

**TINGKAT KETERAMPILAN DASAR BOLA BASKET PESERTA
ESKTRAKURIKULER BOLA BASKET SMP N 1 KARANGSAMBUNG
KABUPATEN KEBUMEN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh:
Nur Khafid
NIM. 19601241103

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2023**

**TINGKAT KETERAMPILAN DASAR BOLA BASKET PESERTA
ESKTRAKURIKULER BOLA BASKET SMP N 1 KARANGSAMBUNG
KABUPATEN KEBUMEN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh:
Nur Khafid
NIM. 19601241103

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2023**

**TINGKAT KETERAMPILAN DASAR BOLA BASKET PESERTA
ESKTRAKURIKULER BOLA BASKET SMP N 1 KARANGSAMBUNG
KABUPATEN KEBUMEN**

Oleh
Nur Khafid
NIM. 19601241103

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa baik tingkat keterampilan dasar bola basket pada peserta ekstrakurikuler bola basket di SMP N 1 Karangsembung Kabupaten Kebumen.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif mengenai tingkat keterampilan dasar bola basket peserta ekstrakurikuler bola basket SMP N 1 Karangsembung Kabupaten Kebumen. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta ekstrakurikuler bola basket putra di SMP N 1 Karangsembung Kabupaten Kebumen. Sampel dalam penelitian ini adalah sampel populasi atau seluruh peserta ekstrakurikuler bola basket putra SMP N 1 Karangsembung Kabupaten Kebumen yang berjumlah 20 peserta. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan instrument *American Alliance for Health Physical Education, Recreation, and Dance (AAHPERD) Basketball Test* dengan validitas sebesar 0,65-0,95 dan reliabilitas sebesar 0,84-0,97. Teknik analisis data pada penelitian ini adalah teknik analisis statistik deskriptif dengan persentase.

Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan dasar bola basket peserta ekstrakurikuler bola basket SMP N 1 Karangsembung Kabupaten Kebumen sebagai berikut: sebanyak 1 peserta (5%) dinyatakan baik sekali, 6 peserta (30%) dinyatakan baik, 7 peserta (35%) dinyatakan cukup, 5 peserta (25%) dinyatakan kurang, dan 1 peserta (5%) dinyatakan kurang sekali.

Kata kunci: *tingkat keterampilan, bola basket.*

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nur Khafid

NIM : 19601241103

Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul TAS : Tingkat Keterampilan Dasar Bola Basket Peserta Ekstrakurikuler
Bola Basket SMP N 1 Karangasambung Kabupaten Kebumen.

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

Yogyakarta, 5 Juli 2023
Penulis,



Nur Khafid
NIM. 19601241103

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

TINGKAT KETERAMPILAN DASAR BOLA BASKET PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET SMP N 1 KARANGSAMBUNG

Disusun Oleh:

Nur Khufid
NIM. 19601241103

Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan Ujian

Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan

Mengetahui,
Koordinator Program Studi

Dr. Hedi Ardiyanto H, M.Or
NIP.197702182008011002

Yogyakarta, 5 Juli 2023
Disetujui,
Dosen Pembimbing

Dr. Drs. Sridadi, M.Pd
NIP.196112301988031001

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

TINGKAT KETERAMPILAN DASAR BOLA BASKET PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET SMP N 1 KARANGSAMBUNG KABUPATEN KEBUMEN

Disusun oleh:


Nur Khafid
NIM. 19601241103

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan
Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 25 Juli 2023

No.	Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1.	Dr. Sridadi, M.Pd. Ketua Penguji/Pembimbing		25-7-23 19
2.	Dr. Tri Ani Hastuti, M.Pd. Sekretaris		25-7-2023
3.	Dr. Agus S. Suryobroto, M.Pd. Penguji Sidang		24-7-2023

Yogyakarta, 25 Juli 2023
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,


Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed.
NIP. 196407071988121001

MOTO

1. “Jangan menyerah. Hal memalukan bukanlah ketika kau jatuh, tetapi ketika kau tidak mau bangkit lagi.” – Midorima Shintarou (Kuroko no Basuke).
2. “Menuju tak terbatas dan melampauinya.” – Buzz Lightyear (Toy Story).
3. “Jika mereka bisa, saya harus bisa!” – Nur Khafid.

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah kehadiran Allah SWT, tulisan ini saya persembahkan kepada:

1. Keluarga khususnya kedua orangtua, Bapak Mito dan Ibu Yasminah yang selalu memberikan doa, dukungan, motivasi, dan semangat yang tiada henti.
2. Adik saya Annisa' Hanum Mitsalitsa yang selalu memberikan semangat dan doa.

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan kasih-Nya sehingga penyusunan tugas akhir skripsi dengan judul “Tingkat Keterampilan Dasar Bola Basket Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket SMP N 1 Karangsambung Kabupaten Kebumen” dapat berjalan dengan lancar dan terselesaikan sebagai mana mestinya.

Selesainya penyusunan tugas akhir skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Drs. Sridadi, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing TAS yang telah banyak memberikan motivasi, semangat, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed. selaku dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang memberikan persetujuan pada pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
3. Bapak Dr. Hedi Ardiyanto, S.Pd. M.Or. selaku Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan persetujuan Tugas Akhir Skripsi.
4. Bapak Saryono, S.Pd.Jas., M.Or. selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan bimbingannya selama masa perkuliahan
5. Bapak Sapto Wimartono ST, M.Kom. selaku Kepala SMP N 1 Karangsambung yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian di SMP N 1 Karangsambung.

6. Saudara Agus Setiyabudi, selaku pelatih ekstrakurikuler bola basket SMP N 1 Karangsembung yang telah memberikan kesempatan untuk pengambilan data pada peserta ekstrakurikuler bola basket SMP N 1 Karangsembung.
7. Ambarwati Septianingrum, Muhammad Nashih Ulwan, dan Ilham Faisal Huda, yang telah memberikan semangat dan motivasi selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
8. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Semoga segala bantuan yang telah diberikan semua pihak di atas menjadi amal yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi yang bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan.

Yogyakarta, 5 Juni 2023
Penulis,

Nur Khafid
NIM. 19601241103

DAFTAR ISI

ABSTRAK	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
LEMBAR PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
MOTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Batasan Masalah.....	4
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	4
F. Manfaat Penelitian	4
BAB II KAJIAN TEORI	6
A. Deskripsi Teori.....	6
1. Hakikat Keterampilan.....	6
2. Hakikat Permainan Bola Basket.....	9
3. Hakikat Keterampilan Dasar Permainan Bola Basket.....	11
4. Hakikat Kegiatan Ekstrakurikuler Bola Basket.....	15
5. Karakteristik Peserta Didik SMP	17
6. Karakteristik Peserta Ekstrakurikuler Bola Bakset Putra SMP N 1 Kangsambung Kabupaten Kebumen	21
7. Pengukuran Keterampilan Bola Basket.....	22
B. Penelitian yang Relevan	25
C. Kerangka Berpikir	26
BAB III METODE PENELITIAN	28
A. Desain Penelitian.....	28
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	28
C. Populasi dan Sampel Penelitian	28
1. Populasi Penelitian	28
2. Sampel Penelitian	29
D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data.....	29

1. Instrumen Penelitian	29
2. Teknik Pengumpulan Data	29
E. Validitas dan Reliabilitas Instrumen	31
F. Teknik Analisis Data	31
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	34
A. Deskripsi Hasil Penelitian	34
1. Hasil Pengolahan Data Keseluruhan	34
2. Hasil Pengolahan Data dari Masing-Masing Item Tes.....	35
B. Pembahasan.....	40
C. Keterbatasan Penelitian	42
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	43
A. Kesimpulan	43
B. Implikasi Hasil Penelitian	43
C. Saran.....	43
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN.....	48

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Normalitas Penilaian	32
Tabel 2. Hasil Pengolahan Data Keseluruhan	34
Tabel 3. Kategori Keterampilan Dasar <i>Shooting</i>	35
Tabel 4. Kategori Keterampilan Dasar <i>Passing</i>	37
Tabel 5. Kategori Keterampilan Dasar <i>Dribbling</i>	38
Tabel 6. Kategori Keterampilan <i>Defensive Movement</i>	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Bentuk dan Ukuran Lapangan Bola Basket.....	10
Gambar 2. Ukuran Bola Basket.....	10
Gambar 3. <i>Chest Pass</i>	12
Gambar 4. <i>Bounce Pass</i>	13
Gambar 5. <i>Overhead Pass</i>	13
Gambar 6. Instrumen Memantulkan Bola ke Tembok	23
Gambar 7. Instrumen Menggiring Bola.....	23
Gambar 8. Instrumen Menembak Bola ke Ring	24
Gambar 9. Instrumen Melempar Bola ke Arah Sasaran	24
Gambar 10. Instrumen Menggiring Bola.....	25
Gambar 11. Bagan kerangka Berpikir	27
Gambar 12. Diagram Tingkat Keterampilan Dasar Bola Basket	35
Gambar 13. Diagram Keterampilan Dasar <i>Shooting</i>	36
Gambar 14. Diagram Keterampilan Dasar <i>Passing</i>	37
Gambar 15. Diagram Keterampilan Dasar <i>Dribbling</i>	38
Gambar 16. Diagram <i>Defensive Movement</i>	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian	49
Lampiran 2. Petunjuk Instrumen	50
Lampiran 3. Hasil Mentah <i>AAHPERD Basketball Test</i>	55
Lampiran 4. Hasil Olah Data Menggunakan <i>T-Score</i>	56
Lampiran 5. Penghitungan Data Keseluruhan.....	57
Lampiran 6. Penghitungan Kategori <i>Speed Spot Shoot</i>	58
Lampiran 7. Penghitungan Kategori <i>Passing Test</i>	59
Lampiran 8. Penghitungan Kategori <i>Control Dribble Test</i>	60
Lampiran 9. Penghitungan Kategori <i>Defensive Movement Test</i>	61
Lampiran 10. Dokumentasi	62

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bola basket merupakan salah satu permainan bola besar yang sangat populer di Indonesia. Permainan ini banyak dimainkan oleh kalangan pelajar, mahasiswa, dan masyarakat umum lainnya. Kepopuleran permainan ini tidak hanya menjadikan bola basket sebagai olahraga rekreasi saja melainkan sebagai olahraga prestasi. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya kompetisi bola basket yang ada di Indonesia baik kompetisi profesional maupun kompetisi untuk pelajar.

Bola basket merupakan permainan yang memiliki teknik yang kompleks. Terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain basket diantaranya teknik *dribbling*, *passing*, *shooting*, *rebound*, dan *pivot*. Keterampilan yang mumpuni sangat diperlukan bagi setiap pemain bola basket guna mencapai keberhasilan dalam bermain bola basket.

Permainan bola basket merupakan salah satu permainan yang diajarkan pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di SMP N 1 Karangsambung. Teknik dasar dan peraturan yang diterapkan pada permainan bola basket menjadi sangat rumit untuk dipahami. Peserta didik yang sangat meminati permainan bola basket mengembangkan keterampilan yang dimiliki di luar jam pelajaran. Banyak peserta didik yang mengembangkan bakat bermain bola basket pada kegiatan ekstrakurikuler.

Kegiatan ekstrakurikuler bola basket di SMP N 1 Karangsambung menjadi wadah bagi peserta didik yang ingin belajar lebih di luar jam pembelajaran. Beberapa peserta didik mengikuti ekstrakurikuler bola basket karena ingin

mengembangkan minat dan bakat yang dimiliki. Ada juga beberapa peserta ekstrakurikuler bola basket yang mengikuti kegiatan ini karena baru mengenal permainan ini.

Berdasarkan observasi yang peneliti lakukan, SMP N 1 Karangsembung mengenai kegiatan ekstrakurikuler bola basket, fasilitas yang disediakan sekolah untuk kegiatan ekstrakurikuler bola basket lengkap. Beberapa fasilitas yang tersedia seperti lapangan basket, bola basket, serta peralatan lainnya. Fasilitas yang diberikan bertujuan untuk memberikan kesempatan bagi peserta ekstrakurikuler bola basket dalam mengembangkan potensinya. Dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler bola basket tersebut dilaksanakan setiap hari Selasa dan Kamis. Serta ada hari tambahan yaitu hari Sabtu untuk mempersiapkan tim inti dalam mengikuti berbagai kompetisi.

Tim bola basket SMP N 1 Karangsembung yang menamai timnya dengan sebutan *BLITS Spensakar* selalu berpartisipasi apabila ada kompetisi yang diselenggarakan di Kabupaten Kebumen. Akan tetapi, dari beberapa kompetisi yang diikuti tidak memperoleh hasil yang maksimal. Hal ini disebabkan karena setiap pemain tidak bisa mengoptimalkan keterampilan yang mereka miliki. Keterampilan peserta ekstrakurikuler bola basket di SMP N 1 Karangsembung belum pernah diukur. Sehingga terdapat beberapa pemain yang tidak mengetahui potensi yang dimiliki oleh dirinya sendiri.

Kegiatan ekstrakurikuler bola basket di SMP N 1 Karangsembung Kabupaten Kebumen dibagi menjadi 2 yaitu ekstrakurikuler bola basket putra dan putri. Pelatih yang dimiliki merupakan alumnus dari SMP N 1 Karangsembung.

Akan tetapi, pelatih yang mereka miliki belum memiliki lisensi pelatih bola basket. Hal ini menjadi salah satu tidak maksimalnya peserta ekstrakurikuler dalam mengembangkan keterampilannya.

