

**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN BOLABASKET SISWA
PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLABASKET
DI SMA NEGERI 1 SALAMAN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh:
Ahmad Kharis Hidayatullah
NIM. 13602244009

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2019**

PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN BOLABASKET SISWA
PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLABASKET
DI SMA NEGERI 1 SALAMAN**

Disusun Oleh:

Ahmad Kharis Hidayatullah
NIM. 13602244009

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan

Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, Juli 2019

Mengetahui,
Ketua Program Studi



CH. Fajar Sri Wahyuniati, M.Or.
NIP. 19711229 200003 2 001

Disetujui,
Dosen Pembimbing,



Budi Aryanto, M.Pd.
NIP. 19690215 200012 1 001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ahmad Kharis Hidayatullah
NIM : 13602244009
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Judul TAS : Tingkat Keterampilan Bermain Bolabasket Siswa
Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket di SMA Negeri
1 Salaman

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, Juli 2019
Yang Menyatakan,



Ahmad Kharis Hidayatullah
NIM. 13602244009

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN BOLABASKET SISWA
PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLABASKET
DI SMA NEGERI 1 SALAMAN**

Disusun Oleh:

Ahmad Kharis Hidayatullah
NIM. 13602244009

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi Program

Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Universitas Negeri Yogyakarta


Pada tanggal 19 Juli 2019

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Budi Aryanto, M.Pd. Ketua Penguji/Pembimbing		24 Juli 2019
Nur Indah Pangastuti, M.Or. Sekretaris		23 Juli 2019
Prof. Dr. Tomoliyus, M.S. Penguji		22 Juli 2019

Yogyakarta, 24 Juli 2019

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,


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

MOTTO

1. Siapa yang berjalan di suatu jalan untuk menuntut ilmu pengetahuan Allah akan memudahkan baginya untuk menuju jalan keluar (H.R. Muslim)
2. Sebaik-sebaiknya kamu adalah yang paling bermanfaat bagi orang lain (H.R. Buchori)
3. Hidup ibarat bermain catur, harus berpikir beberapa langkah ke depan (Kharis)

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah, kupersembahkan karya kecilku ini untuk orang yang kusayangi:

1. Kedua orang tua saya, terimakasih karena tidak pernah lelah untuk mendoakan, memberikan semangat, dan mendukung saya selama ini.
2. Kakak dan adikku selalu memotivasi, memberi semangat saya dalam mengerjakan skripsi ini.

**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN BOLABASKET SISWA
PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLABASKET
DI SMA NEGERI 1 SALAMAN**

Oleh:

Ahmad Kharis Hidayatullah
NIM. 13602241009

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keterampilan bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman.

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah survei. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Salaman yang berjumlah 16 siswa laki-laki, diambil menggunakan teknik *total sampling*. Instrumen yang digunakan untuk mengukur keterampilan bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman adalah tes AAHPERD *Basketball Test*. (*American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance* tahun 1984). Instrumen ini memiliki validitas sebesar 0,65-0,95 dan reliabilitas sebesar 0,84-0,97 meliputi *speed spot shot test*, *passing test*, *control dribble test*, dan *defensive movement test*. Analisis data menggunakan analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 6,25% (1 siswa), “kurang” sebesar 31,25% (5 siswa), “cukup” sebesar 31,25% (5 siswa), “baik” sebesar 25,00% (4 siswa), dan “sangat baik” sebesar 6,25% (1 siswa).

Kata kunci: *keterampilan bermain bolabasket, siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket, SMA Negeri 1 Salaman, AAHPERD*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat 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 Keterampilan Bermain Bolabasket Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman“ 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. Bapak Budi Aryanto, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing 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. Bapak Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
5. Pelatih dan atlet bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman yang telah memberi izin 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 dan

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah berikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, Juli 2019
Penulis,



Ahmad Kharis Hidayatullah
NIM. 13602244009

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	xv
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Hasil Penelitian	6
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Teori	7
1. Hakikat Permainan Bolabasket.....	7
2. Hakikat Teknik Dasar Bolabasket.....	20
B. Penelitian yang Relevan.....	37
C. Kerangka Berpikir	39
D. Pertanyaan Penelitian.....	40
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	41
B. Tempat dan Waktu Penelitian	41
C. Populasi dan Sampel Penelitian	41
D. Definisi Operasional Variabel.....	42
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	43
F. Teknik Analisis Data	51
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	53
1. <i>Speed Spot Shoot</i>	55
2. <i>Passing</i>	57
3. <i>Control Dribble</i>	58

4. <i>Defensive Movement</i>	59
B. Pembahasan	62
C. Keterbatasan Penelitian	64
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	65
B. Implikasi Hasil Penelitian	66
C. Saran-saran	67
DAFTAR PUSTAKA	68
LAMPIRAN	70

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Lapangan Bolabasket.....	11
Gambar 2. <i>Backstop Unit</i>	12
Gambar 3. <i>Backboard Marking</i>	12
Gambar 4. Ring Basket	13
Gambar 5. <i>Game Clock</i> dan <i>Shot Clock</i>	14
Gambar 6. Bola Ukuran 7	20
Gambar 7. Teknik Melempar Bola di Depan Dada (<i>Chest Pass</i>).....	21
Gambar 8. Mengoper Dari Atas Kepala (<i>Overhead Pass</i>).....	22
Gambar 9. Mengoper Bola Pantul (<i>Bounce Pass</i>).....	23
Gambar 10. Menggiring Rendah dan Menggiring Tinggi	25
Gambar 11. Cara Memegang Bola yang Benar.....	29
Gambar 12. Fase melakukan <i>Locking and Loading</i>	30
Gambar 13. Posisi Bola Berada di Depan Dahi	30
Gambar 14. <i>Follow Through</i>	31
Gambar 15. Busur Lambungan saat Menembak dan Arah Datangnya Bola.....	33
Gambar 16. Fase Persiapan <i>Shooting</i>	34
Gambar 17. Gerakan Kaki Saat (<i>Pivot</i>)	36
Gambar 18. Lapangan <i>Speed Spot Shooting Test</i>	45
Gambar 19. Pola di Tembok untuk Pelaksanaan <i>Passing Test</i>	46
Gambar 20. Lapangan Pelaksanaan <i>Control Dribble Test</i> dengan Tangan Nondominan Kanan	50
	52

Gambar 21.	Lapangan Pelaksanaan <i>Control Dribble Test</i> dengan Tangan Nondominan Kanan	48
Gambar 22.	Lapangan Pelaksanaan <i>Defensive Movement Test</i>	50
Gambar 23.	Diagram Lingkaran Keterampilan Bermain Bolabasket Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman.....	55
Gambar 24.	Diagram Lingkaran Keterampilan <i>Speed Spot Shoot</i>	56
Gambar 25.	Diagram Lingkaran Keterampilan <i>Passing</i>	58
Gambar 26.	Diagram Lingkaran Keterampilan <i>Control Dribble</i>	60
Gambar 27.	Diagram Lingkaran Keterampilan <i>Defensive Movement</i>	61

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Norma Penilaian	52
Tabel 2. Keterampilan Bermain Bolabasket Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman.....	53
Tabel 3. Deskriptif Statistik Keterampilan Bermain Bolabasket Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman..	54
Tabel 4. Norma Penilaian Keterampilan Bermain Bolabasket Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman..	
Tabel 5. Deskriptif Statistik Keterampilan <i>Speed Spot Shoot</i>	54
Tabel 6. Norma Penilaian Keterampilan <i>Speed Spot Shoot</i>	56
Tabel 7. Deskriptif Statistik Keterampilan <i>Passing</i>	56
Tabel 8. Norma Penilaian Keterampilan <i>Passing</i>	57
Tabel 9. Deskriptif Statistik Keterampilan <i>Control Dribble</i>	58
Tabel 10. Norma Penilaian Keterampilan <i>Control Dribble</i>	59
Tabel 11. Deskriptif Statistik Keterampilan <i>Defensive Movement</i>	59
Tabel 12. Norma Penilaian Keterampilan <i>Defensive Movement</i>	61
	61

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari Fakultas	71
Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian dari Sekolah	72
Lampiran 3. Data Penelitian	73
Lampiran 4. Deskriptif Statistik	74
Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian.....	77

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bolabasket adalah suatu permainan yang dimainkan oleh dua regu. Masing-masing regu terdiri dari 5 orang pemain. Inti dari permainan ini adalah berusaha mencari nilai atau angka sebanyak-banyaknya dengan cara memasukkan bola ke keranjang (ring basket) lawan. Permainan bolabasket merupakan permainan yang dinamis dan atraktif terutama berkenaan dengan cara memainkan bola baik saat *dribbling*, *passing*, maupun *shooting*. Permainan bolabasket semakin menarik ketika para pemain memperagakan teknik *shooting* dengan berbagai atraksi antara lain *three-point shoot*, *lay-up shoot*, dan *slam-dunk*. Ada tiga cara dasar menggerakkan bola dalam bolabasket, yaitu *dribbling*, operan (*passing*), tembakan (*sooting*) (FIBA, 2006).

Permainan bolabasket merupakan suatu gabungan dari teknik-teknik dasar bermain bolabasket dan strategi pertahanan maupun penyerangan. Untuk itu seorang pemain harus menguasai teknik ketrampilan dasar bermain bolabasket dan menguasai strategi yang baik untuk bermain bolabasket secara baik dan benar. Kemenangan sebuah tim bolabasket dipengaruhi oleh bagaimana pemain tersebut dapat melakukan permainan bolabasket dengan terampil, untuk menjadi pemain yang terampil pemain harus dapat menguasai teknik dasar bermain bolabasket dengan benar serta dapat menguasai stategi bermain dengan baik. Sehingga permainan dalam sebuah tim tersebut akan terlihat indah dengan operan-operan, *dribble*, serta tembakan-tembakan yang akurat.

Olahraga bolabasket selain diajarkan pada mata pelajaran pendidikan jasmani, kegiatan ini juga merupakan ekstrakurikuler yang ada di setiap sekolah. Sesuai dengan pembinaan pola usia dini, kegiatan ini sebenarnya bisa memberikan kontribusi yang berarti kepada regenerasi peserta didik untuk menjadikan berprestasi pada cabang olahraga bolabasket. Oleh karena itu, peserta didik yang berpotensi selanjutnya diarahkan untuk memperdalam lagi dengan mengikuti latihan-latihan bolabasket yang diajarkan melalui kegiatan ekstrakurikuler di sekolah.

Latihan ekstrakurikuler bolabasket mengajarkan bermacam-macam teknik baik teknik dasar maupun teknik lanjutan dan taktik-taktik permainan yang bisa mengembangkan permainan bolabasket peserta didik, selain itu peserta didik juga bisa mendapat kesempatan mengikuti *event* pertandingan bolabasket, misalnya *event* kejuaraan bolabasket pelajar tingkat kabupaten, *event* kejuaraan bolabasket pelajar tingkat provinsi, bahkan kejuaraan bolabasket pelajar tingkat nasional maupun internasional. Selain mendapat pengalaman, peserta didik juga akan mengasah keterampilan dalam permainan bolabasket. Adanya kegiatan tersebut diharapkan peserta didik dapat meningkatkan keterampilan khususnya pada permainan bolabasket.

Ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman terdapat dua pelatih. Permasalahan yang sering dihadapi di lapangan adalah sering ditemukan yaitu pemain tidak bisa melakukan teknik dasar bolabasket dengan baik, seperti saat mengoper, menangkap, menggiring bola, menembak, dan gerak bertahan. Hal ini salah satunya disebabkan oleh kurangnya kemampuan pemain dalam penguasaan

teknik dasar bermain bolabasket, kebiasaan-kebiasaan melakukan teknik dasar yang salah saat latihan tanpa adanya pembenaran, tidak adanya komunikasi serta kekompakan pemain yang menyebabkan lawan mampu memanfaatkan kesalahan-kesalahan yang dibuat tim untuk mencetak skor. Kurangnya kemampuan teknik dasar pemain dalam sebuah pertandingan akan menyebabkan banyak kesalahan-kesalahan yang dilakukan oleh tim tersebut dan akhirnya akan berpengaruh terhadap keberhasilan tim untuk memenangkan sebuah pertandingan.

Hasil wawancara dengan peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman, siswa lebih tertarik dan antusias mengikuti latihan ekstrakurikuler dengan pelatih yang memberikan contoh langsung gerakan serta teknik dan pelatih yang banyak melakukan berbagai variasi latihan, dengan begitu siswa cepat mengerti dan tidak jenuh dalam mengikuti latihan. Metode dalam berbagai variasi latihan tersebut sangat perlu digunakan dalam proses kegiatan ekstrakurikuler dengan berbagai pertimbangan fisiologis maupun psikologis. Keterampilan bermain bolabasket perlu didukung dengan fisik yang baik, teknik yang baik, mental yang bagus, dan berbagai macam taktik yang diberikan oleh pelatih.

Berdasarkan hasil pengamatan, menunjukkan bahwa penguasaan teknik dasar peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman tergolong kurang maksimal. Saat permainan, dihadapkan kepada masalah kurang optimalnya penguasaan terhadap bola, sehingga terkadang sasaran yang dituju khususnya pada *passing* dan *shooting* kurang tepat (akurasi yang melenceng). Begitu halnya dalam melakukan *dribbling* dengan penguasaan bola yang kurang

baik dapat mengakibatkan bola tersebut dengan mudah dicegal lawan. Kesalahan-kesalahan tersebut sering kali diulangi oleh para pemain, otomatis hal ini dapat menjadi sebuah kendala dalam pencapaian kualitas yang maksimal dalam permainan. Selain itu, kendala yang dialami di lapangan adalah kualitas latihan yang diberikan pada setiap kegiatan ekstrakurikuler yang monoton, hal ini terjadi disebabkan karena pelatih tidak bisa memberikan variasi latihan.

Instrumen tes yang akan digunakan untuk mengukur keterampilan bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman yaitu AAHPERD *Basketball Skill Test*. Tes tersebut terdiri atas *passing, control dribble, speed spot shoot, dan defensive movement*. Alasan menggunakan tes tersebut karena AAHPERD *Basketball Skill Test* lebih lengkap mengukur keterampilan dalam bolabasket dan tes tersebut mempunyai tingkat kevalidan yang tinggi.

Tim yang menjadi pemenang adalah tim yang solid dan mempunyai pemain dengan penguasaan teknik dasar bolabasket yang baik, tim yang mempunyai penguasaan teknik dasar yang baik, akan mampu bermain dengan terampil sehingga ketepatan saat mengoper, men-*dribbel*, dan menembak sangat baik yang berpeluang memenangkan sebuah pertandingan. Namun tim yang tidak juara atau dengan kemampuan biasa saja belum tentu teknik dasarnya tidak baik, karena banyak faktor yang mempengaruhi tim yang menjadi juara antara lain ketahanan fisik (*physical condition*) dan kerja sama (pola dan strategi). Berdasarkan permasalahan di atas maka penulis ingin melakukan penelitian yang berjudul **“Tingkat Keterampilan Bermain Bolabasket Siswa Peserta**

Ekstrakurikuler Bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman”.

B. Identifikasi masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Saat permainan, dihadapkan kepada masalah kurang optimalnya penguasaan terhadap bola, sehingga terkadang sasaran yang dituju khususnya pada *passing* kurang tepat.
2. Kemampuan *shooting* atlet bolabasket SMA Negeri 1 Salaman masih kurang.
3. Kemampuan *dribbling* atlet bolabasket SMA Negeri 1 Salaman dengan penguasaan bola yang kurang baik dapat mengakibatkan bola dengan mudah dicegal lawan.
4. Belum diketahui tingkat keterampilan bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, tidak semua permasalahan dijadikan masalah penelitian oleh peneliti karena terbatasnya waktu, tenaga, biaya dan keterampilan. Peneliti dalam penelitian ini hanya membatasi pada permasalahan tentang tingkat keterampilan bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah untuk memberikan arahan yang jelas dalam penelitian ini, maka dirumuskan masalahnya adalah “Seberapa baik tingkat keterampilan

bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman yang diukur dengan AAHPERD *Basketball Test*?”.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang tingkat keterampilan bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu memberikan gambaran mengenai tingkat keterampilan bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman, sehingga dapat dijadikan sebagai pertimbangan atau acuan bagi pembinaan.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Permainan Bolabasket

a. Pengertian Bolabasket

Bolabasket merupakan suatu permainan beregu menggunakan bola besar yang diciptakan oleh James Naismith pada tahun 1891 di Springfield, Massachusetts (Kaplan, 2012: 15). Oliver (2007: 10-11) menyatakan permainan bolabasket adalah suatu permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari lima orang pemain. Dalam memainkan bola pemain dapat mendorong bola, memukul bola dengan telapak tangan terbuka, melemparkan atau menggiring bola ke segala penjuru dalam lapangan permainan.

Olahraga bolabasket 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 bolabasket merupakan salah satu olahraga prestasi yang sangat diminati masyarakat saat ini terutama kalangan pelajar dan mahasiswa, sehingga banyak sekali kejuaraan bolabasket yang diselenggarakan dan diikuti oleh masyarakat luas. Dengan banyaknya kejuaraan bolabasket 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.

