas:

- 1) Menguasai bola sebelum memulai *fast break*.
- 2) Setelah menguasai bola, teriakkan kata kunci “bola!” lihat ring dan lihat ke depan untuk memberikan bola pada rekan yang bebas penjagaan.
- 3) Berusaha bebas untuk menerima *passing* di bagian puncak lingkaran *three point* dan pada sisi bola dikuasai dari *rebound*, meminta bola dengan kata kunci “*outlet!*” Jika dihalangi dari menerima *passing* di daerah ini, lihat ke sekeliling untuk lari memotong jalan dari belakang atau punggung lawan menuju ring (*black door cut*).

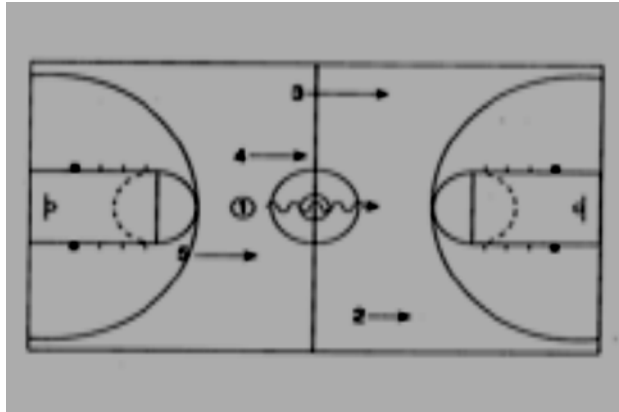
- 4) Karena *rebounder* tidak bisa melakukan *passing*, gunakan satu atau dua *dribble* yang kuat untuk membawa bola ke tengah dan lihat situasi untuk memberikan bola. Karena *point guard* yang melihat *rebounder* tidak bisa melakukan *passing*, kembalilah pada *rebounder* untuk menerima *passing* pendek atau *handoff pass*. Teriakkan kata kunci “bola!” untuk meminta bola.
- 5) Jika dihalangi, lari potong jalan dari belakang menuju ring. Beri tanda dengan kata kunci seperti “eyeball!” Jika *rebounder* mendapat masalah, dekati *rebounder* untuk menerima *passing* pendek atau *handoff pass*, sambil berteriak “bola!” untuk meminta bola.
- 6) Seorang *point guard*, harus menggunakan suara untuk meminta bola dan jika perlu, mengambilnya dari tangan rekan.
- 7) Tangkap bola dengan menggunakan langkah *one-two stop*, putar tubuh ke tengah, lihat ke ring dan situasi lapangan dengan cepat untuk membawa bola ke depan dengan melakukan *passing* atau *dribble*.

b. Penempatan Posisi pada Lorong-lorong Serang

Setelah menerima *passing outlet*, seorang pemain harus segera melihat situasi untuk mencari kemungkinan untuk memberikan bola pada rekan yang bebas penjagaan untuk melakukan *lay-up* tanpa halangan atau mendapatkan kesempatan untuk mencetak skor dengan pola 2-on-1. Jika pemain tersebut adalah *point guard* dan *passing* ke depan tidak mungkin dilakukan, lakukan *dribble* ke tengah lapangan. Isyaratkan gerakan dengan berteriak “tengah!” Jika pemain tersebut bukan *point guard*, dan *passing* cepat tidak mungkin dilakukan, maka lihatlah ke depan untuk memberikan bola pada *point guard* di tengah lapangan.

Untuk melakukan *fast break*, bayangkan lapangan terbagi dalam garis-garis semu (menjadi 3 lorong serang). *Point guard* (nomor 1) akan menangani bola pada lorong tengah *fast break* dan mengisyaratkan tindakannya dengan kata kunci “tengah!”. *Shooting guard* (nomor 2) akan berada di sayap dan mengisi salah satu dari jalur samping dan *small forward* (nomor 3) juga akan berada di sayap dan mengisi jalur samping lainnya.

Jika terdapat dua pemain yang mendapati diri mereka berada pada lorong serang yang sama, yang datang belakangan harus lari memotong menyulang ke lorong serang pada sisi lapangan lain. Lorong-lorong tersebut harus diteriakkan: pemain yang mengisi lorong samping kanan meneriakkan “kanan!”, dan pemain yang mengisi lorong samping kiri meneriakkan “kiri!”. Bagian sayap harus tetap lebar, kira-kira 5 kaki dari garis samping, dan pemain sayap lari mendahului bola. Sisa pemain, seperti *power forward* (nomor 4) dan *center* (nomor 5), akan menjadi *trailer* (pengikut). Pengikut pertama (biasanya pemain *post-up* terbaik) menempati posisi beberapa kaki di belakang dan di sisi kiri dari pemain tengah, dan meneriakkan “*trailer* kiri!”. Pengikut kedua (biasanya adalah pemberi bola atau *passer* dan penembak luar atau *outside shooter* yang terbaik di antara pemain utama) mengikuti permainan dan bertindak sebagai penjaga pertahanan. (lihat gambar 3)



Gambar 4. Tahap Penempatan Posisi: Menempati Jalur-Jalur pada *Fast Break*
(Sumber: Wissel, 2000: 201)

Point guard (1) men-*dribble* bola ke tengah

Sayap (2 dan 3) berlari mendahului pada jalur luar (5 kaki dari garis samping)

Pemain 4 mengisi posisi *trailer* pertama (beberapa kaki di belakang dan di samping pemain tengah)

Pemain 5 mengisi posisi *trailer* kedua (bertindak sebagai penjaga pertahanan)

Beberapa kesalahan yang sering terjadi pada saat menempati posisi *fast break*, antara lain:

- 1) Pemain yang tidak ahli menangani bola *dribbling* bola ke tengah sehingga mengakibatkan terjadinya *turnover* (pergantian) dan kehilangan kesempatan mencetak angka.
- 2) Pelaksanaan *fast break* terlalu lambat.
- 3) Dua atau tiga pemain mengisi posisi yang sama dan bahkan saling bertubrukan.
- 4) Pemain bagian sayap berlari terlalu dekat ke tengah sehingga memungkinkan lawan menjaga dua pemain atau lebih sekaligus.

Berikut adalah saran-saran untuk memperbaiki kesalahan-kesalahan di atas:

- 1) *Point guard* harus meminta bola dan jika perlu mengambilnya dari tangan rekan seregu.
- 2) Pada saat *fast break*, *point guard* harus memberikan bola ke depan atau ke *trailer* untuk memotivasi pemain sayap dan *trailer* agar berlari cepat ke posisi mereka.
- 3) Semua pemain harus berkomunikasi dengan meneriakkan posisi *fast break* mereka masing-masing.
- 4) Pemain sayap harus tetap pada posisi melebar, kira-kira 5 kaki dari garis samping dan berlari mendahului bola.

6. Jenis-jenis Pola *Fast Break*

Menurut Wissel, (2000: 202-209) pola *fast break* dapat dibagi menjadi:

a. *Fast break 2-on-1*

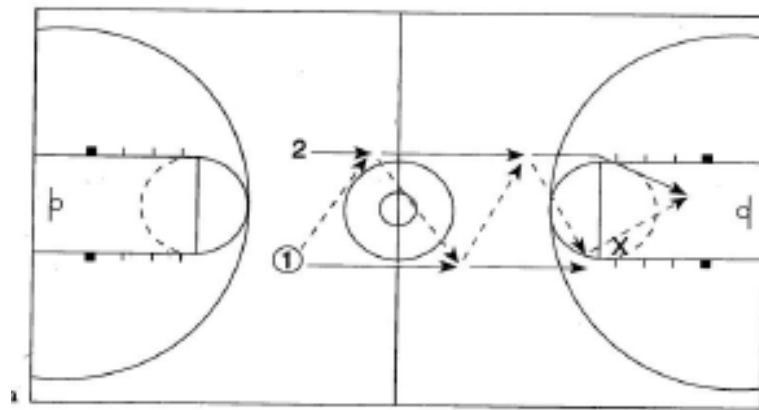
Pola *fast break 2-on-1* adalah cara tercepat untuk menggerakkan bola ke depan dan menghasilkan *lay-up* untuk mencetak skor. Jika menguasai bola, seorang pemain harus segera melihat ke depan, membaca situasi penyerangan, dan beraksi. Lihatlah apakah ada kemungkinan melakukan *fast break 2-on-1*. Jika melihat adanya kemungkinan *fast break 2-on-1*, seorang pemain harus segera saling mengingatkan dengan meneriakkan “dua lawan satu!”. Gerakkan bola ke depan, saling melakukan *passing* ke depan dan ke belakang dengan cepat sambil mempertahankan jarak *passing* (sekitar 12 kaki lebarnya dari garis lemparan bebas). Lebih lebar dari jarak yang ditentukan di atas akan mengakibatkan *passing* harus lebih panjang sehingga lebih mudah disergap lawan dan juga

mengakibatkan *fast break* jadi lambat. Namun jika terlalu sempit, memungkinkan lawan untuk menjaga kedua pemain penyerang sekaligus dengan lebih mudah.

Jika seorang pemain menguasai bola saat mencapai daerah nilai (tepat di atas puncak lingkaran tiga angka), seorang pemain tersebut harus menentukan apakah akan melakukan *passing* atau *dribble*. Keputusan yang baik didapat dengan membaca pertahanan lawan. Ketika penjaga berusaha menghalangi, dan berada pada jalur gerakan *lay-up*, berikan bola pada rekan yang bebas yang tengah berlari memotong jalur menuju ring. Gunakan *passing* pantulan yang cepat pada pemain yang lebih kecil dan lemparan tinggi dengan dua tangan pada rekan yang lebih tinggi atau rekan yang memiliki kemampuan loncat yang baik. Baik *passing* pantulan maupun lemparan tinggi lebih susah direbut daripada *passing* dada. Ketika penjaga menjauh dari jalur gerakan *lay-up*, giringlah bola menuju ring dan lakukan *lay-up*.

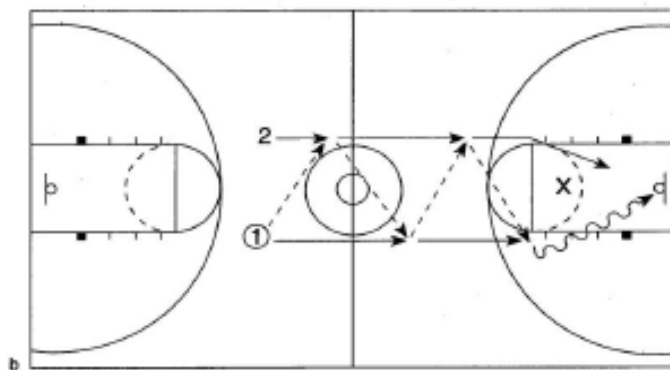
Penyesuaian pertahanan yang umum dilakukan pada penyerangan tersebut adalah menghentikan pergerakan bola selangkah dari garis pelanggaran. Pada waktu memberikan bola ke rekan yang akan lari memotong jalur ke ring, lawan yang bertubuh lebih besar akan bereaksi dengan mencoba *blocking* bola *passing*. Lawan yang bertubuh lebih kecil akan mencoba mencuri bola. Saat seorang pemain menggiring bola ke ring, pemain tersebut harus bereaksi terhadap penjagaan dan membawa bola ke ring untuk melakukan *lay-up* dengan dua tangan. Rekan satu tim harus mengikuti dan bersiap-siap melakukan *rebound* jika tembakan gagal dan mencetak skor dengan tembakan *under ring*.

Lakukan serangan dalam daerah tiga angka melewati garis pelanggaran untuk mencetak skor hanya jika lawan memberikan jalur terbuka menuju ring. Berusahalah untuk melewati penjagaan dan ciptakan situasi satu orang penjaga, menjaga dua orang penyerang. Ini dapat melahirkan intersepsi atau pelanggaran. Jika dilakukan dengan baik, *fast break 2-on-1* merupakan contoh kerjasama yang baik dan merupakan permainan yang paling mengasyikkan dalam bola basket. (lihat gambar 4.1 dan 4.2)



Gambar 5. Tahap Pencetakan Skor atau Angka: *Fast Break 2-on-1*
(Sumber: Wissel, 2000: 203)

Pemain 1 melihat penjaga pada jalur gerakannya dan memberikan bola pada cutter (pemain pemotong jalan)



Gambar 6. Tahap Pencetakan Skor atau Angka: *fast break 2-on-1*
(Sumber: Wissel, 1996: 204)

Pemain 1 melihat penjaga di luar jalur gerakannya dan menggiring bola menuju ring.

Kesalahan-kesalahan yang sering terjadi pada 2-on-1 antara lain:

- 1) Terlalu lambat menggerakkan bola ke depan.
- 2) Ketika seorang pemain mencapai daerah nilai (tepat di puncak lingkaran garis tiga angka), pemain tersebut tidak membaca pertahanan dan membuat keputusan yang buruk mengenai apakah harus melakukan *passing* atau menggiring bola.
- 3) Pada daerah nilai, seorang melewati garis pelanggaran sebelum melakukan *passing*, yang menimbulkan kemacetan.

Adapun saran-saran untuk memperbaiki kesalahan-kesalahan di atas, antara lain:

- 1) Pertahankan jarak jalur sambil melakukan *passing* dan memotong untuk menggerakkan bola lebih cepat ke depan.
- 2) Bacalah pertahanan musuh ketika mencapai daerah nilai. Jika lawan berada pada jalur *lay-up*, berikan bola pada *cutter*. Jika penjaga berada di luar jalur *lay-up*, *dribbling* bola menuju ring.
- 3) Lakukan serangan melewati garis pelanggaran untuk mencetak skor hanya jika terdapat jalur terbuka untuk menggiring bola menuju ring.

b. Fast Break 3-on-2

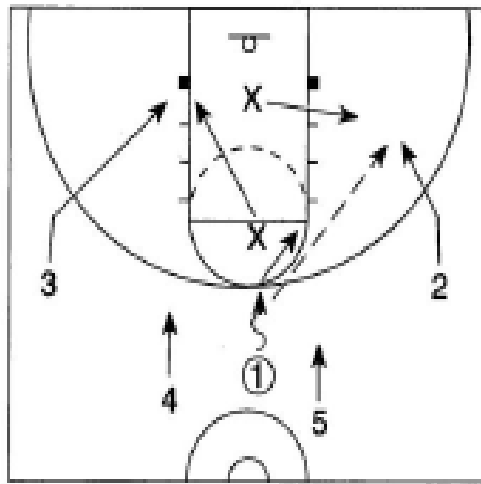
Pola 3-on-2 merupakan situasi *fast break* yang klasik. *Point guard* harus menguasai bola dan membaca situasi ketika regunya memasuki daerah nilai (biasanya selangkah di luar garis tiga angka). Dibutuhkan keputusan yang tepat untuk menentukan apakah seorang *point guard* harus masuk *dribbling* menuju

ring atau melakukan *passing* ke sayap. *Point guard* harus masuk *dribbling* melewati garis pelanggaran dan membawa bola untuk mencetak skor hanya jika terdapat jalur terbuka ke arah ring. Jika tidak, lebih baik *point guard* berhenti di atas garis tersebut. Jika terlalu banyak penetrasi akan menyebabkan kemacetan dan dapat mengakibatkan pelanggaran.

Kedua penjaga biasanya beriringan dengan *top defender* (penjaga depan) menjaga pemain yang menguasai bola di depan garis pelanggaran. Ketika pemain sayap mencapai lingkaran terluar garis tiga angka, mereka harus memotong 45 derajat ke arah ring. Jika diserang oleh *top defender*, *point guard* harus memberikan bola ke pemain sayap yang bebas dan memotong bola ke sisi siku. Selanjutnya, pemain sayap harus menangkap bola pada posisi menembak dan bereaksi terhadap penjagaan. Jika *back defender* (penjaga belakang) tidak muncul, pemain sayap harus berada pada posisi untuk melakukan *catch and shoot bank jump shot* (gerakan menangkap dan menembak sambil melompat dari samping), menggiring bola sejenak untuk melakukan *pull-up bank jump shot* (tembakkan melompat *pull up*) atau menggiring bola menuju ring dan melakukan *lay-up*.

Penyesuaian pertahanan yang biasa digunakan adalah pemain belakang yang meneriakkan “bola!” dan menghalangi *passing* ke sayap, sementara pemain depan meneriakkan “bantuan datang!” dan bergerak mundur untuk membantu atau menghalangi tembakan. Jika hal ini terjadi, kembalikan bola ke *point guard* yang mungkin akan menembakkan atau memberikan bola ke sisi sayap yang lemah agar *jump shot* (menembakkan bola dengan melompat) dapat dilakukan. Penyerang

tidak saja harus mendapatkan tembakan terbuka tapi juga harus membentuk posisi *offensif rebound*. (lihat gambar 5)



Gambar 7. Tahap Pencetakan Skor: *Fast Break 3-on-2*
(Sumber: Wissel, 2000: 205)

Pada lingkaran terluar garis pelanggaran, pemain sayap (2 dan 3) melakukan gerakan memotong dengan sudut tajam 45 derajat menuju ring
Point guard (1) melakukan operan pantulan ke pemain sayap yang bebas (2) kemudian memotong bola ke sisi siku
Pemain 4 mengikuti permainan, lalu menempati posisi yang lemah
Pemain 5 mengikuti sebagai penjaga pertahanan

Kesalahan-kesalahan yang paling sering terjadi pada saat *fast break 3-on-2*, antara lain:

- 1) *Point guard* tidak menguasai bola ketika regu yang melakukan *fast break* memasuki daerah nilai, sehingga memperkecil peluang untuk melakukan *passing* dan memilih tembakan.
- 2) *Point guard* masuk melalui garis pelanggaran sebelum melakukan *passing* sehingga menimbulkan kemacetan dan juga memungkinkan satu lawan untuk menjaga dua pemain atau menyebabkan pelanggaran.

- 3) Pemain sayap memotong ke sudut, sehingga harus melakukan tembakan sudut yang lebih sulit daripada *bank jump shot*.
- 4) Setelah melakukan *passing* ke sayap, *point guard* tidak memotong bola ke arah sisi siku.

Berikut merupakan saran-saran untuk memperbaiki kesalahan-kesalahan di atas:

- 1) *Point guard* harus meminta bola dan jika perlu mengambilnya dari tangan rekannya.
- 2) *Point guard* hanya boleh masuk melewati garis pelanggaran untuk mencetak skor jika lawan membiarkan jalur terbuka menuju ring. Jika tidak, lebih baik berhenti di atas garis pelanggaran.
- 3) Pemain sayap harus memotong 45 derajat untuk menempati posisi *catch and shoot bank jump shot*, menggiring bola sejenak untuk melakukan *pull up bank jump shot*, atau *mendribble* bola menuju ring dan melakukan *lay-up*.
- 4) Ikuti *passing* bola ke sisi siku, tempatkan diri untuk menerima *passing* balik untuk melakukan *jump shot* atau *passing* ke daerah sayap yang lemah.

c. Fast Break 4-on-3

Pola *fast break 4-on-3* menggunakan *trailer* pertama dan biasanya pola *fast break* ini dinamakan *secondary break*. Jika lawan menarik tiga pemain ke belakang, pemain sayap harus *mendribble* bola ke sudut dan memberikan bola ke *trailer* atau mengembalikan bola ke tengah. *Trailer* pertama harus memotong ke sisi yang lemah dan membuat gerakan memotong diagonal ke posisi *post up* di atas sisi kotak bola dan bersiap-siap menerima *passing* dari sayap. Setelah

membuka pertahanan pada kotak, *trailer* harus menghalangi penjaga yang mundur ke bagian depan dan mencari kesempatan mendapatkan *passing* dari sisi *baseline*. Pemain sayap lalu memberikan bola ke *trailer* dengan menggunakan *passing* pantulan menyamping dari sisi *baseline*. (lihat gambar 6).



Gambar 8. Tahap Pencetakan Skor: *Fast Break 4-on-3*
(Sumber: Wissel, 2000: 207)

Point guard (1) melakukan *passing* atau operan pantulan ke pemain sayap yang bebas (2) dan memotong bola ke sisi siku
Pemain sayap (2) *mendribble* bola ke sudut, melakukan *passing* pantulan menyamping ke trailer
Pemain sayap (3) bersiap untuk melakukan *rebound*
Trailer pertama (4) melakukan gerakan memotong diagonal ke *low post* pada posisi bola
Trailer kedua (5) mengikuti sebagai pertahanan

Kesalahan-kesalahan yang paling sering terjadi pada saat *fast break 4-on-3*, antara lain:

- 1) Pemain sayap mendapat kesulitan untuk melakukan *passing* ke *trailer* pertama karena mereka berada pada jarak yang terlalu dekat.
- 2) Pemain sayap yang berhenti menggiring bola, tidak dapat melakukan *passing* ke *trailer* atau mengembalikan bola ke *point guard*, dan cenderung terperangkap di sudut.

Berikut adalah saran-saran untuk memperbaiki kesalahan-kesalahan di atas:

- 1) Pemain sayap harus menggiring bola ke sudut untuk memberikan ruang yang cukup dalam melakukan *passing* ke *trailer* pertama yang berlokasi di atas sisi kotak bola.
- 2) Pemain sayap yang harus terus menggiring bola hingga bola diberikan pada *trailer* atau dikembalikan pada *point guard*.

d. Fast Break Swing

Fast break swing merupakan perkembangan dari *secondary break*. Pada *fast break swing*, *trailer* kedua menerima *passing* dan mengayunkan (melemparkan) bola dari sisi bola ke sisi yang lemah (*weak side area*). Ketika regu lawan menarik empat atau lima pemain mundur, dan pemain sayap tidak dapat memberikan bola ke *trailer* pertama di posisinya, tiap pemain harus menempati ruang pada jarak tembak untuk mengayunkan bola (berlawanan arah) ke sisi yang lemah. *Point guard* harus menempati posisi di atas sisi siku bola, sementara *trailer* kedua menempati posisi di atas sisi siku yang lemah. Sementara itu, pemain sayap di sisi yang lemah harus menjaga jarak di lingkaran luar garis tiga angka. Setelah menerima *passing* ayunan, pilihan tiap pemain pada garis tiga angka adalah (secara berurutan, yaitu:

- 1) melemparkan bola ke dalam pada pemain *post up* yang bergerak melintasi jalur,
- 2) Mengayunkan bola ke sisi lemah, dan
- 3) Melakukan tembakan dari luar.

Selama bola diayunkan, pemain *post up* harus bergerak mengiringi setiap *passing* yang melintasi jalur ke sisi kotak yang lemah. *Trailer* kedua memiliki peranan penting selama ayunan berlangsung. Jika lawan menggagalkan *passing* ayunan pertamanya, *point guard* harus memotong melalui sisi sudut yang lemah atau keluar dari sisi *baseline* bola. Ketika hal ini terjadi, *trailer* kedua harus segera melintas ke sisi siku bola untuk menerima *passing* dari pemain sayap. Setelah menerima *passing*, pemain *trailer* kedua memiliki pilihan untuk (secara berurutan):

- 1) Melemparkan bola ke bagian sayap yang lemah,
- 2) Melemparkan bola ke dalam, dan
- 3) Melakukan tembakan.

Jika ayunan bola ke arah sisi yang lemah tidak menghasilkan tembakan bebas dari dalam atau luar, regu tersebut dapat menerapkan permainan *passing* menyerang atau *point guard* dapat meminta bola dan memainkan satu set permainan.



Gambar 9. Tahap Pencetakan Skor: *Fast Break Swing*
(Sumber: Wissel, 2000: 208)

Pemain *post-up* (4) bergerak dari blok ke blok ketika bola dipassing (diayunkan) ke pemain yang berada di garis pertahanan.



Gambar 10. Tahap Pencetakan Skor: *Fastbreak Swing*
(Sumber: Wissel, 1996: 208)

Jika lawan menggagalkan *passing* ayunan (*swing*) pertama, *point guard* (1) memotong maju atau mundur, dan trailer kedua (5) bergerak cepat ke sisi bola.

Berikut adalah kesalahan-kesalahan yang sering terjadi pada *fast break swing*:

- 1) Saat mengayunkan bola, para pemain pada garis pertahanan mencari kesempatan untuk melakukan tembakan, bukannya melihat ke bagian dalam terlebih dahulu dan kemudian melihat ke sisi yang lemah.
- 2) Setelah mengayunkan bola ke sisi yang lemah, *point guard* tidak mengarahkan regunya.

Adapun saran-saran untuk memperbaiki kesalahan-kesalahan tersebut adalah:

- 1) Pilihan pemain yang mengayunkan bola adalah pertama, melihat untuk melemparkan bola ke dalam, kemudian melihat sisi yang lemah untuk melanjutkan ayunan bola, dan terakhir melihat kemungkinan untuk melakukan tembakan.

2) Setelah mengayunkan bola satu kali dari sisi bola ke sisi yang lemah, *point guard* harus mengarahkan regunya untuk menerapkan permainan *passing* atau meminta bola dan mengarahkan satu set permainan.

B. Penelitian yang Relevan

Manfaat dari penelitian yang relevan yaitu sebagai acuan agar penelitian yang sedang dilakukan menjadi lebih jelas. Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Ardiansyah (2012) yang berjudul, “Tingkat Implementasi Taktik dan Strategi Anggota Ekstrakurikuler Bola basket SMA Negeri 3 Yogyakarta”. Merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui tingkat implementasi taktik dan strategi anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 3 Yogyakarta. Teknik pengambilan data dengan cara memberikan soal objektif yang berisi taktik dan strategi dalam bermain bola basket. Subyek dalam penelitian ini adalah seluruh anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 3 Yogyakarta dengan jumlah 25 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat implementasi taktik dan strategi anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri Yogyakarta adalah baik sekali sebanyak 2 siswa atau sebesar (8,00%), sebanyak 3 siswa atau sebesar (12,00%) termasuk kategori baik, sebanyak 10 siswa atau sebesar (40,00%) termasuk kategori sedang, sebanyak 9 siswa atau sebesar (36,00%) termasuk kategori kurang, sebanyak 1 atau sebesar (4,00%) termasuk kategori kurang sekali.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Setyowati (2015) yang berjudul “Pemahaman Atlet Polo Air DIY Terhadap Peraturan Permainan”. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengambilan data menggunakan angket. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh atlet putra dan putri Polo Air DIY yang berjumlah 40 atlet. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling* yaitu berjumlah 40 atlet putra dan putri. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase. Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa tingkat pemahaman atlet polo air DIY terhadap peraturan permainan berada pada kategori “rendah” sebesar 25% (10 atlet), kategori “cukup” sebesar 60% (24 atlet), dan kategori “baik” sebesar 15% (6 atlet). Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat pemahaman atlet polo air DIY terhadap peraturan permainan masuk dalam kategori “cukup”.

C. Kerangka Berpikir

Bola basket adalah olahraga yang saat ini mulai populer di Indonesia. Hal tersebut dapat dilihat dari banyaknya penyelenggaraan pertandingan-pertandingan bola basket di Indonesia. Baik dari pertandingan liga antar klub bola basket tertinggi di Indonesia seperti NBL (*National Basketball League*) dan WNBL (*Women's National Basketball League*), sampai pertandingan antar pelajar seperti LIMA (Liga Mahasiswa), DBL (*Development Basketball League*), JrBL (*Junior Basketball League*), POPDA (*Pekan Olahraga Daerah*) dan masih banyak lagi turnamen-turnamen lainnya. Dengan maraknya pertandingan-pertandingan tersebut, maka tidak heran jika saat ini bola basket mulai populer di kalangan

masyarakat Indonesia pada umumnya dan di kalangan remaja atau pelajar SMP dan SMA pada khususnya.

Pada perkembangannya permainan bola basket di kalangan remaja SMP dan SMA, bola basket berkembang menjadi permainan yang cepat, cermat, keras, dan pintar dalam memanfaatkan peluang dalam permainan. Permainan cepat merupakan karakter dari serangan kilat (*fast break*), dengan kecermatan dalam penggunaannya maka *fastbreak* adalah senjata ampuh untuk memecahkan pertahanan lawan. Oleh karena itu keberhasilan serangan kilat (*fast break*) sangat berperan penting dalam sebuah permainan bola basket saat ini.

SMA Negeri 4 Pekalongan adalah salah satu SMA Negeri di Pekalongan yang memiliki kegiatan ekstrakurikuler bidang olahraga yang di dalamnya terdapat berbagai olahraga yang dapat menjadi pilihan bagi para siswa dan salah satu olahraga tersebut adalah bola basket. SMA Negeri 4 Pekalongan belum bisa meraih prestasi dalam cabang bola basket dari turnamen Pekan Olah Raga Daerah (POPDA) Kabupaten Banjarnegara. Hal ini yang menjadikan peneliti menjadi penasaran akan hasil yang diperoleh dari turnamen tersebut.

Dari jabaran kajian teori, peneliti mengidentifikasi masalah yang terjadi di lapangan yakni tentang tingkat pengetahuan menyerang kilat (*fast break*) anggota ekstrakurikuler SMA Negeri 4 Pekalongan. Keberhasilan serangan kilat (*fast break*) sangat mempengaruhi hasil dalam sebuah pertandingan, namun peneliti belum mengetahui seberapa tinggi tingkat pengetahuan menyerang kilat (*fast break*) anggota ekstrakurikuler SMA Negeri 4 Pekalongan. Karena serangan kilat (*fast break*) merupakan faktor yang sangat penting dan yang berpengaruh terhadap

kemenangan dalam pertandingan. Keberhasilan kegiatan ekstrakurikuler bola basket yang dilaksanakan di SMA Negeri 4 Pekalongan akan tercapai apabila didukung oleh tingkat pengetahuan menyerang kilat (*fast break*). Karena menyerang kilat (*fast break*) merupakan bagian dari taktik beregu dan strategi penyerangan, sehingga secara tidak langsung pemain yang memiliki tingkat pengetahuan serangan kilat (*fast break*) yang baik maka menguasai taktik dan strategi secara baik pula. Seorang pemain yang menguasai taktik dan strategi bola basket khususnya serangan kilat (*fast break*) akan mampu menguasai diri, menguasai tim, dan mampu menguasai lawan serta pemain pasti akan menurut dengan apa yang telah diinstruksikan pelatih di dalam pertandingan.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Menurut Arikunto (2006: 139), penelitian deskriptif adalah penelitian yang hanya menggambarkan keadaan atau status fenomena. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes benar-salah. Penelitian ini bertujuan untuk menilai atau mengukur tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *survey* dengan menggunakan instrumen tes dalam mengambil data dari sampel penelitian.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian yaitu di SMA Negeri 4 Pekalongan Jawa Tengah, yang beralamat Jalan HOS Cokroaminoto, 302 A Kota Pekalongan. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret-April 2018.

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menilai sebuah tes pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan. Variabel dalam penelitian ini adalah variabel tunggal, yaitu pemahaman *fast break*. Pemahaman *fast break* merupakan suatu informasi yang disadari siswa SMA Negeri 4 Pekalongan dalam pembentukan rencana atau tindakan untuk mencapai tujuan khusus. Dalam hal ini pemahaman *fast break* merupakan sebuah pemahaman yang dimiliki oleh anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4

Pekalongan dalam membuat rencana untuk mencapai tujuan khusus. Kemudian dalam pengukuran pemahaman *fast break* yaitu menggunakan instrumen tes tertulis untuk mengungkap pemahaman anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau populasi yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2007: 117). Sampel penelitian ini adalah seluruh anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan yang jumlahnya sebanyak 24 siswa, dengan rincian 13 siswa putra dan 11 siswa putri yang diambil menggunakan teknik *total sampling*.

E. Instrumen dan Teknik Pengambilan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes pemahaman dengan soal objektif untuk mengukur pemahaman soal benar-salah. Penilaian dalam instrumen tes pada penelitian ini adalah jika jawaban benar maka nilainya adalah 1 dan jika jawaban salah maka nilainya 0. Menurut Mahmud (2011: 156) “tes adalah rangkaian pertanyaan atau alat lain yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pemahaman, intelegensi, kemampuan, atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok. Lebih lanjut menurut Mahmud (2011: 186) tolak ukur penggunaan alat tes sebagai instrumen pengumpul data dalam suatu penelitian adalah sebagai berikut:

- a. Objektif, yaitu hasil yang dicapai dapat menggambarkan keadaan yang sebenarnya tentang tingkat kemampuan seseorang, baik berupa pemahaman maupun keterampilan.
- b. Cocok, yaitu alat yang digunakan sesuai dengan jenis data yang akan dikumpulkan untuk menguji hipotesis dalam rangka menjawab masalah penelitian.
- c. Valid, yaitu memiliki derajat kesesuaian, terutama isi dan konstraknya, dengan kemampuan suatu kelompok yang ingin diukur.
- d. Reliabel, yaitu derajat kekonsistenan skor yang diperoleh dari hasil tes menggunakan alat tersebut.

Berikut ini adalah kisi-kisi instrumen tes pemahaman *fast break*:

Tabel 1. Kisi-kisi Uji Coba Tes Pemahaman *Fast Break*

Variabel	Faktor	Indikator	Item
Tingkat pemahaman <i>fast break</i> anggota ekstrakurikuler SMA Negeri 4 Pekalongan	a. Hakikat <i>fast break</i>	1) Pengertian <i>fast break</i>	1
		2) Ciri-ciri <i>fast break</i>	2, 3, 4, 5, 6, 7
		3) Tujuan <i>fast break</i>	8, 9, 10, 11
		4) Manfaat <i>fast break</i>	12, 13
	c. Hakikat/Prinsip pola <i>fast break</i>	1) Penguasaan bola	14
		2) Penempatan posisi pada lorong-lorong serang	15
		3) <i>Fast break</i> 2-on-1	16
		4) <i>Fast break</i> 3-on-2	17
		5) <i>Fast break</i> 4-on-3	18
		6) <i>Fast break</i> Swing	19
Jumlah			19

2. Analisis Butir Instrumen

Soal yang baik adalah soal yang tidak terlalu mudah atau tidak terlalu sukar. Analisis tingkat kesulitan soal bertujuan untuk dapat membedakan apakah soal-soal tersebut termasuk dalam kategori mudah, sedang atau sukar. Menurut Arikunto (2006: 208) rumus untuk menentukan indeks kesukaran sebagai berikut:

$$P = \frac{B}{JS}$$

Keterangan :

P = Indeks kesukaran tiap soal

B = Banyak siswa yang menjawab soal dengan benar

JS = Jumlah seluruh siswa peserta tes

Oleh karena butir-butir soal yang dipakai dalam ujian tidak boleh terlalu sukar atau mudah, sehingga kisaran indeks kesukarannya 0,3 sampai 0,7 (Mardapi, 2008: 143).

Analisis daya pembeda diperoleh dengan menghitung indeks beda dari soal tes tersebut. Menurut Slameto (2010: 223) Indeks Beda yaitu angka yang menunjukkan apakah suatu soal tes dapat membedakan siswa yang pandai dan kurang pandai. Indeks Beda dikatakan baik jika besarnya $\geq 0,40$. Rumus daya beda:

$$r_{pb} = [(Mi - Mt) / st] [\sqrt{p/q}]$$

Keterangan:

r_{pb} : *Point* biserial

Mi : *Mean* skor variabel interval bagi subjek yang mendapat skor 1 pada variabel dikotomi

Mt : mean skor variabel interval bagi seluruh subjek

st : Deviasi standar variabel interval bagi seluruh subjek

p : Banyaknya skor 1 pada variabel dikotomi dibagi n

q : $1-p$

(Sumber: Slameto, 1988: 223)

3. Teknik Pengambilan Data

Pengumpulan data merupakan sebuah proses pengadaan data untuk keperluan penelitian. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes kepada responden yang menjadi subjek dalam penelitian. Adapun mekanismenya adalah sebagai berikut:

- a. Peneliti mencari data anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan.

- b. Peneliti menentukan jumlah anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan yang menjadi subjek penelitian.
- c. Peneliti menyebarkan tes kepada responden.
- d. Selanjutnya peneliti mengumpulkan hasil dan melakukan transkrip atas hasil pengisian tes.
- e. Setelah memperoleh data penelitian peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

F. Teknik Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik statistik deskriptif kuantitatif dengan persentase. Untuk mencari besarnya frekuensi relatif (persentase) menurut Sudijono (2009: 40) dengan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase

F = Frekuensi

N = Jumlah Subjek

Pengkategorian menggunakan *Mean* dan *Standar Deviasi*. Menurut Azwar (2010: 163) untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) dalam tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Norma Penilaian

No	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 S < X$	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	Tinggi
3	$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	Sedang
4	$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	Rendah
5	$X \leq M - 1,5 S$	Sangat Rendah

(Sumber: Azwar, 2010: 163)

Keterangan:

M : nilai rata-rata (*mean*)

X : skor

S : *standar deviasi*

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini dimaksudkan untuk menggambarkan data yaitu tentang seberapa tinggi tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan, yang diungkapkan dengan tes benar-salah yang berjumlah 19 butir, dan terbagi dalam dua faktor, yaitu (1) hakikat *fast break* dan (2) hakikat/prinsip pola *fast break*. Hasil analisis data penelitian tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan dipaparkan sebagai berikut:

1. Hasil Analisa Butir

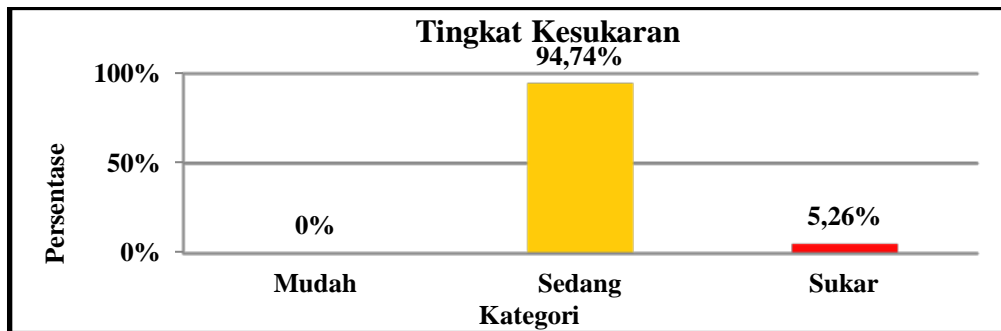
a. Tingkat Kesukaran

Hasil analisis tingkat kesukaran butir instrumen, disajikan pada tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3. Tingkat Kesukaran

<i>Proportion Correct (p)</i>	Kategori Soal	Frekuensi (Jumlah Butir)	Persentase
> 0,71	Mudah	0	0%
0,31- 0,70	Sedang	18	94,74%
< 0,30	Sukar	1	5,26%
Jumlah		19	100%

Berdasarkan pada tabel 3 tersebut di atas, tingkat kesukaran butir instrumen dapat disajikan dalam diagram batang pada gambar 10 sebagai berikut:



Gambar 10. Diagram Batang Tingkat Kesukaran

Berdasarkan tabel 6 dan gambar 10 di atas menunjukkan bahwa tingkat kesukaran butir instrumen berada pada kategori “mudah” sebesar 0% (0 butir), “sedang” sebesar 94,74% (18 butir), “sukar” sebesar 5,26% (1 butir).

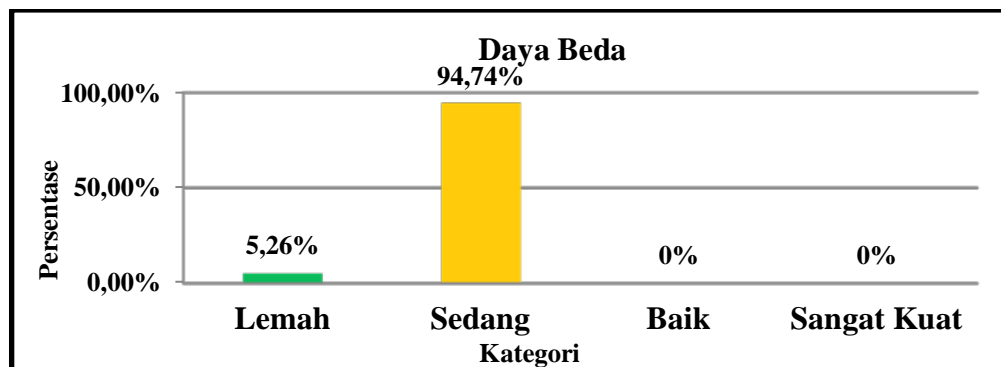
b. Daya Beda

Hasil analisis daya beda butir instrumen, disajikan pada tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 4. Daya Beda

Daya Beda	Kategori	f	Persentase
0,00 – 0,20	Lemah	1	5,26%
0,21 – 0,40	Sedang	18	94,74%
0,41 – 0,70	Baik	0	0%
0,71 – 1,00	Sangat Kuat	0	0%
Jumlah		19	100%

Berdasarkan pada tabel 4 tersebut di atas, daya beda butir instrumen dapat disajikan dalam diagram batang tampak pada gambar 11 sebagai berikut:



Gambar 11. Diagram Batang Daya Beda

Berdasarkan tabel 4 dan gambar 11 di atas menunjukkan bahwa daya beda butir instrumen berada pada kategori “lemah” sebesar 5,26% (1 butir), “sedang” sebesar 94,74% (18 butir), “baik” sebesar 0% (0 butir), dan “sangat kuat” sebesar 0% (0 butir).

2. Deskripsi Hasil Penelitian

Deskriptif statistik data hasil penelitian tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan didapat skor terendah 10,53, skor tertinggi 78,95, rerata 51,32, nilai tengah 55,26, nilai yang sering muncul 63,16, *standar deviasi* 17,23. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 5 sebagai berikut:

Tabel 5. Deskriptif Statistik Tingkat Pemahaman *Fast Break* Anggota Ekstrakurikuler Bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan

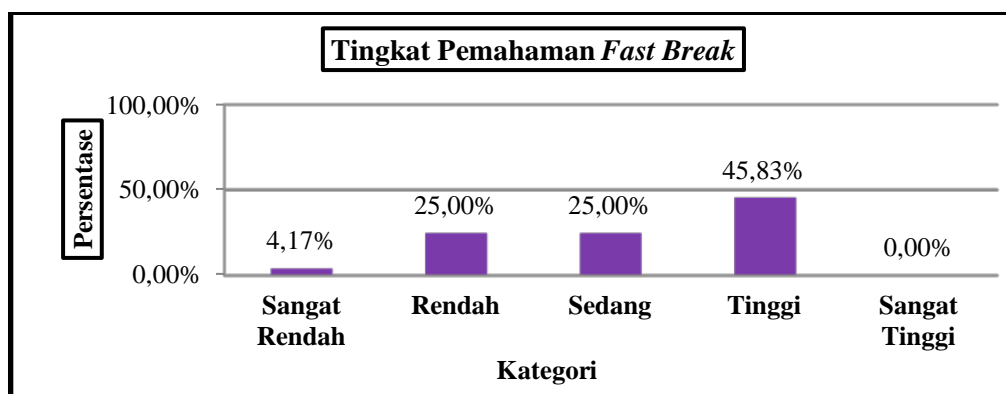
Statistik	
<i>N</i>	24
<i>Mean</i>	51.3158
<i>Median</i>	55.2632
<i>Mode</i>	63.16
<i>Std. Deviation</i>	17.23022
<i>Minimum</i>	10.53
<i>Maximum</i>	78.95

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan disajikan pada tabel 6 sebagai berikut:

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Tingkat Pemahaman *Fast Break* Anggota Ekstrakurikuler Bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	81 - 100	Sangat Tinggi	0	0%
2	61 - 80	Tinggi	11	45,83%
3	41 - 60	Sedang	6	25,00%
4	21 - 40	Rendah	6	25,00%
5	0 - 20	Sangat Rendah	1	4,17%
Jumlah			24	100%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 6 tersebut di atas tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan dapat disajikan pada gambar 12 sebagai berikut:



Gambar 12. Diagram Batang Tingkat Pemahaman *Fast Break* Anggota Ekstrakurikuler Bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan

Berdasarkan tabel 6 dan gambar 12 di atas menunjukkan bahwa tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 4,17% (1 siswa), “rendah” sebesar 25% (6 siswa), “sedang” sebesar 25% (6 siswa), “tinggi” sebesar 45,83% (11 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 0% (0 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 51,32, tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan dalam kategori “sedang”.

a. Faktor Hakikat *Fast Break*

Deskriptif statistik tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan berdasarkan faktor hakikat *fast break* didapat skor terendah 0,00, skor tertinggi 76,92, rerata 50,32, nilai tengah 57,69, nilai yang sering muncul 61,54, *standar deviasi* 19,64. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 7 sebagai berikut:

Tabel 7. Deskriptif Statistik Faktor Hakikat *Fast Break*

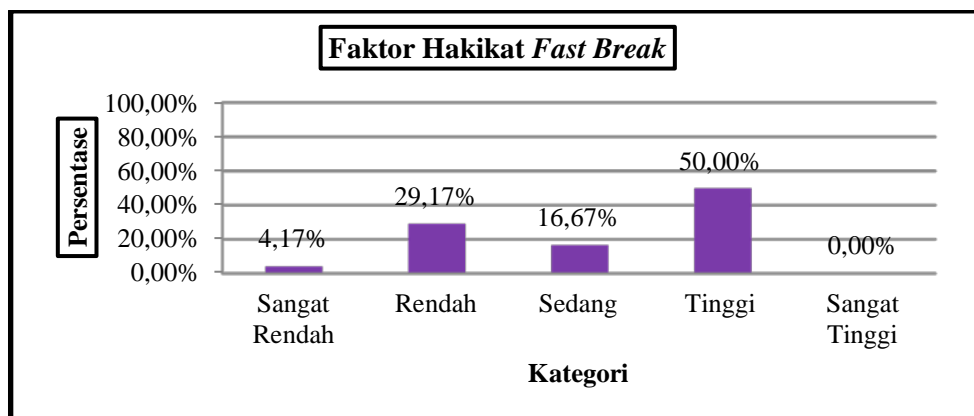
Statistik	
<i>N</i>	24
<i>Mean</i>	50.3205
<i>Median</i>	57.6923
<i>Mode</i>	61.54
<i>Std. Deviation</i>	19.64165
<i>Minimum</i>	.00
<i>Maximum</i>	76.92

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan berdasarkan faktor hakikat *fast break* disajikan pada tabel 8 berikut:

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Faktor Hakikat *Fast Break*

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	81 - 100	Sangat Tinggi	0	0%
2	61 - 80	Tinggi	12	50,00%
3	41 - 60	Sedang	4	16,67%
4	21 - 40	Rendah	7	29,17%
5	0 - 20	Sangat Rendah	1	4,17%
Jumlah			24	100%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 8 tersebut di atas tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan berdasarkan faktor hakikat *fast break* dapat disajikan pada gambar 13 sebagai berikut:



Gambar 13. Diagram Batang Faktor Hakikat *Fast Break*

Berdasarkan tabel 8 dan gambar 13 di atas menunjukkan bahwa tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan berdasarkan faktor hakikat *fast break* berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 4,17% (1 siswa), “rendah” sebesar 29,17% (7 siswa), “sedang” sebesar 16,67% (4 siswa), “tinggi” sebesar 50% (12 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 0% (0 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 50,32, tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan berdasarkan faktor hakikat *fast break* dalam kategori “sedang”.

b. Faktor Hakikat/Prinsip Pola *Fast Break*

Deskriptif statistik tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan berdasarkan faktor hakikat/prinsip pola *fast break* didapat skor terendah 33,33, skor tertinggi 83,33, rerata 53,47, nilai tengah 50,00, nilai yang sering muncul 33,33, *standar deviasi* 18,38. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 9 sebagai berikut:

Tabel 9. Deskriptif Statistik Faktor Hakikat/Prinsip Pola *Fast Break*

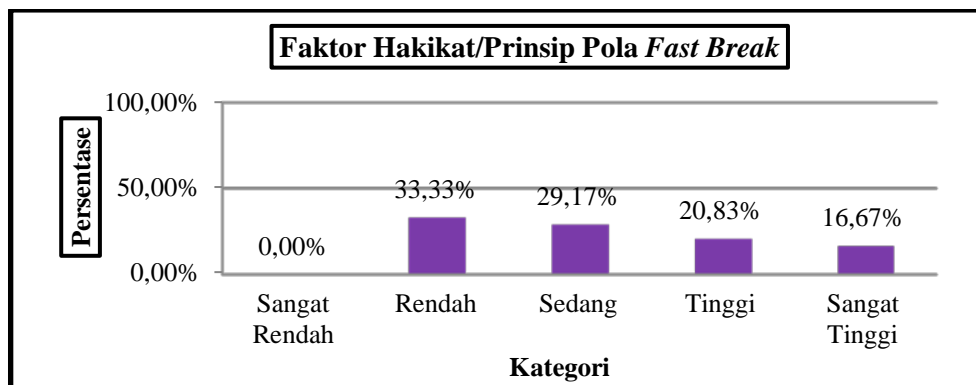
Statistik	
<i>N</i>	24
<i>Mean</i>	53.4722
<i>Median</i>	50.0000
<i>Mode</i>	33.33
<i>Std, Deviation</i>	18.37556
<i>Minimum</i>	33.33
<i>Maximum</i>	83.33

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan berdasarkan faktor hakikat/prinsip pola *fast break* disajikan pada tabel 10 sebagai berikut:

Tabel 10. Distribusi Frekuensi Faktor Hakikat/Prinsip Pola *Fast Break*

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	81 - 100	Sangat Tinggi	4	16,67%
2	61 - 80	Tinggi	5	20,83%
3	41 - 60	Sedang	7	29,17%
4	21 - 40	Rendah	8	33,33%
5	0 - 20	Sangat Rendah	0	0%
Jumlah			24	100%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 10 tersebut di atas tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan berdasarkan faktor hakikat/prinsip pola *fast break* dapat disajikan pada gambar 14 sebagai berikut:



Gambar 14. Diagram Batang Faktor Hakikat/Prinsip Pola *Fast Break*

Berdasarkan tabel 10 dan gambar 14 di atas menunjukkan bahwa tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan berdasarkan faktor hakikat/prinsip pola *fast break* berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 siswa), “rendah” sebesar 33,33% (8 siswa), “sedang” sebesar 29,17% (7 siswa), “tinggi” sebesar 20,83% (5 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 16,67% (4 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 53,47, tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan berdasarkan faktor hakikat/prinsip pola *fast break* dalam kategori “sedang”.

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan berada pada kategori sedang. Kategori paling banyak yaitu tinggi sebesar 45,83% atau sebanyak 11 siswa sudah mempunyai tingkat pemahaman yang baik terhadap *fast break*, berikutnya pada kategori rendah dan sedang sebesar 25% atau sebanyak 6 siswa masih mempunyai pemahaman yang kurang terhadap *fast break* dalam bola basket.

Selama ini belum ada pemberian materi *fast break* secara teori terhadap anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan. Pemberian latihan teknik, taktik dan strategi yang dilakukan selama ini, hanya mengandalkan praktek di lapangan. Hal tersebut merupakan salah satu kemungkinan yang menyebabkan tidak berjalannya *fast break* dengan baik pada anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan. *Fast break* adalah serangan kilat yang dirancang untuk mempermudah sebuah tim mencetak skor, dan sangat efektif digunakan pada awal pertandingan untuk mengetahui kekuatan pertahanan lawan. Selain itu, semua jenis pertahanan dapat dipecahkan dengan *fast break*, baik pertahanan daerah maupun pertahanan orang per orang.

Menurut Sumiyarsono (2002: 77-78), *fast break* adalah jenis serangan yang dirancang untuk mempermudah membuat nilai atau mencetak skor, sebelum pihak pemain lawan sempat mengatur posisi pertahanannya masing-masing. Regu

penyerang berusaha melakukan tekanan pertahanan regu lawan, sehingga terperangkap dalam situasi seorang penjaga bertahan, menjaga dua orang penyerang atau dua orang penjaga menghadapi tiga orang penyerang, ataupun tiga orang penjaga menghadapi empat orang penyerang.

Pendapat lain menurut Wissel (1996: 197), *fast break* merupakan bagian permainan yang menyenangkan, baik bagi pemain maupun bagi penonton. Tujuan dari *fast break* adalah membawa bola ke depan untuk melakukan tembakan dengan presentase keberhasilan yang tinggi, baik dengan melonggarkan penjagaan atau dengan tidak memberikan kesempatan pada lawan untuk membuat pertahanan. *Fast break* yang baik tergantung pada kondisi fisik yang baik, kerjasama regu, dasar permainan, dan keputusan yang tepat. Dewasa ini regu-regu bola basket modern merancang secara khusus pola *fast break* sebagai senjata andalannya. Serangan tersebut dapat dilakukan terus menerus setiap saat bola dikuasai atau hanya dilakukan pada saat-saat tertentu. Semua hal tersebut tergantung dari kemampuan individual para pemainnya dan pandangan pelatih terhadap strategi penyerangan yang digunakan.

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

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

1. Sulitnya mengetahui kesungguhan responden dalam mengerjakan tes. Usaha yang dilakukan untuk memperkecil kesalahan yaitu dengan memberi gambaran tentang maksud dan tujuan penelitian ini.
2. Pengumpulan data dalam penelitian ini hanya didasarkan pada hasil pengisian tes sehingga dimungkinkan adanya unsur kurang objektif dalam pengisian tes. Selain itu dalam pengisian tes diperoleh adanya sifat responden sendiri seperti kejujuran dan ketakutan dalam menjawab responden tersebut dengan sebenarnya.
3. Saat pengambilan data penelitian yaitu saat penyebaran instrumen penelitian kepada responden, tidak dapat dipantau secara langsung dan cermat apakah jawaban yang diberikan oleh responden benar-benar sesuai dengan pendapatnya sendiri atau tidak.
4. Instrumen dalam penelitian ini tidak dikaji lebih dalam tentang tingkatan pemahaman.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat diambil kesimpulan, bahwa tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 4,17% (1 siswa), “rendah” sebesar 25% (6 siswa), “sedang” sebesar 25% (6 siswa), “tinggi” sebesar 45,83% (11 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 0% (0 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 51,32, tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan dalam kategori “sedang”.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan di atas dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian sebagai berikut:

1. Dengan diketahui tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan dapat digunakan untuk mengetahui tingkat pemahaman *fast break* di sekolah lain.
2. Faktor-faktor yang kurang dominan dalam tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan perlu diperhatikan dan dicari pemecahannya agar faktor tersebut lebih membantu dalam meningkatkan pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan.

3. Pelatih dan siswa dapat menjadikan hasil ini sebagai bahan pertimbangan untuk lebih meningkatkan pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan dengan memperbaiki faktor-faktor yang kurang.

C. Saran

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

1. Agar mengembangkan penelitian lebih dalam lagi tentang tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan.
2. Agar melakukan penelitian tentang tingkat pemahaman *fast break* anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 4 Pekalongan dengan menggunakan metode lain.
3. Lebih melakukan pengawasan pada saat pengambilan data agar data yang dihasilkan lebih objektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardiansyah. (2012). *Tingkat implementasi taktik dan strategi anggota ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 3 Yogyakarta*. Skripsi sarjana, tidak diterbitkan, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta: PT Bina Aksara.
- Azwar, S. (2016). *Fungsi dan pengembangan pengukuran tes dan prestasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Daryanto. (2012). *Evaluasi pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Depdikbud. (2013). *Permendikbud no 81 A tentang implementasi kurikulum*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- FIBA. (2006). *Official Basketball Rules 2006*. Hongkong. Alih bahasa: R. Harja Jaladri.
- Hastuti, T.A. (2008). Kontribusi ekstrakurikuler bolabasket terhadap pembibitan atlet dan peningkatan kebugaran jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani* (Nomor 1 tahun 2008). Hlm. 63.
- Hernawan, A.H. (2013). *Pengembangan kurikulum dan pembelajaran*. Tangerang Selatan: Universitas Terbuka.
- Kaplan, B. (2012). *Bball basics for kids: a basketball handbook*. Blomington: Universe.
- Mahmud. (2011). *Metode penelitian pendidikan*. Bandung: Pustaka Setia.
- Mardapi, D. (2008). *Teknik penyusunan instrumen tes nontes*. Yogyakarta :Mitra Cendikia.
- Mulyana, R. (2011). *Mengartikulasikan pendidikan nilai*. Bandung: Alfabeta.
- Mulyasa, E. (2003). *Kurikulum berbasis kompetensi konsep, karakteristik, implementasi dan inovasi*. Bandung: PT Remaja Rosda Karya.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi kesehatan dan ilmu perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta. Jakarta.

- Purwanto, N. (2005). *Administrasi dan supervisi pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Setyowati, O.L. (2015). *Pemahaman atlet polo air DIY terhadap peraturan permainan*. Skripsi sarjana, tidak diterbitkan, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Slameto. (2010). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sudijono, A. (2009). *Pengantar statistik pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sudjana. (2010). *Desain dan analisis eksperimen: (Edisi keempat)*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono. (2007). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sumiyarsono. (2002). *Keterampilan bolabasket*. Yogyakarta: FIK UNY
- Usman, M.U. (1993). *Upaya optimalisasi kegiatan belajar mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Wissel, H. (2000). *Langkah sukses dalam bolabasket*. (Terjemahan Bagus Pribadi). United State: Champaign, IL. (Buku asli diterbitkan tahun 1997).
- _____ (2004). *Basketball step to sukses (2nd ed)*. Champaign, IL: Human Kinetics.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari 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 : 03.47/UN.34.16/PP/2018.

20 Maret 2018.

Lamp. : 1fks

Hal : Permohonan Izin Penelitian.

Kepada Yth.

Ka. Badan Kesatuan Bangsa dan Politik

Daerah Istimewa Yogyakarta.

Jl. Jenderal Sudirman No. 5 Yogyakarta

Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin wawancara, dan mencari data untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:

Nama : Muhammad Ariq Setiawan

NIM : 12602241048

Program Studi : PKO.

Dosen Pembimbing : Budi Aryanto, M.Pd.

NIP : 196902152000121001

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : 21 Maret s/d 21 April 2018

Tempat/Objek : **SMA Negeri 4 Pekalongan.**

Judul Skripsi : **Tingkat Pemahaman Fast Break Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket di SMA Negeri 4 Pekalongan.**

Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.


Dekan,

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

Tembusan :

1. Kepala SMA Negeri 4 Pekalongan.
2. Kaprodi PKO.
3. Pembimbing TAS.
4. Mahasiswa ybs.

Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian dari SMA Negeri 4 Pekalongan


PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
**SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 4
PEKALONGAN**
Jalan HOS. Cokroaminoto 383 A Kota Pekalongan Kode Pos 51135 Telp. (0285) 432621
Website: www.sman4-pekalongan.sch.id Email: sman4pekl@gmail.com

SURAT KETERANGAN
No. 070/260

Yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Yulianto Nurul Furqon, M.Pd
NIP : 19720708 200212 1 005
Pangkat, Gol/Ruang : Pembina, IV/a
Jabatan : Kepala SMA Negeri 4 Pekalongan

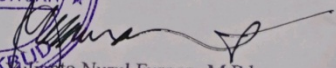
Dengan ini menerangkan bahwa :


Nama : Muhammad Ariq Setiawan
NIM : 12602241048
Fak./Program Studi : Ilmu Keolahragaan/Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta

yang bersangkutan telah melaksanakan penelitian dengan Judul Skripsi **“TINGKAT PEMAHAMAN FAST BREAK PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET DI SMA NEGERI 4 PEKALONGAN”**.

Demikian surat keterangan ini dibuat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekalongan, 10 April 2018
Kepala Sekolah


Yulianto Nurul Furqon, M.Pd.
NIP.19720708 200212 1 005



Lampiran 3. Surat Keterangan Validasi

SURAT PERNYATAAN VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AHIR

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Prof. Dr. Pamuji Sukoco, M.Pd.
NIP : 196208061988031001
Jurusan : Pendidikan Olahraga

Menyatakan bahwa instrumen penelitian TA atas nama mahasiswa:

Nama : Muhamad Ariq Setiawan
NIM : 12602241048
Program Studi : Pendidikan kepelatihan Olahraga
Judul TA : Tingkat pemahaman Fast Break Peserta Ekstra kurikuler
Bola Basket di SMA Negeri 4 Pekalongan

setelah dilakukan kajian atas instrumen penelitian TA tersebut dapat dinyatakan :

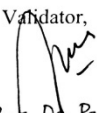
- Layak digunakan untuk penelitian
 Layak digunakan dengan perbaikan
 Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan

dengan catatan dan saran/perbaikan sebagaimana terlampir.

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 20 Juli 2018

Validator,


Prof. Dr. Pamuji Sukoco, M.Pd.
NIP. 196208061988031001

Catatan:

Beri tanda ✓

Lampiran 4. Instrumen Penelitian

TINGKAT PEMAHAMAN *FAST BREAK* PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET DI SMA NEGERI 4 PEKALONGAN

I. ISILAH DATA INI DENGAN BENAR

NAMA :

JENIS KELAMIN :

NAMA SEKOLAH :

II. PETUNJUK PENGISIAN

1. Bacalah setiap butir,seluruh alternatif jawaban
2. Pilih salahsatu alternatif jawaban sesuai dengan pengetahuan anda
3. Mohon setiap butir alternatif jawaban diisi semua jangan sampai ada yang terlewatkan, sesuai dengan pengetahuan anda sesungguhnya
4. Berilah tanda (√) pada salah satu alternatif jawaban yang dipilih
5. Alternatif jawaban adalah “Benar” atau “Salah”

III. CONTOH SOAL

NO	PERNYATAAN	B	S
1	Warna bendera Indonesia adalah merah putih	√	

Keterangan : B = Benar
S = Salah

No	Pernyataan	B	S
Hakikat <i>fast break</i>			
1	<i>Fast break</i> adalah jenis serangan yang dirancang untuk mempermudah membuat nilai atau mencetak skor, sebelum pihak pemain lawan sempat mengatur posisi pertahanannya masing-masing		
2	Ciri pertama dari <i>fast break</i> adalah adanya penguasaan bola. Penguasaan bola dapat diperoleh dari <i>defensive rebound</i> (merayah bola saat bertahan), <i>inbound</i> (bola tembakan lawan masuk), <i>intercept</i> (mencuri bola operan lawan), <i>steal</i> (mencuri bola yang digiring lawan)		
3	Di dalam permainan sebagian besar <i>fast break</i> dilakukan dari penguasaan bola melalui <i>defensive rebound</i>		
4	Ciri kedua dari <i>fast break</i> , setelah salah seorang pemain menguasai bola (<i>rebounder</i>), maka seorang <i>point guard</i> akan		

	meminta <i>outlet pass</i> (operan keluar dari daerah bersyarat)		
5	Ciri ketiga dari <i>fast break</i> , biasanya ada sedikitnya tiga pemain yang mengisi ketiga lorong serang, yaitu: satu lorong tengah dan dua lorong samping		
6	Ciri keempat dari <i>fast break</i> , pergerakan bola dilakukan dengan cepat dengan menggunakan operan cepat (<i>fast passing</i>) dan seminimal mungkin menggiring bola		
7	Ciri terakhir dari <i>fast break</i> adalah penyelesaian atau eksekusi dari serangan ini biasanya menggunakan teknik <i>lay-up</i> , namun tidak selalu <i>fast break</i> diakhiri menggunakan teknik tersebut		
8	Tujuan dari <i>fast break</i> adalah membawa bola ke depan untuk melakukan tembakan dengan presentase keberhasilan yang tinggi, baik dengan melonggarkan penjagaan atau dengan tidak memberikan kesempatan pada lawan untuk membuat pertahanan		
9	Tujuan pertama <i>fast break</i> adalah menciptakan kesempatan mencetak skor dengan mudah. Pola 2- <i>on</i> -1 dan 3- <i>on</i> -2 yang merupakan pola paling umum, seringkali menghasilkan <i>lay-up</i>		
10	Tujuan kedua adalah untuk menyerang sebelum lawan membuat pertahanan atau melakukan <i>rebound</i>		
11	Tujuan penting lainnya adalah untuk memotivasi regu yang melakukan <i>fast break</i> agar menekan keras pada saat bertahan dan melakukan <i>rebound</i>		
12	Jika dilakukan diawal pertandingan, <i>fast break</i> dapat dijadikan sebagai tolak ukur pertahanan lawan		
13	Menjadikan lawan takut untuk menyerang dengan pola yang melibatkan seluruh pemain, karena sisi pertahanan mereka akan sangat terbuka.		
Hakikat/ Prinsip Pola <i>Fast Break</i>			
14	Dalam permainan bolabasket kesempatan paling bagus untuk melakukan <i>fast break</i> adalah pada saat tembakan lawan tidak masuk dan terjadi <i>defensive rebound</i>		
15	Untuk melakukan <i>fast break</i> , bayangkan lapangan terbagi dalam garis-garis semu (menjadi 3 lorong serang)		
16	Pola <i>fast break</i> 2- <i>on</i> -1 adalah cara tercepat untuk menggerakkan bola ke depan dan menghasilkan <i>lay-up</i> untuk mencetak skor. Jika menguasai bola, seorang pemain harus segera melihat ke depan, membaca situasi penyerangan, dan beraksi. Lihatlah apakah ada kemungkinan melakukan <i>fast break</i> 2- <i>on</i> -1		
17	Pola 3- <i>on</i> -2 merupakan situasi <i>fast break</i> yang klasik. <i>Point guard</i> harus menguasai bola dan membaca situasi ketika regunya memasuki daerah nilai (biasanya selangkah di luar garis tiga angka). Dibutuhkan keputusan yang tepat untuk menentukan apakah seorang <i>point guard</i> harus masuk <i>dribbling</i> menuju ring atau melakukan <i>passing</i> ke sayap. <i>Point guard</i> harus masuk <i>dribbling</i> melewati garis pelanggaran dan membawa bola untuk mencetak skor hanya jika terdapat jalur		

	terbuka ke arah ring.		
18	Pola <i>fast break</i> 4-on-3 menggunakan <i>trailer</i> pertama dan biasanya pola <i>fast break</i> ini dinamakan <i>secondary break</i> . Jika lawan menarik tiga pemain ke belakang, pemain sayap harus <i>mendribble</i> bola ke sudut dan memberikan bola ke <i>trailer</i> atau mengembalikan bola ke tengah. <i>Trailer</i> pertama harus memotong ke sisi yang lemah dan membuat gerakan memotong diagonal ke posisi <i>post up</i> di atas sisi kotak bola dan besiap-siap menerima <i>passing</i> dari sayap		
19	Pada <i>fast break swing</i> , <i>trailer</i> kedua menerima <i>passing</i> dan mengayunkan (melemparkan) bola dari sisi bola ke sisi yang lemah (<i>weak side area</i>). Ketika regu lawan menarik empat atau lima pemain mundur, dan pemain sayap tidak dapat memberikan bola ke <i>trailer</i> pertama di posisinya, tiap pemain harus menempati ruang pada jarak tembak untuk mengayunkan bola (berlawanan arah) ke sisi yang lemah. <i>Point guard</i> harus menempati posisi di atas sisi siku bola, sementara <i>trailer</i> kedua menempati posisi di atas sisi siku yang lemah		

Lampiran 5. Data Penelitian

No/Butir	Hakikat <i>Fast Break</i>													Hakikat/Prinsip Pola <i>Fast Break</i>						Σ
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	
1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	12
2	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	12
3	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	5
4	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	10
5	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	7
6	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	12
7	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	12
8	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	8
9	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	14
10	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	6
11	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	10
12	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	5
13	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	8
14	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	12
15	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	7
16	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	12
17	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	12
18	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	13
19	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	2
20	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	12
21	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	7
22	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	0	10
23	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	15
24	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	11

	12	12	12	12	10	12	13	14	7	15	12	14	12	14	12	13	12	13	13	234
P	0,5	0,5	0,5	0,5	0,4166 67	0,5	0,5416 67	0,5833 33	0,2916 67	0,625	0,5	0,5833 33	0,5	0,5833 33	0,5	0,5416 67	0,5	0,5416 67	0,5416 67	
Q	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5833 33	0,5	0,4583 33	0,4166 67	0,7083 33	0,375	0,5	0,4166 67	0,5	0,4166 67	0,5	0,4583 33	0,5	0,4583 33	0,4583 33	
P.Q	0,2 5	0,2 5	0,2 5	0,2 5	0,2430 56	0,2 5	0,2482 64	0,2430 56	0,2065 97	0,2343 75	0,2 5	0,2430 56	0,2 5	0,2430 56	0,2 5	0,2482 64	0,2 5	0,2482 64	0,2482 64	

Lampiran 6. Rangkuman Data Penelitian

No	Faktor Hakikat <i>Fast Break</i>	Faktor Hakikat/Prinsip Pola <i>Fast Break</i>	Tingkat Pemahaman <i>Fast Break</i>
1	69.23077	50	63.15789
2	61.53846	66.66667	63.15789
3	23.07692	33.33333	26.31579
4	61.53846	33.33333	52.63158
5	30.76923	50	36.84211
6	61.53846	66.66667	63.15789
7	61.53846	66.66667	63.15789
8	46.15385	33.33333	42.10526
9	69.23077	83.33333	73.68421
10	23.07692	50	31.57895
11	46.15385	66.66667	52.63158
12	23.07692	33.33333	26.31579
13	38.46154	50	42.10526
14	61.53846	66.66667	63.15789
15	38.46154	33.33333	36.84211
16	53.84615	83.33333	63.15789
17	69.23077	50	63.15789
18	61.53846	83.33333	68.42105
19	0	33.33333	10.52632
20	69.23077	50	63.15789
21	38.46154	33.33333	36.84211
22	53.84615	50	52.63158
23	76.92308	83.33333	78.94737
24	69.23077	33.33333	57.89474

Lampiran 7. Deskriptif Statistik

Statistics

		Tingkat Pemahaman Fast Break	Faktor Hakikat Fast Break	Faktor Hakikat/Prinsip Pola Fast Break
N	Valid	24	24	24
	Missing	0	0	0
Mean		51.3158	50.3205	53.4722
Median		55.2632	57.6923	50.0000
Mode		63.16	61.54	33.33
Std. Deviation		17.23022	19.64165	18.37556
Minimum		10.53	.00	33.33
Maximum		78.95	76.92	83.33
Sum		1231.58	1207.69	1283.33

Tingkat Pemahaman Fast Break

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	10.52632	1	4.2	4.2	4.2
	26.31579	2	8.3	8.3	12.5
	31.57895	1	4.2	4.2	16.7
	36.84211	3	12.5	12.5	29.2
	42.10526	2	8.3	8.3	37.5
	52.63158	3	12.5	12.5	50.0
	57.89474	1	4.2	4.2	54.2
	63.15789	8	33.3	33.3	87.5
	68.42105	1	4.2	4.2	91.7
	73.68421	1	4.2	4.2	95.8
	78.94737	1	4.2	4.2	100.0
Total		24	100.0	100.0	

Faktor Hakikat Fast Break

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	0	1	4.2	4.2	4.2	
	23.07692	3	12.5	12.5	16.7	
	30.76923	1	4.2	4.2	20.8	
	38.46154	3	12.5	12.5	33.3	
	46.15385	2	8.3	8.3	41.7	
	53.84615	2	8.3	8.3	50.0	
	61.53846	6	25.0	25.0	75.0	
	69.23077	5	20.8	20.8	95.8	
	76.92308	1	4.2	4.2	100.0	
	Total		24	100.0	100.0	

Faktor Hakikat/Prinsip Pola Fast Break

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	33.33333	8	33.3	33.3	33.3
	50	7	29.2	29.2	62.5
	66.66667	5	20.8	20.8	83.3
	83.33333	4	16.7	16.7	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Lampiran 8. Dokumentasi