Dari beberapa permasalahan di atas, perlu adanya tindak lanjut guna mengetahui keterampilan dasar bermain bola basket putra peserta ekstrakurikuler bola basket di SMP N 1 Karangsembung. Dengan begitu, dapat diketahui sumber permasalahan yang menjadi kendala dalam perkembangan masing-masing individu pada tim bola basket SMP N 1 Karangsembung.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui permasalahan yang terjadi pada peserta ekstrakurikuler bola basket putra di SMP N 1 Karangsembung dengan harapan dapat meraih prestasi yang lebih maksimal ke depannya.

B. Identifikasi Masalah

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

1. Tingkat keterampilan dasar peserta ekstrakurikuler bola basket putra di SMP N 1 Karangsembung belum diukur.
2. Kurang mendukungnya sarana dan prasarana yang dimiliki SMP N 1 Karangsembung untuk kegiatan ekstrakurikuler bola basket.
3. Ekstrakurikuler bola basket SMP N 1 Karangsembung Kabupaten Kebumen tidak memiliki pelatih bola basket yang berlisensi.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, terdapat beberapa masalah yang muncul. Oleh karena itu agar penelitian ini dapat lebih spesifik, fokus, dan juga mempertimbangkan keterbatasan peneliti, maka permasalahan penelitian ini dibatasi pada tingkat keterampilan dasar bola basket peserta ekstrakurikuler bola basket di SMP N 1 Karangsembung Kabupaten Kebumen.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan batasan masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: Seberapa baik tingkat keterampilan dasar bola basket pada peserta ekstrakurikuler bola basket di SMP N 1 Karangsembung Kabupaten Kebumen?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa baik tingkat keterampilan dasar bola basket pada peserta ekstrakurikuler bola basket di SMP N 1 Karangsembung Kabupaten Kebumen.

F. Manfaat Penelitian

Dengan dilakukannya penelitian ini diharapkan hasil yang diperoleh dapat memberikan pengetahuan dan wawasan. Adapun manfaat yang diperoleh sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi bagi mahasiswa untuk menyusun karya ilmiah pada permainan bola basket khususnya keterampilan

dasar bola basket.

- b. Memberikan informasi terkait tingkat keterampilan dasar bola basket peserta ekstrakurikuler bola basket di SMP N 1 Karangsambung.

2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini dapat dijadikan pedoman untuk mengembangkan keterampilan peserta ekstrakurikuler bola basket dan ekstrakurikuler olahraga lainnya di SMP N 1 Karangsambung.
- b. Penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi pelatih dalam menyusun program latihan.
- c. Penelitian ini dapat dijadikan motivasi bagi peserta untuk terus megembangkan keterampilan yang dimiliki.

BAB II KAJIAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Keterampilan

a. Pengertian Keterampilan

Segala aktivitas yang seseorang lakukan dalam kehidupan sehari-hari tidak terlepas dari peranan penting keterampilan. Banyak kegiatan yang seseorang lakukan membutuhkan keterampilan khusus. Keterampilan dapat dicapai seseorang dengan melakukan latihan secara teratur. Beberapa kegiatan sehari-hari seperti berjalan, melompat, berlari, bermain alat musik, dan berkendara merupakan sebuah keterampilan.

Pada dasarnya manusia sangat membutuhkan keterampilan untuk menjalani aktivitas sehari-hari. Istilah terampil biasanya digunakan untuk menggambarkan tingkat kemampuan seorang individu dalam melakukan suatu kegiatan. Meskipun memiliki pengertian yang banyak, yang dimaksud keterampilan adalah kemampuan gerak dengan tingkat tertentu (Christie, 2016: 8).

Menurut Sulistianoro (2016: 9) keterampilan (*skill*) merupakan kemampuan untuk mengoperasikan pekerjaan secara mudah dan cermat. Keterampilan juga merupakan suatu kecakapan dalam menyelesaikan tugas, terutama dalam tugas gerak (Achmad, 2016: 81). Menurut Sugianto dan Sudjarwo (1991: 13) yang dikutip oleh Bahtiar (2016: 9) menyatakan bahwa keterampilan adalah kemampuan untuk melakukan gerakan secara efektif dan efisien untuk melakukan sebuah gerak dasar.

Menurut Syahrial (2015: 8) gerak dasar merupakan keterampilan yang melibatkan otak besar, kekuatan otot yang melibatkan lengan dan kaki yang digunakan untuk mencapai sebuah latihan atau tujuan gerakan, seperti melempar sebuah bola, melompat, atau meloncat melewati genangan air, atau menjaga keseimbangan. Gerak dasar juga merupakan pokok utama dalam mempelajari dan mengembangkan berbagai keterampilan teknik dalam berolahraga dan aktivitas fisik lainnya.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan merupakan sebuah kemampuan individu yang menunjukkan suatu tindakan atau pola gerak yang bertujuan untuk menciptakan sebuah gerakan yang efektif dan efisien. Keterampilan dapat dikuasai atau diperoleh apabila dipelajari atau dilatihkan dengan persyaratan tertentu, di antaranya melalui kegiatan pembelajaran dan ekstrakurikuler yang dilakukan secara terus menerus dalam jangka waktu tertentu.

b. Faktor yang Mempengaruhi Keterampilan Gerak

Seorang pelaku olahraga dalam melakukan gerakan teknik yang dipelajari perlu melakukan latihan secara konsisten untuk mencapai prestasi yang maksimal. Akan tetapi, ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi seseorang dalam mencapai keterampilan yang diinginkan. Menurut Bahridah dan Neviyarni (2021: 17) faktor yang mempengaruhi keterampilan motorik adalah:

1) Umpan Balik (*feedback*)

Salah satu faktor yang mempengaruhi keterampilan motorik adalah umpan balik (*feedback*) yang terdiri dari dua jenis yaitu umpan balik intrinsik yang

merupakan informasi yang diterima untuk melakukan tampilan keterampilan motorik pada suatu latihan tertentu. Diperoleh secara langsung dari pengalaman dan tindakan kita. Kemudian umpan balik ekstrinsik yang merupakan suatu hasil pengetahuan yang menekankan ciri informal dari umpan balik. Dengan kata lain merupakan informasi yang diberikan orang lain atau alat yang digunakan. Dapat berupa informasi yang bersifat kualitatif, dimana subjek diberitahukan bahwa dia melakukan secara benar atau salah. Dapat pula berupa informasi yang bersifat kuantitatif, subjek diberitahukan sejauh mana dia telah melakukan keterampilan dengan benar atau berapa jarak antara respon yang benar dengan respon yang salah.

2) Distribusi Latihan (*Distribution of Practice*)

Distribusi latihan membantu perolehan keterampilan motorik. Respon yang didistribusikan merupakan sisa interval selama proses perolehan keterampilan motorik yang berkelanjutan atau terus menerus.

3) Stres dan Kelelahan (*Stress and Fatigue*)

Stres dapat didefinisikan dengan dua cara, yaitu keadaan dimana organisme (manusia) dalam keadaan termotivasi atau emosional yang disebut juga dengan tekanan emosi serta sebagai permintaan tugas/pekerjaan pada seseorang bila diharuskan mengikuti beberapa peristiwa sementara anda harus menyelesaikan suatu tugas/pekerjaan lainnya, maka akan mengalami stress yang lebih berat. Kedua definisi ini disebut dengan *information overload*. Jika stress meningkat, tampilan keterampilan motorik meningkat sampai pada titik normal dan penurunan stress akan mengurangi tampilan.

2. Hakikat Permainan Bola Basket

Permainan bola basket merupakan salah satu permainan yang sangat digemari oleh banyak orang baik anak-anak, remaja, maupun dewasa. Selain itu permainan ini juga bisa dimainkan oleh kaum laki-laki dan perempuan. Sebagian besar penggemar permainan ini adalah anak-anak sekolah dan mahasiswa. Hal ini dapat dilihat dari berbagai kejuaraan yang diselenggarakan dari tingkat sekolah dasar hingga perguruan tinggi.

Permainan bola basket merupakan jenis permainan yang bertujuan untuk mencetak poin atau skor dengan melakukan penyerangan ke daerah lawan atau daerah serang (*front court*) serta berusaha mencegah lawan untuk melakukan serangan balik ke daerah bertahan (*back court*). Menurut Anugraris dan Riswandi (2021: 17) bola basket merupakan permainan tim yang dimainkan oleh dua tim/regu putra maupun tim putri dengan masing-masing tim tersebut terdiri atas lima orang pemain yang berada di dalam lapangan dan tujuh orang pemain lainnya yang merupakan pemain cadangan atau pemain pengganti. Menurut Rustanto (2017: 76) bola basket adalah olahraga bola berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotakan masing-masing lima pemain yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukkan bola ke keranjang (*ring*) lawan.

Dalam pertandingan bola basket memiliki peraturan yang harus ditaati oleh masing-masing tim. Menurut Kadir (2017: 10) setiap pertandingan dibagi menjadi 4 *quarter* yang masing-masing berlangsung selama 8 sampai 12 menit, periode perpanjangan waktu digunakan pada waktu hasilnya seri. Permainan bola basket dilangsungkan dalam suatu daerah berlantai keras dengan ukuran panjang tidak

melebihi 94 kaki (kurang lebih 29 meter) dan lebar tidak melebihi 50 kaki (kurang lebih 16 meter).



Gambar 1 Ukuran Lapangan Bola Basket

Sumber: <https://www.freedomiana.id/ukuran-lapangan-bola-basket/>

Ukuran bola yang digunakan untuk putra dan putri memiliki perbedaan. Bola yang digunakan oleh tim putra pada saat pertandingan memiliki ukuran 7 (massa 567-650 gram dan keliling 749-780 mm). sedangkan bola yang digunakan untuk pertandingan tim putri memiliki ukuran 6 (massa 510-567 gram dan keliling 724-737 mm).



Gambar 2 Ukuran Bola Basket

Sumber: <https://perpustakaan.id/ukuran-berat-bola-basket/>

Permainan bola basket memiliki tujuan utama untuk memasukkan bola sebanyak mungkin ke keranjang lawan dengan menggunakan teknik yang benar. Permainan ini menjunjung tinggi prinsip sportivitas yaitu permainan yang dimainkan tanpa adanya unsur kekerasan seperti memukul, menendang, menjegal, dan menarik.

Dari beberapa keterangan di atas dapat disimpulkan bahwa permainan bola basket adalah permainan bola besar yang dimainkan oleh dua tim selama 8-10 menit dalam 4 *quarter* yang bertujuan saling mencetak poin sebanyak mungkin ke keranjang lawan dengan cara yang dibenarkan sesuai peraturan yang sudah ditentukan.

3. Hakikat Keterampilan Dasar Permainan Bola Basket

Dalam bermain bola basket seorang pemain dituntut untuk bisa bergerak dengan efektif dan efisien. Pergerakan yang efektif dan efisien terjadi apabila seorang pemain memiliki penguasaan keterampilan dasar bermain bola basket yang baik. Penguasaan teknik dasar bermain bola basket yang baik sangat dibutuhkan dalam permainan bola basket serta dapat menunjukkan tingkat kemahiran seseorang dalam bermain bola basket.

Permainan bola basket memerlukan keterampilan yang di dalamnya terkandung unsur-unsur seperti kekuatan, kecepatan, ketepatan, daya tahan, daya ledak keseimbangan, dan lain sebagainya. Menurut Sitepu (2018: 27) untuk keterampilan (*skill*), pemain itu sendiri harus menguasai teknik dasar dari bola basket yakni mengoper (*passing*), menembak (*shooting*), menggiring (*dribbling*), dan merajah (*rebound*). Pernyataan tersebut diperkuat oleh Rustanto (2017: 76) dalam permainan bola basket ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai, yaitu *passing* (mengoper), *dribbling* (menggiring) dan *shooting* (tembakan).

Berikut ini beberapa teknik dasar yang ada dalam permainan bola basket,

a. Teknik Mengoper (*Passing*)

Menurut Lesmana, Afrizal, & Mariati (2020: 827) *passing* adalah upaya

untuk mendapatkan bola atau menguasai bola dipertahanan atau memulai sebuah penyerangan. Teknik dasar *passing* jika dikuasai dengan baik dapat mempercepat penyerangan karena dapat mendekatkan bola ke ring basket untuk kemudian melakukan teknik *shooting* dan *lay-up* (Miranda, 2023: 24). Teknik ini harus dapat dilakukan dalam permainan bola basket karena untuk mencegah dari lawan yang ingin merebut bola.

Dalam permainan bola basket terdapat beberapa macam teknik dasar mengoper bola (*passing*), diantaranya yaitu:

1) Operan Setinggi Dada (*chest pass*)

Operan ini merupakan operan yang paling banyak digunakan oleh pemain basket saat dalam permainan. Operan ini sangat efektif digunakan untuk operan jarak dekat dengan memperhitungkan kecepatan dan kecermatan. Jarak yang memungkinkan pada saat melakukan operan ini antara 5 meter sampai dengan 7 meter.



Gambar 3 *Chest Pass*

Sumber: <https://www.freedomswana.id/cara-melempar-bola-basket/>

2) Operan Pantul (*bounce pass*)

Operan pantul dapat dilakukan juga dengan menggunakan satu tangan atau dua tangan. Operan ini biasa digunakan jika penerima bola tidak terdapat dihadapan pengoper bola. Operan ini sangat efektif untuk mengoper kepada teman

satu tim yang sedang dihadang atau dijaga oleh lawan yang memiliki postur tubuh tinggi besar.