Menurut Gandolfi (2009: 19), *“Basketball is a team sport, but each player on offense must be able to execute against a defender one on one. First, players should learn how to get open to receive the ball; then they need to master basic one-on-one moves with the ball”*. Bolabasket merupakan olahraga beregu, namun setiap pemain dalam menyerang harus bisa melewati pemain bertahan dalam pertarungan satu lawan satu. Don Showalter (2012:27) menyatakan *“Basketball is a fast-paced game where the objective is to put the ball into the basket. Although the concept is simple, specific offensive and defensive aspects of the game are executed differently based on the level of play and the game situation”*. Bolabasket merupakan permainan cepat yang bertujuan untuk memasukkan bola ke dalam keranjang. Walaupun secara konsep simpel, namun secara khusus aspek dalam menyerang ataupun bertahan berbeda-beda dalam melaksanakan tergantung tingkatan permainan itu sendiri maupun situasi pertandingan.

FIBA (2006: 1) menyatakan bahwa, “Bolabasket 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 bolabasket 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 di setiap jenjangnya, agar dapat menciptakan atlet-atlet bolabasket yang berkualitas, baik teknik, taktik, fisik dan psikis. Tidak sedikit atlet berprestasi pada jenjang tertentu tetapi hilang pada jenjang selanjutnya.

Kosasih (2008: 2), bolabasket adalah permainan yang menggunakan kecepatan (kaki dan tangan) dan kesigapan (keseluruhan gerak tubuh) dalam waktu yang tepat. Hal tersebut harus dilatihkan saat mengembangkan serta melatih *skill* individu pemain, fisik, emosi dan *team balance*, baik dalam posisi *defense* maupun *offense*. Bolabasket dimainkan oleh dua (2) tim yang masing-masing terdiri dari lima (5) pemain. Tujuan dari masing-masing tim adalah untuk mencetak gol dalam keranjang lawan dan untuk mencegah tim lainnya mencetak gol. Permainan ini dikendalikan oleh ofisial, ofisial meja dan komisaris, jika ada (*FIBA Rulles*, 2012: 4).

Krause et.al (2008: 20) menyatakan bolabasket merupakan permainan kecepatan dan keseimbangan, dalam setiap pergerakan diharuskan untuk focus pada tujuan. Permainan bolabasket juga merupakan bentuk permainan yang terbuka, sewaktu-waktu keadaan permainan dapat berubah, cara mengoper akan banyak sekali variasi yang terjadi di lapangan, pemain akan berusaha mengoperkan bola dengan berbagai cara agar bola tidak dapat dipotong lawan, begitu juga dengan menembak, dalam menembak akan menyesuaikan keadaan yang ada, pemain tidak hanya melakukan tembakan dengan satu jenis tembakan saja. Bolabasket dimainkan oleh dua (2) tim yang masing-masing terdiri dari lima (5) pemain. Tujuan dari masing-masing tim adalah untuk mencetak angka ke

keranjang lawan dan berusaha mencegah tim lawan mencetak angka (Perbasi, 2010: 1). Lapangan permainan harus rata, memiliki permukaan keras yang bebas dari sesuatu yang menghalangi dengan ukuran panjang 28 m dan lebar 15 m yang diukur dari sisi dalam garis batas (Perbasi, 2010: 1).

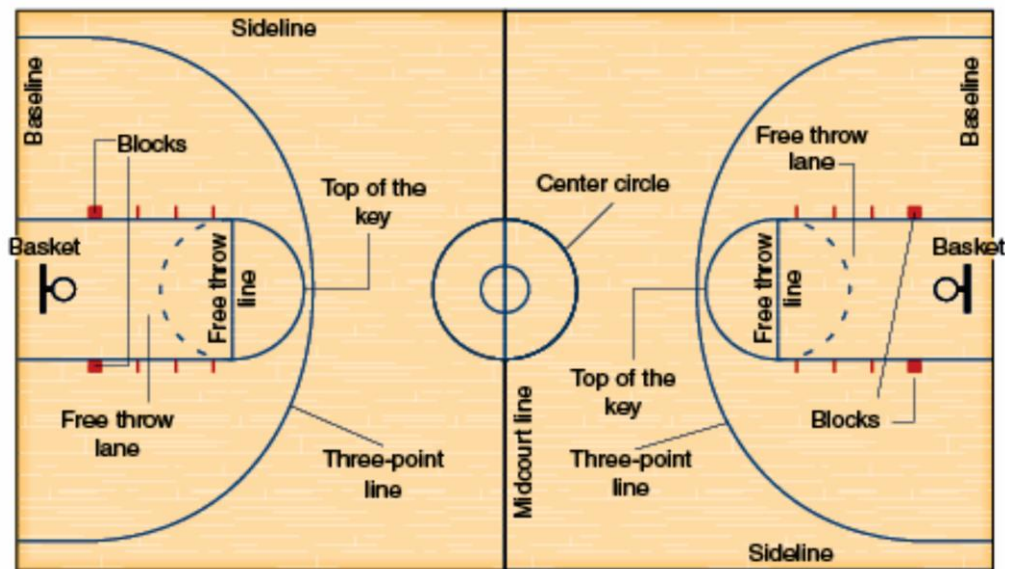
Berdasarkan pendapat dari beberapa ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa permainan bolabasket merupakan salah satu olahraga yang dimainkan oleh 2 regu yang masing-masing terdiri dari 5 orang dengan tujuan mencetak angka ke keranjang lawan dan mencegah regu lawan mencetak angka yang mendapat angka terbanyak menjadi pemenang. Bola dipindahkan dengan cara mengoper, *dribble*, menggelindingkan dan sebagainya sesuai peraturan yang berlaku. Untuk menjadi sebuah tim yang hebat maka latihan disiplin sangat penting untuk membentuk kerjasama tim dan melatih *skill* individu, fisik, dan emosi.

b. Fasilitas Perlengkapan Bolabasket

Fasilitas dan perlengkapan bolabasket terdiri atas lapangan, *backstop unit*, bola, dan perlengkapan pemain. Fasilitas Bolabasket terdiri dari: (1) lapangan permainan bolabasket, (2) *backstop unit* (papan pantul, ring basket), (3) *game clock* dan *shot clock*, dan (4) bola. Peralatan pertandingan bolabasket dibagi menjadi 3 tingkatan/level menurut FIBA, (1) yang diselenggarakan panitia local, (2) peralatan yang telah disetujui FIBA standar nasional, (3) peralatan yang telah disetujui FIBA standar internasional. Berikut ini penjabaran terkait fasilitas permainan bolabasket:

1) Lapangan

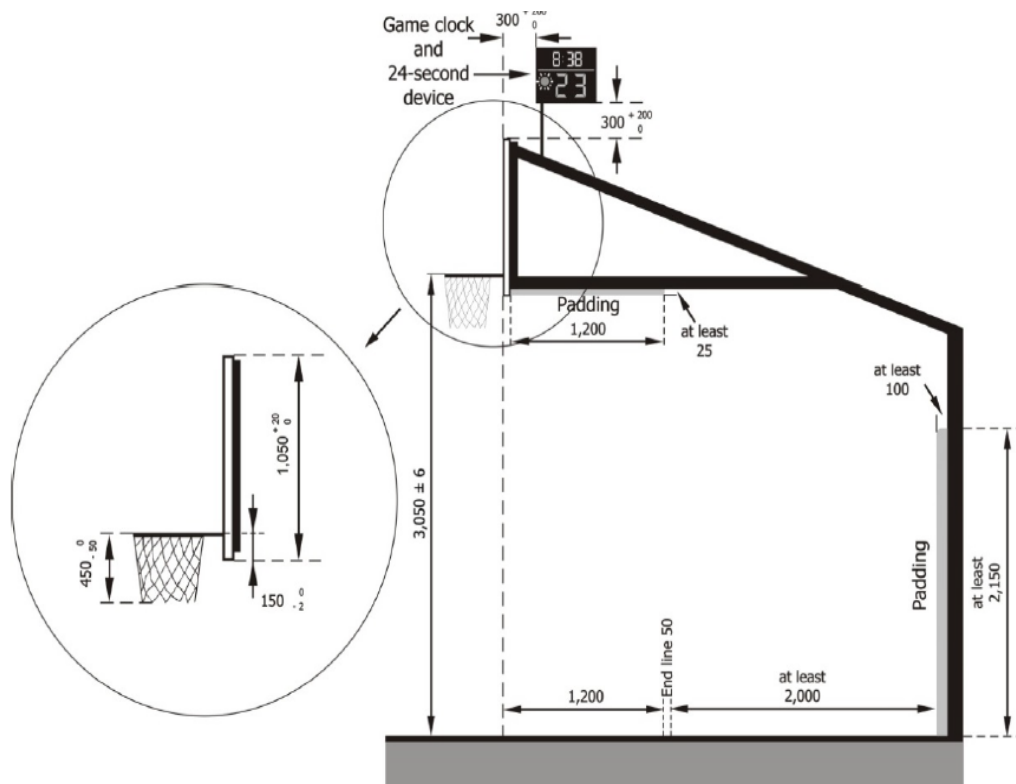
Lapangan permainan harus rata, memiliki permukaan keras yang bebas dari sesuatu yang menghalangi dengan ukuran panjang 28 m dan lebar 15 m yang diukur dari sisi dalam garis batas (Perbasi, 2012:1). Lapangan Bolabasket dapat dilihat pada gambar 1 sebagai berikut.



Gambar 1. Lapangan Bolabasket
(Sumber: Wissel, 2012: 13)

2) Backstop Unit

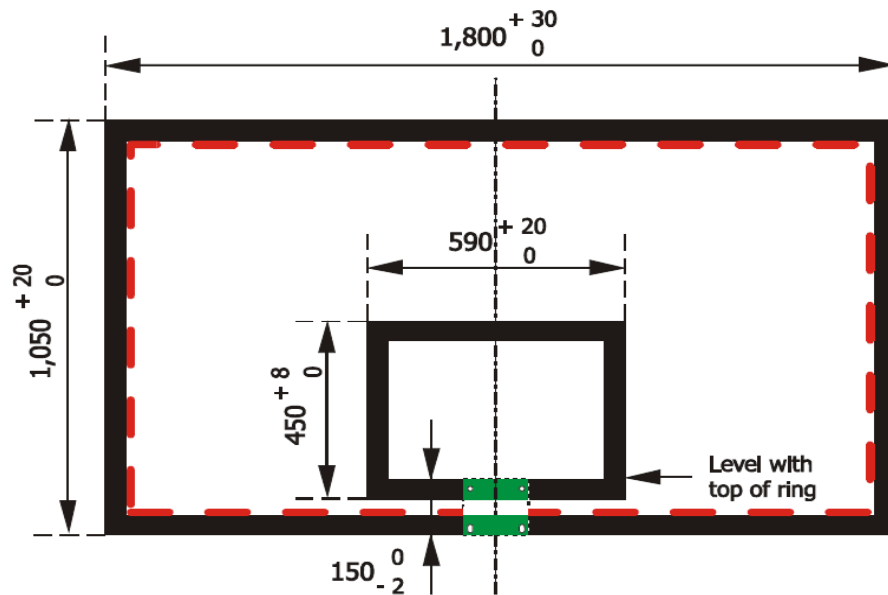
Backstop Unit merupakan tiang penyangga tempat papan pantul, ring basket, dan *shotclock* dipasang. “*There shall be two (2) backstop units, one placed at each end of the playing court and each consisting of the following parts: backboard, basket ring with a ring mounting plate, basket net, basket support structure, padding*” (FIBA, 2014: 6).



Gambar 2. Backstop Unit
(Sumber: FIBA, 2014: 6)

3) Papan Pantul (*Backboard*)

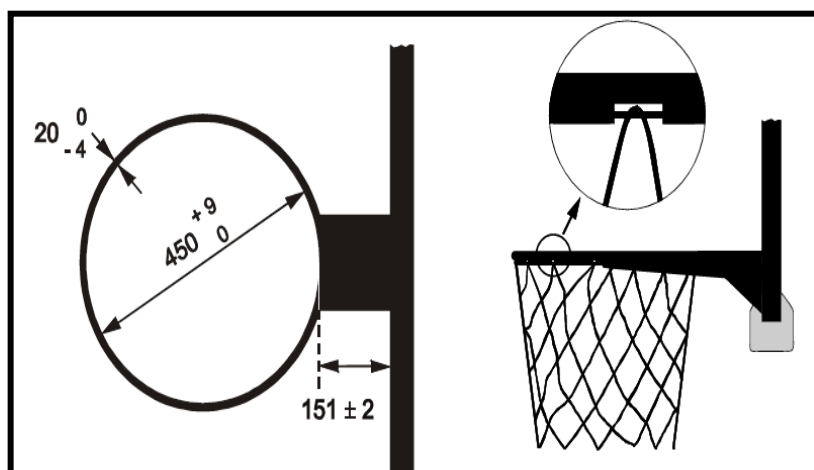
Menurut FIBA (2014:6), *The backboards shall be made of a suitable transparent material (for Level 1 and 2, of a tempered safety glass), made in one (1) piece, non reflective, with a flat front surface. For Level 3, the backboards may be made of other material(s) painted white, but must meet the other above specifications.* Papan pantul dapat dilihat pada gambar 3 sebagai berikut.



Gambar 3. Backboard Marking
(Sumber: FIBA, 2014: 7)

4) Ring Basket

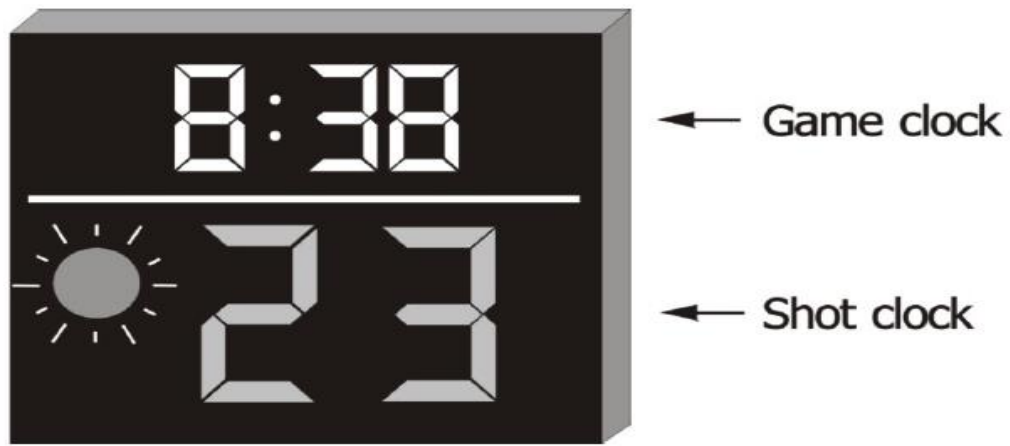
Menurut FIBA (2014:8), *The rings shall be made of solid steel and shall. Have an inside diameter of a minimum of 450 mm and a maximum of 459 mm.* Ring basket dapat dilihat pada gambar 4 sebagai berikut.



Gambar 4. Ring Basket
(Sumber: FIBA, 2014: 8)

5) *Game Clock dan Shot Clock*

Game Clock dan Shot Clock merupakan alat penunjuk waktu dalam permainan bolabasket. *Game Clock* berfungsi sebagai penunjuk sisa waktu dalam permainan, sedangkan *Shot clock* berfungsi sebagai penunjuk waktu dalam setiap sekali serangan. Untuk lebih jelasnya seperti pada gambar 6 berikut ini.



Gambar 5. *Game Clock dan Shot Clock*
(Sumber: FIBA, 2014: 8)

6) Bola

Dalam permainan bolabasket, bola yang dipakai harus sesuai dengan syarat yang telah ditentukan, syarat-syarat tersebut dapat dijabarkan sebagai berikut:

- a) Bola tersebut dari kulit, karet, atau bahan sintetis lainnya.
- b) Bola ukuran 7 (keliling lingkaran 749-780 mm dan berat 567-650 gram) untuk putra dan bola ukuran 6 (keliling lingkaran 724-737 mm dan berat 510-567 gram) untuk putri.

Menurut FIBA (2014:11), *For Levels 1 and 2, the outer surface of the ball shall be made of leather or artificial/-composite/synthetic leather. For Level 3, the outer surface of the ball may be made of rubber.*



**Gambar 6. Bola Ukuran 7
(Sumber: dokumentasi pribadi)**

Berdasarkan penjelasan di atas maka fasilitas dan perlengkapan bolabasket merupakan segala hal berbentuk barang yang berguna untuk memperlancar proses latihan atau pertandingan.

c. Teknik Dasar Bolabasket

Teknik dasar merupakan suatu faktor yang sangat penting dalam pencapaian suatu prestasi. Teknik dasar yang baik juga memudahkan pemain dalam menerima instruksi dari pelatih, karena dalam permainan bolabasket ini merupakan olahraga yang memiliki berbagai macam teknik gerakan. Ada beberapa teknik dasar yang terdapat dalam olahraga bolabasket. Wissel (2000: 20), menyatakan bahwa teknik dasar bolabasket yaitu :

Bola dapat diberikan hanya dengan *passing* (operan) dengan tangan atau dengan *mendribbel* (*batting, pushing, atau tapping*) beberapa kali pada lantai tanpa menyentuhnya dengan dua tangan secara bersamaan. Teknik dasar mencakup *footwork* (gerak kaki), *shooting* (menembak), *passing*

(operan), dan menangkap, *dribbel*, *rebound*, bergerak dengan bola, bergerak tanpa bola.

Sumiyarsono (2002: 12) mengemukakan teknik dasar dalam permainan bolabasket 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*).

Pemain harus dapat mengetahui dan menguasai bagaimana menggerakkan dan mengontrol badannya karena merupakan alat yang baik bagi setiap pemain.