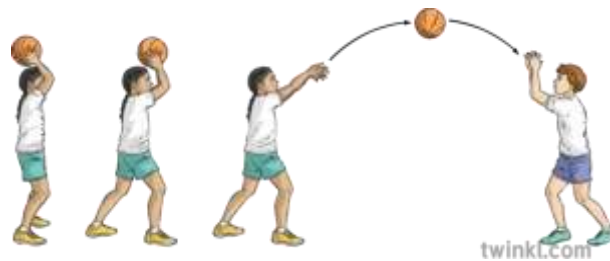


Gambar 4 *Bounce Pass*

Sumber: <https://www.freedomnesia.id/cara-melempar-bola-basket/>

3) Operan di atas Kepala (*overhead pass*)

Operan ini meruakan jenis operan yang sering dilakukan dalam permainan bola basket, terutama saat ingin melakukan serangan balik (*counter attack*). Operan ini dilakukan dengan cara mengoper atau melempar bola dari atas kepala dengan tujuan teman satu tim yang berada jauh di wilayah pertahanan lawan.



Gambar 5 *Overhead Pass*

Sumber: <https://www.freedomnesia.id/cara-melempar-bola-basket/>

b. Menggiring Bola (*dribbling*)

Dribbling adalah cara untuk bergerak dengan bola yang dilakukan oleh seorang pemain (Hidayat & Dinata, 2020: 337). Menurut Aziz (2016: 36) *dribble* adalah usaha yang dilakukan untuk mengontrol bola dan melewati lawan untuk membuka peluang mencetak skor. Menggiring bola merupakan teknik membawa bola menuju ke pertahanan lawan. Teknik ini dilakukan dengan memantulkan

bola ke lantai menggunakan satu tangan baik dengan berjalan maupun berlari.

Teknik menembak bola merupakan tujuan utama dari permainan bola basket dimana pemain berusaha memasukkan bola ke keranjang lawan untuk memperoleh poin. Teknik ini harus memiliki akurasi yang tinggi agar bola yang ditembakkan masuk ke dalam keranjang. Umumnya dalam bola basket, tembakan dilakukan setiap 15-20 detik dan hampir setengahnya berhasil masuk (Hidayat & Dinata, 2020: 337). Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi tembakan, seperti:

1) Jarak

Jarak menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi suatu tembakan. Semakin jauh jarak penembak dengan sasaran maka semakin sulit untuk menembak tepat mengenai sasaran.

2) Mobilitas

Melakukan sebuah tembakan tentunya harus didukung dengan posisi tubuh yang siap dan seimbang. Apabila seseorang melakukan tembakan dalam sikap berjalan, berlari, atau melompat tentunya akan sangat mempengaruhi terhadap akurasi tembakan.

3) Sikap Menembak

Sikap menembak juga menjadi salah satu faktor penyebab masuk atau tidaknya bola ke dalam keranjang saat bermain bola basket. Sikap yang seharusnya dilakukan saat melakukan tembakan adalah posisis badan dan arah pandangan mata ke arah keranjang. Sikap ini lebih mudah untuk melakukan tembakan daripada dengan posisi menyerong atau membelakangi keranjang.

4) Situasi saat Melakukan Tembakan

Situasi juga dapat mempengaruhi masuk atau tidaknya suatu tembakan. Adanya gangguan dari lawah saat melakukan tembakan dapat memengaruhi akurasi tembakan. Gangguan tersebut dapat berupa mengaja ketat, menghalang-halangi pandangan, serta kontak tubuh yang dapat mempengaruhi keseimbangan saat melakukan tembakan.

4. Hakikat Kegiatan Ekstrakurikuler Bola Basket

a. Pengertian Ekstrakurikuler

Pendidikan merupakan sebuah sarana dalam rangka untuk menumbuhkembangkan kemampuan individu agar dapat menjadi individu yang memiliki iman, taqwa, akhlak mulia, berpengetahuan, cakap, kreatif, dan mandiri. Kemudian untuk mewujudkan itu semua dibentuklah sebuah kurikulum yang salah satunya berupa kegiatan ekstrakurikuler. Menurut Damanik (2014: 17) kegiatan ekstrakurikuler adalah program pendidikan yang alokasi waktunya tidak ditetapkan dalam kurikulum. Kegiatan ekstrakurikuler merupakan perangkat operasional (*supplement* dan *complements*) kurikulum, yang perlu disusun dan dituangkan dalam rencana kerja tahunan/kalender pendidikan satuan pendidikan. Kegiatan ekstrakurikuler menjembatani kebutuhan perkembangan peserta didik yang berbeda; seperti perbedaan rasa akan nilai moral dan sikap, kemampuan, dan kreativitas. Melalui partisipasinya dalam kegiatan ekstrakurikuler peserta didik dapat belajar dan mengembangkan kemampuan berkomunikasi, bekerja sama dengan orang lain, serta menemukan dan mengembangkan potensinya.

Menurut Mahfud, Gumantan, dan Nugroho (2020: 57) ekstrakurikuler merupakan kegiatan pendidikan nonpelajaran formal di sekolah yang umumnya di luar jam belajar yang sesuai dengan kurikulum. Tujuan kegiatan ekstrakurikuler adalah untuk mengembangkan minat dan bakat peserta didik.

Menurut Bangun (2018: 29) ekstrakurikuler merupakan kegiatan tambahan di sekolah yang bisa dipilih oleh siswa sesuai bakat dan minatnya. Kegiatan ini memiliki manfaat bagi perkembangan bakat peserta didik seperti mengembangkan kepribadian, bakat dan kemampuan di berbagai bidang di luar bidang akademik.

Dari berbagai pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa ekstrakurikuler adalah kegiatan tambahan di sekolah baik akademik maupun nonakademik yang dilaksanakan di luar jam belajar yang bertujuan untuk mengembangkan minat dan bakat peserta didik.

b. Manfaat Ekstrakurikuler Olahraga

Mata pelajaran PJOK menjadi wadah bagi peserta didik dalam mempelajari berbagai macam olahraga termasuk di dalamnya teknik-teknik dalam berbagai cabang olahraga. Akan tetapi, minimnya ketersediaan jam setiap minggunya menjadikan peserta didik tidak mampu mempelajari berbagai teknik dalam suatu olahraga secara maksimal. Adanya kegiatan ekstrakurikuler olahraga menjadi wadah bagi peserta didik untuk mengasah kembali dan meningkatkan keterampilan sesuai bidang olahraga yang mereka pilih.

Kegiatan ekstrakurikuler diharapkan tidak hanya memberikan manfaat terhadap pengembangan kreativitas siswa tetapi juga menumbuhkan kedisiplinan siswa, sehingga terbentuk karakter yang baik. Kegiatan tersebut juga bermanfaat

untuk mengisi waktu luang siswa agar mengerjakan hal-hal yang positif. Dengan begitu kegiatan ekstrakurikuler akan berdampak baik tidak hanya bagi diri peserta didik itu sendiri tetapi juga bagi lingkungannya.

c. Ekstrakurikuler Bola Basket

Sebagian besar kegiatan ekstrakurikuler yang diterapkan di sekolah adalah kegiatan olahraga seperti bola basket, sepak bola, bola voli, dan olahraga lainnya. Tujuan ekstrakurikuler olahraga di sekolah adalah untuk mengembangkan minat dan bakat peserta didik di bidang olahraga. Peserta didik diberikan wadah untuk mengembangkan kemampuannya sesuai dengan kecabangan olahraga yang diminatinya.

Kegiatan ekstrakurikuler olahraga yang digemari oleh peserta didik di SMP N 1 Karangsembung salah satunya ekstrakurikuler bola basket. Kegiatan ini menjadi tempat peserta didik menambah kemampuan bermain basket di luar jam pembelajaran PJOK. Peserta ekstrakurikuler mendapatkan berbagai materi seperti latihan teknik dasar, latihan fisik, latihan strategi, dan lainnya.

Dengan adanya ekstrakurikuler bola basket di SMP N 1 Karangsembung banyak manfaat dan tujuan yang didapatkan seperti mampu meningkatkan kualitas sekolah di bidang nonakademik melalui ekstrakurikuler olahraga bola basket, menjadi tempat menggali prestasi bagi peserta didik, serta menjadi wadah mengembangkak bakat dan minat bermain bola basket.

5. Karakteristik Peserta Didik SMP

Karakteristik adalah perbedaan ciri khas, karakteristik atau keistimewaan yang dimiliki oleh peserta didik (Prasetyo, 2013: 34). Anak usia Sekolah

Menengah Pertama (SMP) masuk dalam kategori sebagai usia remaja (Alkhoiroti, Lestari, & Hidayat, 2013: 7). Menurut Hurlock dalam Ardana, & Pambudi, (2019: 24) anak akan mengalami ledakan atau perubahan pertumbuhan pubertas dimulai sekitar usia 8-12 tahun sampai berusia 15-16 tahun. Pernyataan tersebut diperkuat dengan pernyataan menurut Fitrianiingsih, Suhendri, & Astriani, (2019: 38) karakteristik usia remaja dikelompokkan dalam dua kelompok, yakni kelompok masa remaja awal dan kelompok masa remaja akhir. Kelompok masa remaja awal berkisar pada usia 12-17 tahun. Sedangkan, kelompok masa remaja akhir berkisar antara 17-22 tahun. Jadi, peserta didik SMP kelas VII yang rata-rata berusia 12-14 tahun tergolong dalam kelompok masa remaja awal.

Pernyataan di atas menjelaskan bahwa waktu perubahan yang terjadi pada tahap ini, peserta didik dapat menangani situasi hipotesis dan proses berpikir mereka tak lagi tergantung pada hal-hal yang berlangsung riil dan memiliki penalaran yang logis. Pada tahap ini peserta didik juga mampu mewujudkan suatu keseluruhan dalam pekerjaannya yang merupakan hasil berpikir logis dan mulai mampu mengembangkan pikiran normalnya. Peserta didik mulai mampu mencapai logika dan rasio serta dapat menggunakan abstraksi. Oleh karena itu, waktu perubahan yang terjadi pada remaja diperlukan adanya hal-hal yang menyenangkan, penuh tantangan, dan harus diisi dengan kegiatan-kegiatan yang merangsang organ tubuhnya agar berkembang secara baik sehingga terbentuk tingkat kesegaraan serta kebugaran tubuh yang dapat berguna untuk menunjang individu tersebut dalam melakukan kehidupannya dimasa mendatang seperti memberikan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Profil remaja awal yang dipaparkan oleh Syamsudin dalam Prasetyo, (2013: 35), sebagai berikut:

a. Bahasa dan Perilaku Kognitif

Perkembangan penggunaan bahasa sandi dan mulai tertarik dengan bahasa asing, menggemari literatur yang bernafaskan dan mengandung segi erotik dan fantastik, pengamatan dan tanggapannya masih bersifat realisme kritis, proses berpikir sudah mampu mengoperasikan kaidah logika formal kecakapan dasar intelektual umumnya menjalani laju perkembangannya, dan kecakapan dasar khusus bakat mulai nampak jelas.

b. Fisik dan Perilaku Motorik

Laju perkembangan secara umum sangat pesat, proporsi ukuran tinggi dan berat badan sering kurang seimbang, munculnya ciri-ciri sekunder seperti tumbuh bulu, gerak gerik nampak canggung dan kurang terkoordinasi, dan aktif dalam berbagai jenis cabang permainan olahraga.

c. Perilaku Afektif, Konatif, dan Kepribadian

Lima kebutuhan (fisik, rasa aman, afiliasi, penghargaan, dan perwujudan diri mulai tampak), reaksi emosional mulai berubah-ubah, kecenderungan arah sikap mulai nampak, dan menghadapi masa kritis identitas diri.

d. Perilaku Sosial Moral dan Religius

Ketergantungan yang kuat dengan kelompok sebaya (group), keinginan bebas dari dominasi orang dewasa, mengidentifikasi dirinya dengan tokoh idola, mencari pegangan hidup, penghayatan kehidupan keagamaan sehari-hari didasarkan atas pertimbangan dari luar.

Berkaitan dengan pendidikan, perkembangan remaja merupakan hal yang harus diperhatikan. Berikut menurut Nainggolan, & Daeli, (2021: 42) adalah penerapan teori Piaget terhadap pendidikan di kelas:

- a. Cara berpikir anak itu berbeda dan kurang logis dibanding cara berpikir orang dewasa, maka guru harus dapat mengerti cara berpikir anak, bukan sebaliknya anak yang beradaptasi dengan guru.
- b. Anak belajar paling baik dengan menemukan (*discovery*). Pembelajaran yang berpusat pada anak berlangsung efektif, guru tidak meninggalkan anak-anak belajar sendirian, tetapi guru member tugas khusus yang dirancang untuk membimbing anak menemukan dan menyelesaikan masalah sendiri.
- c. Pendidikan di sini bertujuan untuk mengembangkan pemikiran anak, artinya anak-anak mencoba memecahkan masalah, penalaran mereka yang lebih penting daripada jawabannya.
- d. Guru dapat menemukan dan menetapkan tujuan pembelajaran dari materi.

Dapat ditarik kesimpulan masa remaja termasuk masa yang akan menentukan baik buruknya perkembangan anak karena pada masa ini, anak mengalami banyak perubahan fisik dan psikisnya, sehingga dengan karakteristik yang dimiliki oleh anak usia SMP tersebut memerlukan adanya upaya dari seorang guru di sekolah untuk menciptakan pembelajaran yang proporsional agar dapat berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak usia remaja menjadi optimal.