Krause et.al (2008: 20) menyatakan bahwa terdapat 6 posisi dasar dan gerakan dasar dalam bolabasket meliputi *stance*, *starts*, *steps*, *turns*, *stops*, and *jumps*.

Senada dengan hal tersebut, Rose (2013: 71) menyatakan bahwa selain gerak dasar, atlet juga harus meningkatkan dasar bermain bolabasket yang meliputi *shooting*, *passing*, dan *dribbling*. Penjelasannya sebagai berikut:

1) *Stance*

Krause (2008: 20) menyatakan,

The most important part of a quick stance is achieving and maintaining bent-knee and bent-elbow positions. All joints should be flexed and ready. The game is played low to the floor. The lower players get, the higher they can jump. "Play low and stay low" is a critical concept for all players.

Kosasih (2008: 5) menyatakan *fundamental motion quick start, step, turn, dan stop* akan lebih efektif dan efisien untuk dilakukan jika pemain telah menguasai teknik *quick stance*.

2) *Start*

Krause (2008: 25), menyatakan bahwa “*Starting is the first skill players must learn that uses quick stance. To start quickly, players shift body weight (and the head) in the desired direction of movement*”. Gerak awal yang bagus akan sangat menentukan permainan, karena pergerakan dalam permainan bolabasket dibagi menjadi dua hal yang umum yaitu; (a) *Defensive quick starts*, dan (b) *Offensive quick starts. On defense, players should use a sliding motion. They should keep their feet at shoulder width and use short, quick shuffle steps. This technique is called the push step, or step (lead foot) and slide (rear foot)* (Krause, 2008: 26). Krause (2008: 26-27) menambahkan, “*On offense, players with a live ball (i.e., who still can dribble) can do a quick start from triplethreat position using the lead foot first*”.

3) *Steps*

Quick steps are the basic motion changes that allow players to use speed and quickness to complete plays and execute offensive and defensive strategies (Krause, 2008: 27). *Quick step* biasanya bergerak mulai dari pelan ke cepat, hal ini sangat identik dengan gerakan *change of pace* dan *change of direction* yang sangat berguna baik pada saat *defense* maupun *offense*.

4) *Turns and Pivots*

Pivoting is an essential part of many basketball skills. To pivot well, you need a balanced stance: head over waist, back straight, and knees flexed. Keep your weight on the ball of the pivot foot and do not pivot on your heel (Wissel, 2012: 28). *Turn* atau *pivot* merupakan gerakan memutar tubuh secara melingkar

membawa bola dengan menggunakan satu kaki sebagai tumpuan (poros). Krause (2008: 29) menambahkan, *“Sixty percent of body weight should be on the pivot foot as the heel of the turning foot is lifted slightly to pivot on the ball of the foot”*.

5) *Quick Stops*

Gerakan akhir dari lari atau gerakan slide dinamakan gerak stop. Krause (2008: 54) menjelaskan bahwa

“when running, a player does a quick stop by hopping slightly from one foot, skimming the floor surface, landing in a parallel or slightly staggered stance (basic or quick stance position), and sticking the landing with soft feet. Feet hit the floor at the same time in a one-count motion: Hop from and skim the floor with one foot and land on two feet”.

Hal ini dapat digunakan dalam *defense* maupun *offense* (baik itu dengan ataupun tanpa bola). Peraturan bolabasket memperbolehkan pemain yang membawa bola untuk menggunakan salah satu kaki untuk *pivot* setelah *quick stop*.

6) *Jumps*

Krause (2008: 33) menyatakan bahwa:

The basic principles for improving jumping skill include being in quick stance and ready to jump in order to jump quickly in any situation. Players also can jump higher if they increase the muscle strength in their legs. Coaches should help players improve leg strength with resistance training as well as work on jumping skill.

Bagaimana atlet mendarat pada saat setelah lompat menentukan seberapa cepat dan tinggi lompatan berikutnya. *Timing, balance in the air, and landing are also important components of jumping* (Wissel, 2012: 30).

“Good footwork is important to both offense and defense. An offensive player has the advantage of knowing what move will be made and when. Offensive footwork is used to fake the defender, get the defender off balance, move off screens, cut to the basket, avoid charging into a defender, and elude a blockout when going for an offensive rebound. Developing good footwork is especially important when playing defense. You can try to

anticipate moves, but you can never be certain what your opponent will do. Defensive success often depends on the ability to react instantly in any direction to the moves of the opponent, which requires executing defensive footwork with balance and quickness” (Wissel, 2012: 27).

Gerak olah kaki/*footwork* sangat penting baik dalam menyerang ataupun bertahan. Pada saat menyerang keuntungan bagi atlet yang memiliki gerak olah kaki yang bagus untuk menipu lawan, *cutting/* meloloskan diri dari penjagaan lawan, dan masih banyak yang lainnya. Sedangkan pada saat bertahan pemain memiliki kemampuan untuk bereaksi secara cepat dalam berbagai gerakan dari lawan.

Bolabasket merupakan permainan yang gerakannya kompleks yaitu gabungan dari jalan, lari, lompat dan unsur kekuatan, kecepatan, ketepatan, kelenturan dan lain-lain (Sodikun, 1992: 35). Dalam hal ini berarti, gerakannya terdiri dari gabungan unsur gerak yang terkoordinasi dengan baik. Oleh karena itu, penguasaan gerak yang baik harus dilakukan agar dapat menciptakan suatu gerakan yang baik pula, sehingga penguasaan terhadap teknik dasar dalam permainan bolabasket harus didahulukan. Setiap pemain basket dituntut untuk dapat melakukan setiap unsur gerak yang terangkum dalam berbagai teknik dasar yang benar. Jika setiap unsur gerak dapat dikuasai, maka setiap pemain akan mudah mengkombinasikan dan mengembangkan berbagai macam gerakan.

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 bolabasket. 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.

2. Hakikat Teknik Dasar Bolabasket

a. Teknik Melempar dan Menangkap Bola (*Passing*)

Lempar dan menangkap bola di dalam permainan bolabasket sangat berperan penting, ini merupakan keterampilan yang harus dimiliki oleh setiap pemain bolabasket. Lempar tangkap di dalam permainan bolabasket mempunyai tujuan yang sangat penting yaitu mendekatkan bola ke basket. Melakukan *passing* haruslah dilakukan secara cepat dan tepat untuk mendapatkan peluang memasukan bola sebanyak-banyaknya. *Passing* adalah salah satu kunci keberhasilan serangan sebuah tim dan sebuah unsur penentuan tembakan-tembakan yang berpeluang besar mencetak angka (Oliver, 2009: 35). Melalui *passing* peluang untuk mencetak angka akan semakin besar. Tim yang hebat adalah tim yang mempunyai kerjasama yang baik, kerjasama itu diwujudkan dengan *passing*. Teknik dasar mengoper (*passing*) dalam permainan bolabasket sebagai berikut:

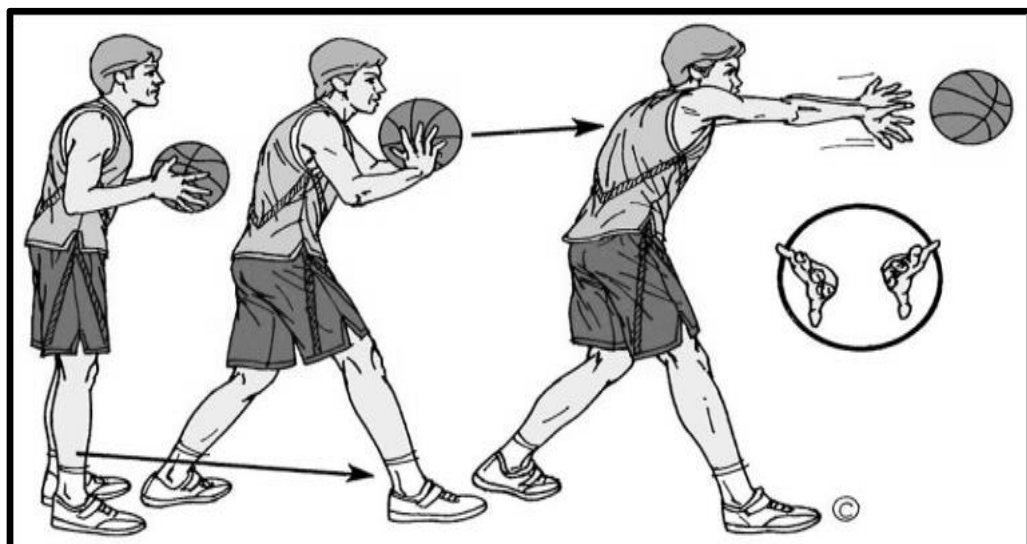
1) Mengoper bola setinggi dada (*Chest pass*)

Operan ini digunakan untuk jarak pendek dengan jarak 5 sampai 7 meter. Dengan operan ini akan menghasilkan kecepatan, ketepatan, dan kecermatan di dalam mengoper bola. Teknik ini membutuhkan otot lengan yang kuat karena

cepat laju bola tergantung pada kekuatan otot lengan, cara melakukan teknik ini haruslah benar agar mendapatkan hasil yang maksimal. Berikut ini adalah cara melakukan teknik *chest pass* menurut Ahmadi (2007: 14)

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

Berikut ini gambar tentang teknik *chest pass*:



Gambar 7. Teknik Melempar Bola di Depan Dada (*Chest Pass*)
(Sumber: Ahmadi, 2007: 14)

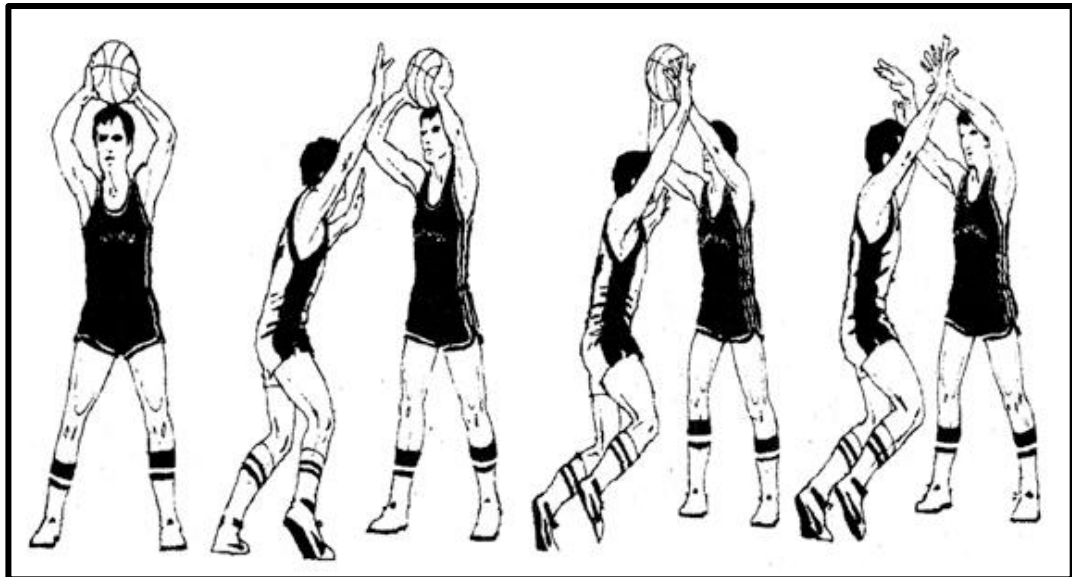
2) Mengoper bola dari atas kepala (*Overhead pass*)

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

- a) Posisi bola berada di atas dahi dengan tangan agak siku agak ditebuk.

- b) Bola dilempar dengan lekukan pergelangan tangan dengan arah bola agak ke bawah disertai dengan meluruskan tangan.
- c) Posisi kaki berdiri tegak tetapi tidak kaku.

Berikut ini gambar tentang teknik *overhead pass*:



Gambar 8. Mengoper Dari Atas Kepala (*Overhead Pass*)
(Sumber: Ahmadi, 2007: 15)

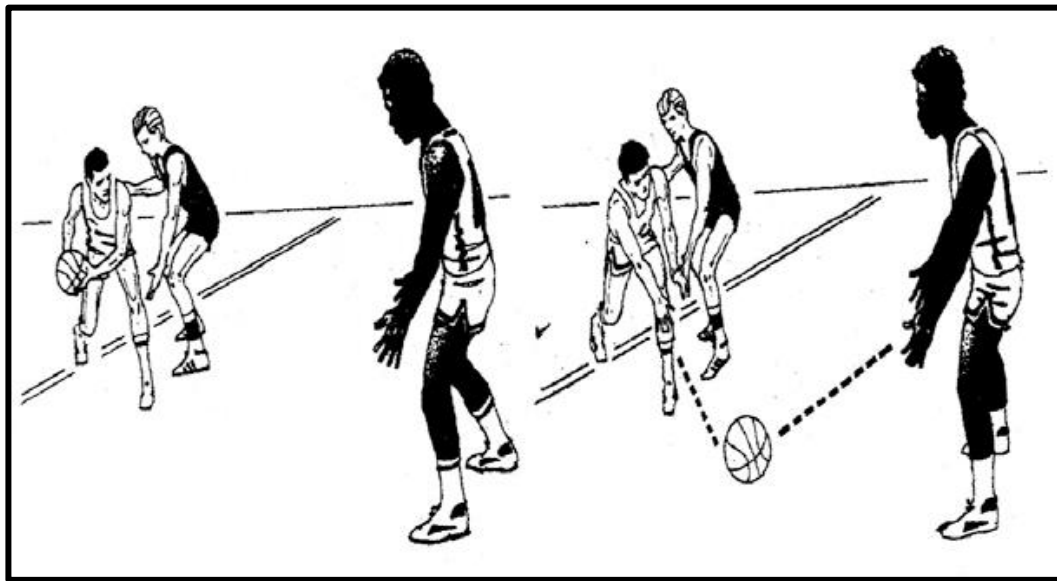
3) Mengoper bola pantulan (*Bounce pass*)

Operan ini digunakan untuk menerobos lawan dengan cara bola dipantulkan ke samping kanan dan kiri lawan. Operan ini hampir sama dengan operan *chest pass* hanya saja operan ini dipantulkan terlebih dahulu. Teknik *bounce pass* ini digunakan ketika ada pemain lawan dan tidak ada ruang untuk memberikan bola kepada kawan, alternatifnya menggunakan teknik *bounce pass* dengan memantulkan bola terlebih dahulu. Berikut cara melakukan teknik *bounce pass* menurut Ahmadi (2007: 15):

- a) Pelaksanakan hampir sama dengan operan dada.

- b) Bola dilepas atau didorong dengan tolakkan dua tangan menyerong ke bawah dari letak badan lawan.
- c) Bila berhadapan dengan lawan bola diarahkan ke samping bawah lawan kanan ataupun kiri.

Berikut ini gambar tentang teknik *bounce pass*



Gambar 9. Mengoper Bola Pantul (*Bounce Pass*)
(Sumber: Ahmadi, 2002: 16)

b. Teknik Menggiring Bola (*Dribbling*)

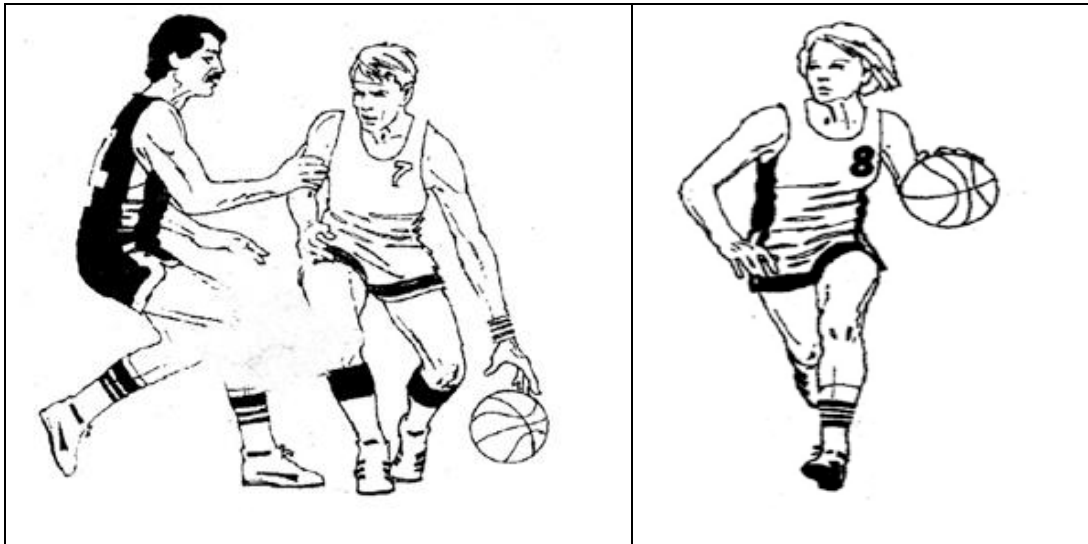
Menurut Oliver (2007: 49) menggiring adalah salah satu dasar bolabasket yang pertama kali diperkenalkan kepada pemula, karena keterampilan ini sangat penting bagi setiap pemain yang terlibat dalam pertandingan bolabasket. Seorang pemula, pertama kali yang harus diajarkan adalah menggiring bola karena mendribbling bola merupakan dasar untuk melakukan serangan. Tujuan permainan bolabasket adalah memasukan bola sebanyak mungkin keranjang lawan, serta menahan lawan agar jangan memasukan bola ke keranjang sendiri dengan cara lempar tangkap, menggiring bola, dan menembak (Sumiyarsono,

2002: 1). Dari tujuan permainan bolabasket tersebut, untuk melakukan serangan tentu menggunakan *dribbling*. Dengan menguasai teknik *dribbling* yang bagus akan dengan mudah melakukan serangan ke daerah lawan. Dalam permainan bolabasket teknik *dribbling* bola paling banyak digunakan, karena dengan teknik *dribbling* ini akan membawa bola mendekati ring dan memudahkan untuk mencetak angka dari jarak yang tidak begitu jauh untuk melakukan tembakan.