SMP N 1 Karangsambung memiliki jumlah peserta didik sebanyak 756 dengan rincian kelas VII sebanyak 256, kelas VIII sebanyak 255, kelas IX

sebanyak 253. Dari keseluruhan peserta didik yang dimiliki, sebagian besar peserta didik berusia sekitar 13-15 tahun. Pada tahap ini peserta didik SMP N 1 Karangasambung masuk pada kategori remaja awal yang ditunjukkan dengan berkembangnya perilaku kognitif, motorik, dan afektif. Akan tetapi, pada usia tersebut memiliki sudut pandang berbeda dibanding dengan orang dewasa dibuktikan dengan cara berpikir yang masih kekanak-kanakan dan kurang logis.

6. Karakteristik Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket Putra SMP N 1 Karangasambung Kabupaten Kebumen

Ekstrakurikuler bola basket di SMP N 1 Karangasambung merupakan sebuah wadah yang diberikan oleh sekolah untuk mengembangkan minat dan bakat peserta didiknya. Jumlah peserta ekstrakurikuler bola basket berjumlah sekitar 20 peserta yang terdiri atas peserta didik kelas VII, VIII, dan IX. Akan tetapi, beberapa peserta didik kelas IX sudah tidak terlalu diforsir pada kegiatan ekstrakurikuler karena lebih mempersiapkan untuk ujian akhir.

Kegiatan ekstrakurikuler ini tidak hanya melakukan program latihan mandiri saja tetapi beberapa kali melakukan uji coba dengan tim basket dari sekolah lain untuk meningkatkan mental bertanding. Hal ini dilakukan dengan harapan peserta ekstrakurikuler dapat memiliki mental bertanding yang kuat.

Peserta ekstrakurikuler dilatih oleh pelatih yang merupakan salah satu alumnus dari SMP N 1 Karangasambung yang sangat berkompeten di bidang olahraga bola basket. Beberapa program latihan yang diberikan sudah direncanakan secara proporsional yang meliputi latihan teknik dasar, latihan fisik, serta latihan strategi. Sehingga materi yang diberikan dalam latihan tersebut dapat dikatakan baik dengan mempertimbangkan perkembangan peserta ekstrakurikuler.

Keterampilan bermain bola basket dari masing-masing peserta ekstrakurikuler berbeda-beda. Hal ini disebabkan karena ada beberapa peserta didik yang baru saja mengenal bola basket. Peserta yang masih duduk di bangku kelas VII merupakan peserta didik yang baru saja mengenal permainan bola basket. Sedangkan peserta didik yang duduk di bangku kelas VIII dan IX merupakan peserta ekstrakurikuler tahun sebelumnya.

7. Pengukuran Keterampilan Bola Basket

Aktivitas olahraga pada pembelajaran penjasorkes meningkatkan keterampilan peserta didik pada setiap cabang-cabang olahraga yang dipelajari. Cabang-cabang olahraga yang diberikan di sekolah mengacu pada kurikulum yang berlaku di sekolah tersebut sesuai dengan yang tercantum pada Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar contohnya permainan dan olahraga, senam dan gerak berirama, aktivitas air/aquatik, kesehatan, serta aktivitas pengembangan/kebugaran jasmani.

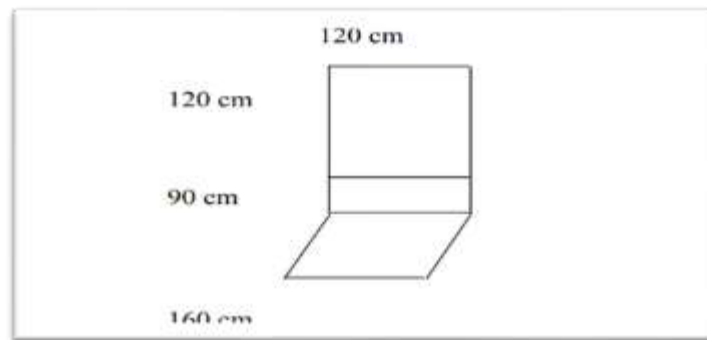
a. Tes Kecakapan Bermain Basket STO (Sekolah Tinggi Olahraga)

Menurut Ngatman & Andriyani (2017: 99) tes ini bertujuan untuk mengukur kecakapan bermain bola basket, untuk menggolongkan peserta didik sesuai tingkat keterampilannya dan sebagai salah satu dasar pemberian nilai pendidikan olahraga. Tes ini disusun untuk pelajar SLTA putra. Tes ini memiliki validitas sebesar 0,804 dicari dengan mengkorelasikan hasil penilaian 5 orang hakim pada waktu bermain tes *battery*. Reliabilitas pada tes ini sebesar 0,893 yang dicari dengan cara mengkorelasikan hasil tes hari pertama dengan tes hari berikut.

Tes ini merupakan tes *battery* dan terdiri atas tiga item tes, yaitu:

1) Memantulkan Bola ke Tembok.

Tes ini bertujuan untuk kecakapan menolak atau melemparkan dan menangkap bola.

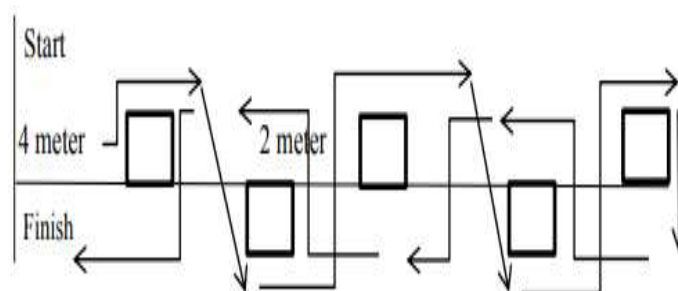


Gambar 6 Instrumen Memantulkan Bola ke Tembok.

Sumber: (Kadir, 2017: 33)

2) Menggiring Bola.

Tes ini bertujuan untuk mengukur kecepatan dan kecakapan menggiring bola maupun kelincahan mengubah arah.

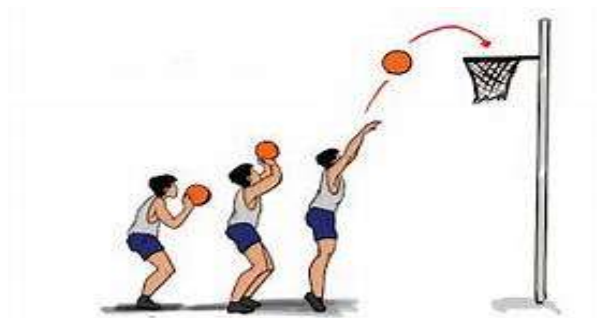


Gambar 7 Instrumen Menggiring Bola

Sumber: (Kadir, 2017: 34)

3) Menembak Bola ke Ring Basket selama 1 Menit.

Tes ini bertujuan untuk mengukur ketepatan dan ketelitian menembak ke dalam ring basket. Tes ini dilakukan dengan berdiri bebas di sekitar ring basket dan dilakukan selama 1 menit.



Gambar 8 Instrumen Menembak Bola ke Ring
 Sumber: <http://playedbasketball.blogspot.com/>

b. Johnson Basketball Test (1934)

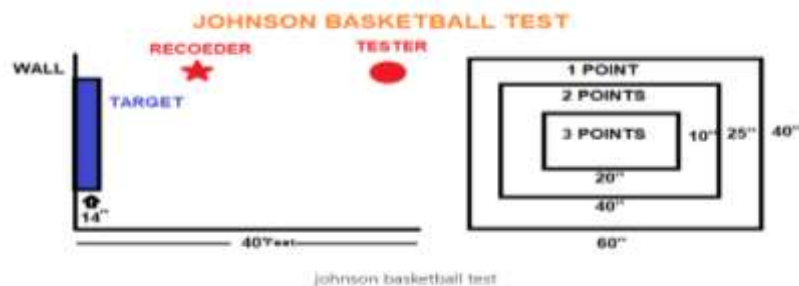
Johnson basketball test merupakan salah satu tes keterampilan bola basket yang diperuntukkan bagi anak *high school boys*. Tes ini memiliki validitas sebesar 0,65-0,79 dan reliabilitas sebesar 0,73-0,80. *Johnson basketball test* terdiri atas tiga item tes, yaitu:

- 1) Menembakkan Bola ke Basket.

Tes ini dilakukan di sembarang tempat di dekat ring dengan waktu selama 30 detik. Jumlah tembakan yang masuk selama 30 detik dicatat sebagai skor tes.

- 2) Melemparkan Bola ke Arah Sasaran.

Tes ini dilakukan sebanyak 10 kali lemparan dengan skor maksimal sebesar 30. Jika bola jatuh di antara garis batas, skor yang diambil adalah skor yang terbesar.



Gambar 9 Instrumen Melempar Bola ke Arah Sasaran
 Sumber: <https://www.sportzyogi.com/johnson-basketball-test/>

3) Menggiring Bola.

Tes ini dilakukan selama 30 detik dengan menghitung berapa banyaknya gawang yang dapat dilewati oleh testi.



Gambar 10 Instrumen Menggiring Bola

Sumber: <https://www.sportzyogi.com/johnson-basketball-test/>

c. *American Alliance for Health, Physical Education, Recreation, and Dance (AAHPERD) Basketball Test*

AAHPERD Basketball Test merupakan tes keterampilan bola basket yang diciptakan pada tahun 1993. Tes ini memiliki validitas sebesar 0,65-0,95 dan reliabilitas sebesar 0,84-0,97. Tes ini terdiri atas empat macam item tes yang terdiri atas *speed spot shot test*, *passing test*, *control dribbling test* dan *defensive movement test*. Tes ini dapat dilaksanakan untuk semua jenis usia dan jenis kelamin.

B. Penelitian yang Relevan

1. Lestari (2014) yang berjudul “Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bola Basket Peserta Putri Unit Kegiatan Mahasiswa Bola Basket Universitas Negeri Yogyakarta”. Penelitian ini memiliki sampel 20 peserta yang didasarkan atas keaktifannya. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan instrumen *AAHPERD Basketball Test*. Hasil penelitian yang diperoleh dari penelitian ini sebagai berikut: sebanyak 2 peserta (10%)

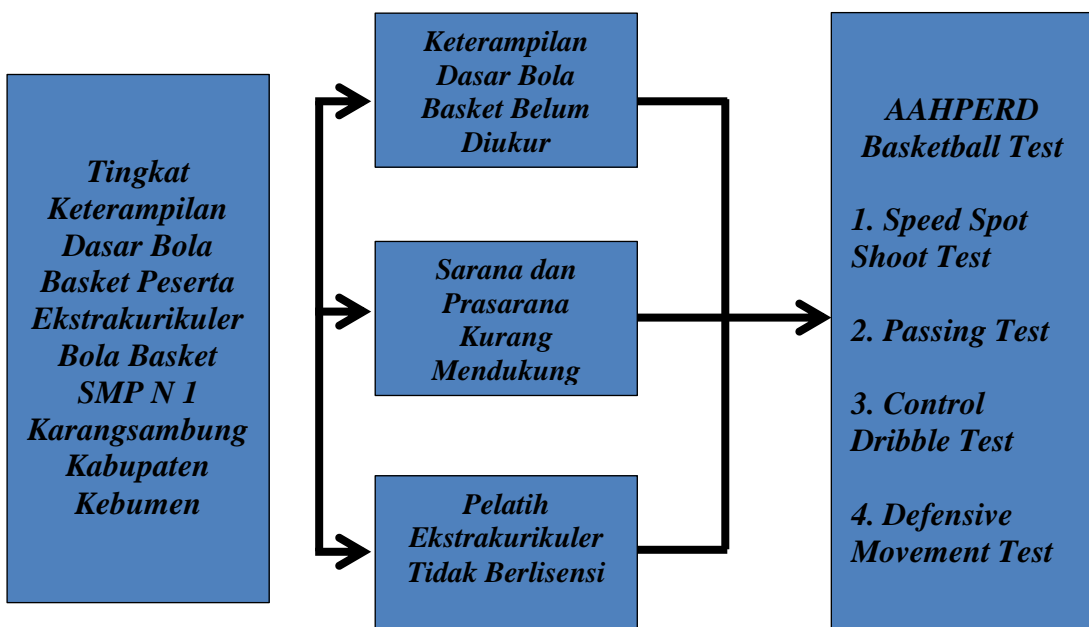
dinyatakan Baik Sekali, 3 peserta (15%) dinyatakan Baik, 9 peserta (45%) dinyatakan Cukup, 5 peserta (25%) dinyatakan Kurang, 1 peserta (5%) dinyatakan Kurang Sekali.

2. Effendi (2020) yang berjudul “Evaluasi Tingkat Keterampilan Dasar Pemain Bola Basket Usia 13-15 Tahun di Kabupaten Ngawi”. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain basket usia 13-15 tahun pada tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP) di Kabupaten Ngawi. Sampel yang digunakan menggunakan *snowball sampling* dengan tujuan mendapatkan data yang dibutuhkan. instrument yang digunakan pada penelitian ini adalah *AAHPERD Basketball Test*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan sebanyak 1 orang (2,08%) dinyatakan sangat baik, 3 orang (6,25%) dinyatakan baik, 12 orang (25%) dinyatakan cukup, 18 orang (37,5%) dinyatakan kurang, dan 14 orang (29,17%) dinyatakan kurang sekali.

C. Kerangka Berpikir

Keterampilan dasar bermain bola basket harus dikuasai seorang pemain bola basket agar dapat bermain dengan efektif dan efisien. Teknik dasar ini harus dikuasai seorang pemain sebagai modal awal pemain untuk melanjutkan ke teknik lanjutan atau teknik yang lebih sulit. Dalam meningkatkan keterampilan dibutuhkan usaha dan latihan secara rutin dan berkelanjutan. Oleh karena itu, pihak sekolah memberikan fasilitas berupa kegiatan ekstrakurikuler kepada peserta didiknya guna memaksimalkan pembelajarannya di luar jam pembelajaran serta untuk mengembangkan minat dan bakat peserta didik.

Penelitian ini didasarkan karena keterampilan dasar bola basket peserta ekstrakurikuler bola basket di SMP N 1 Karangsembung Kabupaten Kebumen belum pernah diukur. Selain itu, sarana dan prasarana yang dimiliki kurang mendukung serta pelatih yang dimiliki belum memiliki lisensi pelatih bola basket. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian tentang tingkat keterampilan dasar bermain bola basket peserta ekstrakurikuler bola basket SMP N 1 Karangsembung. Untuk mendapatkan data yang valid diperlukan suatu tes keterampilan bola basket yang dilengkapi dengan standar penilaiannya. Untuk itu pada penelitian ini digunakan instrumen *AAHPERD Basketball Test* untuk mencari data yang valid. Ada 4 item tes yang digunakan pada penelitian ini yaitu *speed spot shoot, passing, control dribble, dan defensive movement*.



Gambar 11 Bagan Kerangka Berpikir

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif yaitu tentang tingkat keterampilan dasar bermain bola basket peserta ekstrakurikuler bola basket di SMP N 1 Karangsembung Kabupaten Kebumen. Dalam penelitian ini peneliti hanya ingin mengetahui tingkat keterampilan dasar bermain bola basket pada peserta ekstrakurikuler bola basket di SMP N 1 Karangsembung Kabupaten Kebumen.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan tes dan pengukuran untuk memperoleh data yang nyata. Tes dan pengukuran yang dilakukan menggunakan *AAHPERD Basketball Test*.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Penelitian ini menggunakan satu variabel atau variabel tunggal yaitu tingkat keterampilan. Data dari variabel tingkat keterampilan diperoleh dari tes yang meliputi tes *speed spot shoot, passing, control dribble, dan defensive movement* yang diukur menggunakan instrumen *AAHPERD Basketball Test*.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Masalah dasar pada persoalan statistik adalah menentukan populasi dari data yang diteliti. Menurut Santoso (2016: 4) populasi didefinisikan sebagai sekumpulan data yang mengidentifikasi suatu fenomena. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta ekstrakurikuler bola basket putra di SMP N 1 Karangsembung yang berjumlah 20 orang.

2. Sampel Penelitian

Dalam penelitian ini sampel yang digunakan adalah seluruh peserta ekstrakurikuler bola basket putra di SMP N 1 Karangsembung Kabupaten Kebumen yang berjumlah 20 orang sehingga disebut dengan penelitian populasi.

D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Menurut Nasution (2016: 64) instrumen penelitian dapat diartikan pula sebagai alat untuk mengumpulkan, mengolah, menganalisis, dan menyajikan data-data secara sistematis serta objektif dengan tujuan memecahkan suatu persoalan atau menguji suatu hipotesis. jadi semua alat yang bisa mendukung suatu penelitian bisa disebut dengan instrumen penelitian atau instrumen pengumpulan data. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah instrumen *American Alliance Health for Physical Education, Recreation, and Dance (AAHPERD) Basketball Test*.

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode survei dengan tes dan pengukuran untuk memperoleh data yang nyata. Perlengkapan yang diperlukan antara lain lapangan basket, *stopwatch*, dinding/tembok, bola basket ukuran 6, *cone*, meteran dengan satuan *feet* (1 *feet* = 30 cm), lakban, alat tulis, peluit, dan kertas skor. Mekanisme pengumpulan data sebagai berikut:

- a. Peneliti menentukan lokasi, subjek penelitian, dan mengajukan surat izin penelitian.
- b. Peneliti mengajukan izin penelitian kepada SMP N 1 Karangsembung

Kabupaten Kebumen dan selanjutnya melaksanakan pengambilan data.

- c. Pengambilan data dilakukan dengan tes sesuai dengan instrumen yang telah ditentukan peneliti.
- d. Peneliti mengumpulkan data hasil penelitian kemudian melakukan analisis pada data tersebut.
- e. Setelah data dianalisis, selanjutnya peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

Pengambilan data dibantu oleh beberapa orang yang bertugas sebagai berikut:

a. *Speed Spot Shoot Test*

- 1) *Timer* : Rifaldi
- 2) Pengamat Skor : Nur Khafid
- 3) Pencatat Hasil : Ferrari Ismail
- 4) Dokumentasi : Agus Setiyabudi

b. *Passing Test*

- 1) *Timer* : Rifaldi
- 2) Pengamat Skor : Nur Khafid
- 3) Pencatat Hasil : Ferrari Ismail
- 4) Dokumentasi : Agus Setiyabudi

c. *Control Dribble Test*

- 1) *Timer* : Rifaldi
- 2) Pengamat Skor : Nur Khafid
- 3) Pencatat Hasil : Ferrari Ismail
- 4) Dokumentasi : Agus Setiyabudi

d. *Defensive Movement Test*

- 1) *Timer* : Rifaldi
- 2) Pengamat Skor : Nur Khafid
- 3) Pencatat Hasil : Ferrari Ismail
- 4) Dokumentasi : Agus Setiyabudi

E. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

1. Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang berarti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu instrumen pengukur (tes) dalam melakukan fungsi ukurnya. Validitas sebuah tes diukur dari validitasnya. Validitas yaitu tingkat kesahihan dan keandalan instrumen penelitian. Instrumen dinilai valid apabila alat ukur dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur (Wahyudin 2006: 140). Instrumen pada penelitian ini memiliki validitas sebesar 0,65-0,95.

2. Reliabilitas

Reliabilitas berasal dari kata *reliability* berarti sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya. Menurut Arikunto (2013) mengatakan bahwa metode *Cronbach's Alpha* digunakan untuk menguji reliabilitas instrumen. Suatu instrumen dikatakan reliabel jika koefisien reliabilitas atau alfa 0,6 atau lebih. Instrumen pada penelitian ini memiliki reliabilitas sebesar 0,84-0,97

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik deskriptif kuantitatif dengan persentase, yaitu data dari tes yang telah diperoleh dan dianalisis dengan menggunakan persentase.

Data yang telah diperoleh akan dianalisis dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Mengumpulkan hasil kasar atau *raw score* dari setiap item test, yaitu tes *speed spot shoot*, *passing*, *control dribble*, dan *defensive movement* yang telah dilaksanakan pada masing-masing tes sesuai dengan petunjuk pelaksanaan *AAHPERD Basketball Test*.
- b. Setelah itu diubah menjadi skor t agar memiliki satuan yang sama.
- c. Hasil skor t kemudian dicari rata-rata (*mean*), standar deviasi (SD). Keempat macam skor t selanjutnya dimasukkan ke dalam 5 kategori yaitu baik sekali, baik, cukup, kurang, dan kurang sekali.
- d. Setelah diketahui tingkat keterampilan dasar bermain bola basket peserta ekstrakurikuler bola basket SMP N 1 Karangsembung Kabupaten Kebumen, termasuk kategori baik sekali, baik, cukup, kurang, dan kurang sekali maka selanjutnya akan dinyatakan ke dalam bentuk persentase.

Pada penelitian ini untuk menentukan kelima kategori tersebut menggunakan norma penilaian dari Lestari (2014: 49), sebagai berikut:

Tabel 1 Normalitas Penilaian

Kategori	Rumus
Baik Sekali	$(M + 1,5SD) \leq X$
Baik	$(M + 0,5SD) \leq X < (M + 1,5SD)$
Cukup	$(M - 0,5SD) \leq X < (M + 0,5SD)$
Kurang	$(M - 1,5SD) \leq X < (M - 0,5SD)$
Kurang Sekali	$X < (M - 0,5SD)$

Sumber: (Lestari, 2014: 49)

Keterangan:

X = skor

SD = standar deviasi

M = rata-rata (*mean*)

Setelah diperoleh frekuensi pada setiap kategori kemudian diubah ke dalam bentuk persentase dengan rumus sebagai berikut:

$$\text{Persentase Hasil (\%)} P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan:

f = frekuensi

n = jumlah total

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan satu variabel tanpa membuat perbandingan atau hubungan dengan variabel lainnya. Pengukuran keterampilan dasar bermain bola basket di SMP N 1 Karangsembung Kabupaten Kebumen dilakukan dengan mengkategorikan menjadi 5 kriteria yaitu baik sekali, baik, cukup, kurang, dan kurang sekali.

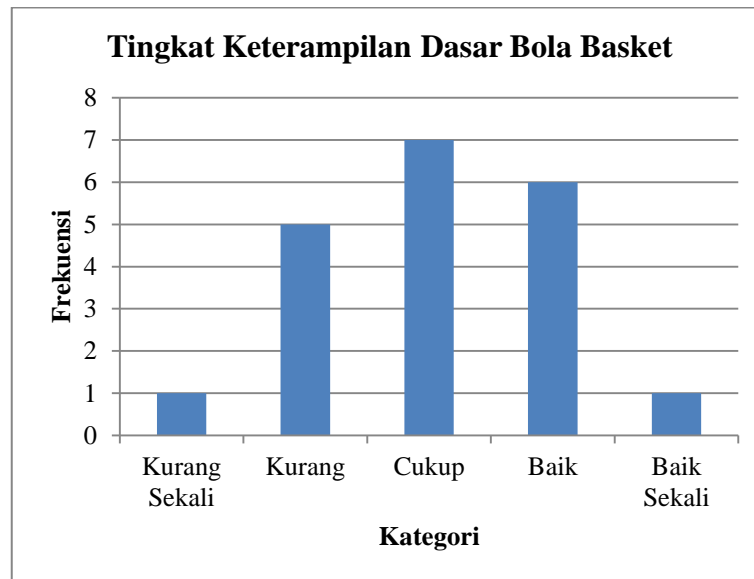
1. Hasil Pengolahan Data Keseluruhan

Hasil dari pengolahan data setelah diubah ke dalam *T-score* diperoleh hasil sebagai berikut: rata-rata sebesar 200,00 dan standar deviasi sebesar 32,04.

Tabel 2 Hasil Pengolahan Data Keseluruhan

No.	Kategori	Skor Keterampilan Dasar Bermain Bola Basket	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Baik Sekali	$248,06 \leq X$	1	5%
2.	Baik	216,02 – 248,06	6	30%
3.	Cukup	183,98 – 216,02	7	35%
4.	Kurang	151,94 – 183,98	5	25%
5.	Kurang Sekali	$X < 151,94$	1	5%
Jumlah			20	100%

Berdasarkan tabel di atas diperoleh tingkat keterampilan dasar bermain bola basket peserta ekstrakurikuler bola basket SMP N 1 Karangsembung sebanyak 1 orang (5%) berkategori baik sekali, 6 orang (30%) berkategori baik, 7 orang (35%) berkategori cukup, 5 orang (25%) berkategori kurang, dan 1 orang (5%) berkategori kurang sekali.



Gambar 12 Diagram Tingkat Keterampilan Dasar Bola Basket

2. Hasil Pengolahan Data dari Masing-Masing Item Tes

a. *Speed Spot Shoot Test*

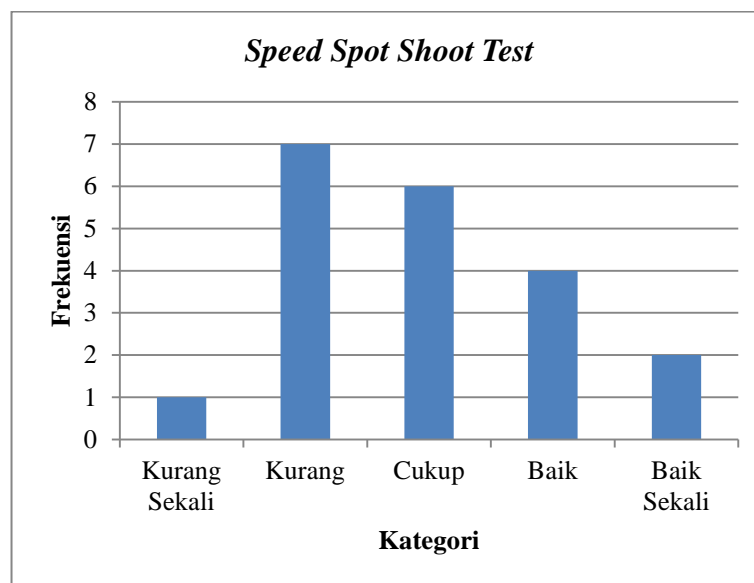
Hasil dari pengolahan data mentah diperoleh rata-rata (mean) sebesar 32,40 dan standar deviasi sebesar 7,41. Kemudian setelah diubah ke dalam *T-score* diperoleh hasil sebagai berikut: rata-rata (*mean*) sebesar 50,00 dan standar deviasi sebesar 10,00.

Berikut ini adalah hasil olahan data yang sudah dimasukkan ke dalam lima kategori:

Tabel 3 Kategori Keterampilan Dasar *Shooting*

No.	Kategori	Skor Keterampilan Dasar <i>Shoot</i>	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Baik Sekali	$65 \leq X$	2	10%
2.	Baik	55 – 64	4	20%
3.	Cukup	45 – 54	6	30%
4.	Kurang	35 – 44	7	35%
5.	Kurang Sekali	$X < 35$	1	5%
Jumlah			20	100%

Berdasarkan tabel kategori di atas diperoleh tingkat keterampilan dasar *shooting* peserta ekstrakurikuler bola basket SMP N 1 Karangsembung sebanyak 2 peserta (10%) dinyatakan baik sekali, 4 peserta (20%) dinyatakan baik, 6 peserta (30%) dinyatakan cukup, 7 peserta (35%) dinyatakan kurang, dan 1 peserta (5%) dinyatakan kurang sekali.