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

- 1) Perkenaan bola saat menggiring pada telapak tangan, telapak tangan berada di atas bola.
- 2) Posisi kaki saat menggiring lutut agak sedikit ditekuk.
- 3) Posisi badan agak condong ke depan, sehingga berat badan tertumpu pada kedua kaki

Berikut ini gambar tentang *men-dribbling* rendah dan *men-dribbling* tinggi:



Gambar 10. Menggiring Rendah dan Menggiring Tinggi
(Sumber: Ahmadi (2002: 17))

c. Pengertian *Shooting* Bolabasket

Keterampilan gerak dasar menembak (*shooting*) dalam permainan bolabasket sangat penting untuk dikuasai secara baik, tetapi tidak boleh mengesampingkan keterampilan gerak dasar yang lain. Menembak merupakan sasaran akhir setiap bermain, keberhasilan suatu tim dalam permainan selalu ditentukan dalam keberhasilannya dalam menembak. Untuk dapat berhasil dalam menembak, perlu menggunakan teknik-teknik yang baik dan benar

Menembak (*shooting*) dalam permainan bolabasket adalah usaha yang dilakukan untuk mencetak angka, baik itu 3 angka, 2 angka atau 1 angka. Setiap pemain memiliki potensi untuk dapat menjadi penembak yang baik asal pemain tersebut berlatih dengan intensif dan konsisten. Dalam permainan bolabasket adalah keterampilan yang wajib dimiliki oleh setiap pemain, walaupun setiap

pemain memiliki persentase keberhasilan tembakan (*shooting*) berbeda-beda. Seorang menembak akan melepaskan tembakan jika sudah mendapatkan sudut dan pandangan yang cukup luas untuk melepaskan tembakan. Bola hasil tembakan yang semakin parabola maka memiliki kesempatan yang besar untuk masuk ke keranjang.

Sodikun (1992: 90), di dalam permainan bolabasket tembakan dibagi menjadi dua yaitu tembakan lapangan dan tembakan hukuman. Tembakan lapangan adalah suatu percobaan memasukkan bola ke keranjang lawan selama dalam waktu permainan/ pertandingan. Tembakan ini dilakukan oleh siapapun pemain penyerang dari daerah manapun di dalam lapangan sesuai dengan peraturan. Sedangkan tembakan hukuman atau tembakan bebas ini adalah merupakan hadiah yang diberikan kepada pemain untuk mencetak satu angka. Tembakan tanpa rintangan ini dilakukan pada posisi tepat di belakang garis tembakan bebas sesuai ketentuan. Tembakan dilakukan dalam waktu paling lama 5 detik, dimulai sejak bola diberikan oleh wasit kepada pemain yang akan melakukan tembakan.

Kosasih (2008: 46) menyatakan bahwa dua prinsip dasar dalam bermain basket adalah menciptakan peluang *shooting* untuk mencetak skor saat *offense* dan mencegah lawan melakukan hal yang sama saat *defense*. Krause et.al (2008: 100) menyatakan bahwa menembak merupakan keterampilan dasar yang paling dinikmati dan dipraktikkan pemain, dapat dilakukan sendiri. Rose (2013: 71) menambahkan bahwa penembakan harus menjadi bagian integral dari setiap latihan ofensif. *Shooting* merupakan bagian penting dari setiap latihan menyerang,

karena akan selalu diakhiri dengan upaya menembak untuk mencetak angka. Latihan *shooting* pun dapat dilatih secara mandiri dikarenakan pemain dapat berlatih sendiri. Latihan *shooting* pun dapat dilatih secara mandiri dikarenakan pemain dapat berlatih sendiri. Showalter (2012: 70) menyatakan ketika menembak atlet harus belajar untuk fokus dalam menentukan target, langsung ke ring atau memanfaatkan papan pantul. Hal tersebut sangat penting untuk meningkatkan persentase masuk saat menembak

Setiap atlet bisa menjadi penembak yang baik dengan persentase menembak yang tinggi disetiap pertandingan, dengan pengulangan latihan secara terus-menerus. Menembak akan menghasilkan angka yang berbeda sesuai dengan di daerah mana pemain melakukan tembakan. Sumiyarsono (2002: 26) menyatakan bahwa keterampilan terpenting dalam bolabasket adalah kemampuan untuk menembak (*shooting*) bola ke dalam keranjang. Keterampilan ini merupakan suatu keterampilan yang memberikan hasil nyata secara langsung. Selain itu memasukkan bola ke dalam keranjang merupakan inti dari strategi permainan bolabasket.

Oliver (2009: 13) menyatakan bahwa “semakin dekat dengan *ring basket*, semakin besar kesempatanmu untuk melakukan tembakan”. Pernyataan tersebut digunakan hanya untuk peluang dalam mencetak angka ke keranjang dengan teknik tembakan dua angka, tidak berlaku untuk pemain yang memiliki kemampuan tembakan jarak jauh (*3 point shoot*). Sebelum melakukan tembakan, hal yang harus diperhatikan oleh atlet atau pemain adalah cara menangkap operan, cara memegang bola dengan baik, jarak antara pemain dengan keranjang dan jarak

antara pemain dengan pemain bertahan. Apabila pemain dengan cermat memperhatikan hal-hal tersebut kemungkinan *persentase* memasukan bola akan lebih tinggi.

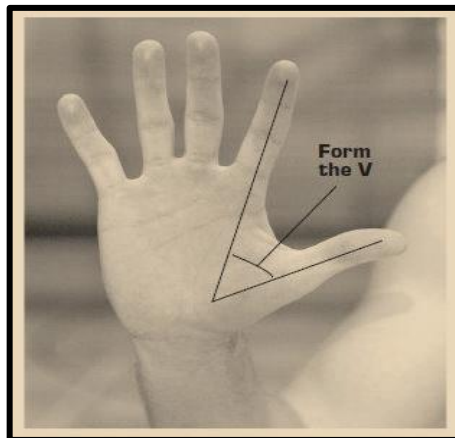
Teknik menembak perlu adanya pemahaman terlebih dahulu untuk mendapatkan gerakan teknik menembak yang bagus, karena teknik menembak yang baik akan membuat pergerakan menjadi efektif dan efisien. Berikut persyaratan teknik menembak yang baik, menurut Sumiyarsono (2002: 25) sebagai berikut:

- 1) Kaki sejajar, apabila menggunakan sikap kuda-kuda kaki yang berada di depan sesuai dengan tangan yang digunakan untuk menembak.
- 2) Awalan bola dipegang di atas kepala dengan dua tangan sedikit di depan dahi. Siku lengan tangan yang dipergunakan untuk menembak membentuk sudut 90° .
- 3) Tangan yang tidak dipergunakan untuk menembak meninggalkan bola saat dilepas, sedangkan tangan yang digunakan untuk menembak diputar menghadap arah tembakan. Sikap badan rileks menghadap sasaran.
- 4) Tekuk lutut secukupnya agar memperoleh awalan tembakan, posisi siku tetap 90° .
- 5) Luruskan kaki bersamaan dengan meluruskan tangan yang dipergunakan untuk menembak ke depan atas, sampai siku lurus dan diakhiri dengan lecutan pergelangan tangan sampai jari-jari menghadap ke bawah.
- 6) Sasaran sebagai tembakan dilihat di bawah bola, bukan di samping/di atas bola.

7) Apabila bola tidak sampai pada sasaran yang dituju, maka tekuk lutut lebih rendah agar memperoleh momen yang lebih benar.

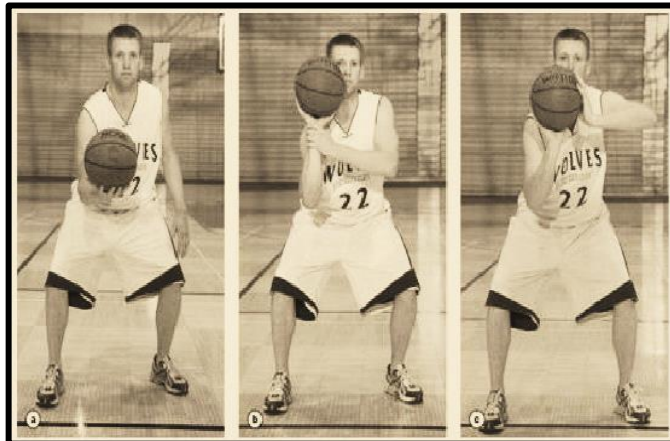
Adapula menurut Krause et.al., (2008: 81-84) cara membak (*shooting*) mulai dari cara memegang bola hingga saat bola dilepaskan yang benar adalah sebagai berikut:

- 1) Jari tangan harus terbuka lebar dan dalam keadaan nyaman
- 2) Ibu jari dan telunjuk sudut sekitar 70° , membentuk huruf V bukan huruf L.



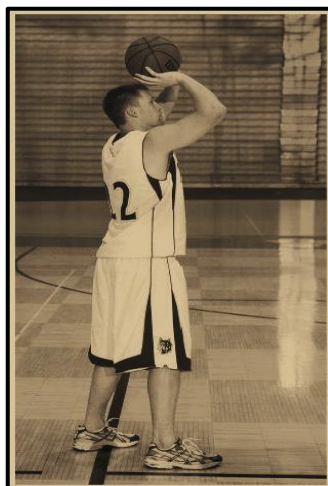
**Gambar 11. Cara Memegang Bola yang Benar
(Sumber: Krause et.al., 2008)**

- 3) Letakkan bola di telapak tangan untuk menembak, posisi tangan berada di depan tubuh
- 4) Lutut sedikit ditebuk
- 5) Pada saat memegang bola, pindahkan bola ke posisi menembak dengan memutar bola ke atas.
- 6) Posisi tangan menembak berada di belakang dan di bawah bola dan tangan yang bukan untu menembak bertugas untuk menyeimbangkan bola, teknik ini disebut *locking and loading*.



Gambar 12. Fase melakukan *Locking and Loading*
(Sumber: Krause et.al., 2008: 81)

7) Angkat bola di depan dahi



Gambar 13. Posisi Bola Berada di Depan Dahi
(Sumber: Krause et.al., 2008: 84)

- 8) Kemudian dorong bola ke atas dan ke depan dengan jari dan siku, sudut rilis bola yang tepat adalah 60° horizontal.
- 9) Secara bersamaan lutut diluruskan untuk mendapatkan daya dorong ke atas,
- 10) *Follow through*, siku melakukan gerakan ekstensi penuh dan pergelangan tangan melakukan gerakan fleksi. Dalam keadaan ini seorang pemembak memvisualisasikan tangan seperti bentuk leher angsa.



Gambar 14. *Follow Through*
(Sumber: Krause et.al., 2008: 84)

Tidak semua pemain menguasai teknik menembak dengan baik, karena teknik menembak membutuhkan latihan yang intensif supaya dapat menguasai teknik dengan baik dan tingkat keberhasilan dalam melakukan tembakan akan lebih tinggi. Teknik menembak sangat sulit di kuasai. Karena teknik menembak memerlukan konsentrasi yang tinggi ditambah tenaga yang stabil untuk mencapai keranjang, dan membuat bola parabola, sehingga presentase bola masuk ke keranjang lebih tinggi. Untuk mendapatkan persentase menembak yang tinggi perlu banyak percobaan yang dilakukan, sehingga terbentuknya gerak otomatis pada saat melakukan tembakan. Dengan permainan bolabasket yang mengharuskan kondisi fisik yang baik, konsentrasi harus tepat stabil untuk mendapatkan tembakan yang berhasil masuk ke keranjang.

Menembak akan menghasilkan akurasi yang baik tergantung dari pelepasan atau lecutan yang dilepaskan ketika menembak. Karena ketinggian bola akan berpengaruh masuk atau tidaknya bola hasil tembakan. Semakin tinggi atau parabola maka akan besar pula kesempatan bola untuk masuk ke keranjang, tetapi

ketika ketinggian bola sejajar dengan keranjang maka bola akan sulit untuk masuk ke keranjang, hal itu terjadi karena ketinggian keranjang yang memaksa penembak untuk melepaskan bola lebih tinggi dari posisi keranjang, dengan ini kesempatan bola akan semakin besar untuk masuk ke keranjang.

Sumiyarsono (2002: 27) menjelaskan lambungan bola dapat dibedakan menjadi tiga di antaranya:

1) Busur lambungan datar

Apabila lambungan bola mengambil busur lambungan datar, jalannya bola paling mudah untuk dikontrol akan tetapi menempuh daerah bidang yang sempit atau cincin basket. Kemungkinan bola akan mengenai bagian lengkung cincin depan atau belakang. Sedangkan pantulan yang akan terjadi, bola terbang jauh secara vertikal atau kurve datar dari daerah cincin basket.

2) Busur lambungan sedang

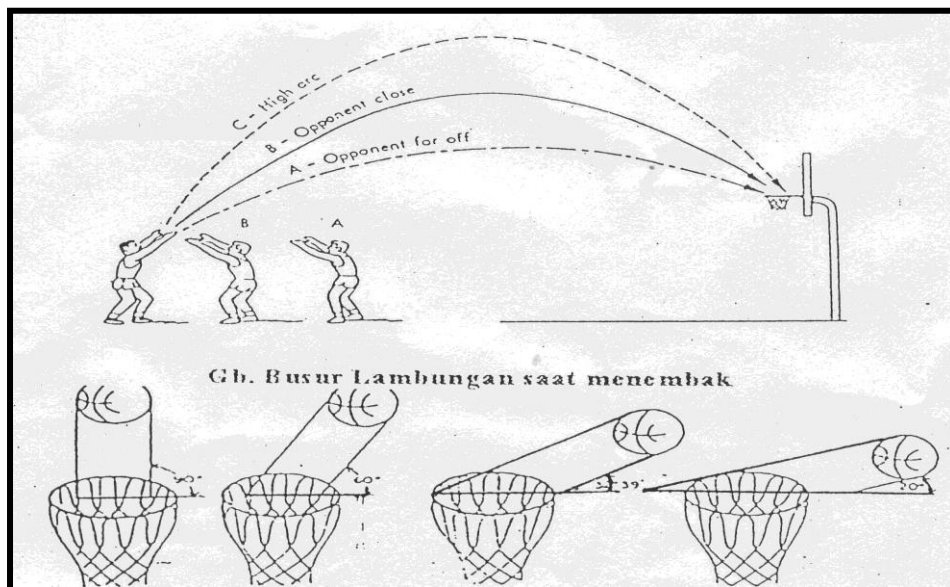
Apabila lambungan bola mengambil busur lambungan sedang, memudahkan jalannya bola untuk dikontrol ke arah sasaran, akan tetapi menempuh daerah atas cincin basket. Kemungkinan bola akan memantul mengenai bagian atas cincin. Sedangkan pantulan yang akan terjadi, bola terbang jauh secara vertikal dari daerah cincin basket sehingga bola dimungkinkan masih dapat masuk setelah memantul.

3) Busur lambungan tinggi

Apabila lambungan bola mengambil busur lambungan tinggi, menyulitkan jalannya bola untuk dikontrol ke arah sasaran, sehingga bola lebih banyak luncas akan tetapi menempuh daerah bidang lebih luas atau cincin basket. Kemungkinan

bola akan memantul mengenai bagian atas dan samping cincin. Sedangkan pantulan yang akan terjadi, bola terbang jauh secara vertikal dari daerah cincin basket, sehingga bola dimungkinkan untuk tidak masuk setelah memantul.

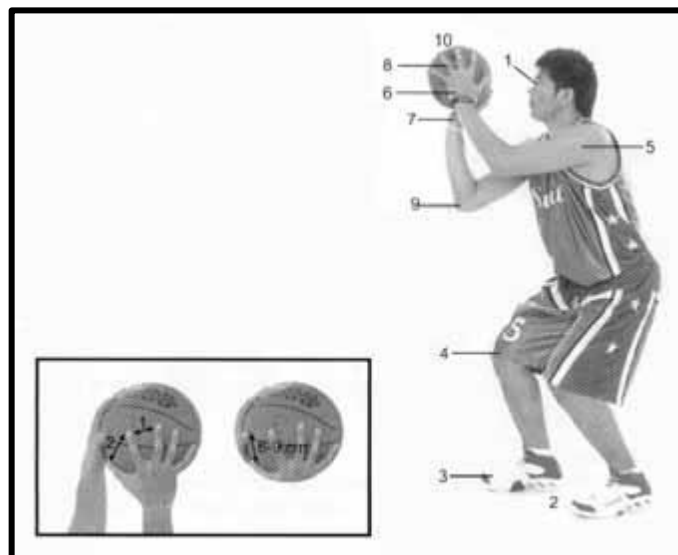
Pada pernyataan di atas busur lambungan yang banyak digunakan dan cukup efektif adalah pada busur lambungan sedang. Busur lambungan sedang dikatakan cukup efektif, sebab memudahkan jalannya bola untuk dikontrol menuju sasaran. Berikut ini bentuk gambar busur lambungan bola sesuai dengan pernyataan di atas:



Gambar 15. Busur Lambungan saat Menembak dan Arah Datangnya Bola (Sumber: Sumiyarsono, 2002: 27)

Ada istilah berkaitan dengan teknik *shooting* dalam bolabasket yang perlu dikenalkan kepada pemain sejak dini yaitu BEEF, 1) B (*Balance*); gerakan selalu dimulai dari lantai, saat menangkap bola tekuklah lutut dan mata kaki serta atur agar tubuh dalam posisi seimbang, 2) E (*Eyes*); agar *shooting* menjadi akurat pemain harus dengan segera mengambil fokus pada target (pemain dengan cepat mampu mengkoordinasikan letak *ring*), 3) E (*Elbow*); pertahankan posisi siku

agar pergerakan lengan tetap vertikal, 4) F (*Follow Through*); kunci siku lalu lepaskan gerakan lengan jari-jari dan pergelangan tangan mengikuti ke arah *ring* (Kosasih, 2008: 47).