Gambar 13 Diagram Keterampilan Dasar *Shooting*

b. *Passing Test*

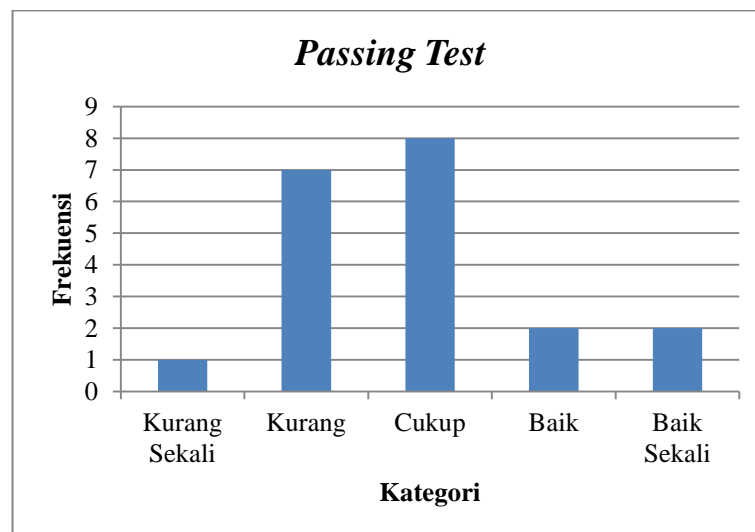
Hasil dari pengolahan data mentah diperoleh rata-rata (*mean*) sebesar 70,30 dan standar deviasi sebesar 13,50. Kemudian setelah diubah ke dalam *T-score* diperoleh hasil sebagai berikut: rata-rata (*mean*) sebesar 50,00 dan standar deviasi sebesar 10,00.

Berikut ini adalah hasil olahan data yang sudah dimasukkan ke dalam lima kategori:

Tabel 4 Kategorisasi *Passing Test*

No.	Kategori	Skor <i>Passing Test</i>	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Baik Sekali	$65 \leq X$	2	10%
2.	Baik	55 – 64	2	10%
3.	Cukup	45 – 54	8	40%
4.	Kurang	35 – 44	7	35%
5.	Kurang Sekali	$X < 35$	1	5%
Jumlah			20	100%

Berdasarkan tabel kategori di atas diperoleh tingkat keterampilan dasar *passing* peserta ekstrakurikuler bola basket SMP N 1 Karangsambung sebanyak 2 peserta (10%) dinyatakan baik sekali, 2 peserta (10%) dinyatakan baik, 8 peserta (40%) dinyatakan cukup, 7 peserta (35%) dinyatakan kurang, 1 peserta (5%) dinyatakan kurang sekali.



Gambar 14 Diagram Keterampilan Dasar *Passing*

c. Control Dribble Test

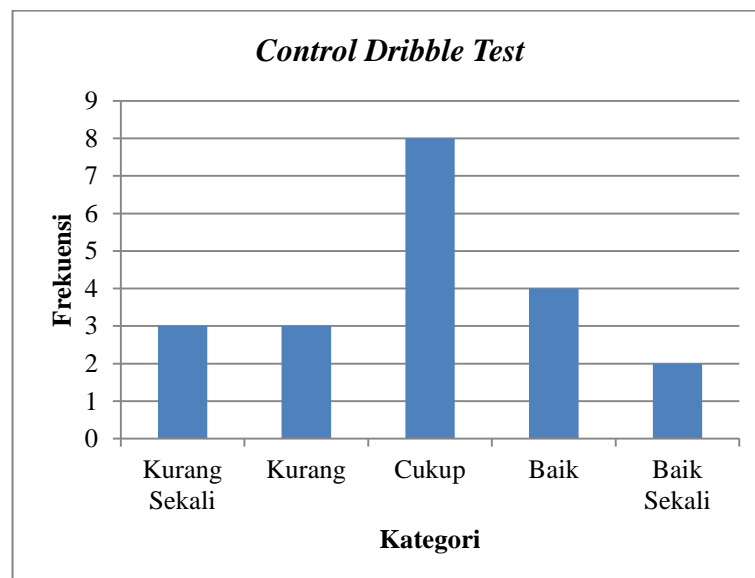
Hasil dari pengolahan data mentah diperoleh rata-rata (mean) sebesar 21,71 dan standar deviasi sebesar 2,47. Kemudian setelah diubah ke dalam *T-score* diperoleh hasil sebagai berikut: rata-rata (mean) sebesar 50,00 dan standar deviasi sebesar 10,00.

Berikut ini adalah hasil olahan data yang sudah dimasukkan ke dalam lima kategori:

Tabel 5 Kategorisasi *Control Dribbling Test*

No.	Kategori	Skor <i>Control Dribbling Test</i>	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Baik Sekali	$65 \leq X$	2	10%
2.	Baik	55 – 64	4	20%
3.	Cukup	45 – 54	8	40%
4.	Kurang	35 – 44	3	15%
5.	Kurang Sekali	$X < 35$	3	15%
Jumlah			20	100%

Berdasarkan tabel kategori di atas diperoleh tingkat keterampilan dasar *dribbling* peserta ekstrakurikuler bola basket SMP N 1 Karangsambung sebanyak 2 peserta (10%) dinyatakan baik sekali, 4 peserta (20%) dinyatakan baik, 8 peserta (40%) dinyatakan cukup, 3 peserta (15%) dinyatakan kurang, 3 peserta (15%) dinyatakan kurang sekali.



Gambar 15 Diagram Keterampilan Dasar *Dribbling*

d. *Defensive Movement Test*

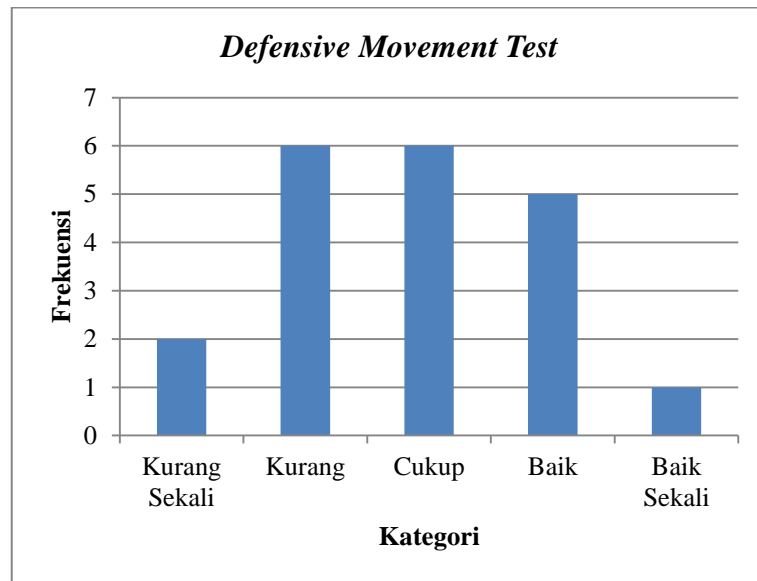
Hasil dari pengolahan data mentah diperoleh rata-rata (mean) sebesar 21,71 dan standar deviasi sebesar 2,47. Kemudian setelah diubah ke dalam *T-score* diperoleh hasil sebagai berikut: rata-rata (*mean*) sebesar 50,00 dan standar deviasi sebesar 10,00.

Berikut ini adalah hasil olahan data yang sudah dimasukkan ke dalam lima kategori:

Tabel 6 Kategori Keterampilan *Defensive Movement*

No.	Kategori	Skor <i>Defensive Movement Test</i>	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Baik Sekali	$65 \leq X$	1	5%
2.	Baik	55 – 64	5	25%
3.	Cukup	45 – 54	6	30%
4.	Kurang	35 – 44	6	30%
5.	Kurang Sekali	$X < 35$	2	10%
Jumlah			20	100%

Berdasarkan tabel kategori di atas diperoleh tingkat keterampilan *defensive movement* peserta ekstrakurikuler bola basket SMP N 1 Karangsambung sebanyak 1 peserta (5%) berkategori baik sekali, 5 peserta (25%) berkategori baik, 6 peserta (30%) berkategori cukup, 6 peserta (30%) berkategori kurang, 2 peserta (10%) berkategori kurang sekali.



Gambar 16 Diagram *Defensive Movement*

B. Pembahasan

Seorang pemain harus menguasai keterampilan dasar bermain bola basket agar permainan berjalan dengan efektif dan efisien. Setiap individu atau pemain bola basket yang dapat menguasai keterampilan dasar dengan baik tentunya akan memberikan permainan yang maksimal. Oleh karena itu, penguasaan keterampilan dasar bermain bola basket sangat penting bagi setiap pemain bola basket.

Dari hasil penelitian di atas, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi hasil tes yang dilakukan oleh peserta ekstrakurikuler bola basket SMP N 1 Karangsambung diantaranya:

1. Kondisi Fisik

Kondisi fisik masing-masing pemain bola basket SMP N 1 Karangsambung memiliki perbedaan satu sama lain. Peserta ekstrakurikuler bola basket yang duduk di bangku kelas IX tentunya berbeda dengan peserta yang masih duduk di

bangku kelas VII dan VIII. Kondisi fisik seperti kekuatan, daya tahan, kecepatan dan kelincahan sangat mempengaruhi hasil tes pengukuran peserta ekstrakurikuler bola basket SMP N 1 Karangsembung.

Di bawah ini faktor kondisi fisik yang mempengaruhi keterampilan bola basket seperti:

a. Kekuatan Otot Tungkai

Kekuatan otot tungkai dibutuhkan untuk kuat dalam berlari. Apabila otot tungkai lemah, maka pemain akan mengalami kesulitan dalam melakukan teknik dasar bola basket seperti *dribbling* dan *shooting*.

b. Kecepatan dan Kelentukan

Kecepatan juga sangat berpengaruh dalam keterampilan bola basket khususnya pada teknik *dribbling*. Apabila pemain memiliki kecepatan akan mudah melakukan *dribbling* dengan berlari cepat. Sebaliknya jika pemain tidak memiliki kecepatan, gerakan *dribbling* akan mudah dibaca oleh pemain lawan. Selain itu kelentukan yang baik juga berpengaruh terhadap efisiensi gerakan.

c. Keseimbangan dan Kelincahan

Gerakan *dribbling* dengan berlari cepat juga membutuhkan keseimbangan tubuh yang baik. Keseimbangan tubuh yang rendah dapat menyebabkan pemain terjatuh dan mudah kehilangan penguasaan bola. Menurut Ramos et al., (2020: 838) untuk menghasilkan jump shot yang tepat maka perlu kontribusi dari daya ledak otot tungkai dan keseimbangan yang mana diharapkan mampu menghasilkan hasil tembakan yang baik dan akurat. Pendapat tersebut juga diperkuat lagi oleh Ramos et al., (2020: 839) untuk menghasilkan teknik jump

shot yang tepat tentu tidak terlepas dari beberapa faktor yaitu keseimbangan, kekuatan otot lengan, daya ledak otot tungkai, dan gerakan *followtrou*. Selain keseimbangan, unsur kelincahan juga sangat berpengaruh dalam gerakan *dribbling* yaitu memudahkan dalam berpindah tempat dan dalam kondisi apapun yang dihadapi pemain.

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yang dimaksud adalah kondisi sarana dan prasarana yang digunakan untuk bermain bola basket. Kondisi bola, lapangan, dan ring yang baik dan standard tentunya akan mempengaruhi seseorang dalam bermain bola basket. Apabila sarana dan prasarana tidak mendukung seperti lantai lapangan yang tidak rata, tergenang air, ring tidak standar, aspek tersebut menyebabkan pemain tidak bisa menampilkan keterampilan yang dimiliki secara maksimal.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan dengan semaksimal mungkin, namun tidak terlepas dari keterbatasan-keterbatasan yang ada, yaitu:

1. Kondisi cuaca yang menghambat pelaksanaan penelitian karena masih masuk musim penghujan dan fasilitas lapangan yang digunakan adalah lapangan bola basket di luar ruangan (*outdoor*).
2. Fasilitas yang dimiliki oleh SMP N 1 Karangsembung kurang baik dalam hal ini adalah bola basket yang digunakan untuk penelitian tidak dalam kondisi sempurna.
3. Terdapat peserta ekstrakurikuler yang tidak mengeluarkan kemampuannya secara maksimal yang disebabkan karena kondisi kurang sehat.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis hasil data penelitian maka dapat disimpulkan tingkat keterampilan dasar bermain bola basket peserta ekstrakurikuler bola basket SMP N 1 Karangsembung Kabupaten Kebumen secara keseluruhan sebagai berikut: sebanyak 1 orang (5%) dinyatakan baik sekali, 6 orang (30%) dinyatakan baik, 7 orang (35%) dinyatakan cukup, 5 orang (25%) dinyatakan kurang dan 1 orang (5%) dinyatakan kurang sekali. Sebagian besar peserta ekstrakurikuler bola basket SMP N 1 Karangsembung Kabupaten Kebumen dinyatakan cukup.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan kesimpulan di atas, penelitian ini bermimplikasi pada:

1. Peserta ekstrakurikuler bola basket SMP N 1 Karangsembung dapat mengevaluasi keterampilan dasar bermain bola basket.
2. Munculnya motivasi dan semangat untuk meningkatkan keterampilan dasar bermain bola basket agar dapat memperoleh prestasi yang lebih baik lagi.

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi peserta ekstrakurikuler bola basket SMP N 1 Karangsembung agar selalu bersungguh-sungguh dalam mengikuti latihan sesuai jadwal yang ditentukan serta selalu memotivasi diri dalam hal meningkatkan kemampuan bermain bola basket.
2. Bagi pelatih agar lebih memaksimalkan potensi yang dimiliki setiap pemain,

sebagai contoh pemain yang memiliki tingkat akurasi *shooting* yang bagus agar lebih dimaksimalkan potensinya. Selain itu, pelatih juga disarankan untuk lebih menekankan kedisiplinan peserta saat kegiatan ekstrakurikuler berlangsung.

3. Bagi peneliti agar lebih dapat memperhatikan masalah-masalah dalam keterbatasan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad, I. Z. (2016). Hubungan Antara Power Tungkai, Koordinasi Mata-Tangan, Dan Rasa Percaya Diri Dengan Hasil Keterampilan *Open Spike* Bola Voli. *Jurnal Pendidikan Unsika*, 4(1), 78–90.
- Alkhoiroti, F. N., Lestari, S., Psi, S., & Hidayat, S. (2013). *Kejujuran Akademik dan Nonakademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Bukit Indah Lawu* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Anugrarista, F. N. (2021). *Teknik dan Pembelajaran dalam Permainan Bola Basket*. Media Sains Indonesia.
- Ardana, I. B., & Pambudi, A. F. (2019). Tingkat Pemahaman Peserta Didik dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Terhadap Materi Bola Basket Kelas VIII SMP N 2 Playen. *Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 8(8).
- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aziz, A. A. (2016). Faktor Fisik dan Teknik pada Kemampuan Dribble Atlet Ekstrakurikuler Bola Basket Putra Tingkat SMA. *Universitas Negeri Yogyakarta*, 183(2), 2–7.
- Bangun, S. Y. (2018). Peran Pelatih Olahraga Ekstrakurikuler dalam Mengembangkan Bakat dan Minat Olahraga pada Peserta Didik. *Jurnal Prestasi*, 2(4), 29-37.
- Bahridah, P., & Neviyarni (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keterampilan Motorik dalam Pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Tematik*. 2(1), 13-19.
- Bahtiar. I. (2016). Survei Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bola Basket Siswa Putra Peserta Ekstrakurikuler di SMA se-Kecamatan Sewon Bantul. Tersedia pada https://eprints.uny.ac.id/44637/1/skripsi_20%20Ibnu%20Bahtiar_%2012601241100.pdf.
- Christie, girian aditya. (2016). Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Futsal Siswa Peserta Ekstrakurikuler Futsal Di Sekolah Dasar Negeri Gebang Raya 1 Tangerang Tahun 2016 Level of Futsal Basic Technique Skill of Futsal Extracurricular Participant Students in Sekolah Dasar Negeri Gebang Ra. *Journal.Student.Uny.Ac.Id*, 1–8.
- Damanik, S. A. (2014). Pramuka Ekstrakurikuler Wajib di Sekolah. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*. 13(02), 16-21.

- Effendi, H. (2020). Evaluasi Tingkat Keterampilan Dasar Pemain Bola Basket Usia 13-15 Tahun di Kabupaten Ngawi. *Journal Active of Sport*, 1(1), 12-20.
- Fitrianingsih, Y., Suhendri, H., & Astriani, M. M. (2019). Pengembangan Media Pembelajaran Komik Matematika Bagi Peserta Didik Kelas VII SMP/MTS Berbasis Budaya. *Jurnal Petik*, 5(2), 36-42.
- Hidayat, Y., & Dinata, W. W. (2020). Tinjauan Teknik Dasar Pada Atlet Bolabasket Klub Batavia Kota Padang. *Jurnal Stamina*, 3(6), 335-342.
- Kadir, L. A. (2017). Tingkat Keterampilan Dasar Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket Putra SMA Negeri 4 Yogyakarta. Tersedia pada https://eprints.uny.ac.id/53312/1/Skripsi_Lalu%20Abd.%20Kadir_13601241034.pdf.
- Lesmana, H. S., Afrizal, S., & Mirati, S. (2020). Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Atlet Bolabasket. *Jurnal Patriot*, 2(3), 825-836.
- Lestari, B. (2014). Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bolabasket Peserta Putri Unit Kegiatan Mahasiswa Bolabasket Universitas Negeri Yogyakarta. Tersedia pada https://eprints.uny.ac.id/14033/1/SKRIPSI_BHEKTI%20LESTARI_10601241045.pdf
- Mahfud, I., Gumantan, A., & Nugroho, R. A. (2020). Pelatihan Pembinaan Kebugaran Jasmani Peserta Ekstrakurikuler Olahraga. *Wahana Dedikasi: Jurnal PkM Ilmu Kependidikan*, 3(1), 56-61.
- Miranda. E. Y. (2023). Tingkat Pemahaman Peserta Didik Kelas VII Terhadap Permainan Bola Basket di SMP Negeri 1 Lendah Kabupaten Kulon Progo. Tersedia pada https://eprints.uny.ac.id/76530/1/fulltext_evelyn%20yossi%20miranda_19601244081.pdf
- Nainggolan, A. M., & Daeli, A. (2021). Analisis Teori Perkembangan Kognitif Jean Piaget dan Implikasinya bagi Pembelajaran. *Journal of Psychology "Humanlight"*, 2(1), 31-47.
- Nasution, H. F. (2016). Instrumen Penelitian dan Urgensinya dalam Penelitian Kuantitatif. *Al-Masharif: Jurnal Ilmu Ekonomi dan Keislaman*, 4(1), 59-75.
- Ngatman, & Andriyani, F. D. (2017). *Tes dan Pengukuran untuk Evaluasi dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Yogyakarta: Fadilatama.

- Prasetyo, D. W. (2013). Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bolabasket Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler di SMP Negeri 3 Pandak. Tersedia pada <http://eprints.uny.ac.id/14973/1/SKRIPSI.pdf>.
- Putri, N. I., & Umar, A. (2020). Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket Atlet Putra Klub Genta Kota Pariaman. *Jurnal JPDO*, 3(4), 15-21.
- Ramos, M., Yenes, R., Donie, & Oktavianus, I. (2020). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Jump Shoot Bolabasket. *Jurnal Patriot, Jurusan Kepeleatihan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, UNiversitas Negeri Padang*, 2(3), 837–847. [repository.unp.ac.id/15621/1/JURNAL DA RON OK.pdf](http://repository.unp.ac.id/15621/1/JURNAL%20DA%20RON%20OK.pdf)
- Rustanto, H. (2017). Meningkatkan Pembelajaran Shooting Bola Basket Dengan Menggunakan Media Gambar. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 6(2), 75–86.
- Santoso, S. (2016). *Panduan lengkap SPSS versi 23*. Elex Media Komputindo.
- Sitepu, I. D. (2018). Manfaat Permainan Bola Basket Untuk Anak Usia Dini. *Jurnal Prestasi*, 2(3), 27. <https://doi.org/10.24114/jp.v2i3.10129>
- Sulistiantoro, D. (2016). Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Bermain Futsal Siswa pada Tim Futsal Putra dan Putri di SMA N 1 Sewon yang Mengikuti PAF Tahun 2015. Tersedia pada <https://eprints.uny.ac.id/31315/1/skripsi%20fiks.pdf>.
- Syahrial, B. (2015). Merancang Pembelajaran Gerak Dasar Anak. In *Unp Press* (Vol. 1).
- Wahyudin. (2006). Aplikasi statistika dalam penelitian pendidikan. Bandung: Sekolah Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia.

LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian

URAT IZIN PENELITIAN

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 246168, ext. 360, 557, 0274-250826, Fax 0274-513092
Laman: uk.uny.ac.id E-mail: humas_uk@uny.ac.id

Nomor : B/1020/UN34.16/PT.01.04/2023
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : **Izin Penelitian**

20 Maret 2023


Yth. Kepala Sekolah SMP N 1 Karangasambung
Alamat: Jl. Karangasambung, Km. 12, Kaligending, Karangasambung, Kaligending, Kec.
Kebumen, Kabupaten Kebumen, Jawa Tengah 54353

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Nur Khafid
NIM : 19601241103
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bola Basket Peserta Ektrakurikuler
Bola Basket SMP N 1 Karangasambung
Waktu Penelitian : Selasa - Rabu, 21 - 22 Maret 2023

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.
Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,
Kemahasiswaan dan Alumni,


Dr. Guntur, M.Pd.
NIP 19810926 200604 1 001

Tembusan :
1. Kepala Layanan Administrasi;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

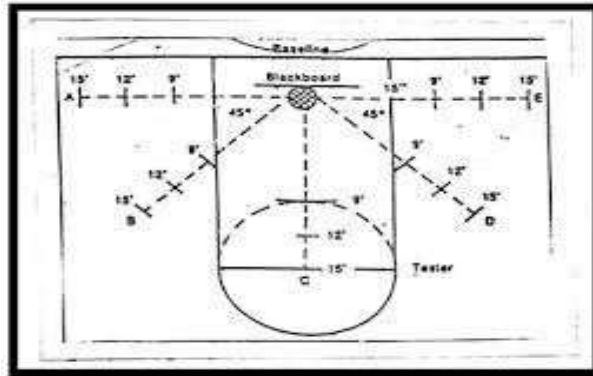
Lampiran 2 Petunjuk Pelaksanaan Tes

Berikut ini adalah petunjuk pelaksanaan tes beserta pemberian skornya,

A. *Speed Spot Shoot Test*

1. Testi berdiri membawa bola di garis tanda yang jaraknya sesuai dengan kategori usianya, yakni untuk peserta didik SMP (12-15 tahun) sejauh 12 *feet* dari ring.
2. Pada aba-aba “Mulai!” 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 shoot* sebanyak 4 kali tapi tidak berturut-turut.
5. Testi berhenti melakukan tembakan ketika mendengar aba-aba “stop” sebagai 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 tetapi menyentuh ring atau papan.
8. Skor 0 apabila muncul kesalahan penguasaan bola (*travelling* atau *double dribble*), bola masuk pada *lay up* ketika *lay up* masuk ke ring berturut-turut dan *lay up* masuk lebih dari 4 kali.
9. Jika ada salah satu titik tembak tidak dipakai, maka rangkaian tes menembak

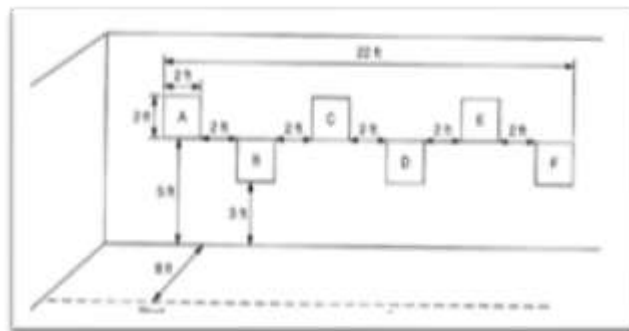
diulangi. Skor tes ini dijumlahkan dari dua kali kesempatan pelaksanaan yakni pelaksanaan kedua dan ketiga.



B. *Passing Test*

1. Testi berdiri di belakang garis 8ft dengan membawa bola dan meghadap ke target A di dinding.
2. Pada aba-aba “Mulai!” 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 diperkenankan.
6. Testi mendapat skor 2 apabila operan dada mengenai tepat di dalam kotak sasaran atau garis sasaran.
7. Testi mendapat skor 1 apabila operan dada mengenai ruang antara dua kotak sasaran.

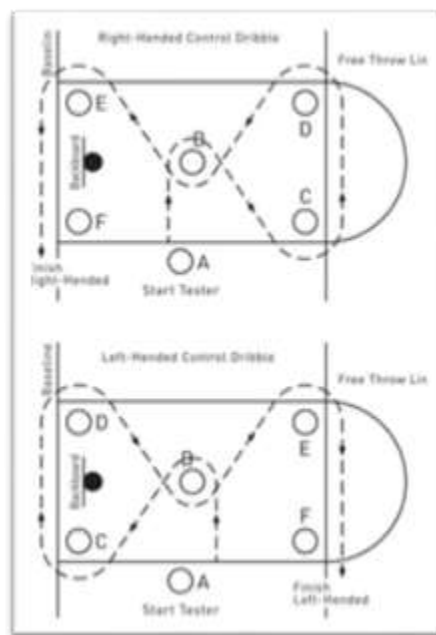
8. Testi mendapat skor 0 apabila kaki testi melewati garis batas operan, operan mengenai dua kali pada kotak B, C, D, atau E, melakukan operan selain menggunakan operan dada.
9. Skor tes ini dijumlahkan dari dua kali pelaksanaan yakni pelaksanaan kedua dan ketiga.



C. Control Dribble Test

1. Testi bersiap, membawa bola dengan tangan bukan dominan dan berdiri di samping cone A.
2. Pada aba-aba "Mulai!" testi mendribble bola dengan tangan bukan dominan ke cone B.
3. Testi memutar cone B menuju cone C, kemudian menuju cone D dan kembali lagi memutar cone B menuju cone E dan menyelesaikan di cone F.
4. Ketika memutar di cone B yang pertama kali, testi mendribble bola menggunakan tangan satunya.
5. Testi dinyatakan selesai melakukan rangkaian tes ini ketika berhasil melewati cone F dengan kedua kakinya.
6. Seorang testi yang kehilangan kendali bola harus mengambil kembali bolanya lalu melanjutkan mendribble bola dari titik tersebut.

7. Testi yang gagal melakukan tes ini harus mengulang dari awal.
8. Kesalahan penguasaan bola (*travelling, double dribble, mendribble* bola dari 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.