Gambar 16. Fase Persiapan *Shooting*
(Sumber: Kosasih, 2008: 47)

Keterangan dari gambar di atas, adalah sebagai berikut:

- 1) Mata melihat target/ *ring*.
- 2) Kaki terentang selebar bahu.
- 3) Jari kaki lurus ke depan.
- 4) Lutut dilenturkan.
- 5) Bahu dirilekskan.
- 6) Tangan yang tidak menembak berada di samping bola.
- 7) Tangan yang menembak di belakang bola.
- 8) Jari-jari rileks.
- 9) Siku masuk ke dalam.
- 10) Bola di antara telinga dan bahu.

Pemain harus menjadi mesin *skor* dengan prinsip ROBOT yang berarti : R (*Range*); pemain harus membiasakan diri untuk melakukan *shooting* di segala jarak dan tempat, O (*Open*); seorang *shooter* perlu posisi yang terbuka (tidak ada tangan pemain lawan yang menghalangi pandangan ke *ring*), B (*Balance*); *shooting* yang baik selalu diambil dalam posisi seimbang (*shooting* dimulai dari

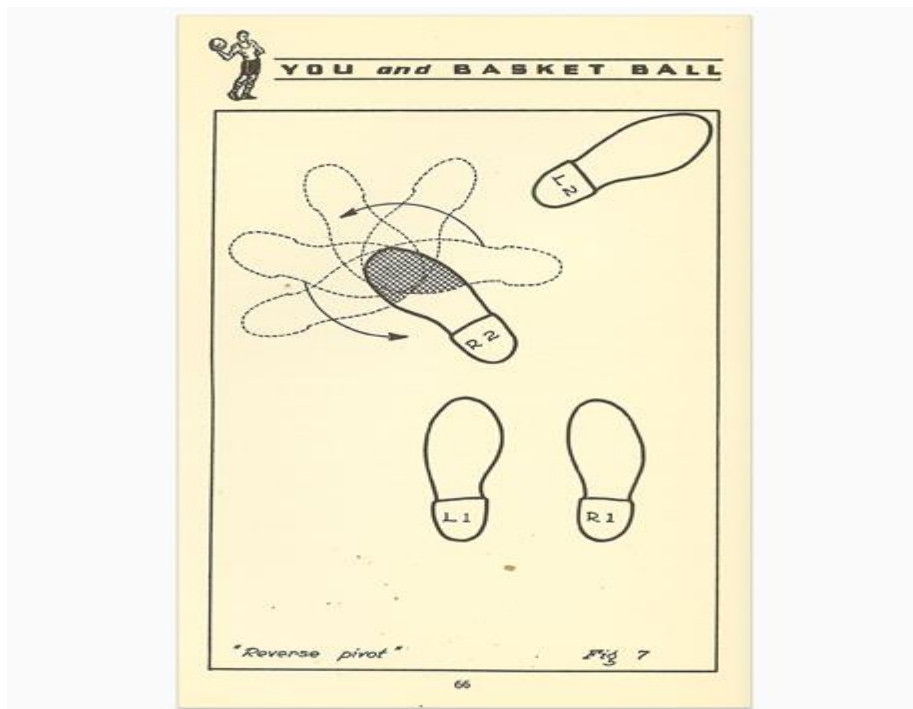
lantai dan dalam posisi kaki yang siap), O (*One count*); *shooting* yang baik terjadi hanya dalam satu hitungan, yakni ketika memegang bola posisi kaki dan tangan sudah siap, T (*Teammate*); seorang *shooter* yang baik juga adalah seorang yang mau memberikan *assist* kepada rekan setimnya yang lebih terbuka kesempatannya (Kosasih, 2008:48).

d. Teknik Bertumpu Satu Kaki (Pivot)

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

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

Berikut ini gambar tentang *pivot*:



Gambar 17. Gerakan Kaki Saat (*Pivot*)
(Sumber: <http://raezo-streetball.blogspot.com>)

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

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 sebagai berikut.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Nashrulloh Ahmad Hanafi (2012), yang berjudul “Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bolabasket Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler SMA N 2 Playen Gunung Kidul”. Menggunakan metode survei dengan teknik tes dan pengukuran AAHPERD *BASKETBALL SKILL TEST*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan dasar bermain bolabasket siswa putra dan putri yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket adalah sedang. Dibuktikan dengan mean putra sebesar 449,99 maka masuk dalam kategori sedang dan mean putri sebesar 449,67 maka masuk dalam kategori sedang. Berdasarkan hasil penelitian keseluruhan dapat disimpulkan bahwa keterampilan bolabasket siswa putra dan putri yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA N 2 Playen adalah sedang.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Danu Prasetyo (2016) yang berjudul “Tingkat Keterampilan Bermain Bolabasket Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket SMA Negeri 1 Comal Kabupaten Pematang tahun pelajaran 2016/2017” ini dilatarbelakangi oleh kemampuan bermain bolabasket yang berbeda-beda yang menyebabkan penurunan prestasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa tingkat keterampilan bermain bolabasket peserta ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Comal Kabupaten Pematang tahun pelajaran 2016/2017 yang menyebabkan penurunan prestasi. Penelitian

ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan metode survei, dengan teknik pengambilan datanya menggunakan tes. Populasi pada penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Comal Tahun Pelajaran 2016/2017. Subjek penelitian yang digunakan sebanyak 12 peserta. Instrumen dan teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes kecakapan bermain bolabasket dari STO (Sekolah Tinggi Olahraga). Tes ini disusun untuk peserta ekstrakurikuler bolabasket SMA putra dengan validitas tes sebesar 0,826 dan memiliki reliabilitas sebesar 0,903. Untuk menganalisis data digunakan teknik statistik deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persen tingkat keterampilan bermain bolabasket peserta ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Comal Tahun Pelajaran 2016/2017. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan bermain bolabasket peserta ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Comal Tahun Pelajaran 2016/2017 sebagian besar berkategori “sedang”. Secara rinci, 2 anak (16,7%) memiliki keterampilan bermain bolabasket baik sekali, 1 anak (8,3%) memiliki keterampilan bermain bolabasket baik, 4 anak (33,3%) memiliki keterampilan bermain bolabasket sedang, 2 anak (16,7%) memiliki keterampilan bermain bolabasket kurang, 3 anak (25%) memiliki keterampilan bermain bolabasket kurang sekali. Nilai rata-rata sebesar 160,42 terletak pada interval 157-166, maka tingkat keterampilan bermain bolabasket peserta ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Comal Tahun Pelajaran 2016/2017 memiliki tingkat keterampilan bermain bolabasket sedang.

C. Kerangka Berpikir

Bolabasket adalah olahraga permainan beregu yang dimainkan oleh dua tim memperebutkan sebuah bola untuk dimasukkan ke dalam ring lawan sebanyak-banyaknya atau menjaga ringnya agar tidak kemasukkan bola lawan menggunakan teknik dan taktik yang benar. Tim atau regu yang dapat memasukkan bola paling banyak adalah pemenangnya. Untuk dapat menjadi pemenang suatu tim harus memiliki kondisi fisik yang baik, mental kuat, keterampilan bermain yang baik beserta taktik strategi yang baik. Keterampilan dasar merupakan kebutuhan utama bagi setiap pemain selain fisik. Sebagai dasar bermain bolabasket yang kuat, pemain harus menguasai dan terampil dalam mengaplikasikan teknik-teknik dasar bermain bolabasket. Hal ini akan sangat mempengaruhi penampilan bermain suatu tim baik secara *skill* individu maupun kinerja tim dalam pencapaian prestasi yang bagus.

Penampilan bermain dapat maksimal apabila para pemain menguasai keterampilan dasar dengan baik dan benar namun demikian tetap dibutuhkan mental yang kuat. Beberapa hal tersebut dapat dilatih secara bersamaan pada saat latihan. Proses latihan yang terprogram dapat meningkatkan penampilan bermain dan penguasaan keterampilan dasar. Di akhir tahapan program latihan pencapaian keberhasilan program bisa diukur dengan *battery test* atau dapat diberikan sesi latihan tanding dengan lawan dari luar tim.

D. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan kerangka berpikir yang dibangun oleh kajian teori, dapat diajukan pertanyaan penelitian yaitu:

1. Seberapa baik tingkat keterampilan bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman?
2. Seberapa baik tingkat *speed spot shoot* bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman?
3. Seberapa baik tingkat *passing* bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman?
4. Seberapa baik tingkat *control dribble* bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman?
5. Seberapa baik tingkat *defensive movement* bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman?

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Arikunto (2006: 302) menyatakan bahwa “penelitian deskriptif tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis tertentu, tetapi hanya menggambarkan “apa adanya” tentang sesuatu variabel, gejala atau keadaan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik tes dan pengukuran.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian yaitu di SMA Negeri 1 Salaman, yang beralamat di Jl. Raya Salaman KM. 16, Dusun Brengkel, Salaman, Magelang, Jawa Tengah 56162. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April 2019.

C. Populasi dan Subjek Penelitian

Menurut Sugiyono (2007: 55) bahwa “populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian disimpulkan”. Pendapat lain menurut Arikunto (2006: 101) “populasi adalah keseluruhan subjek penelitian”. Sesuai dengan pendapat di atas, maka populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta ekstrakurikuler bolabasket putra di SMA Negeri 1 Salaman yang berjumlah 16 siswa. Arikunto (2006: 109) menyatakan bahwa “sampel adalah sebagian atau wakil yang diselidiki. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*”.

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Arikunto (2006: 118) menyatakan bahwa “Variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian”. Variabel dalam penelitian ini yaitu tingkat keterampilan bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman. Keterampilan yang dimaksud adalah kemampuan bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket yang akan diukur dengan AAHPERD *Basketball Test* terdiri atas *passing, control dribble, speed spot shoot, dan defensive movement*.

Keterampilan dasar *passing* yang dilakukan adalah *chest pass* menggunakan target dinding/tembok selama 30 detik dan skornya berdasarkan ketepatan bola pada target di dinding. Untuk keterampilan *control dribble* testi akan melakukan *dribble* melewati *cone* menggunakan tangan bukan dominan. Skor dari *control dribble* adalah waktu dalam *second* dimana semakin cepat akan semakin baik. Kemudian untuk keterampilan dasar *speed spotshoot* testi akan melakukan serangkaian *shoot perimeter area* dengan jarak 15 *feet* dari ring selama 1 menit. Skor dari *speed spot shoot test* adalah banyaknya bola yang masuk ke ring atau menyentuh ring sesuai ketentuan penilaian. Tes terakhir adalah tes keterampilan dasar bertahan yakni *defensive movement* dimana testi akan melakukan *slide defense* secepat mungkin dan skornya adalah waktu dalam *second*. Masing-masing dilakukan dengan 3 kali kesempatan, kesempatan pertama sebagai percobaan dan kesempatan ke dua dan ke tiga adalah skor yang akan dijumlahkan.

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya akan lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga mudah diolah (Arikunto, 2006: 136). Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan teknik tes dan pengukuran. Instrumen yang digunakan untuk mengukur keterampilan bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman adalah tes AAHPERD *Basketball Test*. (*American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance*). Instrumen ini memiliki validitas sebesar 0,65-0,95 dan reliabilitas sebesar 0,84-0,97 meliputi *speed spot shot test*, *passing test*, *control dribble test*, dan *defensive movement test*. Tes ini dapat dilaksanakan untuk semua usia dan jenis kelamin.

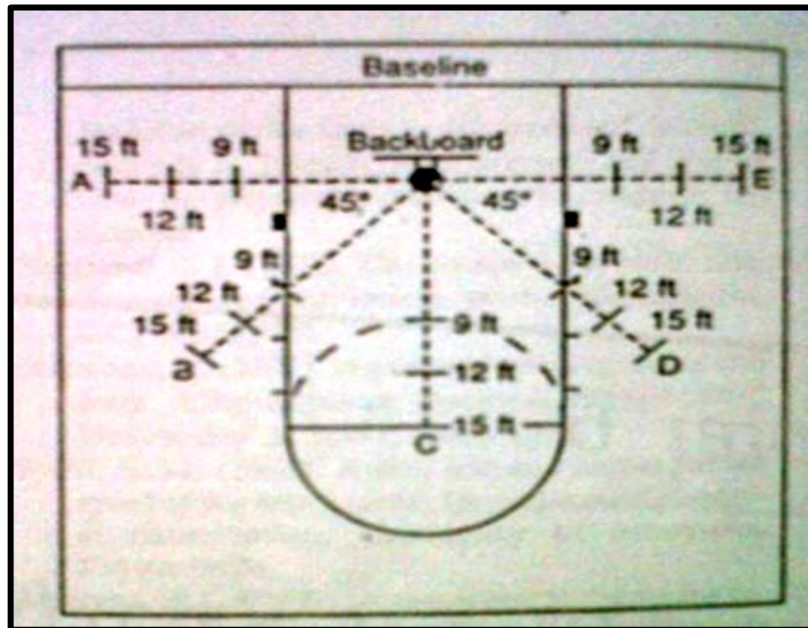
a. Speed spot shoot

Directions : The student, basketball in hand, stands behind the shooting spots for his or her age. On the "ready, go" signal, the student shoots, retrieves or rebounds the ball, dribbles to another spot and shoots again. The student must attempt at least one shot from each of t five spots and must have at least one foot behind the marker on each shot. Four lay-up shots may be attempted, but not two in succession. The student continues trying to score until "stop" is called. All students get three trials of 60 seconds each; the first trial is a practice trial", (Strand, Rolayne Wilson, 1993:97).

Petunjuk pelaksanaan:

- 1) Testi berdiri membawa bola di garis tanda yang jaraknya sesuai dengan kategori usianya, yakni sejauh 15 *feet* dari ring basket

- 2) Pada aba-aba “yak”/”go”/bunyi peluit, testi melakukan tembakan dari titik tersebut, kemudian mengambil bola sendiri dan mendribble bola ke titik lainnya dan melakukan tembakan lagi
- 3) Masing-masing testi wajib melakukan tembakan minimal 1 tembakan pada lima titik tembak yang ada dan ketika menembak kaki testi harus berada di belakang garis tanda
- 4) Testi boleh melakukan *lay-up shots* sebanyak 4 kali tapi tidak berturut-turut
- 5) Testi berhenti melakukan tembakan ketika mendengar aba-aba “stop” atau bunyi peluit tanda berhenti
- 6) Testi diberikan tiga kali kesempatan dan masing-masing kesempatan berdurasi 60 detik. Kesempatan pertama merupakan latihan.
- 7) Skor 2 apabila bola masuk ke ring. Skor 1 apabila bola tidak masuk ke ring tapi menyentuh ring ataupun papan
- 8) Skor 0 apabila muncul kesalahan penguasaan bola (*travelling* atau *double dribble*); bola masuk pada *lay up* ketika *lay up* masuk ring berturut-turut dan *lay up* masuk lebih dari 4 kali *lay up*
- 9) Jika ada salah satu titik tembak tidak dipakai, maka rangkaian tes menembak diulangi. Skor tes ini dijumlahkan dari dua kali kesempatan pelaksanaan, yakni pelaksanaan kedua dan ketiga



Gambar 18. Lapangan *Speed Spot Shooting Test*
Sumber: (Strand & Wilson, 1993: 96)

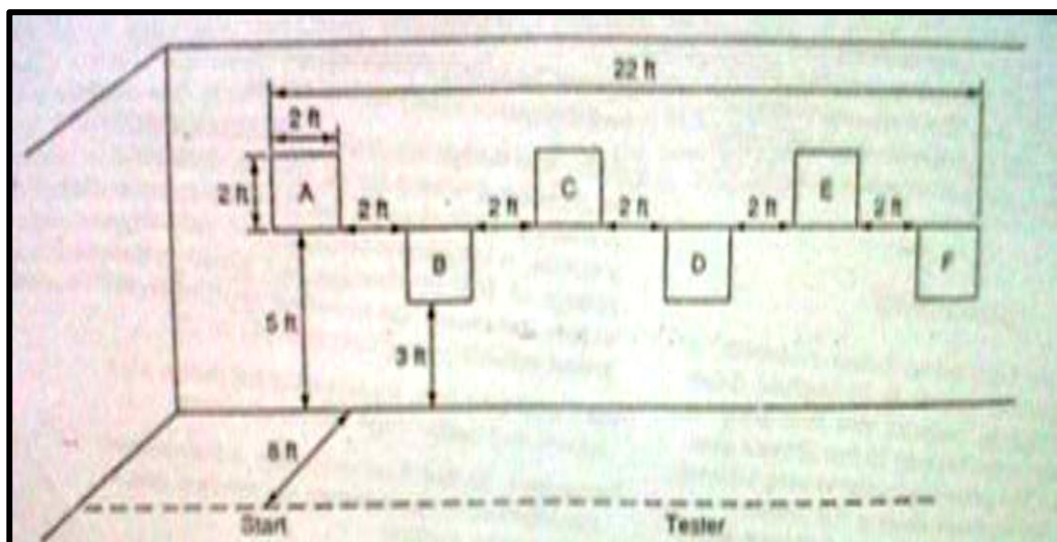
b. *Passing*

Directions: The student stands behind the 8-foot restraining line, holding a basketball and facing the far left wall target (A). On the “ready, go” signal, the student performs a chest pass to the first target square (A), recovers the ball while moving to the second target square (B) and performs a chest pass to the second target (B). student continue this action until they reach the last target (F). While at the last target (F), they throw two chest passes then repeat the sequence by moving to the left passing at targets E, D, C, and so on. Three 30-second trials are given, the first of which is practice. Only chest passes are allowed”, (Strand & Wilson, 1993:97).