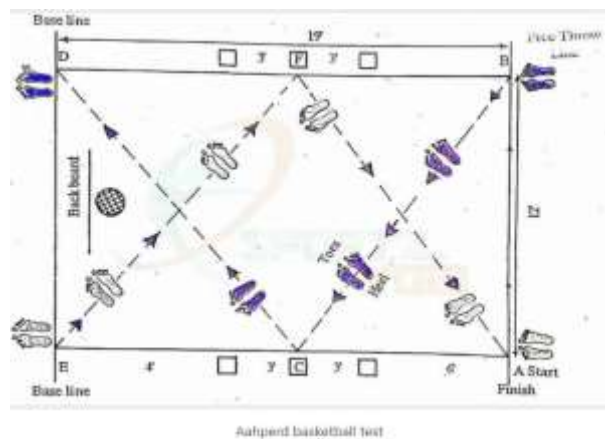


D. *Defensive Movement Test*

1. Testi berdiri pada garis A membelakangi ring basket.
2. Pada aba-aba "Mulai!" 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.



Lampiran 3 Hasil Mentah AAHPERD Basketball Test

No.	Nama Peserta	Shooting		Passing		Dribbling		Defensive	
		II	III	II	III	II	III	II	III
1.	Rafi Fatur Rachman	18	19	39	38	9,44	10,04	10,19	9,33
2.	Galang Muzani I.S.	20	21	42	40	10,76	10,81	10,79	9,78
3.	Ferrari Ismail	20	23	52	42	9,88	9,83	11,35	9,04
4.	Muhammad Aditya P. P.	12	14	38	38	10,26	11,05	11,63	10,38
5.	Aldi Putra F.	16	16	43	39	10,67	12,62	11,00	10,03
6.	Mirza Azka R.	15	18	36	40	11,48	10,74	11,60	10,29
7.	Raufik Zulkifliyan	15	12	34	34	14,43	11,18	11,64	10,33
8.	Galih Dradjat W.	11	13	30	33	9,25	8,73	9,67	9,25
9.	Ridho Achmad A.	14	12	26	29	11,84	11,96	11,51	11,38
10.	Ravka Dwi I.F.	17	18	27	25	11,68	11,46	12,21	11,82
11.	Dhaniel Taufiq H.P.	19	22	36	41	12,02	9,29	9,47	9,14
12.	Ponco Desta P.	15	15	29	31	10,92	10,20	10,83	10,69
13.	Rahman Fauzy	8	18	34	29	10,36	10,67	11,34	10,76
14.	Adam Putra P	10	13	23	26	9,74	9,09	10,98	9,76
15.	Abbyra Setyawan	22	23	34	42	8,62	9,08	9,00	8,61
16.	Nur Rohman	20	24	43	30	9,13	9,66	9,98	9,19
17.	Rifaldi	18	17	54	48	9,29	13,33	9,57	8,88
18.	Rafa Aditya R.	14	15	28	33	13,96	12,38	11,29	10,87
19.	M. Alif Albarokah	10	9	25	29	13,06	12,86	12,04	12,22
20.	Azhar Fairus	16	16	30	36	11,41	10,96	10,68	10,73

Lampiran 4 Hasil Olah Data Menggunakan *T Score*

No.	Nama Peserta	<i>Shooting</i>		<i>Passing</i>		<i>Dribbling</i>		<i>Defensive</i>		Jumlah <i>T Score</i>
		II+III	<i>T Score</i>	II+III	<i>T Score</i>	II+III	<i>T Score</i>	II+III	<i>T Score</i>	
1.	Rafi Fatur Rachman	37	56,21	77	54,96	19,48	59,03	19,52	58,11	228,31
2.	Galang Muzani I.S.	41	61,61	82	58,67	21,57	50,56	20,57	52,21	223,04
3.	Ferrari Ismail	43	64,31	94	67,55	19,71	58,09	20,39	53,22	243,18
4.	Muhammad Aditya P.P.	26	41,36	76	54,22	21,31	51,61	22,01	44,11	191,30
5.	Aldi Putra F.	32	49,46	82	58,67	23,29	43,58	21,03	49,62	201,33
6.	Mirza Azka R.	33	50,81	76	54,22	22,22	47,92	21,89	44,79	197,74
7.	Raufik Zulkifliyan	27	42,71	68	48,30	25,61	34,18	21,97	44,34	169,52
8.	Galih Dradjat W.	24	38,66	63	44,59	17,98	65,11	18,92	61,48	209,84
9.	Ridho Achmad A.	26	41,36	55	38,67	23,80	41,52	22,89	39,17	160,71
10.	Ravka Dwi I.F.	35	53,51	52	36,45	23,14	44,19	24,03	32,76	166,91
11.	Dhaniel Taufik H.P.	41	61,61	77	54,96	21,31	51,61	18,61	63,22	231,41
12.	Ponco Desta P.	30	46,76	60	42,37	21,12	52,38	21,52	46,87	188,38
13.	Rahman Fauzy	26	41,36	63	44,59	21,03	52,74	22,10	43,61	182,30
14.	Adam Putra P.	23	37,31	49	34,22	18,83	61,66	20,74	51,25	184,44
15.	Abbyra Setyawan	45	67,01	76	54,22	17,70	66,24	17,61	68,84	256,32
16.	Nur Rohman	44	65,66	73	52,00	18,79	61,82	19,17	60,08	239,56
17.	Rifaldi	35	53,51	102	73,48	22,62	46,30	18,45	64,12	237,41
18.	Rafa Aditya R.	29	45,41	61	43,11	26,34	31,22	22,16	43,27	163,01
19.	M. Alif Albarokah	19	31,91	54	37,93	25,92	32,92	24,26	31,46	134,22
20.	Azhar Fairus	32	49,46	66	46,82	22,37	47,31	21,41	47,48	191,07
Mean		32,40	50,00	70,30	50,00	21,71	50,00	20,96	50,00	200,00
Satandar Deviasi		7,41	10,00	13,50	10,00	2,47	10,00	1,78	10,00	32,04

Lampiran 5 Perhitungan Data Keseluruhan

Penghitungan kategori tingkat keterampilan dasar bermain bola basket

Diketahui : Mean 200; Standar Deviasi 32,04

Ditanyakan : Rentang skor ke dalam lima kategori dan persentase

hasil? Jawab : Mencari rentang lima kategori

- 1) $(M + 1,5 SD) = (200 + 1,5 \times 32,04)$
 $= (200 + 48,06)$
 $= 248,06$
- 2) $(M + 0,5 SD) = (200 + 0,5 \times 32,04)$
 $= (200 + 16,02)$
 $= 216,02$
- 3) $(M - 0,5 SD) = (200 - 0,5 \times 32,04)$
 $= (200 - 16,02)$
 $= 183,98$
- 4) $(M - 1,5 SD) = (200 - 1,5 \times 32,04)$
 $= (200 - 48,06)$
 $= 151,94$

Hasil perolehan rentang nilai di atas dimasukkan ke dalam tabel persentase berikut ini:

No.	Kategori	Skor Keterampilan Dasar Bermain Bola Basket	Frekuensi	Persentase $P=(f/n) \times 100\%$
1.	Baik Sekali	$248,06 \leq X$	1	$(1/20) \times 100\% = 5\%$
2.	Baik	216,02 – 248,06	6	$(6/20) \times 100\% = 30\%$
3.	Cukup	183,98 – 216,02	7	$(7/20) \times 100\% = 35\%$
4.	Kurang	151,94 – 183,98	5	$(5/20) \times 100\% = 25\%$
5.	Kurang Sekali	$X < 151,94$	1	$(1/20) \times 100\% = 5\%$
Jumlah			20	100%

Lampiran 6 Perhitungan *Speed Spot Shoot Test*

Diketahui : Mean 50; Standar Deviasi 10

Ditanya : Rentang kategori dan persentasi hasil

Jawab:

- 1) $(M + 1,5 SD) = (50 + 1,5 \times 10)$
 $= (50 + 15)$
 $= 65$
- 2) $(M + 0,5 SD) = (50 + 0,5 \times 10)$
 $= (50 + 5)$
 $= 55$
- 3) $(M - 0,5 SD) = (50 - 0,5 \times 10)$
 $= (50 - 5)$
 $= 45$
- 4) $(M - 1,5 SD) = (50 - 1,5 \times 10)$
 $= (50 - 15)$
 $= 35$

Hasil perolehan rentang nilai di atas dimasukkan ke dalam tabel persentase berikut ini:

No.	Kategori	Skor <i>Speed Spot Shoot</i>	Frekuensi	Persentase $P=(f/n) \times 100\%$
1.	Baik Sekali	$65 \leq X$	2	$(2/20) \times 100\%$ $= 10\%$
2.	Baik	55 – 65	4	$(4/20) \times 100\%$ $= 20\%$
3.	Cukup	45 – 55	7	$(7/20) \times 100\%$ $= 35\%$
4.	Kurang	35 – 45	6	$(5/20) \times 100\%$ $= 25\%$
5.	Kurang Sekali	$X < 35$	1	$(1/20) \times 100\%$ $= 5\%$
Jumlah			20	100%

Lampiran 7 Perhitungan *Passing Test*

Diketahui : Mean 50; Standar Deviasi 10

Ditanya : Rentang kategori dan persentasi hasil

Jawab:

- 1) $(M + 1,5 \text{ SD}) = (50 + 1,5 \times 10)$
 $= (50 + 15)$
 $= 65$
- 2) $(M + 0,5 \text{ SD}) = (50 + 0,5 \times 10)$
 $= (50 + 5)$
 $= 55$
- 3) $(M - 0,5 \text{ SD}) = (50 - 0,5 \times 10)$
 $= (50 - 5)$
 $= 45$
- 4) $(M - 1,5 \text{ SD}) = (50 - 1,5 \times 10)$
 $= (50 - 15)$
 $= 35$

Hasil perolehan rentang nilai di atas dimasukkan ke dalam tabel persentase berikut ini:

No.	Kategori	Skor <i>Passing</i>	Frekuensi	Persentase $P=(f/n) \times 100\%$
1.	Baik Sekali	$65 \leq X$	2	$(2/20) \times 100\% = 10\%$
2.	Baik	55 – 65	2	$(2/20) \times 100\% = 10\%$
3.	Cukup	45 – 55	7	$(7/20) \times 100\% = 35\%$
4.	Kurang	35 – 45	8	$(5/20) \times 100\% = 25\%$
5.	Kurang Sekali	$X < 35$	1	$(1/20) \times 100\% = 5\%$
Jumlah			20	100%

Lampiran 8 Perhitungan *Control Dribble Test*

Diketahui : Mean 50; Standar Deviasi 10

Ditanya : Rentang kategori dan persentasi hasil

Jawab:

- 1) $(M + 1,5 \text{ SD}) = (50 + 1,5 \times 10)$
 $= (50 + 15)$
 $= 65$
- 2) $(M + 0,5 \text{ SD}) = (50 + 0,5 \times 10)$
 $= (50 + 5)$
 $= 55$
- 3) $(M - 0,5 \text{ SD}) = (50 - 0,5 \times 10)$
 $= (50 - 5)$
 $= 45$
- 4) $(M - 1,5 \text{ SD}) = (50 - 1,5 \times 10)$
 $= (50 - 15)$
 $= 35$

Hasil perolehan rentang nilai di atas dimasukkan ke dalam tabel persentase berikut ini:

No.	Kategori	Skor <i>Dribbling</i>	Frekuensi	Persentase $P=(f/n) \times 100\%$
1.	Baik Sekali	$65 \leq X$	2	$(2/20) \times 100\% = 10\%$
2.	Baik	$55 - 65$	4	$(4/20) \times 100\% = 20\%$
3.	Cukup	$45 - 55$	8	$(8/20) \times 100\% = 40\%$
4.	Kurang	$35 - 45$	3	$(3/20) \times 100\% = 15\%$
5.	Kurang Sekali	$X < 35$	3	$(3/20) \times 100\% = 15\%$
Jumlah			20	100%

Lampiran 9 Perhitungan *Defensive Movement Test*

Diketahui : Mean 50; Standar Deviasi 10

Ditanya : Rentang kategori dan persentasi hasil

Jawab:

- 1) $(M + 1,5 SD) = (50 + 1,5 \times 10)$
 $= (50 + 15)$
 $= 65$
- 2) $(M + 0,5 SD) = (50 + 0,5 \times 10)$
 $= (50 + 5)$
 $= 55$
- 3) $(M - 0,5 SD) = (50 - 0,5 \times 10)$
 $= (50 - 5)$
 $= 45$
- 4) $(M - 1,5 SD) = (50 - 1,5 \times 10)$
 $= (50 - 15)$
 $= 35$

Hasil perolehan rentang nilai di atas dimasukkan ke dalam tabel persentase berikut ini:

No.	Kategori	Skor Keterampilan Dasar Bermain Bola Basket	Frekuensi	Persentase $P=(f/n) \times 100\%$
1.	Baik Sekali	$65 \leq X$	1	$(1/20) \times 100\%$ $= 5\%$
2.	Baik	55 – 65	5	$(5/20) \times 100\%$ $= 25\%$
3.	Cukup	45 – 55	6	$(6/20) \times 100\%$ $= 30\%$
4.	Kurang	35 – 45	6	$(6/20) \times 100\%$ $= 30\%$
5.	Kurang Sekali	$X < 35$	2	$(2/20) \times 100\%$ $= 10\%$
Jumlah			20	100%

Lampiran 10 Dokumentasi



Dokumentasi *Speed Spot Shot Test*



Dokumentasi *Passing Test*



Dokumentasi *Control Dribble Test*



Dokumentasi *Defensive Movement*