Petunjuk pelaksanaan:

- 1) Testi berdiri di belakang garis 8ft dengan membawa bola dan menghadap ke target A di dinding
- 2) Pada aba-aba “yak”/”go”/bunyi peluit, testi melakukan operan dada (*chest pass*) ke target A, kemudian menerima bola pantulan sambil bergeser ke target B dan melakukan operan dada (*chest pass*).

- 3) Testi melakukan operan dada sampai pada target F kemudian pada target F melakukan operan dada sebanyak dua kali lalu bergeser kembali ke E,D,C dan seterusnya
- 4) Testi diberikan tiga kali kesempatan dan masing-masing kesempatan berdurasi 30 detik. Kesempatan pertama merupakan latihan.
- 5) Hanya operan dada yang diperbolehkan
- 6) Skor 2 apabila operan dada mengenai tepat di dalam kotak sasaran atau garis sasaran
- 7) Skor 1 apabila operan dada mengenai ruang antara dua kotak sasaran
- 8) Skor 0 apabila kaki testi melewati garis batas operan; operan mengenai dua kali pada kotak B, C, D atau E; melakukan operan selain menggunakan operan dada
- 9) Skor tes ini dijumlahkan dari dua kali kesempatan pelaksanaan, yakni pelaksanaan kedua dan ketiga



Gambar 19. Pola di Tembok untuk Pelaksanaan *Passing Test*
Sumber: Strand & Wilson, (1993: 96)

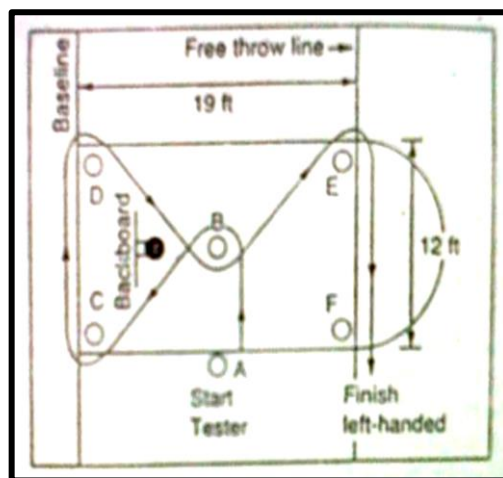
c. *Control Dribble*

Directions: The student starts, basketball in the nondominant hand on the nondominant-hand side of cone A. On the “ready, go” signal the student dribbles, using the nondominant hand, to cone B. The student circles cone B and moves to cone C. students then proceed to cone D, back to the cone B, to cone E, and finish at cone F. After circling cone B the first time, students dribble with either hand. The course is completed when the student crosses the finish line with both feet at cone F. A student who loses control of a ball must retrieve the ball and continue the test from that point. A student who fails to do this must return to the starting line and begin again. Ball-handling infractions (travelling, double dribbling, dribbling the ball either inside or over a cone) void the trial. A retrial is then allowed. Three timed trials are given, the first being a practice”, (Strand & Wilson, 1993:97-98).

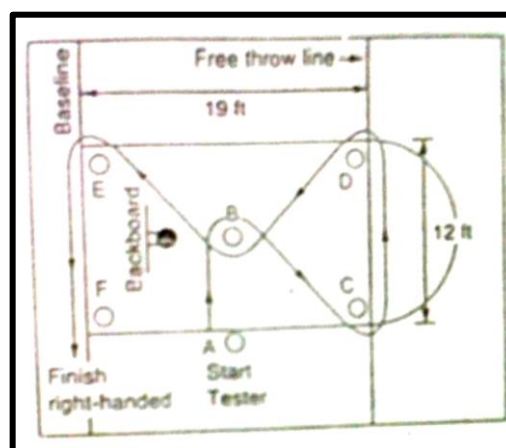
Petunjuk pelaksanaan:

- 1) Testi bersiap, membawa bola dengan tangan bukan dominan (*nondominant*) dan berdiri di samping *cone A*
- 2) Pada aba-aba “yak”/”go”/bunyi peluit, testi men-*dribble* bola dengan tangan bukan dominan ke *cone B*
- 3) Testi memutar *cone B* menuju ke *cone C*, kemudian menuju *cone D* dan kembali lagi memutar *cone B* menuju *cone E* dan menyelesaikan *dribble* di *cone F*
- 4) Ketika memutar di *cone B* pertama kali, testi men-*dribble* bola menggunakan tangan satunya
- 5) Testi dinyatakan menyelesaikan rangkaian tes ini ketika berhasil melewati *cone F* dengan kedua kakinya
- 6) Seorang testi yang kehilangan kendali bola harus mengambil kembali bolanya lalu melanjutkan men-*dribble* bola di titik tersebut
- 7) Testi yang gagal melakukan tes ini harus mengulang dari awal

- 8) Kesalahan penguasaan bola (*travelling, double dribbling, men-dribble* bola di sisi luar ataupun dalam *cone*) *void trial*.
- 9) Testi diberikan tiga kali kesempatan. Kesempatan pertama merupakan latihan.
- 10) Waktu rata-rata adalah skor yang digunakan pada tes ini. Skor pelaksanaan dicatat dengan ketelitian 1/10 detik. Skor tes ini dijumlahkan dari dua kali kesempatan pelaksanaan, yakni pelaksanaan kedua dan ketiga.



Gambar 20. Lapangan Pelaksanaan *Control Dribble Test* dengan Tangan Nondominan Kanan
Sumber: Strand & Wilson, (1993: 97)



Gambar 21. Lapangan Pelaksanaan *Control Dribble Test* dengan Tangan Nondominan Kiri
Sumber: Strand & Wilson, (1993: 97)

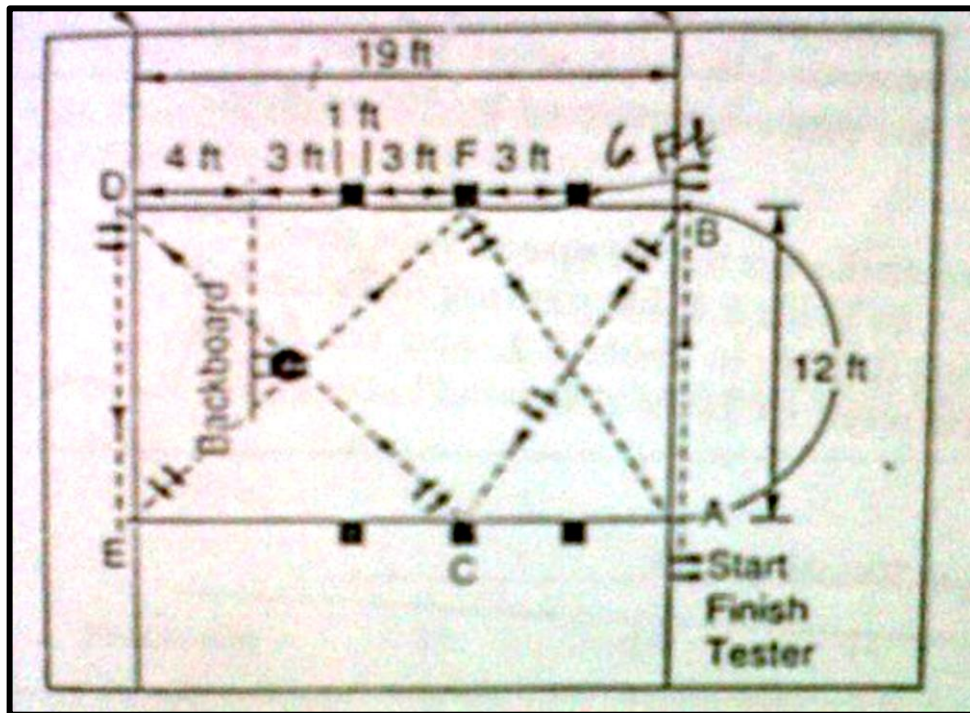
d. *Defensive movement*

Directions: The student stands at marker A facing away from the basket. On the “ready, go” signal, the student slides to the left toward marker B. At marker B, the student touches the floor outside the line with the left hand. Following the execution of a drop step, the student slides to marker C and performs the same touching technique. This continues until the student touches all markers and arrives back at marker A. both feet must cross the finish line to end a trial. A student cannot cross his or her feet while sliding from marker to marker. The trial must be repeated if a student crosses the feet during the slide, fails to touch the hand to the floor outside the lane, or performs the dropstep before the hand touches the floor. Three timed trials are given, the first of which is practice”, (Strand & Wilson, 1993: 98).

Petunjuk pelaksanaan:

- 1) Testi berdiri pada garis A membelakangi ring basket
- 2) Pada aba-aba “yak”/”go”/”bunyi peluit, testi bergeser secara slide ke kiri menuju garis B
- 3) Ketika sampai pada garis B testi harus menyentuh luar garis B dengan tangan kirinya
- 4) Setelah itu testi bergeser ke garis C dengan cara yang sama dan menyentuh luar garis C dengan tangan kanan
- 5) Begitu seterusnya sampai testi kembali lagi ke garis A
- 6) Kaki testi tidak boleh meyilang ketika bergeser, apabila terjadi maka testi harus mengulangi dari awal
- 7) Testi mengulang apabila testi bergeser dengan kaki menyilang; tangan tidak menyentuh luar garis; testi berhenti sebelum tangan menyentuh garis
- 8) Testi diberikan tiga kali kesempatan. Kesempatan pertama merupakan latihan.

- 9) Waktu rata-rata adalah skor yang digunakan pada tes ini. Skor pelaksanaan dicatat dengan ketelitian 1/10 detik. Skor tes ini dijumlahkan dari dua kali kesempatan pelaksanaan, yakni pelaksanaan kedua dan ketiga.



Gambar 22. Lapangan Pelaksanaan *Defensive Movement Test*
Sumber: Strand & Wilson, (1993: 97)

2. Teknik Pengumpulan Data

Data yang akan dikumpulkan dalam penelitian ini yaitu tes kemampuan motorik. Langkah-langkah atau proses pengambilan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Melakukan persiapan tes atau persiapan pengumpulan data. Persiapan pengumpulan data adalah memberikan pengertian kepada peserta didik tentang tes yang akan dilakukan. Tujuan persiapan pengumpulan data adalah untuk melakukan pengumpulan data disesuaikan dengan masalah yang ada. Dalam penelitian ini persiapan yang harus dilakukan adalah menyiapkan alat-alat tes

dan menyiapkan bahan-bahan untuk tes. Di antaranya adalah alat tulis dan lain-lain.

- b. Pelaksanaan tes. Dalam tahap pelaksanaan tes, terlebih dahulu peserta didik dikumpulkan/dibariskan untuk berdoa, dilanjutkan dengan pemberian penjelasan petunjuk pelaksanaan tes, kemudian dilakukan pemanasan. Peserta didik diinstruksikan untuk melakukan tes secara bergantian. Data yang diperoleh kemudian dicatat.
- c. Pencatatan data tes. Pada tahap ini merupakan proses terakhir dari pengumpulan data, di mana data dalam pengukuran dicatat secara sistematis. Penelitian ini dibantu oleh 2 orang testor.

F. Teknik Analisis Data

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil pengumpulan data kemudian dilakukan penyortiran dari data yang diperoleh untuk mengetahui persamaan dan perbedaan ukuran. Setelah itu data dimasukkan ke dalam program SPSS untuk dilakukan proses analisis. Analisis data yang digunakan dari penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase. Hasil kasar perlu diubah agar memiliki ukuran yang sama. Satuan ukuran pengganti ini adalah *T-Score*. Selanjutnya *T-Score* dari setiap jenis tes kemampuan dijumlahkan dan dibagi jumlah jenis item tes, sehingga didapatkan rerata *T-Score*. Hasil rerata *T-Score* selanjutnya akan dikonvensikan. Sudijono (2015: 176) menyatakan bahwa rumus *T-Score* sebagai berikut:

$$10 \left(\frac{X - M}{SD} \right) + 50$$

data tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok dan *Stork Stand Positional Balance*

$$10 \left(\frac{M - X}{SD} \right) + 50 \quad \text{data lari 30 m dan shuttle-run 4 x 10 meter}$$

Keterangan:

T = Nilai Skor-T

M = Nilai rata-rata data kasar

X = nilai data kasar

SD= standar deviasi data kasar

Kemudian nilai T-Score dari ke empat item dijumlahkan, sehingga didapat total T-Score. Hasil total T-Score menjadi dasar untuk menentukan klasifikasi. Pengkategorian menggunakan *mean* dan *standar deviasi*. Azwar (2016: 163) menyatakan bahwa untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) pada tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1. Norma Penilaian

No	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 S < X$	Sangat Baik
2	$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	Baik
3	$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	Cukup
4	$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	Kurang
5	$X \leq M - 1,5 S$	Sangat Kurang

(Sumber: Azwar, 2016: 163)

Keterangan:

M : nilai rata-rata (*mean*)

X : skor

S : *standar deviasi*

Arikunto (2006: 245-246) menyatakan bahwa rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

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

Keterangan:

P = Persentase yang dicari

F = frekuensi

N = jumlah responden

(Sumber: Arikunto, 2006: 245-246)

BAB IV
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Data dalam penelitian ini berupa hasil tes keterampilan bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman, yang terdiri atas tes *passing*, *control dribble*, *speed spot shoot*, dan *defensive movement* yang akan diukur dengan AAHPERD *Basketball Test*. Kemudian dari seluruh data dikonversikan ke dalam T Skor dan dijumlahkan. Hasilnya sebagai berikut:

Tabel 2. Keterampilan Bermain Bolabasket Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman

No	<i>Speed Spot Shoot</i>		<i>Passing</i>		<i>Control Dribble</i>		<i>Defensive Movement</i>		T Skor
	Skor	T Skor	Skor	T Skor	Skor	T Skor	Skor	T Skor	
1	12.00	45.53	21.00	45.91	12.73	37.66	12.88	45.97	175.07
2	13.67	34.33	21.33	48.40	12.48	40.95	13.19	42.05	165.73
3	13.00	38.82	20.33	40.84	12.55	40.03	12.36	52.56	172.25
4	15.00	25.41	22.00	53.47	11.41	55.00	12.70	48.25	182.13
5	11.33	50.02	19.67	35.85	10.96	60.91	13.67	35.97	182.75
6	10.00	58.94	24.00	68.60	11.15	58.41	12.53	50.40	236.35
7	9.33	63.43	22.00	53.47	11.14	58.54	11.95	57.75	233.19
8	10.00	58.94	23.00	61.03	11.55	53.16	12.04	56.61	229.74
9	10.00	58.94	21.67	50.97	10.25	70.23	11.26	66.48	246.62
10	11.00	52.23	23.00	61.03	12.07	46.33	12.45	51.42	211.01
11	11.00	52.23	20.33	40.84	11.41	55.00	12.41	51.92	199.99
12	11.33	50.02	23.00	61.03	11.71	51.06	11.73	60.53	222.64
13	10.67	54.45	21.67	50.97	11.67	51.58	13.09	43.32	200.32
14	10.33	56.73	19.33	33.28	12.86	35.96	14.31	27.87	153.83
15	11.67	47.74	22.00	53.47	12.92	35.17	11.53	63.06	199.44
16	11.00	52.23	20.33	40.84	11.79	50.01	12.89	45.85	188.93

Deskriptif statistik keterampilan bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman skor terendah (*minimum*) 153,83, skor tertinggi (*maksimum*) 246.62, rerata (*mean*) 200.00, nilai tengah (*median*) 199.72, nilai yang sering muncul (*mode*) 153.83, *standar deviasi* (SD) 27.75. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3. Deskriptif Statistik Keterampilan Bermain Bolabasket Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman

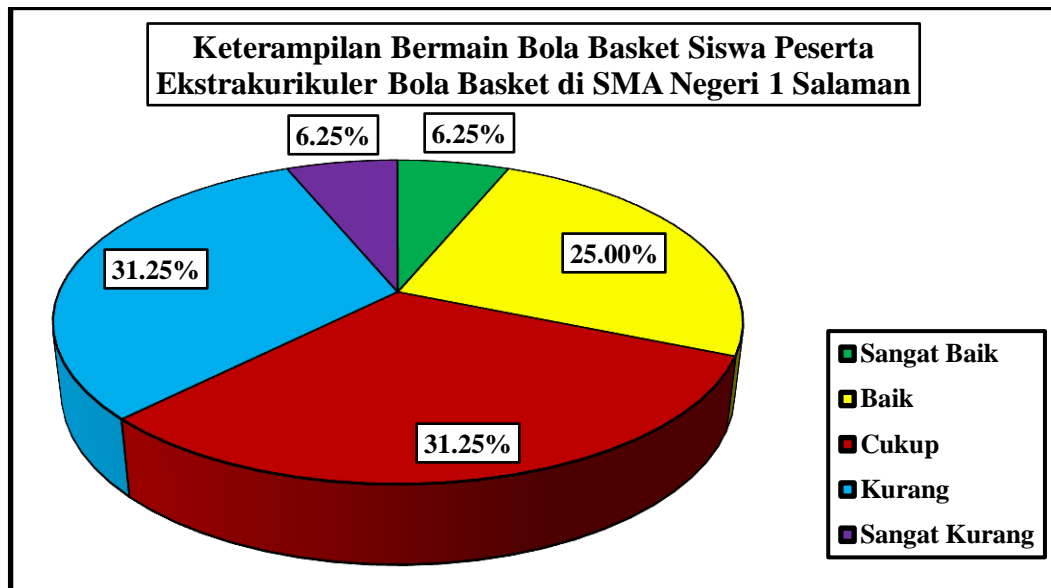
Statistik	
<i>N</i>	16
<i>Mean</i>	200.00
<i>Median</i>	199.72
<i>Mode</i>	153.83 ^a
<i>Std. Deviation</i>	27.7514
<i>Minimum</i>	153.83
<i>Maximum</i>	246.62

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, keterampilan bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman disajikan pada tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 4. Norma Penilaian Keterampilan Bermain Bolabasket Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$241.63 < X$	Sangat Baik	1	6.25%
2	$213.88 < X \leq 241.63$	Baik	4	25.00%
3	$186.12 < X \leq 213.88$	Cukup	5	31.25%
4	$158.37 < X \leq 186.12$	Kurang	5	31.25%
5	$X \leq 158.37$	Sangat Kurang	1	6.25%
Jumlah			16	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 4 tersebut di atas, keterampilan bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman dapat disajikan pada gambar 23 sebagai berikut:



Gambar 23. Diagram Lingkaran Keterampilan Bermain Bolabasket Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman

Berdasarkan tabel 4 dan gambar 23 di atas menunjukkan bahwa keterampilan bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 6,25% (1 siswa), “kurang” sebesar 31,25% (5 siswa), “cukup” sebesar 31,25% (5 siswa), “baik” sebesar 25,00% (4 siswa), dan “sangat baik” sebesar 6,25% (1 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 200,00, keterampilan bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman dalam kategori “cukup”.

1. *Speed Spot Shoot*

Deskriptif statistik keterampilan *speed spot shoot* bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman skor minimum (terbaik) 9,33, skor maksimum (terendah) 15,00, rerata (*mean*) 11,33, nilai tengah (*median*) 11,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 10,00, *standar deviasi* (SD) 1,49. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 5 sebagai berikut:

Tabel 5. Deskriptif Statistik Keterampilan *Speed Spot Shoot*

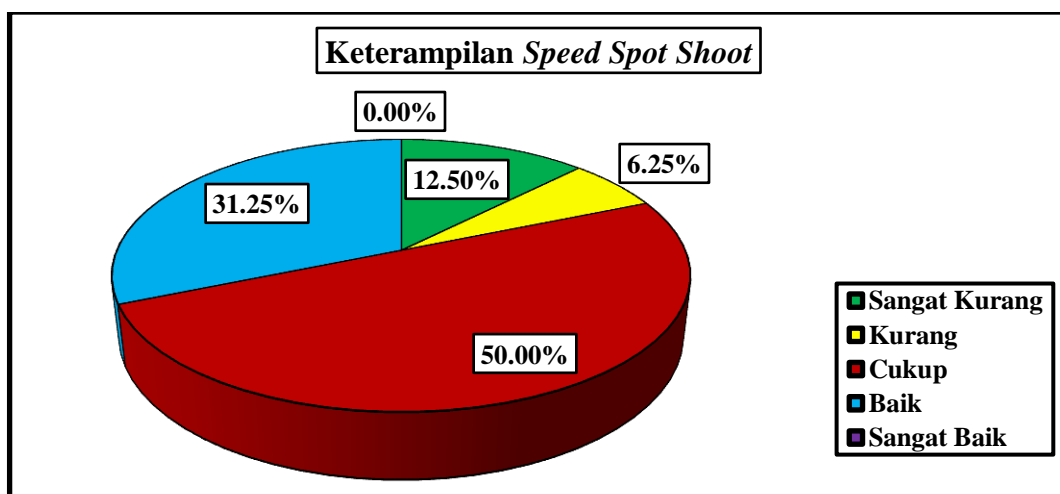
Statistik	
<i>N</i>	16
<i>Mean</i>	11.3331
<i>Median</i>	11.0000
<i>Mode</i>	10.00 ^a
<i>Std. Deviation</i>	1.49146
<i>Minimum</i>	9.33
<i>Maximum</i>	15.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, keterampilan *speed spot shoot* bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman disajikan pada tabel 6 sebagai berikut:

Tabel 6. Norma Penilaian Keterampilan *Speed Spot Shoot*

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$13.57 < X$	Sangat Kurang	2	12.50%
2	$12.08 < X \leq 13.57$	Kurang	1	6.25%
3	$10.59 < X \leq 12.08$	Cukup	8	50.00%
4	$9.10 < X \leq 10.59$	Baik	5	31.25%
5	$X \leq 9.10$	Sangat Baik	0	0.00%
Jumlah			16	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 6 tersebut di atas, keterampilan *speed spot shoot* bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman dapat disajikan pada gambar 24 sebagai berikut:



Gambar 24. Diagram Lingkaran Keterampilan *Speed Spot Shoot*

Berdasarkan tabel 6 dan gambar 24 di atas menunjukkan bahwa keterampilan *speed spot shoot* bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 12,50% (2 siswa), “kurang” sebesar 6,25% (1 siswa), “cukup” sebesar 50,00% (8 siswa), “baik” sebesar 31,25% (5 siswa), dan “sangat baik” sebesar 0% (0 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 11,31, keterampilan *speed spot shoot* bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman dalam kategori “cukup”.

2. *Passing*

Deskriptif statistik keterampilan *passing* bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman skor terendah (*minimum*) 19,33, skor tertinggi (*maksimum*) 24,00, rerata (*mean*) 21,54, nilai tengah (*median*) 21,67, nilai yang sering muncul (*mode*) 20,32, standar deviasi (SD) 1,32. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 7 sebagai berikut:

Tabel 7. Deskriptif Statistik Keterampilan *Passing*

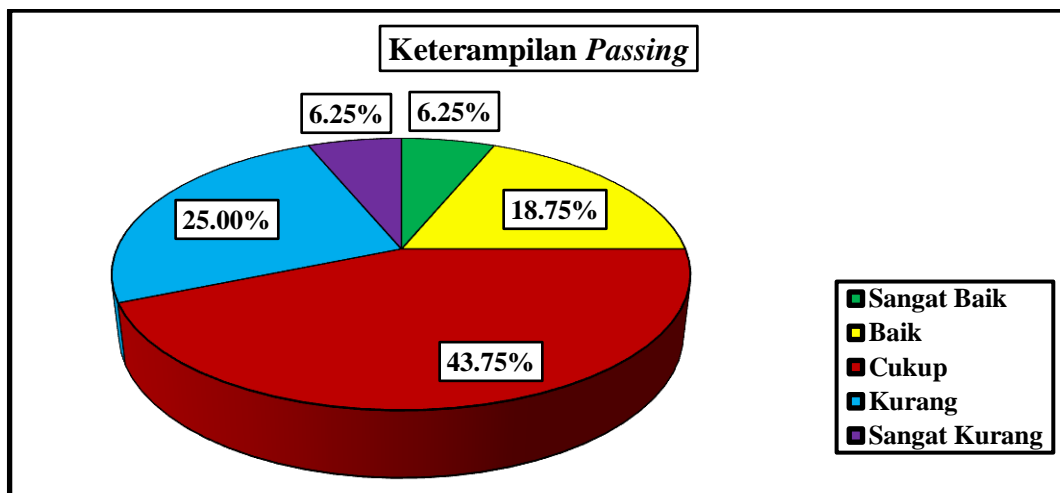
Statistik	
<i>N</i>	16
<i>Mean</i>	21.5412
<i>Median</i>	21.6700
<i>Mode</i>	20.33 ^a
<i>Std. Deviation</i>	1.32222
<i>Minimum</i>	19.33
<i>Maximum</i>	24.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, keterampilan *passing* bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman disajikan pada tabel 8 sebagai berikut:

Tabel 8. Norma Penilaian Keterampilan *Passing*

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$23.52 < X$	Sangat Baik	1	6.25%
2	$22.20 < X \leq 23.52$	Baik	3	18.75%
3	$20.88 < X \leq 22.20$	Cukup	7	43.75%
4	$19.56 < X \leq 20.88$	Kurang	4	25.00%
5	$X \leq 19.56$	Sangat Kurang	1	6.25%
Jumlah			16	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 8 tersebut di atas, keterampilan *passing* bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman dapat disajikan pada gambar 25 sebagai berikut:



Gambar 25. Diagram Lingkaran Keterampilan *Passing*

Berdasarkan tabel 8 dan gambar 25 di atas menunjukkan bahwa keterampilan *passing* bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 6,25% (1 siswa), “kurang” sebesar 25,00% (4 siswa), “cukup” sebesar 43,75% (7 siswa), “baik” sebesar 18,75% (3 siswa), dan “sangat baik” sebesar 6,25% (1 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 21,54, keterampilan *passing* bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman dalam kategori “cukup”.

3. Control Dribble

Deskriptif statistik keterampilan *control dribble* bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman skor minimum (terbaik) 10,25, skor maksimum (terendah) 12,92, rerata (*mean*) 11,79, nilai tengah (*median*) 11,69, nilai yang sering muncul (*mode*) 11,41, standar deviasi (SD) 0,76. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 9 sebagai berikut:

Tabel 9. Deskriptif Statistik Keterampilan Control Dribble

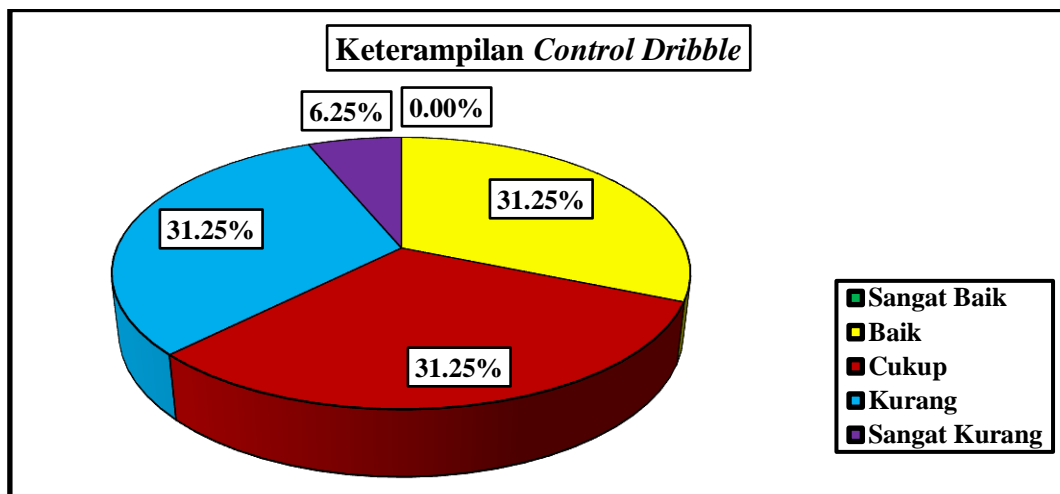
Statistik	
<i>N</i>	16
<i>Mean</i>	11.7906
<i>Median</i>	11.6900
<i>Mode</i>	11.41
<i>Std, Deviation</i>	.76146
<i>Minimum</i>	10.25
<i>Maximum</i>	12.92

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, keterampilan *control dribble* bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman disajikan pada tabel 10 sebagai berikut:

Tabel 10. Norma Penilaian Keterampilan Control Dribble

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$12.93 < X$	Sangat Kurang	0	0.00%
2	$12.17 < X \leq 12.93$	Kurang	5	31.25%
3	$11.41 < X \leq 12.17$	Cukup	5	31.25%
4	$10.65 < X \leq 11.41$	Baik	5	31.25%
5	$X \leq 10.65$	Sangat Baik	1	6.25%
Jumlah			16	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 10 tersebut di atas, keterampilan *control dribble* bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman dapat disajikan pada gambar 26 sebagai berikut:



Gambar 26. Diagram Lingkaran Keterampilan *Control Dribble*

Berdasarkan tabel 10 dan gambar 26 di atas menunjukkan bahwa keterampilan *control dribble* bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0% (0 siswa), “kurang” sebesar 31,25% (5 siswa), “cukup” sebesar 31,25% (5 siswa), “baik” sebesar 31,25% (5 siswa), dan “sangat baik” sebesar 6,25% (1 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 11,79, keterampilan *control dribble* bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman dalam kategori “cukup”.

4. *Defensive Movement*

Deskriptif statistik keterampilan *defensive movement* bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman skor minimum (terbaik) 11,26, skor maksimum (terendah) 14,31, rerata (*mean*) 12,56, nilai tengah (*median*) 12,49, nilai yang sering muncul (*mode*) 11,26, *standar deviasi* (SD) 0,79. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 11 sebagai berikut:

Tabel 11. Deskriptif Statistik Keterampilan *Defensive Movement*

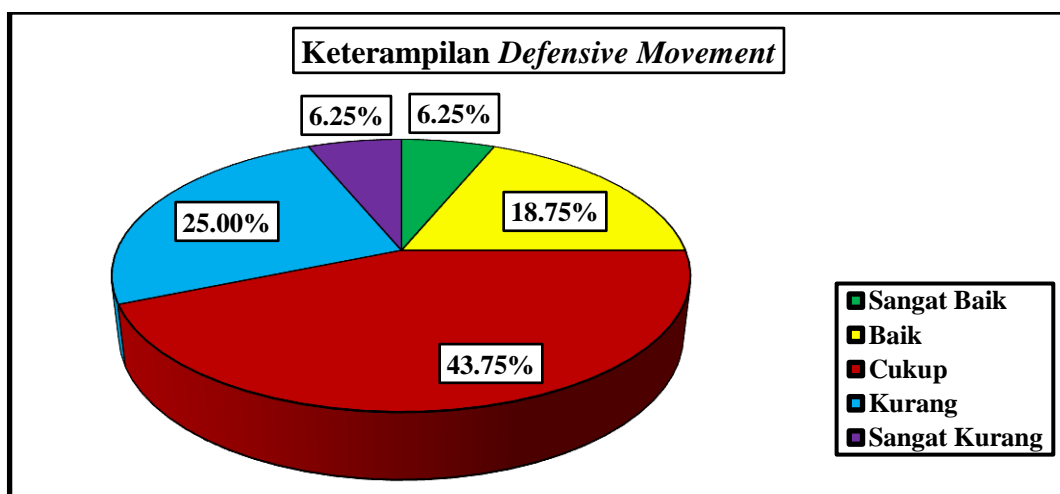
Statistik	
<i>N</i>	16
<i>Mean</i>	12.5619
<i>Median</i>	12.4900
<i>Mode</i>	11.26 ^a
<i>Std. Deviation</i>	.78998
<i>Minimum</i>	11.26
<i>Maximum</i>	14.31

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, keterampilan *defensive movement* bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman disajikan pada tabel 12 sebagai berikut:

Tabel 12. Norma Penilaian Keterampilan *Defensive Movement*

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$13.75 < X$	Sangat Kurang	1	6.25%
2	$12.96 < X \leq 13.75$	Kurang	3	18.75%
3	$12.17 < X \leq 12.96$	Cukup	7	43.75%
4	$11.38 < X \leq 12.17$	Baik	4	25.00%
5	$X \leq 11.38$	Sangat Baik	1	6.25%
Jumlah			16	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 12 tersebut di atas, keterampilan *defensive movement* bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman dapat disajikan pada gambar 27 sebagai berikut:



Gambar 27. Diagram Lingkaran Keterampilan *Defensive Movement*

Berdasarkan tabel 12 dan gambar 27 di atas menunjukkan bahwa keterampilan *defensive movement* bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 6,25% (1 siswa), “kurang” sebesar 18,75% (3 siswa), “cukup” sebesar 43,75% (7 siswa), “baik” sebesar 25,00% (4 siswa), dan “sangat baik” sebesar 6,25% (1 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 12,56, keterampilan *defensive movement* bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman dalam kategori “cukup”.

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keterampilan bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman. Hasil penelitian menunjukkan keterampilan bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman berada pada kategori “cukup”. Keterampilan dasar bermain bolabasket adalah gabungan dari tes *passing, control dribble, speed spot shoot, dan defensive movement*. Teknik dasar ini dijumlah dan hasilnya adalah keterampilan dasar bermain bolabasket. Dari semua teknik dasar telah diketahui hasilnya dalam kategori cukup. Hal tersebut mengindikasikan perlunya peningkatan dari segi kualitas latihan yang benar, terprogram, dan berjenjang yang menekankan pada teknik-teknik dasar serta penyediaan fasilitas yang memadai, selain itu ekstrakurikuler yang rutin di sekolah sangat berpengaruh terhadap kemampuan teknik yang dimiliki oleh siswa.

Hasil penelitian ini disebabkan oleh beberapa faktor yang mempengaruhi keterampilan bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman, diantaranya sebagai berikut:

1. Faktor Kondisi Fisik dan Mental

Kondisi fisik (kemampuan fisik: kekuatan, daya tahan, kecepatan dan sebagainya) setiap individu berbeda-beda dikarenakan perbedaan aktivitas di luar latihan siswa. Kemampuan fisik sangat mempengaruhi penampilan seorang pemain bolabasket baik di saat berlatih maupun bertanding. Keterampilan dasar yang sudah dikuasai tidak akan maksimal apabila kondisi fisik seorang pemain tidak baik. Kondisi fisik yang baik akan mempengaruhi mental seorang pemain. Kondisi fisik yang menurun pada saat bertanding dapat mengakibatkan penampilan bermain individu menjadi tidak maksimal dan dapat merugikan tim karena mentalnya sudah kalah oleh tekanan permainan lawan.

2. Faktor Situasional

Faktor situasional juga mempengaruhi tingkat keterampilan bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman. Faktor situasional disini meliputi sarana prasana dan cuaca.

3. Faktor Latihan

Latihan merupakan upaya untuk meningkatkan keterampilan dan bakat yang dimiliki oleh seseorang. Latihan secara teratur dan terukur akan memberikan hasil maksimal pada penampilan bermain bolabasket. Frekuensi latihan masih kurang. Untuk dapat mencapai hasil maksimal perlu ditingkatkan lagi frekuensi

latihannya baik dari jadwal sampai pada kesadaran siswa untuk mengikuti latihan secara rajin dan disiplin.

C. Keterbatasan Penelitian

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

1. Tidak tertutup kemungkinan para siswa kurang bersungguh-sungguh dalam melakukan tes.
2. Peneliti tidak dapat mengontrol faktor lain yang dapat mempengaruhi tes kemampuan motorik, yaitu faktor psikologis dan fisiologis.
3. Tidak memperhitungkan masalah waktu dan keadaan tempat pada saat dilaksanakan tes.
4. Tidak memperhatikan makanan yang dikonsumsi dan waktu mengkonsumsi makanan orang coba sebelum tes.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa keterampilan bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 6,25% (1 siswa), “kurang” sebesar 31,25% (5 siswa), “cukup” sebesar 31,25% (5 siswa), “baik” sebesar 25,00% (4 siswa), dan “sangat baik” sebesar 6,25% (1 siswa).

B. Implikasi

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

1. Siswa untuk mempertahankan dan meningkatkan keterampilan bermain bolabasket.
2. Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi tentang tingkat keterampilan bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman, sehingga dapat digunakan sebagai motivasi agar siswa terus berlatih, sedangkan bagi pelatih menjadi bahan evaluasi keberhasilan terhadap keterampilan bermain bolabasket yang dilakukan.
3. Pelatih dan siswa dapat mengetahui tingkat keterampilan bermain bolabasket, sehingga bagi pelatih dan guru untuk lebih menjaga dan mempertahankan keterampilan bermain bolabasketnya menjadi lebih baik.

4. Dengan diketahui keterampilan bermain bolabasket siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Salaman, dapat digunakan untuk mengetahui kemampuan bermain bolabasket di sekolah lain.

C. Saran-saran

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

1. Bagi pelatih, hendaknya memperhatikan keterampilan bermain bolabasket siswa agar lebih meningkat dan selalu memotivasi siswa untuk berlatih dengan tekun.
2. Bagi siswa agar menambah latihan-latihan lain, yang mendukung dalam mengembangkan keterampilan bermain bolabasket.
3. Bagi siswa hendaknya melakukan latihan di luar jadwal ekstrakurikuler di sekolah dan menjaga dari segi kedisiplinan latihan dan asupan makanan agar semakin mendukung keterampilan bermain bolabasket bagi yang kurang.



DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, N. (2007). *Permainan bola basket*. Surakarta: Era Entermedia.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2016). *Fungsi dan pengembangan pengukuran tes dan prestasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Don Showalter. (2012). *Coaching youth basketball / American Sport Education Program 5th ed*. United States. Human Kinetic.
- FIBA. (2006). *Official Basketball Rules 2006*. Hongkong. Alih bahasa: R. Harja Jaladri.
- FIBA. (2012). *Official basketball rules 2012*. Puerto Rico: FIBA.
- Gandolfi, G. (2009). *NBA coaches playbook : techniques, tactics, and teaching points /National Basketball Coaches Association*. United States: Human Kinetics.
- Kaplan, B. (2012). *Bball basics for kids: a basketball handbook*. Blomington: Universe.
- Kosasih, E. (2008). *Olahraga teknik dan program latihan*. Jakarta: Akademi Presendo.
- Krause, J. V., Meyer, Don., & Meyer, Jerry. (2008). *Basketball skills & drills: Third Edition*. USA: Human Kinetics.
- Muhajir. (2007). *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk SMA kelas X*. Jakarta: Erlangga.
- Muhammad Danu Prasetyo. (2016). *Tingkat keterampilan bermain bola basket peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Comal Kabupaten Pemalang tahun pelajaran 2016/2017*. Skripsi sarjana, tidak diterbitkan. Universitas Lampung, Bandar Lampung.
- Nashrulloh Ahmad Hanafi. (2012). *Tingkat keterampilan dasar bermain bola basket siswa yang mengikuti ekstrakurikuler SMA N 2 Playen Gunung Kidul*. Skripsi sarjana, tidak diterbitkan. Universitas Lampung, Bandar Lampung.
- Oliver, J. (2009). *Dasar-dasar bolabasket*. Bandung: PT. Intan Sejati.


- PERBASI. (2010). *Interprestasi Peraturan Resmi*. Jakarta: Pengurus besar pengurus bolabasket seluruh Indonesia.
- Rose, L.H. (2013). *Winning basketball fundamentals*. United States. Human Kinetics.
- Showalter, D. (2012). *Coaching youth basketball / American Sport Education Program 5th ed*. United States: Human Kinetic.
- Sodikun, I. (1992). *Olahraga pilihan bola basket*. Jakarta : Depdikbud Dirjen Dikti Proyek Pembinaan Tenaga Kependudukan.
- Strand, Bradford N. & Wilson, Rolayne. (1993). *Assessing sport skills*. USA: Human Kinetics Publishers.
- Sudijono, A. (2015). *Pengantar evaluasi pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. (2007). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sumiyarsono, D. (2002). *Keterampilan bolabasket*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Wissel, H. (2000). *Langkah sukses dalam bolabasket*. (Terjemahan Bagus Pribadi). United State: Champaign, IL. (Buku asli diterbitkan tahun 1997).
- _____. (2012). *Basketball : steps to success 3rd ed*. United States. 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 : 05.27/UN.34.16/PP/2019.	10 Mei 2019
Lamp. : 1 Eks.	
Hal : Permohonan Izin Uji Coba Penelitian.	
Kepada Yth. Kepala SMA Negeri 1 Salaman di Tempat.	
Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin wawancara, dan mencari data untuk keperluan uji coba penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:	
Nama	: Ahmad Khris Hidayatulloh
NIM	: 13602244009
Program Studi	: PKO
Dosen Pembimbing	: Budi Aryanto, M.Pd.
NIP	: 196902152000121001
Uji Coba Penelitian akan dilaksanakan pada :	
Waktu	: Mei s/d Juni 2019
Tempat	: SMA Negeri 1 Salaman
Judul Skripsi	: Tingkat Kemampuan Menembak Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket di SMA Negeri 1 Salaman.
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. Kaprodi PKO. 2. Pembimbing Tas. 3. Mahasiswa ybs.	

Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian dari Sekolah

**PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH**
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 SALAMAN
Jalan Raya Salaman Kilometer 16, Salaman, Kabupaten Magelang Kode Pos 56162
Telepon 0293-335290 Faksimile 0293-335290 Surat Elektronik smansal_mgl@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 423.4 / 292 / 2019

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dr. ETY SYARIFAH, M.Pd.
NIP : 19640319 199512 2 002
Pangkat/Gol.Ruang : Pembina Tk.I, IV/b
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Organisasi/Instansi : SMA Negeri 1 Salaman Kab. Magelang

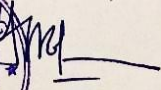
Dengan ini menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :


Nama : AHMAD KHRIS HIDAYATULLOH
NIM : 13602244009
Program Studi/ Jenjang : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan/ Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Mahasiswa tersebut di atas telah melakukan Kegiatan Observasi dengan Judul Skripsi "**Tingkat Kemampuan Menembak Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket di SMA Negeri 1 Salaman**" pada Bulan Mei Tahun 2019 di SMA Negeri 1 Salaman Kabupaten Magelang.

Demikian Surat Keterangan ini kami buat dengan sebenarnya untuk dipergunakan sebagai mana mestinya.

Salaman, 23 Mei 2019
Kepala Sekolah,


Dr. ETY SYARIFAH, M.Pd.
Pembina Tk. I
NIP. 19640319 199512 2 002



Lampiran 3. Data Penelitian

Speed Spot Shoot

No	Nama	Tes 1	Tes 2	Tes 3	Rata-rata
1	Bagus dwi cahya	11	11	14	12.00
2	Argo setiawan	13	14	14	13.67
3	Galih nugroho	10	14	15	13.00
4	Faisal tri utami	12	14	19	15.00
5	Riski mahdafika	9	12	13	11.33
6	M . rizal fanani	8	11	11	10.00
7	T.M syarif H	8	10	10	9.33
8	Joko rahajo	9	10	11	10.00
9	Swandaru anindya	10	8	12	10.00
10	Ari tri styawan	8	14	11	11.00
11	A. rizky fauzan	10	10	13	11.00
12	M zamil rifai	11	12	11	11.33
13	Rosyid mahmud	8	12	12	10.67
14	Ari stiawan	9	11	11	10.33
15	Rizky efendi	12	11	12	11.67
16	Wahyu adi putro	11	11	11	11.00

Passing

No	Nama	Tes 1	Tes 2	Tes 3	Rata-rata
----	------	-------	-------	-------	-----------

1	Bagus dwi cahya	19	22	22	21.00
2	Argo setiawan	22	21	21	21.33
3	Galih nugroho	18	22	21	20.33
4	Faisal tri utami	22	23	21	22.00
5	Riski mahdafika	18	21	20	19.67
6	M . rizal fanani	22	26	24	24.00
7	T.M syarif H	24	20	22	22.00
8	Joko rahajo	22	23	24	23.00
9	Swandaru anindya	21	23	21	21.67
10	Ari tri styawan	22	23	24	23.00
11	A. rizky fauzan	18	23	20	20.33
12	M zamil rifai	21	24	24	23.00
13	Rosyid mahmud	21	22	22	21.67
14	Ari stiawan	18	20	20	19.33
15	Rizky efendi	21	22	23	22.00
16	Wahyu adi putro	19	21	21	20.33

Control Dribble

No	Nama	Tes 1	Tes 2	Tes 3	Rata-rata
1	Bagus dwi cahya	13.10	12.60	12.48	12.73
2	Argo setiawan	12.60	12.40	12.43	12.48
3	Galih nugroho	13.20	12.10	12.34	12.55
4	Faisal tri utami	11.40	11.40	11.42	11.41

5	Risky mahdafika	10.60	11.20	11.09	10.96
6	M. rizal fanani	11.20	11.10	11.14	11.15
7	T .M syarif H	11.40	10.50	11.52	11.14
8	Joko raharjo	11.90	11.10	11.65	11.55
9	Swandaru anindya	10.30	10.20	10.26	10.25
10	Ari tri styawan	12.50	11.40	12.32	12.07
11	A . rizky fauzan	11.60	11.20	11.43	11.41
12	M . mzamil rifai	11.85	11.60	11.67	11.71
13	Rosyid mahmud	12.20	11.50	11.32	11.67
14	Ari stiawan	13.10	12.30	13.18	12.86
15	Rizky efendi	13.20	12.50	13.07	12.92
16	Wahyu adi putro	12.60	11.30	11.47	11.79

Defensive movement

No	Nama	Tes 1	Tes 2	Tes 3	Rata-rata
1	Bagus dwi cahya	15.16	11.15	12.32	12.88
2	Argo setiawan	14.53	12.46	12.57	13.19
3	Galih nugroho	13.35	11.31	12.42	12.36
4	Faisal tri utami	12.84	12.72	12.53	12.70
5	Risky mahdafika	14.10	13.47	13.45	13.67
6	M. rizal fanani	12.15	12.90	12.54	12.53
7	T .M syarif H	11.60	12.13	12.11	11.95
8	Joko raharjo	11.59	12.40	12.14	12.04

9	Swandaru anindya	11.35	11.22	11.21	11.26
10	Ari tri styawan	12.50	12.40	12.45	12.45
11	A . rizky fauzan	12.30	12.51	12.43	12.41
12	M . mzamil rifai	11.85	11.60	11.73	11.73
13	Rosyid mahmud	13.40	12.70	13.18	13.09
14	Ari stiawan	14.20	14.56	14.17	14.31
15	Rizky efendi	11.69	11.43	11.48	11.53
16	Wahyu adi putro	13.59	12.60	12.47	12.89

Lampiran 4. Deskriptif Statistik

Statistics

Keterampilan Bermain Bola Basket

N	Valid	16
	Missing	0
Mean		2.0000E2
Median		1.9972E2
Mode		153.83 ^a
Std. Deviation		2.77514E1
Minimum		153.83
Maximum		246.62
Sum		3199.99

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Keterampilan Bermain Bola Basket

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 153.83	1	6.2	6.2	6.2
165.73	1	6.2	6.2	12.5
172.25	1	6.2	6.2	18.8
175.07	1	6.2	6.2	25.0
182.13	1	6.2	6.2	31.2
182.75	1	6.2	6.2	37.5
188.93	1	6.2	6.2	43.8
199.44	1	6.2	6.2	50.0
199.99	1	6.2	6.2	56.2
200.32	1	6.2	6.2	62.5
211.01	1	6.2	6.2	68.8
222.64	1	6.2	6.2	75.0
229.74	1	6.2	6.2	81.2
233.19	1	6.2	6.2	87.5
236.35	1	6.2	6.2	93.8
246.62	1	6.2	6.2	100.0
Total	16	100.0	100.0	

Statistics

Statistics

		Speed Spot Shoot	Passing	Control Dribble	Defensive Movement
N	Valid	16	16	16	16
	Missing	0	0	0	0
Mean		11.3331	21.5412	11.7906	12.5619
Median		11.0000	21.6700	11.6900	12.4900
Mode		10.00 ^a	20.33 ^a	11.41	11.26 ^a
Std. Deviation		1.49146	1.32222	.76146	.78998
Minimum		9.33	19.33	10.25	11.26
Maximum		15.00	24.00	12.92	14.31
Sum		181.33	344.66	188.65	200.99

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Speed Spot Shoot

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	9.33	1	6.2	6.2	6.2
	10	3	18.8	18.8	25.0
	10.33	1	6.2	6.2	31.2
	10.67	1	6.2	6.2	37.5
	11	3	18.8	18.8	56.2
	11.33	2	12.5	12.5	68.8
	11.67	1	6.2	6.2	75.0
	12	1	6.2	6.2	81.2
	13	1	6.2	6.2	87.5
	13.67	1	6.2	6.2	93.8
	15	1	6.2	6.2	100.0
	Total	16	100.0	100.0	

Passing

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	19.33	1	6.2	6.2	6.2
	19.67	1	6.2	6.2	12.5
	20.33	3	18.8	18.8	31.2
	21	1	6.2	6.2	37.5
	21.33	1	6.2	6.2	43.8
	21.67	2	12.5	12.5	56.2
	22	3	18.8	18.8	75.0
	23	3	18.8	18.8	93.8
	24	1	6.2	6.2	100.0
	Total	16	100.0	100.0	

Control Dribble

Passing

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	10.25	1	6.2	6.2	6.2
	10.96	1	6.2	6.2	12.5
	11.14	1	6.2	6.2	18.8
	11.15	1	6.2	6.2	25.0
	11.41	2	12.5	12.5	37.5
	11.55	1	6.2	6.2	43.8
	11.67	1	6.2	6.2	50.0
	11.71	1	6.2	6.2	56.2
	11.79	1	6.2	6.2	62.5
	12.07	1	6.2	6.2	68.8
	12.48	1	6.2	6.2	75.0
	12.55	1	6.2	6.2	81.2
	12.73	1	6.2	6.2	87.5
	12.86	1	6.2	6.2	93.8
	12.92	1	6.2	6.2	100.0
	Total	16	100.0	100.0	

Defensive Movement

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	11.26	1	6.2	6.2	6.2
	11.53	1	6.2	6.2	12.5
	11.73	1	6.2	6.2	18.8
	11.95	1	6.2	6.2	25.0
	12.04	1	6.2	6.2	31.2
	12.36	1	6.2	6.2	37.5
	12.41	1	6.2	6.2	43.8
	12.45	1	6.2	6.2	50.0
	12.53	1	6.2	6.2	56.2
	12.7	1	6.2	6.2	62.5
	12.88	1	6.2	6.2	68.8
	12.89	1	6.2	6.2	75.0
	13.09	1	6.2	6.2	81.2
	13.19	1	6.2	6.2	87.5
	13.67	1	6.2	6.2	93.8
	14.31	1	6.2	6.2	100.0
	Total	16	100.0	100.0	

Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian





