

**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN BOLA BASKET PADA
PESERTA DIDIK PUTRA KELAS 11 SMA NEGERI 1
PURWAREJA KLAMPOK BANJARNEGARA
TAHUN AJARAN 2023/2024**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh
Hafid Pramono
20601244078

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2024**

LEMBAR PERSETUJUAN

**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN BOLA BASKET PADA SISWA
PUTRA KELAS 11 SMA NEGERI 1 PURWAREJA KLAMPOK TAHUN
AJARAN 2023/2024
TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Hafid Pramono

NIM. 20601244078

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Fakultas
Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta

Mengetahui,
Koordinator Program Studi


Dr. Ngatman, M.Pd.
NIP. 196706051994031001

Yogyakarta, 3 Juni 2024
Disetujui,
Dosen Pembimbing


Dr. Sridadi, M.Pd.
NIP. 196112301988031001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hafid Pramono

NIM : 20601244078

Program Studi : Pendidikan, Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Judul Skripsi : Tingkat Keterampilan Bermain Bola Basket Pada Peserta Didik
Putra Kelas II SMA Negeri 1 Purwareja Klampok Banjarnegara
Tahun Ajaran 2023/2024

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

Yogyakarta, 29 Mei 2024



Hafid Pramono

NIM. 20601244078

LEMBAR PENGESAHAN

**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN BOLA BASKET PADA
PESERTA DIDIK PUTRA KELAS 11 SMA NEGERI 1
PURWAREJA KLAMPOK BANJARNEGARA
TAHUN AJARAN 2023/2024**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Disusun Oleh:
Hafid Pramono
NIM. 20601244078

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 : 10 Juni 2024

Nama/Jabatan	TIM PENGUJI	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Sridadi, M.Pd./ Ketua Penguji/Pembimbing		27/06-2024	
Herka Maya Jatmika, M.Pd./ Sekretaris Penguji		26-06-2024	
Dr. Tri Ani Hastuti, M.Pd./ Penguji		24-06-2024	

Yogyakarta, 27 Juni 2024
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, S.Or., M.Or.
NIP. 198306262008121002

MOTTO

“Allah tidak akan merubah nasib seseorang, jika orang itu tidak berusaha mengubahnya sendiri”.

(QS. Radh ayat 11)

“Keberhasilan bukanlah milik orang pintar, keberhasilan adalah mereka yang senantiasa berusaha”

(B. J. Habibie)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Syukur Alhamdulillah saya panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan segala rahmat, karunia, dan ridho-Nya sehingga saya banyak diberikan kemudahan dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.

Karya ini saya persembahkan kepada orang-orang yang saya sayangi:

1. Kedua orang tua saya, Ibu Riyanti dan Bapak Nuryanto yang selalu memberikan dukungan, semangat, dan nasihat, serta tak kenal lelah mendoakan saya sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.
2. Adik saya, Annisa Miftahul Jannah yang telah turut serta memberikan bantuan dan dukungannya.

**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN BOLA BASKET PADA
PESERTA DIDIK PUTRA KELAS 11 SMA NEGERI 1
PURWAREJA KLAMPOK BANJARNEGARA
TAHUN AJARAN 2023/2024**

Oleh
Hafid Pramono
20601244078

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain bola basket pada peserta didik putra kelas 11 SMA Negeri 1 Purwareja Klampok.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini berupa survei menggunakan tes dan pengukuran. Populasi penelitian ini adalah peserta didik putra kelas 11 SMA Negeri 1 Purwareja Klampok sebanyak 97 peserta didik. Sampel yang dijadikan subjek penelitian yaitu 30 peserta didik yang diambil secara *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu tes kecakapan bermain bola basket dari STO. Teknik analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan bermain bola basket peserta didik putra kelas 11 SMA Negeri 1 Purwareja Klampok yaitu sebanyak 0,00% kategori baik sekali, 0,00% kategori baik, 3,3% kategori cukup, 6,6% kategori sedang, 79,2% kategori kurang, 9,9% kategori kurang sekali, dan 0,00% kategori jelek. Frekuensi terbanyak sebesar 79,2%, yaitu dalam kategori kurang,

Kata kunci: *Bola Basket, Keterampilan Dasar, Peserta didik Putra Kelas 11*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena berkat segala rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Tingkat Keterampilan Bermain Bola Basket Pada Peserta didik Putra Kelas 11 SMA Negeri 1 Purwareja Klampok Banjarnegara Tahun Ajaran 2023/2024” sesuai dengan harapan. Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan tugas akhir skripsi ini dapat terwujud dengan baik tentunya atas bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, S.Or., M.Or., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
2. Bapak Dr. Ngatman, M.Pd., selaku Ketua Departemen POR dan Koordinator Program Studi PJKR yang telah memberikan arahan dan bantuan selama proses penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
3. Bapak Dr. Sridadi, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah dengan sabar memberikan bimbingan, saran, dan arahan kepada penulis selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
4. Bapak Heri Yogo Prayadi, S.Pd., M.Or., selaku dosen Pembimbing Akademik yang telah membimbing dan memberikan motivasi selama proses perkuliahan.
5. Bapak dan Ibu Dosen yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat dengan ikhlas selama proses perkuliahan berlangsung.
- 6.

6. Kepala Sekolah serta Bapak dan Ibu Guru di SMA Negeri 1 Purwareja Klampok yang telah memberikan izin dan kesempatan untuk melakukan penelitian dalam penyelesaian Tugas Akhir Skripsi.
7. Guru PJOK SMA Negeri 1 Purwareja Klampok yang telah mengizinkan dan membantu dalam proses melakukan pengambilan data penelitian, serta peserta didik SMA Negeri 1 Purwareja Klampok yang telah bersedia menjadi subjek penelitian.
8. Rekan-rekan seperjuangan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan UNY 2020, khususnya kelas PJKR D 2020 yang selalu bekerja sama dan menemani selama proses perkuliahan di Universitas Negeri Yogyakarta.
9. Semua pihak yang terlibat yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu atas saran, dukungan, dan bantuannya dalam menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi.

Penulis menyadari bahwa penulisan tugas akhir skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Penulis berharap semoga penulisan tugas akhir skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan khalayak umum, atau pihak-pihak lainnya yang membutuhkan.

Yogyakarta, 29 Mei 2024

Penulis,



Hafid Pramono

NIM. 20601244078

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Batasan Masalah.....	9
D. Rumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA	11
A. Kajian Teori	11
1. Hakikat Keterampilan.....	11
2. Hakikat Pembelajaran Permainan Bola Basket	13
3. Hakikat Keterampilan Bermain Bola Basket.....	17
4. Keterampilan Dasar Bermain Basket	19
5. Karakteristik Peserta Didik SMA	30
B. Penelitian yang Relevan.....	33
C. Kerangka Berpikir.....	35
BAB III METODE PENELITIAN.....	37
A. Desain Penelitian.....	37
B. Tempat dan Waktu Penelitian	37
C. Populasi dan Sampel Penelitian	37
1. Populasi Penelitian	37
2. Sampel Penelitian	38
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	38
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	39
1. Teknik Pengumpulan Data	39
2. Instrumen Penelitian	40
F. Teknik Analisis Data.....	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	44
A. Hasil Penelitian	44
B. Pembahasan.....	46

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	52
A. Kesimpulan	52
B. Implikasi Penelitian.....	52
C. Keterbatasan Penelitian.....	53
D. Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN.....	58

DAFTAR TABEL

Table 1. Norma Nilai Kecakapan Tingkat Bermain Bola Basket STO.....	43
Table 2. Perhitungan Skala Kategori Penilaian Tes	43
Table 3. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Memantulkan Bola	44
Table 4. Distribusi Frekuensi Hasil Tes <i>Dribble</i>	45
Table 5. Distribusi Frekuensi Hasil Tes <i>Shooting</i>	45
Table 6. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Keterampilan Bermain Bola Basket	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Umpan Setinggi Dada	21
Gambar 2. <i>One Hand Set Shoot</i>	26
Gambar 3. <i>Jump Shoot</i>	27
Gambar 4. <i>Three Point Field Goal Area</i>	29
Gambar 5. <i>Hook Shoot</i>	30
Gambar 6. Bagan Kerangka Berpikir.....	36
Gambar 7. Teknik Pelaksanaan Memantulkan Bola	41
Gambar 8. Teknik Pelaksanaan Dribbling	42
Gambar 9. Teknik Pelaksanaan <i>Shooting</i>	42

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Persetujuan Tugas Akhir	59
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian.....	60
Lampiran 3. Surat Keterangan Melakukan Penelitian dari Sekolah	61
Lampiran 4. Kartu Bimbingan Skripsi	62
Lampiran 5. Formulir Tes Tingkat Keterampilan Bermain Bola Basket.....	63
Lampiran 6. Skala T Untuk Tes Kecakapan Bermain Bola Basket SMU Putra	64
Lampiran 7. Rekap data hasil tes keterampilan bola basket	66
Lampiran 8. Daftar hadir peserta	71
Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian	73

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga merupakan suatu bentuk aktivitas fisik yang terencana dan terstruktur dengan melibatkan gerakan tubuh secara berulang-ulang. Olahraga merupakan aktivitas gerak manusia dengan teknik tertentu dalam pelaksanaannya, terdapat unsur bermain, ada rasa senang, dan dilakukan pada waktu luang sehingga mendapatkan kepuasan tersendiri. Olahraga merupakan sebagian kebutuhan pokok dalam kehidupan sehari-hari karena dapat meningkatkan daya tahan tubuh seseorang. Olahraga dapat dilakukan oleh semua kalangan, baik dari anak-anak, remaja, bahkan orang dewasa. Pada hakikatnya, manusia tidak dapat dipisahkan dari kegiatan olahraga baik sebagai salah satu pekerjaan khusus, sebagai tontonan, rekreasi, mata pencaharian, kesehatan, maupun budaya. Olahraga merupakan kebutuhan hidup manusia, sebab apabila melakukan olahraga dengan teratur akan membawa pengaruh yang baik terhadap perkembangan jasmaninya (Khairuddin, 2017).

Saat ini, banyak cabang olahraga yang digemari oleh semua masyarakat, salah satunya adalah cabang olahraga permainan bola basket. Permainan bola basket merupakan olahraga bola berkelompok yang terdiri dari dua tim, yang beranggotakan lima orang dalam setiap timnya dengan tujuan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan. Permainan bola basket merupakan permainan yang menggunakan kecepatan (kaki dan tangan) dalam waktu yang tepat (Kosasih, 2008). Permainan bola basket diciptakan oleh Dr. James A. Naismith, yaitu

salah satu guru pendidikan jasmani *Young Mens Christian Association (YMCA)* Springfield, Massachusetts, Amerika Serikat pada tahun 1891 (Oliver, 2009). Permainan bola basket mulai menyebar begitu pesat hingga tahun 1920 dan menjadi olahraga nasional di negara Amerika. Setelah mengalami perkembangan dan sosialisasi yang baik, olahraga bola basket menyebar ke luar negara Amerika, bahkan sampai negara Indonesia.

Permainan bola basket saat ini sudah berkembang pesat di negara Indonesia. Dengan berkembangnya permainan bola basket di Indonesia, maka dibentuklah organisasi induk bola basket Indonesia yaitu Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia (PERBASI). Perkembangan bola basket telah didukung oleh banyaknya event-event pertandingan yang diselenggarakan secara regular pada tingkat umur tertentu, mulai dari yang berskala kecil, seperti Liga Basket Pelajar (LIBALA) untuk peserta didik SMP, HSBL dan DBL untuk pelajar SMA, LIBAMA untuk mahapeserta didik hingga Kompetisi NBL (*National Basketball League*) yang berskala nasional. Pada permainan bola basket, untuk mendapatkan gerakan yang efektif dan efisien perlu didasarkan pada penguasaan teknik dasar yang baik. Penguasaan kemampuan teknik dasar menjadi penting untuk dimiliki setiap pemain selain kemampuan taktik dalam permainan sehingga performa pada saat bermain dapat berjalan dengan baik (Malik et al., 2019).

Pendidikan merupakan suatu kebutuhan bagi setiap orang dalam melangsungkan kehidupan yang akan menjadikan seseorang mengerti akan baekat dan martabat mereka sendiri. Pendidikan mempunyai maksud untuk

mengembangkan segala potensi yang mereka miliki yang sudah diberikan Tuhan yang Maha Esa. Potensi-potensi yang mereka miliki tersebut apabila tidak dikembangkan akan menjadi potensi yang terpendam dan sia-sia tanpa bisa dilihat dan dirasakan hasilnya. Melalui proses pendidikan dapat dikembangkan suatu keadaan yang seimbang antara aspek sosial dan aspek individual.

Pendidikan jasmani menekankan aspek pendidikan yang bersifat menyeluruh, meliputi kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir, dan tindakan moral. Pendidikan Jasmani merupakan bentuk pembelajaran yang menggunakan aktivitas fisik yaitu belajar untuk bergerak dan belajar melalui gerak. Sehingga peserta didik diharapkan mempunyai pengalaman dan keterampilan gerak yang baik. Untuk itu, guru pendidikan jasmani perlu mengetahui informasi tentang keterampilan gerak yang baik secara individu maupun secara keseluruhan di sekolahnya. Untuk mencapai penguasaan keterampilan gerak yang baik tentunya membutuhkan waktu yang lebih dan dilakukan secara berulang-ulang.

Pendidikan jasmani adalah mata pelajaran yang wajib diajarkan di sekolah, dengan pendekatan pembelajaran yang berbeda dengan mata pelajaran lainnya. Karena memiliki peran dalam pembentukan manusia seutuhnya dan tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik anak melainkan perkembangan mental, intelektual, emosional, dan sosial (Suherman, 2018, pp. 9-10). Pendidikan jasmani di sekolah memiliki peranan penting untuk menjaga kebugaran peserta didik. Melalui Pendidikan jasmani dapat mengembangkan

sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis. Selain itu pendidikan jasmani juga membentuk peserta didik menjadi pribadi yang cerdas dalam mengambil sebuah keputusan dengan waktu yang singkat. Pendidikan jasmani menurut Kemendikbud (2014, p. 1), memiliki arti pendidikan yang menggunakan aktivitas jasmani untuk menghasilkan peningkatan secara menyeluruh terhadap kualitas fisik, mental dan emosional peserta didik. Kegiatan ini merupakan kegiatan yang menyenangkan dan dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan motivasi peserta didik dalam mendalami cabang olahraga yang diminati.

Pendidikan jasmani sangat penting diberikan karena melalui pendidikan jasmani dapat mengembangkan tiga ranah pendidikan yaitu kognisi, afeksi, dan psikomotorik. Menurut Suryabrata (2015), bahwa tujuan pendidikan jasmani adalah untuk membentuk anak, yaitu sikap atau nilai, kecerdasan, fisik dan keterampilan (psikomotor), sehingga peserta didik akan dewasa dan mandiri yang nantinya dapat diterapkan kedalam kehidupan sehari-hari. Dalam kurikulum 2013 telah ditetapkan ruang lingkup pembelajaran PJOK (Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan) di Sekolah Menengah Atas meliputi pola gerak dasar, aktivitas permainan bola besar, bola kecil, aktivitas atletik, beladiri, pengembangan kebugaran jasmani, senam, gerak irama, aktivitas air dan keselamatan, dan juga kesehatan (Permendikbud Nomor 57, Tahun 2014).

Pembelajaran bola basket adalah proses di mana peserta didik memperoleh pengetahuan dan keterampilan dalam bermain bola basket. Bola

basket adalah salah satu olahraga tim yang populer dan biasanya diajarkan dalam pelajaran PJOK di sekolah-sekolah. Pembelajaran bola basket bisa menjadi pengalaman yang menyenangkan dan mendidik bagi peserta didik. Hal ini juga dapat membantu mereka mengembangkan keterampilan fisik, tim, dan keterampilan sosial yang penting (Oliver & Harris, 2018).

Permainan bola basket adalah permainan olahraga yang populer dan mulai digemari oleh masyarakat termasuk pada mata pelajaran Pendidikan jasmani yang dilaksanakan di sekolah. Pada dasarnya, bola basket adalah permainan beregu namun para pemain juga dituntut untuk dapat bermain secara individu. Untuk mendapatkan prestasi yang optimal dalam permainan bola basket, selain setiap pemain harus memiliki kekuatan, kecepatan, kelincihan, kelentukan, ketepatan, daya tahan juga harus menguasai keterampilan dasar bermainnya. Bola basket merupakan permainan yang gerakannya kompleks yaitu gabungan dari jalan, lari dan lompat serta unsur kekuatan, kecepatan, ketepatan, kelentukan dan lain-lain. Untuk menjadi seorang pemain basket yang baik harus menguasai teknik-teknik dasar permainan bola basket karena semakin besar seorang pemain dalam menggiring, menembak dan mengoper semakin baik kemungkinan untuk sukses. Hal ini harus ditunjang pula kondisi fisik yang baik.

Penguasaan keterampilan dasar adalah salah satu usaha untuk meningkatkan menuju prestasi yang lebih tinggi. Tingkat keterampilan yang dimiliki para pemain akan menentukan penampilannya dalam bermain bola basket karena daya tarik permainan bola basket terletak pada kealamian

permainan tersebut. Permainan bola basket adalah permainan yang menantang secara fisik dan mental para pemain. Setiap pemain harus melakukan gerakan yang terampil di bawah kondisi permainan yang waktunya terbatas, fisik dan mental yang lelah dan juga menghadapi lawan. Selain itu pemain juga harus mampu bermain secara individu dan bekerja sama dengan pemain lain secara baik. Dalam pelaksanaannya permainan bola basket dilakukan oleh beberapa orang sehingga dapat dikatakan bahwa keterampilan dasar dalam bermain bola basket setiap pemain berbeda-beda dengan pemain yang lain. Maka dari itu, keterampilan dapat dikuasai atau diperoleh apabila dipelajari atau dilatih secara terus menerus dalam periode waktu tertentu.

Peraturan PERBASI (2004: 15), bola basket adalah permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing terdiri dari lima orang pemain, tiap regu berusaha memasukkan bola kedalam keranjang lawan, mencegah lawan mencetak angka, bola dioper dipantulkan ke segala arah sesuai dengan peraturan. Pada permainan bola basket untuk mendapatkan gerakan efektif dan efisien perlu didasarkan pada penguasaan teknik dasar dengan baik. Oleh karena itu menembak menjadi unsur dasar yang sangat menentukan untuk mencapai kemenangan dalam suatu pertandingan, jadi teknik dasar menembak harus benar-benar dikuasai oleh pemain bola basket.

Di sekolah menengah atas, khususnya di SMA Negeri 1 Purwareja Klampok Banjarnegara Tahun Ajaran 2023/2024, permainan bola basket merupakan salah satu materi pendidikan jasmani yang harus dilaksanakan dalam proses pembelajaran dari kelas 10 hingga kelas 12. Dalam kurikulum

merdeka, materi permainan bola basket kelas XI masuk ke dalam tujuan pembelajaran sebagai berikut: “Peserta didik dapat mempraktikkan keterampilan gerak dalam berbagai permainan invasi” dengan indikator tujuan pembelajaran, yaitu “Peserta didik dapat menunjukkan kemampuan mempraktikkan hasil rancangan keterampilan gerak mengoper, menangkap, menggiring, menembak, rebound, dan pivot dalam permainan bola basket”. Implementasi kurikulum merdeka pada pembelajaran PJOK bertujuan peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktekkan keterampilan gerak dasar permainan bola basket yaitu *dribble*, *passing*, dan *shooting*.

Dalam permainan bola basket terdapat beberapa teknik yang dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain bola basket. Adapun teknik dasar yang dimaksud, meliputi: *passing*, *dribble*, *shooting*. Maka dari itu, setiap pemain harus menguasai teknik-teknik bermain lebih baik, maka pemain tersebut akan terlihat matang jika dibandingkan dengan pemain yang penguasaan tekniknya masih rendah. Dengan demikian, penguasaan keterampilan teknik dasar harus dikuasai oleh setiap pemain bola basket untuk menuju prestasi yang maksimal. Sarana dan prasarana olahraga bola basket yang ada di SMA Negeri 1 Purwareja Klampok kurang memadai. Terbukti dengan tersedianya lapangan bola basket, hanya memiliki 3 bola basket dan 2 ring basket. Ketika dilihat pada saat melakukan observasi masih banyak peserta didik yang bermain secara pasif atau tidak mau berlari, tidak mau berusaha merebut bola, dan tidak mau menggiring bola secara lincah dan cepat. Sehingga *support* yang di berikan pada teman satu timnya kurang maksimal.

Ketika dilakukan observasi faktanya peserta didik putra cenderung tidak menyukai permainan bola basket apabila dibandingkan peserta didik putri yang cenderung menyukai permainan bola basket. Hal ini juga ditunjukkan ketika dilakukan uji coba pertandingan antara peserta didik putra dan putri, ternyata peserta didik putra kalah dengan peserta didik putri walaupun kecepatan, kelincahan, dan daya tahan peserta didik putri cenderung lebih rendah. Namun keterampilan *passing* yang terarah dan kualitas *shooting* peserta didik putri lebih baik dari pada peserta didik putra. Maka dari itu peneliti ingin mengetahui terkait tingkat keterampilan bermain bola basket peserta didik putra.

Berdasarkan pernyataan di atas peneliti ingin mengetahui seberapa tinggi tingkat keterampilan bermain bola basket pada peserta didik putra kelas 11 SMA N 1 Purwareja Klampok Banjarnegara Tahun Ajaran 2023/2024 dan diharapkan nantinya akan menjadi acuan untuk mengetahui kemampuan peserta didik dalam melakukan *passing*, *dribbling*, dan *shooting*.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan dari latar belakang yang diuraikan di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Terdapat peserta didik putra yang kurang tepat dalam melakukan keterampilan dasar pada saat permainan bola basket.
2. Peserta didik putra bermain pasif, sehingga *support* yang diberikan pada teman satu timnya kurang maksimal.

3. Belum diketahui tingkat keterampilan bermain bola basket pada peserta didik putra kelas 11 SMA N 1 Purwareja Klampok Banjarnegara Tahun Ajaran 2023/2024.

C. Batasan Masalah

Agar permasalahan pada penelitian ini tidak menjadi luas, dan menjadi lebih focus pada satu pokok bahasan saja maka perlu adanya Batasan-batasan sehingga ruang lingkup penelitian menjadi jelas. Berdasarkan identifikasi di atas, dan mengingat keterbatasan tenaga, biaya, pengalaman, serta waktu penelitian. Maka masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini dibatasi pada: “Tingkat keterampilan bermain bola basket pada peserta didik putra kelas 11 SMA Negeri 1 Purwareja Klampok Banjarnegara Tahun Ajaran 2023/2024”, keterampilan *dribbling*, *passing*, dan *underring*.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “seberapa baik tingkat keterampilan bermain bola basket pada peserta didik putra kelas 11 SMA N 1 Purwareja Klampok Banjarnegara Tahun Ajaran 2023/2024?”.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah “untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain bola basket pada peserta didik putra kelas 11 SMA N 1 Purwareja Klampok Banjarnegara Tahun Ajaran 2023/2024”.

F. Manfaat Penelitian

Apabila hasil penelitian ini cukup terandalkan kebenarannya, maka diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi bagi guru penjas dan pelatih yang dapat dijadikan sebagai indikator atau acuan dalam menentukan materi.

2. Secara Praktis

a. Bagi Peserta Didik

Diharapkan peserta didik dapat meningkatkan keterampilan bermain bola basket untuk mencapai prestasi.

b. Bagi Guru

Dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi untuk mengembangkan dan membina olahraga, khususnya pada cabang olahraga permainan bola basket.

c. Bagi Penulis

Dapat dijadikan sebagai karya ilmiah untuk referensi dan komparasi bagi peneliti yang lain.

BAB II KAJIAN TEORI

A. Kajian Teori

1. Hakikat Keterampilan

Istilah terampil dapat diartikan sebagai suatu perbuatan atau tugas dan sebagai indikator suatu tingkat kemahiran pada seseorang. Keterampilan merupakan sebuah kemampuan atau penguasaan tertentu yang memerlukan gerak tubuh dan diperoleh melalui proses latihan. Keterampilan pada dasarnya merupakan hal yang bersifat individual, dan setiap orang dapat memiliki tingkat keterampilan yang berbeda tergantung pada pengalaman dan kemampuan mereka. Untuk mencapai suatu tingkat keterampilan yang baik, maka perlu memperhatikan beberapa faktor diantaranya adalah faktor individu, dimana terdapat kemauan dan keseriusan dari individu itu sendiri berupa motivasi yang besar untuk menguasai sebuah keterampilan. Sedangkan faktor yang kedua yaitu proses belajar mengajar, dimana kondisi belajar dapat menyesuaikan dengan potensi individu dan lingkungan yang sangat berperan dalam penguasaan keterampilan, untuk faktor yang terakhir yaitu situasional (Ma'mun & Saputra, 2000).

Menurut Wardani (dalam Yona, 2018), menjelaskan keterampilan merupakan suatu minat atau bakat individu yang dapat menyelesaikan tugasnya dengan baik. Menurut Robbins et al. (2018) "Keterampilan merupakan kapasitas seseorang untuk melaksanakan sebagai tugas dalam pekerjaan tertentu". Keterampilan merupakan derajat keberhasilan pada

seseorang yang konsisten dalam mencapai tujuan dengan efektif dan efisien yang ditentukan oleh kecepatan, ketepatan, bentuk, dan kemampuan untuk menyesuaikan diri. Seseorang dapat dikatakan terampil apabila kegiatan yang dilakukan ditandai dengan kualitas yang tinggi (cepat dan cermat).

Menurut Nasihudin & Hariyadin (2021), “Keterampilan merupakan ukuran yang dimiliki seseorang untuk membuat atau mewujudkan sesuatu, baik bersifat materi maupun non materi yang dapat dijadikan modal dalam mencapai tujuan”. Kategori atau klasifikasi keterampilan secara umum adalah: 1) keterampilan umum (*general life skills*), 2) keterampilan intelektual (*intelektual life skills*), 3) keterampilan emosional (*emosional life skills*), 4) keterampilan sosial (*social life skills*), dan 5) keterampilan kejujuran (*vocational life skills*) (Sunarti & Purwani, 2016).

Menurut (Karisman, 2020), penguasaan keterampilan kecabangan olahraga perlu dimiliki oleh setiap pemain olahraga. Keterampilan dalam melakukan teknik kecabangan khususnya olahraga pemain sangat penting dikuasai, namun keterampilan teknik yang baik belum tentu menjadi jaminan seseorang untuk dapat melakukan permainan yang sebenarnya. Menurut (Prawirasaputra, 2000), penguasaan keterampilan pada setiap cabang olahraga berdasarkan pada penguasaan keterampilan dasar yaitu keterampilan dasar tersebut secara umum terbagi menjadi tiga kelompok, yaitu: (1) keterampilan lokomotor, (2) keterampilan non lokomotor, dan (3) keterampilan manipulatif.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa keterampilan merupakan sebuah kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk melakukan sesuatu kegiatan pada bidang tertentu yang membutuhkan pikiran dan tenaga. Keterampilan juga merupakan gerakan-gerakan dasar dalam olahraga yang dilakukan dengan menggunakan teknik gerakan yang dilakukan secara efektif dan efisien untuk menghasilkan beberapa hasil secara maksimal. Keterampilan juga kemampuan untuk mencapai hasil dari suatu penampilan yang dipengaruhi oleh faktor latihan, individu, dan situasional, dimana pada saat pelaksanaan latihan maka dibutuhkan ketertarikan dan terukur.

2. Hakikat Pembelajaran Permainan Bola Basket di SMA Kelas 11

a. Pengertian Bola Basket

Bola basket merupakan sebuah permainan yang masuk ke dalam permainan bola besar yang dimainkan secara berkelompok dan dimainkan oleh dua tim, dimana masing-masing tim terdiri dari lima pemain. Tujuan dari masing-masing tim adalah untuk mencetak angka ke keranjang lawan dan berusaha mencegah tim lawan mencetak angka. Dalam permainan bola basket, keranjang atau ring yang diserang oleh suatu tim adalah keranjang lawan dan keranjang atau ring yang dipertahankan oleh suatu tim adalah keranjang atau ring nya sendiri. Pemenang dalam permainan bola basket ditentukan dengan tim yang mencetak angka lebih banyak pada akhir waktu permainan. Permainan bola basket merupakan salah satu cabang olahraga yang memiliki

aktivitas gerak yang melibatkan kemampuan, teknik, dan taktik untuk mencapai tujuan permainan.

Menurut (Fatahilah, 2018), permainan bola basket adalah olahraga yang berdasarkan kebiasaan, dimana untuk menjadi seorang atlet bola basket yang baik, maka dibutuhkan proses latihan secara berulang dan berkelanjutan (*continue*) agar memperoleh teknik, taktik, dan kondisi prima dalam permainan yang bagus. Menurut (Edwards et al., 2018), basket merupakan olahraga intermiten yang berbasis di lapangan, tim yang terdiri dari *intensity movements* tinggi yang dilakukan secara berulang seperti perubahan arah, percepatan dan perlambatan diselingi dengan periode rendah intensitas sedang aktivitas. Permainan bola basket merupakan salah satu cabang olahraga yang digemari oleh semua kalangan. Hal ini sesuai dengan prinsip permainan bola basket yang telah dikemukakan oleh Margono (2010), bahwa “Pada prinsipnya, permainan bola basket dapat dimainkan oleh setiap orang, baik anak-anak, remaja, orang dewasa, maupun orang tua yang usianya sudah di atas lima puluh tahun”.

Permainan bola basket diawali dengan *jump ball* dari tengah-tengah lapangan yang dilakukan oleh wasit setelah peluit dibunyikan. Permainan bola basket dilakukan selama 4×10 menit setiap babak nya dengan waktu istirahat permainan selama dua menit diantara babak pertama dan kedua pada babak pertama dan diantara babak ketiga dan keempat pada babak kedua dan akan ada jeda permainan paruh waktu

selama lima belas menit. Apabila terjadi angka yang sama dari kedua tim, maka akan diberikan waktu tambahan lima menit, jika masih memiliki poin atau angka yang sama maka diberi waktu tambahan lagi sampai ada selisih angka.

Menurut FIBA (2017), “Lapangan permainan harus rata dan memiliki permukaan keras yang bebas dari segala sesuatu yang menghalangi, dengan ukuran panjang 28 m dan lebar 15 m yang diukur dari sisi dalam garis batas”. *Backcourt* suatu tim terdiri dari keranjang milik sendiri, bagian depan dari papan pantul, dan bagian dari lapangan yang dibatasi oleh *endline* dibelakang keranjang milik sendiri, *side line* dan garis tengah. *Frontcourt* suatu tim terdiri dari keranjang lawan bagian depan dari papan pantul dan bagian lapangan yang dibatasi oleh *endline* di belakang keranjang lawan, *side line* dan sisi dalam dari garis tengah terdekat dengan keranjang lawan. Untuk tinggi ring basket dari lantai 3,05 meter dan tinggi papan pantul, bagian bawah papan pantul, dari lantai adalah 2,90 meter (Aryanto, 2015).

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa permainan bola basket merupakan permainan bola besar yang dimainkan oleh dua tim, dimana jumlah setiap timnya adalah lima orang pemain. Permainan bola basket memiliki tujuan untuk mencari nilai atau angka sebanyak-banyaknya dengan cara memasukkan bola ke keranjang lawan dan mencegah lawan untuk mendapatkan nilai atau angka dengan menerapkan strategi pertahanan.

b. Pembelajaran Permainan Bola Basket Kelas XI

Pembelajaran pada hakikatnya adalah suatu proses, yaitu proses mengatur, mengorganisasi lingkungan yang ada di sekitar peserta didik sehingga dapat menumbuhkan dan mendorong peserta didik melakukan proses belajar (Pane & Dasopang). Pembelajaran juga dikatakan sebagai proses memberikan bimbingan atau bantuan kepada peserta didik dalam melakukan proses belajar. Pembelajaran merupakan sebuah proses interaksi pendidik dengan peserta didik dan sumber belajar yang berlangsung dalam suatu lingkungan belajar (Undang-Undang RI Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional).

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani, permainan bola basket merupakan salah satu materi yang diajarkan di kelas XI Sekolah Menengah Atas dengan capaian pembelajaran dimana peserta didik dapat mempraktikkan keterampilan gerak dalam berbagai permainan invasi. Capaian pembelajaran tersebut merupakan ungkapan tujuan pendidikan, dimana pernyataan tentang apa yang diharapkan, diketahui, dipahami, dan dapat dikerjakan oleh peserta didik. Capaian pembelajaran adalah kemampuan yang diperoleh melalui internalisasi pengetahuan, sikap, keterampilan, kompetensi, dan akumulasi pengalaman kerja. Capaian pembelajaran harus disertai dengan kriteria penilaian yang tepat yang dapat digunakan untuk menilai bahwa hasil pembelajaran yang diharapkan telah dicapai.

Indikator tujuan pembelajarannya adalah peserta didik dapat menunjukkan kemampuan mempraktikkan hasil rancangan keterampilan gerak melempar atau mengoper (*passing*), mengumpan (*shooting*), menggiring (*dribbling*), menembak, *rebound*, dan *pivot* dalam permainan bola basket. Materi pembelajaran permainan bola basket juga perlu dipilih dengan tepat agar dapat membantu peserta didik untuk mencapai standar kompetensi dan kompetensi dasar. Pada hakikatnya, jenis materi pembelajaran permainan bola basket memerlukan strategi, media dan cara evaluasi yang berbeda-beda.

3. Hakikat Keterampilan Bermain Bola Basket

Keterampilan bermain merujuk pada kemampuan atau keahlian yang dimiliki oleh seseorang dalam melakukan aktivitas atau permainan tertentu. Dalam hal bermain bola basket, keterampilan bermain mencakup berbagai aspek yang mencakup kemampuan fisik, teknik, dan mental yang diperlukan untuk menjadi pemain yang baik. Selain itu, keterampilan bermain juga mencakup tentang pemahaman aturan permainan, strategi permainan, dan kemampuan beradaptasi dengan situasi atau kondisi yang berubah-ubah di lapangan. Aspek lain dalam keterampilan bermain bola basket adalah kerja sama tim, komunikasi, dan kepemimpinan seorang pemain. Kemampuan seseorang untuk menyelesaikan tugas gerak tertentu dapat menunjukkan kualitasnya dari seberapa jauh mereka dapat menyelesaikan tugas tersebut dengan tingkat keberhasilan tertentu.

Keterampilan bermain bola basket merupakan teknik yang paling penting dalam permainan bola basket dan unsur yang paling dominan pada permainan bola basket. Untuk mencapai keterampilan yang baik, maka terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi yaitu: (1) adanya keinginan individu, yaitu motivasi untuk menguasai keterampilan yang diajarkan, (2) proses belajar mengajar yang menunjukkan bagaimana kondisi belajar dapat disesuaikan dengan potensi individu, dan (3) faktor situasional yang menunjukkan metode dan teknik latihan atau praktik yang dilakukan (Santoso, 2012). Untuk bermain bola basket dengan baik, maka seseorang pemain harus mempelajari teknik dan keterampilan dasar karena permainan bola basket membutuhkan adanya teknik pertahanan dan penyerangan.

Untuk dapat bermain bola basket, maka setiap orang yang ingin menekuni olahraga permainan bola basket, terlebih dahulu menguasai beberapa keterampilan bermain bola basket seperti menerapkan teknik *passing*, *dribble*, dan *shooting* (Wardanis & Pratama, 2020). Dalam setiap unsur gerak maka dapat memberikan kontribusi terhadap keterampilan gerak pada seseorang, karena seseorang yang memiliki keterampilan gerak adalah orang yang mampu melakukan gerakan secara efisien dan benar secara mekanis. Untuk mendapatkan keterampilan gerak yang baik, maka diperlukan proses belajar berlatih dalam jangka yang lama. Oleh karena itu, seseorang yang ingin terampil dalam memainkan bola basket, maka diperlukan proses latihan yang benar dan didukung oleh unsur-unsur gerak yang baik pula (Santoso, 2012).

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa keterampilan bermain bola basket adalah tingkat kemampuan seseorang dalam bermain bola basket, dimana hal tersebut perlu didukung oleh adanya kemauan dari individu itu sendiri dan adanya proses pembelajaran dengan kondisi lingkungan belajar yang baik, serta adanya latihan yang konsisten. Untuk mengetahui kemampuan gerak seseorang pemain bola basket, maka perlu dilakukan pengukuran terhadap komponen bagian geraknya. Alat yang digunakan untuk mengukur bagian-bagian tersebut harus sesuai dan tepat dengan objek yang diukur yaitu dapat melalui pengesanan kondisi fisik yang dimiliki oleh setiap pemain basket.

4. Keterampilan Dasar Bermain Basket

Teknik dasar merupakan teknik yang paling dasar diajarkan dalam setiap cabang olahraga bagi para pemula. Suatu tim yang kurang menguasai teknik dasar dalam permainan bola basket maka akan sering kehilangan bola dan mendapat tekanan dari tim lawan, sehingga akan sulit untuk memenangkan sebuah permainan atau pertandingan. Menurut PERBASI (2004), “Teknik dasar permainan bola basket adalah sebuah cara untuk melakukan gerakan memainkan bola sesuai dengan peraturan yang telah ditetapkan untuk permainan bola basket”.

Menurut Devita (2013), “Untuk dapat bermain bola basket bagi setiap pemain maka harus menguasai beberapa keterampilan dasar dalam permainan bola basket seperti *passing*, *dribbling*, dan *shooting*.” Menurut (Wissel, 2004), *shooting*, *passing*, *dribbling*, *rebounding*, *defending*,

bergerak dengan bola, dan bergerak tanpa bola adalah teknik dasar yang harus dikuasai dalam permainan bola basket. Berdasarkan beberapa pendapat ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa dalam bermain bola basket dibutuhkan teknik dasar: (1) teknik dengan bola (2) teknik tanpa bola. Berikut merupakan macam-macam teknik dasar dengan bola dalam permainan bola basket yang diantaranya:

a. Teknik Dasar Mengoper bola dan Menangkap bola

Menurut Wissel (2004: 71-82), *passing* atau operan merupakan gerakan melempar bola kepada teman untuk menciptakan peluang skor bagi tim dan memastikan bola berada dalam jarak tembakan. Mengoper bola memiliki beberapa prinsip, seperti melihat letak lingkaran ring, mengoper sebelum menggiring, mengetahui kekuatan dan kelemahan teman dalam tim, mempercepat waktu operan, menggunakan trik, menarik perhatian dan menyerang, operan dengan cepat dan tepat, memperkirakan kekuatan operan, yakin dengan operan yang dilemparkan, mengoper jauh dari penjaga, dan mengoper pada rekan penembak yang bebas.

Operan dada (*chest pass*), operan bawah, operan atas, operan samping (*sidearm pass*), operan belakang, dan operan baseball adalah beberapa gerakan dalam melakukan operan. Sedangkan menangkap bola Wissel (2004: 83-84), merupakan posisi bermain di mana tangan rileks dan tangan terbuka saat menangkap bola dan membawa bola dengan lengan bawah dan tangan di depan dada, bersiap untuk

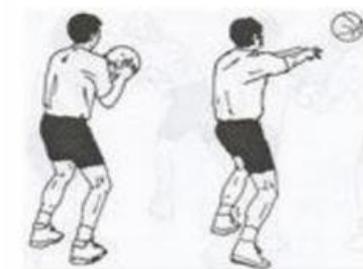
mengoper kembali atau menembak bola. Salah satu hal yang harus ditekankan pada pemain adalah bahwa *passing* adalah teknik yang tercepat dan terbaik untuk mengubah arah serangan. Ada banyak faktor yang mempengaruhi *passing*, termasuk kecepatan, target, timing, trik, dan komunikasi saat melakukannya. Berikut merupakan jenis-jenis *passing* pada permainan bola basket:

Chest Pass (Umpan Setinggi Dada)

Chest pass atau operan setinggi dada merupakan salah satu teknik mendasar dalam permainan bola basket (Oliver: 2009). Cara melakukan chest pass adalah sebagai berikut:

- a) Bola dipegang dengan menggunakan kedua tangan
- b) Bola ditahan kedepan dada dengan memakai ujung dari kedua tangan
- c) Ibu jari berada di belakang bola dengan menggunakan tangan beserta ujung-ujung jari menyebar ke semua arah sisi pada bola.
- d) Untuk melakukan gerakan *passing*, berat badan dipindahkan ke depan saat ingin melangkah.

Gambar 1. Umpan Setinggi Dada



(Sumber: Saichudin, 2019)

b. Teknik Dasar Menggiring Bola

Menurut Wissel (2004, 95-109), menggiring (*dribble*) merupakan salah satu cara untuk membawa bola dengan cara memantulkan bola ke arah lantai yang gerak bola lebih mendahului daripada gerak kaki dan tidak diperbolehkan dipegang dengan dua tangan. Macam-macam menggiring bola dalam permainan bola basket adalah: menggiring dan berhenti secara tiba-tiba, menggiring mundur, menggiring merubah arah dari depan, menggiring dengan melakukan putaran badan, menggiring dengan perubahan kecepatan langkah, menggiring lewat belakang badan dan berhenti dengan posisi menembak saat terakhir menggiring.

Dribble dilakukan selama posisi tangan tidak berada dibawah bola dan bola harus meninggalkan tangan sebelum kaki tumpuan. Gerak melakukan *dribble* dipengaruhi oleh kontrol tangan yaitu kekuatan siku, pergelangan tangan, jari-jari, telapak tangan, bantuan bahu, dan mata tidak melihat bola. Menurut (Krause et al, 2008: 88-97), berikut merupakan jenis-jenis *dribble* pada permainan bola basket:

- 1) *Low Dribble* merupakan menggiring bola menggunakan posisi awal dengan kaki satu telapak berada didepan yang berguna untuk mempercepat perpindahan gerak atau arah. Gerakan *dribble* dilakukan dengan irama kontan dengan satu tangan melindungi bola.

- 2) *Power Dribble* merupakan pengembangan dari *low dribble* dengan menambahkan beberapa variasi *dribble* seperti gerakan *spin dribble* dan *crossover dribble*.
- 3) *Speed Dribble* merupakan tipe *dribble* yang dilakukan dengan berlari atau menggunakan kecepatan tinggi.
- 4) *Change of Pace Dribble* merupakan tipe *dribble* yang diajarkan agar pemain bisa melakukan pergantian kecepatan dalam melakukan *dribble* saat bermain bola basket.
- 5) *Crossover Dribble* merupakan pemain melakukan gerakan *dribble* ke salah satu arah dari lawan lalu merubah ke arah sebaliknya dengan cepat.
- 6) *Head and Shoulders Move* merupakan gerakan yang menggunakan perpindahan tangan dengan cepat tetapi terlebih dahulu dilakukan gerakan tipuan oleh kepala.
- 7) *Spin Dribble* merupakan gerakan yang mengintegrasikan dengan gerakan memeros saat mendekati lawan dan memutar arah badan menuju kedepan.
- 8) *Behind Dribble* merupakan mengganti arah *dribble* dengan mengarahkan bola kebelakang badan sehingga bola melewati belakang tubuh saat melakukan pergantian gerakan *dribble*.
- 9) *Between the Legs Dribble* merupakan *dribble* yang dilakukan dengan melewati bawah kaki pada saat melakukan perpindahan *dribble*.

c. Teknik Dasar Menembak Bola

Menurut (Wissel, 2004), menembak bola merupakan gerakan untuk mendapatkan angka dari usaha menyerang ke arah ring lawan. Terdapat tujuh teknik dasar tembakan yaitu: tembakan satu tangan, lemparan bebas, tembakan mengait, tembakan tiga angka (*three point*), tembakan sambil melompat, *lay up*, dan *runner*. Mekanika dalam melakukan tembakan atau *shooting* dalam permainan bola basket adalah: irama menembak, pandangan, keseimbangan, posisi tangan, pensejajaran siku dalam, gerakan lanjutan (*follow through*). Menurut (Kosasih, 2008), *shooting* merupakan keterampilan dasar bola basket yang terkenal dan digemari, karena setiap orang mempunyai naluri untuk menyerang dan ingin memasukan bola ke dalam ring lawan. Menurut Danny Kosasih dalam (Karyadi Dasamardana, 2013: 24), adapun beberapa istilah untuk menggambarkan *shooting* yaitu BEEF:

- 1) B (*Balance*) merupakan keseimbangan. Dimana gerakan ini dimulai dari lantai dan saat menangkap bola menekuk lutut dan mata kaki, serta mengatur tubuh agar selalu dalam posisi seimbang.
- 2) E (*Eyes*) merupakan pandangan mata. Pemain harus segera mengambil fokus pada target (pemain dengan cepat mengkoordinasikan letak ring) agar pada saat melakukan *shooting* menjadi lebih akurat.

- 3) E (*Elbow*) merupakan peletakan siku pemain dengan benar. Cara ini adalah dengan mempertahankan siku agar pergerakan lengan akan tetap vertical mengarah ke ring.
- 4) F (*Follow Through*) merupakan gerakan lanjutan pada permainan bola basket, dimana dengan mengunci siku lalu melepaskan gerakan lengan jari-jari dan pergelangan tangan mengikuti ke arah ring.

Berikut merupakan jenis-jenis menembak bola (*shooting*) pada permainan bola basket:

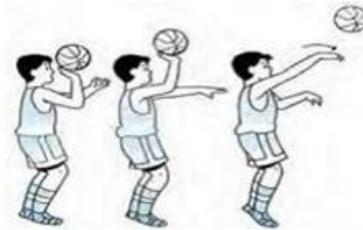
- 1) *One Hand Set Shoot*

One hand set shoot merupakan salah satu tembakan dalam permainan bola basket dimana dalam pelaksanaannya tidak disertai dengan lompatan. *One hand set shoot* biasanya dilakukan oleh pemain bola basket pada jarak yang dekat dengan ring karena memang tidak membutuhkan tenaga yang lebih sehingga tidak disertai dengan melompat (Danny Kosasih, 2008: 50). Cara melakukan *one hand set shoot* adalah sebagai berikut:

- a) Memegang bola berada di depan dada dan target mata berada di arah ring.
- b) Pada saat memegang bola, telapak tangan diletakan di bagian tengah bola, sedangkan tangan kiri digunakan untuk menyeimbangkan bola.
- c) Lutut ditekuk sedikit untuk menambah kekuatan pada saat menembak.

- d) Angkat bola didepan kepala dan lemparkan bola ke ring saat bola di depan dahi menggunakan tangan kanan dan tangan kiri hanya digunakan sebagai penyeimbang bola.
- e) Saat melemparkan bola maka gerakan badan ke atas mengikuti alur bola saat melempar.
- f) Saat bola lepas dari telapak tangan, pergelangan tangan mengikuti alur bola dengan mengarahkan ke bawah agar bola memiliki rotasi.

Gambar 2. *One Hand Set Shoot*



(Sumber: Saichudin, 2019)

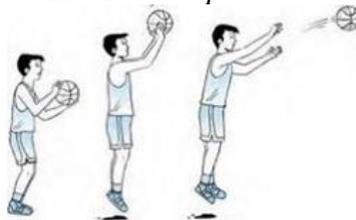
2) *Jump Shoot*

Jump Shoot merupakan salah satu tembakan dimana dalam pelaksanaannya dilakukan dengan lompatan. Lompatan tersebut dilakukan untuk menambah daya dorong kepada bola, sehingga menghasilkan kecepatan bola yang lebih besar dan bertujuan untuk mengelabui lawan yang akan mencoba menghalangi saat melakukan tembakan. Ketika pemain melakukan sebuah lompatan pada saat *jump shoot*, maka pemain lawan yang mencoba menghalangi akan kesulitan untuk menggapai bola sehingga bola

tidak bisa di block oleh lawan (Danny Kosasih, 2008: p.51). Cara melakukan gerakan *jump shoot* adalah sebagai berikut:

- a) Melihat target (*ring*) dan memegang bola dengan telapak tangan kanan diletakkan dibagian tengah bola, sedangkan tangan kiri digunakan untuk menyeimbangkan bola
- b) Lutut sedikit ditekuk untuk menambah kekuatan pada saat akan menembak
- c) Angkat bola di depan kepala dan lemparkan bola ke ring saat bola di depan dahi menggunakan tangan kanan dan tangan kiri digunakan sebagai penyeimbang bola
- d) Pada saat melemparkan bola, maka diikuti dengan melompat
- e) Pada saat bola lepas dari telapak tangan, usahakan pergelangan tangan mengikuti alur bola dengan mengarahkan ke bawah dan pendaratan dilakukan dengan menggunakan dua kaki

Gambar 3. *Jump Shoot*



(Sumber: Saichudin, 2019)

3) *Free Throw*

Menurut (Worthy, 2009: p. 53), dalam pelaksanaannya pemain tidak ada gangguan dari lawan pada jarak tiga meter dari ring, sehingga free throw merupakan salah satu jenis tembakan

dalam yang relatif mudah permainan bola basket. *Free throw* dilakukan apabila terdapat pemain yang dilanggar dalam posisi akan melakukan *shooting* atau sudah *team foul*. Jika seorang pemain berhasil memasukkan bola ke dalam ring pada tembakan *free throw*, maka akan menghasilkan satu angka saja. Keuntungan dari tembakan *free throw* adalah saat melakukan tembakan, maka seorang pemain tidak ada gangguan dari lawan sehingga pemain dapat berkonsentrasi untuk melakukan tembakan.

4) *Three Point Shoot*

Three Point Shoot merupakan salah satu *shooting* yang memiliki keunggulan dalam memperoleh poin karena apabila pemain yang berhasil melakukan *three point shoot* maka akan langsung memperoleh tiga poin. Berbeda dengan jenis tembakan lain yang hanya akan menghasilkan satu atau dua poin. Menurut (FIBA, 2017), wilayah yang termasuk wilayah *three point field goal* yaitu mencakup seluruh wilayah permainan bola basket kecuali daerah yang berdekatan dengan keranjang atau ring lawan, dan dibatasi oleh dan termasuk:

- a) Dua (2) garis sejajar memanjang dan tegak lurus dengan *end line* dengan sisi terluar 0,90 m dari sisi dalam *side line*.
- b) Setengah lingkaran dengan jari-jari 6,75 m diukur dari titik di lantai tepat dibawah titik tengah keranjang lawan terhadap sisi

luar busur. Jarak titik ini di lantai dari sisi dalam titik tengah endine adalah 1,575 meter.

Gambar 4. *Three Point Field Goal Area*



(Sumber: Saichudin, 2019)

Daerah yang berwarna abu-abu merupakan daerah yang dinamakan *three point field goal area*, dimana jika pemain berhasil menembak dari area tersebut dan berhasil masuk ke dalam ring maka akan memperoleh nilai tiga. Menurut (FIBA, 2017), apabila pemain melakukan *three point shoot* namun pada saat melakukannya pemain tersebut posisi kakinya menginjak garis, maka *shooting three point* dinyatakan tidak sah dan hanya memperoleh dua poin.

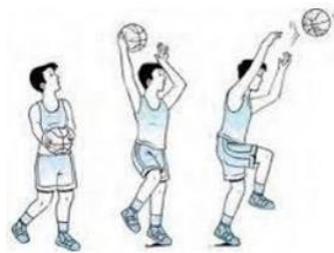
5) *Hook Shoot*

Hook shoot merupakan salah satu tembakan yang dilakukan dari samping dengan satu tangan dimana jarak antara orang yang menghadang dan pemain bisa lebih jauh. *Hook shoot* merupakan sebuah tembakan yang sangat penting dalam penyerangan jarak dekat didaerah lawan yang mempunyai pertahanan yang ketat, Menurut (Wissel, 2000), keunggulan dari *hook shoot* relatif besar sehingga akan lebih susah di *block* oleh pemain lawan. *Hook shoot* dilakukan dengan penjagaan yang ketat dari lawan dan posisi

pemain yang akan menembak membelakangi ring. Cara melakukan gerakan *hook shoot* adalah sebagai berikut:

- a) Lihat target dan bawa bola dengan menggunakan dua tangan.
- b) Menggunakan langkah *two step* dan *hop*.
- c) *Shoot* bola ke dalam ring dengan posisi badan hampir sama dengan *runner*, namun posisi lengan saat melakukan *hook shoot* berbeda dengan *runner*.
- d) Posisi lengan saat melakukan *hook shoot* berada di samping badan.

Gambar 5. *Hook Shoot*



(Sumber: Saichudin, 2019)

5. Karakteristik Peserta Didik SMA

Terdapat beberapa karakteristik yang dimiliki oleh peserta didik di usia Sekolah Menengah Atas (SMA). Usia Sekolah Menengah Atas dapat dikenal dengan usia remaja (*adolescent*). Usia remaja merupakan suatu tahap perkembangan antara masa anak-anak dan masa dewasa yang ditandai dengan perubahan-perubahan fisik dan perkembangan kognitif maupun sosial. Selama di SMA, seluruh aspek perkembangan masa remaja yaitu psikomotor, kognitif, dan afektif mengalami perubahan yang luar biasa. Menurut Bintarko (2016) “Peserta didik SMA merupakan individu dimana

dalam masa pertumbuhan dan perkembangan dapat dilihat secara mencolok dari segi fisik maupun psikologisnya”. Menurut (Papalia et al., 2008), peserta didik sekolah menengah atas berada pada tahap perkembangan kognitif operasional formal. Menurut Sukinta dalam (Lanun, 2007: p.19-20), karakteristik anak SMA yang berumur 16-18 tahun antara lain:

a. Jaman

- 1) Kekuatan otot dan daya tahan otot berkembang baik
- 2) Senang pada keterampilan yang baik bahkan mengarah pada gerak akrobatik
- 3) Anak laki-laki keadaan jasmaninya cukup matang
- 4) Anak Perempuan posisi tubuhnya akan menjadi baik
- 5) Mampu menggunakan energi dengan baik
- 6) Mampu membangun kemauan dengan semangat mengagumkan

b. Psikis atau Mental

- 1) Banyak memikirkan dirinya sendiri
- 2) Mental menjadi stabil dan matang
- 3) Membutuhkan pengalaman dari segala segi
- 4) Sangat senang terhadap hal-hal yang ideal dan senang apabila memutuskan masalah pendidikan, pekerjaan, perkawinan, pariwisata, dan kepercayaan.

c. Sosial

- 1) Sadar dan peka terhadap lawan jenis
- 2) Lebih bebas

- 3) Berusaha lepas dari lindungan orang dewasa atau pendidik
- 4) Senang pada perkembangan social
- 5) Senang pada masalah kebebasan diri dan berpetualang
- 6) Sadar untuk berpenampilan dengan baik dan cara berpakaian rapi
- 7) Tidak senang dengan persyaratan-persyaratan yang ditentukan oleh orang tua
- 8) Pandangan kelompoknya sangat menentukan sikap pribadinya

d. Perkembangan Motorik

Anak akan mencapai pertumbuhan dan perkembangan pada masa remaja dan dewasa, serta keadaan tubuhnya akan menjadi lebih kuat dan lebih baik, maka kemampuan motorik dan keadaan psikisnya juga telah siap menerima latihan-latihan peningkatan keterampilan gerak menuju prestasi olahraga yang lebih. Sedangkan menurut Diman dalam (Gusvadiana, 2020), mendefinisikan karakteristik peserta didik sebagai berikut:

- 1) Peserta didik dalam keadaan sedang berdaya untuk menggunakan kemampuan dan kemauan
- 2) Mempunyai keinginan untuk berkembang kearah dewasa
- 3) Peserta didik mempunyai latar belakang yang berbeda
- 4) Peserta didik melakukan penjelajahan terhadap alam sekitar dengan potensi dasar yang dimilikinya

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa karakteristik peserta didik SMA terlihat pada pertumbuhan dan

perkembangan yang dapat dilihat dari aspek jasmani, psikis, sosial, dan perkembangan motorik.

B. Penelitian yang Relevan

Untuk melengkapi dalam mempersiapkan penelitian ini maka peneliti mencari bahan acuan yang relevan dalam mendukung penelitian yang peneliti lakukan. Namun peneliti menemukan hasil penelitian yang serupa dengan memuat komponen-komponen yang diteliti dalam penelitian ini. Dari beberapa penelitian tersebut khususnya tentang bola basket peneliti / penulis menemukan penelitian yang mengkaji tentang:

1. Priya Pandu Hardaya (2010), yang berjudul “Tingkat Keterampilan Bola Basket Peserta didik Putri SMK N 1 Kalasan yang Mengikuti Ekstrakurikuler Tahun Ajaran 2009/2010” Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan bermain bola basket peserta didik tahun ajaran 2009/2010 yang masuk dalam kategori tinggi sekali ada 1 peserta didik 3,33% kategori sedang ada 9 peserta didik atau 30%, kategori rendah ada 9 peserta didik atau 30%, dan kategori rendah sekali ada 1 peserta didik. Penelitian ini relevan karena metode penelitiannya sama.
2. Ade Devita, (2013) Survey Tes Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Bermain Bola Basket (*passing, dribbling, dan shooting*) Pada Tim Bola Basket Putra Kelompok Umur 18 Tahun Klub Sahabat Semarang Tahun 2012. Permasalahan penelitian adalah: 1) Seberapa tinggi keterampilan teknik dasar *passing, dribbling* dan *shooting* pada tim bolabasket putra tim kelompok umur 18 Tahun klub Sahabat Semarang Tahun 2012. Tujuan

Penelitian ini adalah: 1) Untuk mengetahui keterampilan teknik dasar bermain bolabasket (*passing, dribbling* dan *shooting*) Pada tim bolabasket putra kelompok umur 18 Tahun klub Sahabat Semarang Tahun 2012. 31 Populasi dalam skripsi ini adalah atlet tim putra bolabasket Kelompok umur 18 Tahun klub Sahabat Semarang Tahun 2012. Karena jumlahnya terbatas yaitu 15 orang, maka semua populasi diambil untuk dijadikan sampel. Maka sampel dalam penelitian ini adalah 15 orang. Sesudah sampel dipilih maka dilakukan pengumpulan data dengan pencatatan data tes keterampilan bolabasket. Metode penelitian yang digunakan adalah metode survey.. Penelitian ini relevan karena metode penelitian yang sama. Penelitian ini relevan karena teknik analisis data yang digunakan sama.

3. Cahya W Gusra Dwi (2012), melakukan penelitian Tingkat Keterampilan Bermain Bola Basket Peserta didik Putra-Putri MAN Yogyakarta 1 yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Basket, dengan sampel 25 peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket berkategori “Baik Sekali” 0 peserta didik (0,00%), “Baik” 6 peserta didik (24,00%), “Cukup” 7 peserta didik (28,00%), “Sedang” 6 peserta didik (24,00%), “Kurang” 0 peserta didik (0,00%), “Kurang Sekali” 0 Peserta didik (0,00%) dan “Jelek” 0 Peserta didik (0,00%). Berdasarkan hasil analisis maka dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan bermain bola basket peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket sebagian besar menunjukkan dalam kategori “Cukup”. Penelitian ini relevan karena instrumen penelitiannya sama.

4. Ahmad Abdul Ra'Uf (2016), dengan judul "Survey Kemampuan (*Passing*, *Dribbling*, dan *Shooting*) Dalam Permainan Bola Basket Pada Tim Bola Basket Putra UPTD SMK Negeri 1 Boyolangu Tulungagung. Permasalahan penelitian adalah: 1) Seberapa tinggi keterampilan teknik dasar bola basket seperti *passing*, *dribbling*, dan *shooting* pada tim bola basket putra UPTD SMKN 1 Boyolangu Tulungagung Tahun Ajaran 2016/2017. Tujuan penelitian ini adalah: Untuk mengetahui kemampuan teknik dasar bermain bola basket seperti *passing*, *dribbling*, dan *shooting* pada tim bola basket putra UPTD SMKN 1 Boyolangu Tulungagung. Populasi dalam skripsi ini adalah atlet tim bola basket putra UPTD SMKN 1 Boyolangu Tulungagung Tahun Ajaran 2016/2017. Karena jumlahnya terbatas yaitu 15 orang, 30 maka semua populasi diambil untuk dijadikan sampel. Maka sampel dalam penelitian ini adalah 15 orang. Sesudah sampel dipilih maka dilakukan pengumpulan data dengan pencatatan data tes kemampuan bola basket. Metode penelitian yang digunakan adalah metode survey. Hasil penelitian perhitungan menggunakan rumus deskriptif presentase. Penelitian ini relevan karena subjek penelitiannya sama.

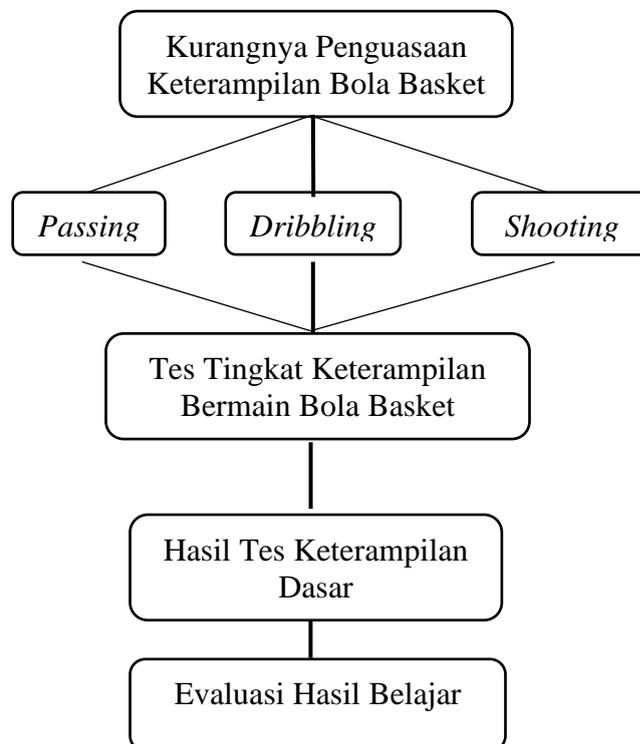
C. Kerangka Berpikir

Berdasarkan kajian teori di atas, untuk melakukan permainan bola basket dengan baik, maka setiap pemain perlu menguasai keterampilan bermain berupa teknik dasar atau strategi dalam pertahanan dan penyerangan selama permainan berlangsung. Kemampuan atau penampilan seorang pemain bola basket sangat dipengaruhi oleh tingkat penguasaan keterampilan bermain. Keterampilan

bermain bola basket mencakup berbagai aspek diantaranya kemampuan fisik, teknik, dan mental yang diperlukan untuk menjadi pemain yang baik.

Dalam permainan bola basket, seorang pemain akan melaksanakan keterampilan dasar (*skill execution*) dengan membuat keputusan, lalu akan melaksanakan jenis keterampilan yang dipilihnya. Keterampilan ini berupa keterampilan dasar yang terdiri dari *passing*, *dribbling*, dan *shooting*. Pengambilan keputusan yang tepat perlu dilaksanakan selama permainan berlangsung ketika seorang pemain membawa bola dan memberi dukungan (*support*) yang tepat juga perlu dilakukan untuk teman satu tim nya dengan bola berada dalam posisi untuk menerima umpan, sehingga hasilnya akan maksimal.

Gambar 6. Bagan Kerangka Berpikir



BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yaitu mengenai keterampilan dasar *dribling*, *chest pass*, dan *underring* dalam bermain basket, artinya dalam penelitian ini penelitiannya ingin menggambarkan tingkat keterampilan dasar pada saat penelitian berlangsung tanpa pengujian hipotesis. Penelitian ini merupakan penelitian yang dilakukan terhadap variabel mandiri yaitu tanpa membuat perbandingan atau menghubungkan dengan variabel lain. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei dengan teknik tes.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Purwareja Klampok yang beralamat di Jalan Raya Purwareja Klampok, Dusun Sidodadi, Purworejo, Kec. Purwareja Klampok, Kab. Banjarnegara, Jawa Tengah 53474. Waktu pengambilan data ini dilaksanakan pada 16 April 2024.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi menurut Sugiyono (2017:215) adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi bukan hanya manusia tetapi juga objek dan benda-benda alam yang lain. Populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada objek atau subjek yang dipelajari, tetapi meliputi

seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek tersebut. Menurut Suharsimi Arikunto (2002: 112) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi penelitian ini adalah peserta didik putra kelas 11 SMA Negeri 1 Purwareja Klampok sebanyak 97 peserta didik.

2. Sampel Penelitian

Penelitian ini dalam pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2017: 85) bahwa "*purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel sumber data dengan menggunakan pertimbangan tertentu". Alasan penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* adalah tidak semua sampel memiliki pertimbangan yang sesuai untuk diteliti. Sampel dalam penelitian ini yaitu peserta didik yang memenuhi beberapa kriteria tertentu. Kriteria penentuan sampel ini meliputi: (1)peserta didik putra kelas 11 SMA Negeri 1 Purwareja Klampok; (2)peserta didik yang kurang minat terhadap bola basket SMA Negeri 1 Purwareja Klampok. Peserta didik yang digunakan untuk penelitian ini adalah sebagian peserta didik putra kelas 11 yaitu 30 peserta didik.

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini merupakan variabel tunggal, yaitu keterampilan dasar bermain bola basket. Keterampilan dasar bermain bola basket adalah tingkat keterampilan dasar peserta didik dalam melakukan permainan bola basket yang diukur dengan tes dari STO. Untuk

mengungkap keterampilan dasar bermain bola basket tersebut diukur dengan menggunakan tes kecakapan bermain bola basket dari STO Yogyakarta (Ngatman, & Andriyani, F. D, 2017: 99), yaitu:

1. Memantulkan bola ketembok selama 15 detik

Peserta didik melakukan dengan jarak 160 cm ke arah dinding dengan sasaran sebuah persegi panjang dengan ukuran panjang 120 cm dan lebar 60 cm. Satuan pengukurannya adalah banyaknya bola yang dipantulkan dan ditangkap kembali selama 15 detik.

2. Menggiring bola (*dribble*)

Menggiring bola melewati rintangan 5 buah bangku yang masing-masing bangku berjarak 2 meter dan diletakkan secara zig-zag, sedangkan jarak antara garis start dengan kerucut pertama adalah 4 meter. Satuan pengukuran adalah waktu yang diperoleh pada saat menggiring dari awal sampai garis akhir. Testi dilarang memegang bola basket sebelum adanya aba-aba.

3. Menembak bola (*shooting*)

Testi berdiri bebas didekat ring basket. Satuan pengukurannya adalah jumlah bola yang dapat dimasukkan ke dalam ring dari atas selama 1 menit.

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara yang dipakai dalam pengumpulan data (Suharsimi Arikunto, 2006: 119). Dalam pengambilan

data ini testi melakukan tes secara berurutan dari tes pertama yaitu memantulkan bola ke dinding, *dribbling*, kemudian *shooting*.

2. Instrumen Penelitian

Instrumen peneliti adalah salah satu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Secara spesifik semua fenomena ini disebut variabel penelitian (Sugiyono, 2006:148). Instrument yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah tes kecakapan bermain bola basket dari STO (Sekolah Tinggi Olahraga), yaitu tes keterampilan dalam melakukan *passing* atau melemparkan bola pada acuan tertentu dengan tepat sasaran, tes keterampilan *shooting* atau menembak bola ke ring dengan tujuan menghitung beberapa banyaknya bola masuk dalam waktu tertentu, tes keterampilan *dribbling* atau menggiring bola dengan tujuan menghitung banyaknya rintangan yang dapat dilewati.

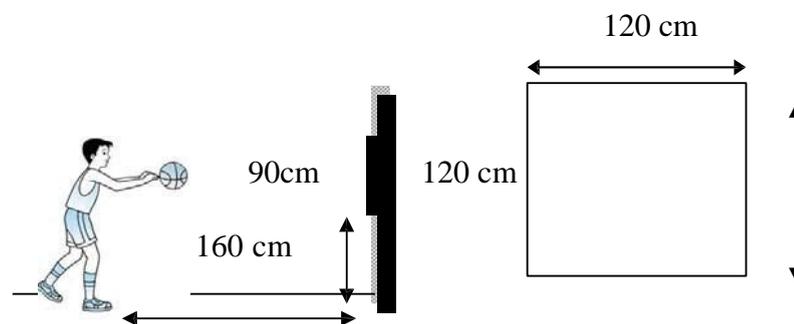
Tes ini disusun untuk pelajar dan bertujuan mengukur kecakapan bermain bola basket, menggolongkan dan sebagai salah satu dasar pemberian nilai Pendidikan jasmani. Untuk mendapatkan data yang dibutuhkan dalam penelitian ini maka, teknik metode pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini menggunakan STO (Sekolah Tinggi Olahraga). Keterampilan permainan bola basket adalah kualitas hasil gerak atau kemampuan peserta didik dalam melakukan aktivitas gerakan, teknik yang baik dalam permainan bola basket, yang meliputi: *passing*, *dribbling* dan *shooting*, yang kemudian akan diukur menggunakan STO (Sekolah Tinggi Olahraga) dengan reliabilitas 0,893 dan validitas 0,804

(Ngatman, & Andriyani, F. D, 2017: 99). Tes ini disusun untuk mengukur tingkat keterampilan dasar bola basket peserta didik SMA. Pelaksanaan tes dilakukan dengan cara menilai keterampilan bermain bola basket peserta didik yang terdiri dari:

a. Memantulkan Bola ke Tembok

Memantulkan bola ke tembok selama 15 detik, dengan jarak 160 cm ke arah dinding dengan sasaran sebuah persegi panjang dengan ukuran panjang 120 cm dan lebar 60 cm. Satuan pengukurannya adalah banyaknya bola yang dipantulkan dan ditangkap kembali selama 15 detik.

Gambar 7. Teknik Pelaksanaan Memantulkan Bola

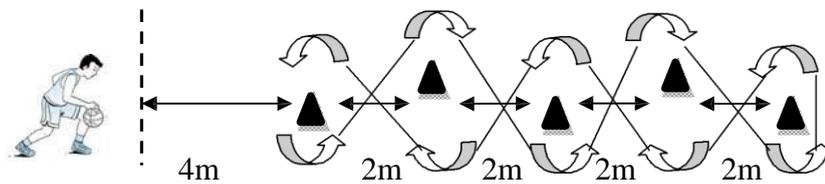


(Sumber: Ngatman, & Andriyani, F. D, 2017)

b. Menggiring Bola

Menggiring bola melewati rintangan 5 buah bangku yang masing-masing bangku berjarak 2 meter dan diletakkan secara zig-zag, sedangkan jarak antara garis *start* dengan kerucut pertama adalah 4 meter. Satuan pengukuran adalah waktu yang diperoleh pada saat menggiring dari awal sampai garis akhir.

Gambar 8. Teknik Pelaksanaan Dribbling



(Sumber: Ngatman, & Andriyani, F. D, 2017)

c. Menembak Bola Ke Ring Basket Selama 1 Menit

Menembak bola basket ke ring basket selama 1 menit, testi berdiri bebas di dekat ring. Satuan pengukurannya adalah jumlah bola yang dapat dimasukan dari atas selama 1 menit.

Gambar 9. Teknik Pelaksanaan *Shooting*



(Sumber: Ngatman, & Andriyani, F. D, 2017)

F. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik statistika deskriptif yang dituangkan dalam bentuk presentase. Untuk memberikan makna pada skor yang ada, digunakan teknik analisis deskriptif dengan rumus sebagai berikut (Anas Sudijono 2005:43). Data yang sudah terkumpul selanjutnya dianalisis sehingga data tersebut dapat ditarik kesimpulan. Untuk memberikan makna pada skor yang ada, kemudian hasil tes tersebut dimasukan dalam t-score dengan rumusan $t\text{-score} = 50 + 10 (X - M_x / SD)$ Adapun untuk penentuan interval dalam penelitian ini adalah sebagai berikut (Anas Sudijono 2005:175)

Table 1. Norma Nilai Kecakapan Tingkat Bermain Bola Basket STO

Penggolongan	Jumlah T Score
Baik Sekali	222-ke atas
Baik	193-221
Cukup	165-192
Sedang	136-164
Kurang	107-135
Kurang Sekali	79-106
Jelek	78-ke bawah

(Sumber: Ngatman, & Andriyani, F. D, 2017: 104)

Perhitungan *T-score* dari ketiga komponen tes tersebut tersebut dijumlahkan lalu dibagi jumlah komponen yang dites. Hasil dari perhitungan tersebut digunakan sebagai dasar menentukan kategori tingkat *passing*, *dribbling*, dan *shooting* peserta didik putra kelas 11 SMA Negeri 1 Purwareja Klampok Banjarnegara Tahun Ajaran 2023/2024. Kategori nilai dibagi menjadi 5 kategori, yaitu Sangat Baik, Baik, Sedang, Kurang, dan Sangat Kurang. Perhitungan menggunakan rumus (Azwar, 2005: 108) sebagai berikut:

Table 2. Perhitungan Skala Kategori Penilaian Tes

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

Keterangan :

X : Skor yang diperoleh

M : *Mean* (Rata-rata)

SD: Standar Deviasi/Simpangan Baku

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui kemampuan dasar bermain bolabasket peserta didik putra kelas 11 SMA Negeri 1 Purwareja Klampok Banjarnegara Tahun Ajaran 2023/2024. Berdasarkan hasil perhitungan data yang dianalisis pada penelitian ini adalah data hasil tes tingkat keterampilan bermain bola basket peserta didik putra kelas 11 SMA Negeri 1 Purwareja Klampok Banjarnegara Tahun Ajaran 2023/2024. Adapun data yang akan dibahas adalah: “seberapa baik keterampilan bermain bolabasket peserta didik putra kelas 11 di SMA Negeri 1 Purwareja Klampok Banjarnegara Tahun Ajaran 2023/2024.

Data penelitian lengkap dapat dilihat dideskripsi data berikut ini:

1. Data hasil tes memantulkan bola

Dari hasil penelitian tes memantulkan bola diperoleh nilai maximum sebesar 53 dan nilai minimum 30. Diperoleh mean sebesar 40,40 dan standar deviasi sebesar 5,969. Deskripsi hasil tes memantulkan bola dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Table 3. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Memantulkan Bola

Memantulkan Bola			
Skala Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase
$49 < X$	Sangat Baik	3	9,9
$43 < X \leq 49$	Baik	3	9,9
$37 < X \leq 43$	Sedang	12	39,6
$31 < X \leq 37$	Kurang	11	36,3
$X \leq 31$	Sangat Kurang	1	3,3
Jumlah		30	100

2. Data hasil tes *dribble*

Dari hasil penelitian tes memantulkan bola diperoleh nilai maximum sebesar 52 dan nilai minimum 30. Diperoleh mean sebesar 39,10 dan standar deviasi sebesar 6,326. Deskripsi hasil tes memantulkan bola dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Table 4. Distribusi Frekuensi Hasil Tes *Dribble*

<i>Dribble</i>			
Skala Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase
$48 < X$	Sangat Baik	2	6,6
$42 < X \leq 48$	Baik	8	26,4
$36 < X \leq 42$	Sedang	6	19,8
$30 < X \leq 36$	Kurang	12	39,6
$X \leq 30$	Sangat Kurang	2	6,6
Jumlah		30	100

3. Data hasil tes *shooting*

Dari hasil penelitian tes memantulkan bola diperoleh nilai maximum sebesar 60 dan nilai minimum 27. Diperoleh mean sebesar 41,00 dan standar deviasi sebesar 7,746. Deskripsi hasil tes memantulkan bola dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Table 5. Distribusi Frekuensi Hasil Tes *Shooting*

<i>Shooting</i>			
Skala Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase
$52 < X$	Sangat Baik	3	9,9
$45 < X \leq 52$	Baik	1	3,3
$37 < X \leq 45$	Sedang	16	52,8
$30 < X \leq 37$	Kurang	8	26,4
$X \leq 30$	Sangat Kurang	2	6,6
Jumlah		30	100

4. Data hasil penelitian

Table 6. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Keterampilan Bermain Bola Basket

T Score	Frekuensi	Presentase	Kriteria
222-ke atas	0	0	Baik sekali
193-221	0	0	Baik
165-192	1	3,3 %	Cukup
136-164	2	6,6 %	Sedang
107-135	24	79,2 %	Kurang
79-106	3	9,9 %	Kurang sekali
78-ke bawah	0	0	Jelek

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa Tingkat keterampilan bermain bola basket peserta didik putra kelas 11 SMA Negeri 1 Purwareja Klampok Banjarnegara Tahun Ajaran 2023/2024 adalah kurang dengan rerata dari Tingkat keterampilan yaitu 120,50. Tingkat keterampilan bermain bolabasket peserta didik putra kelas 11 SMA Negeri 1 Purwareja Klampok Banjarnegara Tahun Ajaran 2023/2024 yang berkategori baik sekali 0 peserta didik atau 0%, baik 0 peserta didik atau 0%, cukup 1 peserta didik atau 3,3%, sedang 2 peserta didik atau 6,6%, kurang 24 siswa atau 79,2%, kurang sekali 3 peserta didik atau 9,9%, dan jelek 0 peserta didik atau 0%.

B. Pembahasan

Tingkat keterampilan bermain bola basket pada peserta didik Putra kelas 11 SMA Negeri 1 Purwareja Klampok Banjarnegara Tahun Ajaran 2023/2024 dideskripsikan berdasarkan rangkaian tes item yang terdiri dari 3 macam, diperoleh hasil data yang berbeda-beda dikarenakan setiap anak memiliki

kemampuan yang berbeda didalam melakukan tes tersebut. Secara keseluruhan dapat diketahui tingkat keterampilan dasar bermain bolabasket pada peserta didik putra kelas 11 SMA Negeri 1 Purwareja Klampok Banjarnegara Tahun Ajaran 2023/2024 memiliki kategori kurang. Untuk lebih jelasnya lagi selengkapnya pembahasan tiap-tiap tes yang terdiri dari beberapa bagian akan dijelaskan sebagai berikut:

1. Tes keterampilan *passing*

Keterampilan *passing* peserta didik putra kelas 11 di SMA Negeri 1 Purwareja Klampok Banjarnegara Tahun Ajaran 2023/2024 menunjukkan peserta didik dalam kategori cukup dengan presentase 39,6%. Hal-hal yang menyebabkan keterampilan *passing* memiliki cukup dalam pengkategorian dapat dijelaskan sebagai berikut:

- a. Posisi kaki sejajar tenaga yang dihasilkan saat melempar tidak akan maksimal karena yang digunakan saat melempar hanya kekuatan otot tangan saja sehingga banyak peserta didik tidak sampai dalam melakukan lemparan. Seharusnya posisi tangan lurus kebelakang dan posisi kaki muka belakang, dengan posisi seperti ini tenaga yang dihasilkan saat melempar akan maksimal.
- b. Kebanyakan peserta didik melemparkan bola kurang bertenaga sehingga laju bola parabola dan tidak lurus. Seharusnya dari jarak 160cm. Laju bola lurus agar hasil dari pantulan bola dapat langsung ditangkap dan dilempar lagi, Seharusnya laju bola berbentuk lurus agar hasil lemparan juga bagus.

- c. Kebanyakan peserta didik saat melakukan tidak focus dan bola sering terlepas dari tangkapan pada tes karena dilihat oleh teman-temannya, seharusnya diwaktu tes teman yang lain duduk di tempat lain agar peserta didik yang melakukan tes tidak merasa terganggu.

2. Tes keterampilan *dribbling*

Keterampilan *dribbling* peserta didik putra kelas 11 di SMA Negeri 1 Purwareja Klampok Banjarnegara Tahun Ajaran 2023/2024 menunjukkan peserta didik dalam kategori kurang dengan persentase 36,6%. Hal-hal yang menyebabkan keterampilan *dribbling* dalam kategori baik akan dijelaskan sebagai berikut:

- a. Kebanyakan peserta didik menggunakan teknik *dribbling* bola rendah. *Dribbling* rendah digunakan untuk menerobos pertahanan lawan atau untuk mempertahankan bola, sehingga kecepatan yang dihasilkan tidak maksimal.
- b. Pada saat melakukan tes banyak bola yang lepas dari pegangan saat melakukan tes *dribbling* hal ini dikarenakan *ball filling* peserta didik yang kurang.

3. Tes keterampilan *shooting*

Keterampilan *shooting* peserta didik putra kelas 11 di SMA Negeri 1 Purwareja Klampok Banjarnegara Tahun Ajaran 2023/2024 menunjukkan peserta didik dalam kategori cukup dengan persentase 52.8%. Hal-hal yang menyebabkan keterampilan *shooting* dalam kategori sedang akan dijelaskan sebagai berikut:

- a. Pengambilan posisi peserta didik saat melakukan tes *shooting* tidak menguntungkan. Pada tes *shooting* pengambilan posisi bebas saat melakukan tembakan akan tetapi peserta didik banyak yang memposisikan diri terlalu jauh dari ring. Alangkah baiknya saat melakukan dilakukan dari posisi dekat sehingga akurasi tembakan akan lebih mudah didapat.
 - b. Saat menembak tenaga yang mereka keluarkan terlalu besar sehingga laju bola cepat yang menyebabkan pantulan bola besar dan tidak masuk ke dalam ring. Dengan tenaga tidak begitu besar tembakan dilakukan, disamping mendapatkan akurasi dan pantulan bola pun tidak begitu besar.
 - c. Kebanyakan peserta didik tidak memanfaatkan papan pantul, terlihat saat melakukan tembakan langsung ke ring. Dengan memanfaatkan papan pantul dengan sudut yang telah diperkirakan akan mempermudah memasukkan bola ke ring.
4. Tes Keterampilan dasar bermain bolabasket

Keterampilan dasar bermain bolabasket peserta didik putra kelas 11 di SMA Negeri 1 Purwareja Klampok Banjarnegara Tahun Ajaran 2023/2024 menunjukkan peserta didik dalam kategori kurang dengan persentase 79,2%. Keterampilan dasar bermain bolabasket adalah gabungan dari ketiga teknik dasar diantaranya: *dribbling*, *shooting* dan *passing*. Ketiga teknik dasar ini dijumlahkan hasilnya adalah keterampilan dasar bermain bolabasket. Dari semua ketiga teknik dasar telah diketahui

hasilnya dengan *shooting* kategori sedang, *dribbling* berkategori baik, *passing* berkategori baik.

Jadi dapat diambil kesimpulan bahwa tingkat keterampilan dasar bermain bolabasket peserta didik putra kelas 11 di SMA Negeri 1 Purwareja Klampok Banjarnegara Tahun Ajaran 2023/2024 dapat dikategorikan kurang dengan presentase 79,2%. Dengan dikategorikan tingkat keterampilan dasar bermain bolabasket peserta didik putra kelas 11 di SMA Negeri 1 Purwareja Klampok Tahun Ajaran 2023/2024 masuk kategori kurang mengindikasikan perlunya peningkatan dari segi kualitas metode pengajaran dan latihan yang benar, terprogram dan berjenjang yang menekankan pada teknik-teknik dasar serta penyediaan fasilitas yang memadai, selain itu ekstrakurikuler yang rutin di sekolah sangat berpengaruh terhadap kemampuan teknik yang dimiliki oleh peserta didik.

Untuk memperoleh keterampilan diperlukan pengetahuan yang mendasar tentang bagaimana keterampilan tertentu bisa dihasilkan atau diperoleh serta faktor-faktor apa saja yang berperan dalam mendorong penguasaan keterampilan (Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra, 2000: 58). Adapun faktor-faktor tersebut menurut Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra (2000: 70), yaitu: "1) proses belajar mengajar; 2) faktor pribadi; 3) dan faktor situasional". Faktor-faktor tersebut tentu yang berperan dalam mendorong penguasaan keterampilan dasar bermain bola basket peserta didik putra kelas 11 SMA Negeri 1 Purwareja Klampok Banjarnegara Tahun Ajaran 2023/2024. Dari faktor proses belajar mengajar antara lain yaitu pilihan metode yang

digunakan guru dalam mengajar. Kemudian dari faktor pribadi peserta didik, pada usia SMA (Sekolah Menengah Atas) sedang mengalami pertumbuhan baik pertumbuhan intelektual, emosional maupun pertumbuhan badaniah, di mana kecepatan pertumbuhan pada masing- masing aspek tersebut tidak sama, sehingga terjadi berbagai variasi tingkat pertumbuhan dari ketiga aspek tersebut. Ini adalah suatu faktor yang menimbulkan adanya perbedaan individual pada usia SMA (Sekolah Menengah Atas) walaupun mereka dalam usia yang sama. Dari faktor situasional yaitu keadaan lingkungan maupun kondisi sarana dan prasarana yang menunjang kegiatan tersebut.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan penelitian ini, maka dapat dilihat bahwa di SMA Negeri 1 Purwareja Klampok Banjarnegara Tahun Ajaran 2023/2024 tentang keterampilan bermain bola basket pada peserta didik putra kelas 11 SMA Negeri 1 Purwareja Klampok Banjarnegara hal ini dapat dilihat pada indikator-indikator sebagai berikut: Tingkat keterampilan bermain bolabasket pada peserta didik putra kelas 11 SMA Negeri 1 Purwareja Klampok Banjarnegara Tahun Ajaran 2023/2024 pada kategori kurang dilihat dari tingkat keterampilan dasar bermain bolabasket yaitu 120,50. Yang berkategori baik sekali 0 peserta didik atau 0%, baik 0 peserta didik atau 0%, cukup 1 peserta didik atau 3,3%, sedang 2 peserta didik atau 6,6%, kurang 24 peserta didik atau 79,2%, kurang sekali 3 peserta didik atau 9,9%, dan jelek 0 peserta didik atau 0%.

B. Implikasi Penelitian

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian di atas, penelitian ini berimplikasi pada:

1. Bagi guru PJOK, penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan, referensi dan sebagai alat ukur untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain bola basket dan meningkatkan kualitas keterampilan bermain bola basket pada peserta didik dalam pembelajaran.
2. Bagi peserta didik kelas XI, penelitian ini dapat dijadikan sebagai wawasan dan motivasi untuk meningkatkan keterampilan bermain bola basket.

3. Penelitian ini dapat berguna bagi penulis selanjutnya untuk dijadikan referensi atau bahan penulisan karya ilmiah selanjutnya.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini dilakukan sebaik mungkin, namun dalam penelitian ini tidak terlepas dari keterbatasan yang ada, yaitu sebagai berikut:

1. Penelitian tidak mengontrol faktor dan aktivitas objek penelitian sebelum dilaksanakan tes.
2. Pengamat dalam penelitian ini kurang spesifik karena rater hanya penelitian dan guru PJOK.
3. Peneliti hanya mengamati siswa putra saja, karena faktanya dalam pembelajaran PJOK seharusnya tidak ada perbedaan gender.

D. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dipaparkan di atas, ada beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi guru PJOK

Guru PJOK hendaknya menggabungkan tes keterampilan teknik dan tes keterampilan bermain dalam melakukan penelitian atau dalam melakukan evaluasi kepada peserta didik.

2. Bagi peserta didik

Bagi peserta didik hendaknya meluangkan waktu dalam melakukan latihan bermain bola basket agar dapat menambah keterampilan dalam bermain bola basket.

3. Bagi peneliti

Dalam penelitian ini peneliti selanjutnya dapat memperhatikan hal-hal dalam keterbatasan penelitian dan menyempurnakan penelitian selanjutnya.

4. Bagi sekolah

Sekolah diharapkan untuk mendorong, memotivasi, dan memfasilitasi peserta didik agar terdorong sebagai anak yang berprestasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Amung Ma'mun, Yudha. M. Saputra. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Departemen Pendidikn dan Kebudayaan.
- Anas, Sudijono. (2005). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Paja Grafindo Persada.
- Aryanto, B. (2015). *Teori Dasar Permainan Bola Basket*. Yogyakarta: UNY Press.
- Azwar, S. (2005). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bintarko, A. (2016). *Minat Peserta didik Kelas XI SMA N 1 Pundong Kabupaten Bantul Terhadap Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Tahun Ajaran 2015/2016 : Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Danny Kosasih. (2008). *Fundamental Basketball First Step to Win*. Semarang: CV. Elwas Offset.
- Devita, A. (2013). *Survei Tes Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Bermain Bolabasket (Passing, Dribbling, dan Shooting) Pada Tim Bolabasket Putra Kelompok Umur 18 Tahun Klub Sahabat Semarang Tahun 2012*. Tesis, Universitas Negeri Semarang.
- Edwards, T., Spiteri, T., Piggott, B., Bonhotal, J., Haff, G. G., & Joyce, C. (2018). *Monitoring and managing fatigue in basketball*. *Sports*, 6(1), 1–14. <https://doi.org/10.3390/sports6010019>
- Fatahilah, A. (2018). *Hubungan Kelincahan dengan Kemampuan Dribbling Pada Peserta didik Ekstrakurikuler Bola Basket*. *Gelandang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 1(2), 11–20. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v1i2.131>
- FIBA. (2017). *Official Basketball Rules 2017*. Mies: FIBA Central Board.
- Gusvadiana (2020). *Persepsi Peserta Didik Terhadap Pengembangan Karakter Peserta didik Di SMA Muhammadiyah Batusangkar . Skripsi S1*. Institut Agama Islam Negeri Batusangkar.
- Hanna, S.J. (2014). *Comparison of Some Kinematic Variables of Layup Basketball of Older and Young Players*. *The Swedish Journal of Scientific Research*. 7(1): 6-8. Jakarta: Depdikbud

- Karisman, V. A. (2020). Implementasi model pembelajaran terhadap peningkatan keterampilan bermain bola voli. *Physical Activity Journal (PAJU)*, 2(1), 80-89. <https://doi.org/10.3390/sports6010019>
- Khairuddin, K. (2017). Olahraga dalam Pandangan Islam. *Jurnal Olahraga Indragiri*, 1(1), 1–14.
- Kosasih, D. (2008). *Fundamental Basketball*. Bandung : Karmedia.
- Krause, J.V., Meyer, D. & Meyer, J. (2008). *Basketball Skills & Drills*. USA: Human Kinetics.
- Lanun., R. (2007). Persepsi Peserta didik SMA Muhamadiyah 1 Bantul Terhadap Ekstrakurikuler Bolavoli. Skripsi S1. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Ma'mun, A dan Saputra, Y.M. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*.
- Malik, Abdul, A & Rubiana, I. (2019). Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket: Studi Deskriptif Pada Mahapeserta didik. *Journal of S.P.O.R.T. Journal of S.P.O.R.T.*, 3(2), 79–84.
- Margono, A. (2010). *Permainan Bola Basket*. Surakarta: UNS Press.
- Ngatman, & Andriyani, F. D. (2017). *Tes dan Pengukuran Untuk Evaluasi Dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Yogyakarta: Fadilatama.
- Nasihudin, N., & Hariyadin, H. (2021). Pengembangan Keterampilan dalam Pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2(4),733–743.
- Oliver, J. (2009). *Dasar-dasar Bola Basket*. Human kinetic: United States of America.
- Oliver, G., & Harris, D. (2018). *Teaching Basketball: Concepts and Techniques*. Human Kinetics.
- Papalia, E. D., Old, S. W. & Feldman, R. D. (2008). *Human Development (Psikologi Perkembangan)* Edisi Kesembilan. Jakarta: Kencana Prenada Media Group Pendidikan
- Perbasi. (2004). *Peraturan Permainan Bolabasket*. Jakarta: Perbasi.
- Permendikbud. (2016). *Nomor 23 Tahun 2016 Tentang Standar Penilaian*

- Permendikbud. (2014). Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 57 Tahun 2014 Tentang Kurikulum 2013 Sekolah Dasar/Madrasah Ibtidaiyah
- Robbins, Stephen, P. dan Timothy, A. Judge. (2018). *Perilaku Organisasi*, Edisi Kedua belas, Salemba Empat, Jakarta.
- Saichudin, (2019). Buku Ajar Bola Basket. Malang: Wineka Media.
- Santoso, J. (2012). Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bolabasket Peserta Ekstrakurikuler Putra Sekolah Menengah Pertama Negeri Satu Kalasan. *Skripsi*. FIK UNY.
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung : Alfabeta, CV.
- Suherman, A. (2018). *Kurikulum Pembelajaran Penjas*. Sumedang: UPI Sumedang Press
- Wardanis, R., A & Pratama, H., G. (2020). Keterampilan Bermain Tim Putra Bola Basket SMP Negeri 2 Trenggalek Pada Event SMA Negeri 1 Durenan CUP 2019. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 5(1), 32–40.
- Wissel, H. (2004). *Basketball step to success 2nd edition. USA: Human Kinetics*.
- Wissel. H. (2000). Bolabasket (dilengkapi dengan program pemahiran teknik dan taktik). Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada Jakarta.
- Worthy, D.A. (2009). *Choking and Exelling at The Free Throw Line. The International Journal of Creativity & Problem Solving*. 19(1): 53-58.
- Yona, M. (2018). Pengaruh penempatan kerja, keahlian (*skill*) dan kepuasan kerja terhadap peningkatan kinerja karyawan pada PT. Osi Electronics Batam. *Jurnal Bening*, 5(1), 27-3

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Persetujuan Tugas Akhir



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAAGAN DAN KESEHATAN
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLARHAGA
Alamat : Jl. Colombo No. 1, Yogyakarta Telp. 513092, 586168 Psw. 1341

Nomor : 053/POR/VIII/2023
Lamp. : 1 bendel
Hal : Pembimbing Proposal TAS

31 Agustus 2023

Yth. Dr. Sridadi, M.Pd.
Departemen POR FIK Universitas Negeri Yogyakarta

Diberitahukan dengan hormat, bahwa dalam rangka membantu mahasiswa dalam menyusun TAS untuk persyaratan ujian TAS, dimohon kesediaan Bapak/Ibu untuk menjadi pembimbing penulisan TAS saudara :

Nama : Hafid Pramono
NIM : 20601244078
Judul Skripsi : PENGARUH LATIHAN LOMPAT KARDUS TERHADAP KEMAMPUAN
LAY-UP PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET DI SMAN 1
PURWAREJA KLAMPOK

Bersama ini pula kami lampirkan proposal penulisan TAS yang telah dibuat oleh mahasiswa yang bersangkutan, topik/judul tidaklah mutlak. Sekiranya kurang sesuai, mohon kiranya diadakan pembenahan sehingga tidak mengurangi makna dari masalah yang diajukan.

Atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu disampaikan terima kasih.

Ketua Departemen POR,


Dr. Hedi A. Hermawan, M.Or.
NIP. 19770218 200801 1 002

Lampiran 2. Surat Izin Penelitian

SURAT IZIN PENELITIAN

<https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-penelitian>



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN**

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : B/68/UN34.16/PT.01.04/2024

28 Maret 2024

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

**Yth . Kepala SMA NEGERI 1 PURWAREJA KLAMPOK
Jl. Raya Purwareja Klampok, Dusun Sidodadi, Purworejo, Kec. Purworejo Klampok, Banjarnegara,
Jawa Tengah 53474**

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

Nama : Hafid Pramono
NIM : 20601244078
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN BOLA BASKET PADA SISWA PUTRA KELAS 11 SMA NEGERI 1 PURWAREJA KLAMPOK
Waktu Penelitian : Selasa, 16 April 2024

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.



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

Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, S.Or., M.Or.
NIP 19830626 200812 1 002

Lampiran 3. Surat Keterangan Melakukan Penelitian dari Sekolah



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 PURWAREJA KLAMPOK
Jalan Raya Purwareja Klampok Banjarnegara Kade Pos 53474 Telp. 0286-479092
Faksimile 0286-479376 e-mail : sman1klampok@gmail.com, website : sman1klampok.sch.id

SURAT KETERANGAN

No. 070 /0534/ 2024

Yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : Linovia Karmelita, S.Sos
NIP : 19771113 200604 2 011
Pangkat/gol : Pembina, IV/a
Jabatan di Sekolah : Kepala Sekolah

Berdasar surat No. B/68/UN34.16/PT.01.04/2024 tentang permohonan izin penelitian, maka mahasiswa,

Nama : Hafid Pramono
NIM : 20601244078
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi – S1

Benar-benar telah melaksanakan kegiatan penelitian skripsi dengan judul “Tingkat Keterampilan Bermain Bola Basket pada Siswa Putra Kelas XI SMA Negeri 1 Purwareja Klampok”. Demikian surat keterangan dibuat dengan sebenarnya, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Purwareja Klampok, 16 April 2024

Kepala Sekolah



Linovia Karmelita, S.Sos

NIP 19771113 200604 2 011

Lampiran 4. Kartu Bimbingan Skripsi

KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Hafid Pramono
 NIM : 20601244078
 Program Studi : Pendidikan, Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
 Pembimbing : Dr. Srijadi, M.Pd.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda - Tangan
1	4/03 ²⁴	Pendahuluan	<i>[Signature]</i>
2	6/03 ²⁴	Bab 1	<i>[Signature]</i>
3	8/03 ²⁴	Bab 2	<i>[Signature]</i>
4	27/03 ²⁴	Bab 3	<i>[Signature]</i>
5	16/04 ²⁴	Mengambil data	<i>[Signature]</i>
6	30/04 ²⁴	Bab 4	<i>[Signature]</i>
7	20/05 ²⁴	Revisi Bab 4	<i>[Signature]</i>
8	29/05 ²⁴	Bab 5	<i>[Signature]</i>
9	3/06 ²⁴	Daftar Ujian	<i>[Signature]</i>

Ketua Departemen POR,

[Signature]

Dr. Ngatman, M.Pd.
 NIP. 19670605 199403 1 001



Lampiran 5. Formulir Tes Tingkat Keterampilan Bermain Bola Basket

NO	NAMA	MEMANTULKAN BOLA	MENGGIRING BOLA	MENEMBAK PERMENTIT
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				

Lampiran 6. Skala T Untuk Tes Kecakapan Bermain Bola Basket SMU Putra

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

52		14,6 – 14,7	13	52
51		14,8 – 14,9		51
50	17	15,0 – 15,1	12	50
49		15,2 – 15,3		49
48		15,4 – 15,5	11	48
47	16	15,6 – 15,7		47
46		15,8 – 15,9		46
45		16,0 – 16,1	10	45
44		16,2 – 16,3		44
43	15	16,4 – 16,5	9	43
42		16,6 – 16,7		42
41		16,8 – 16,9		41
40	14	17,0 – 17,1	8	40
39		17,2 – 17,3		39
38		17,4 – 17,5	7	38
37	13	17,6 – 17,7		37
36		17,8 – 17,9	6	36
35		18,0 – 18,1		35
34		18,2 – 18,3	5	34
33	12	18,4 – 18,5		33
32		18,6 – 18,7	4	32
31		18,8 – 18,9		31
30	11	19,0 – 19,1	3	30
29		19,2 – 19,3		29
28		19,4 – 19,5		28
27	10	19,6 – 19,7	2	27
26		19,8 – 19,9		26
25		20,0 – 20,1		25
24		20,2 – 20,3		24
23	9	20,4 – 20,5		23
22		20,6 – 20,7		22
21		20,8 – 20,9		21
20	8	21,0 – 21,01		20

Lampiran 7. Rekap data hasil tes keterampilan bola basket

No	Inisial	Memantulkan Bola		Dribble		Shooting		Total Tscore	Kategori
		Skor	Tscore	Skor (dtk)	Tscore	Skor	Tscore		
1	MAH	13	37	19,19	30	6	36	103	Kurang Sekali
2	ANF	12	33	18,07	35	8	40	108	Kurang
3	RSH	15	43	18,29	34	11	48	125	Kurang
4	MNSH	15	43	18,13	35	7	38	116	Kurang
5	FDS	14	40	18,61	32	10	45	117	Kurang
6	ANR	15	43	18,86	31	6	36	110	Kurang
7	TFHS	16	47	18,49	33	6	36	116	Kurang
8	RFA	13	37	17,15	40	8	40	117	Kurang
9	FRPP	14	40	17,48	38	9	43	121	Kurang
10	ANS	12	33	16,25	44	3	30	107	Kurang
11	HMR	15	43	17,95	36	9	43	122	Kurang
12	FH	12	33	17,81	36	2	27	96	Kurang Sekali
13	FNR	16	47	18,09	35	10	45	127	Kurang
14	CIG	13	37	16,01	45	8	40	122	Kurang
15	PGH	18	53	15,47	48	16	58	159	Sedang
16	RDAN	17	50	16,19	45	16	58	153	Sedang
17	MIH	13	37	19,02	30	8	40	107	Kurang
18	CRB	11	30	16,79	42	5	34	106	Kurang Sekali
19	AAW	14	40	18,17	35	9	43	118	Kurang
20	AH	12	33	15,23	49	7	38	120	Kurang
21	GRP	15	43	16,61	42	9	43	128	Kurang
22	JFH	13	37	16,11	45	5	34	116	Kurang
23	DS	14	40	15,81	46	4	32	118	Kurang
24	FRPP	15	43	17,63	37	8	40	120	Kurang
25	ER	12	33	16,28	44	10	45	122	Kurang
26	AFNA	18	53	14,79	52	17	60	165	Cukup
27	RS	14	40	15,74	47	10	45	132	Kurang
28	EVH	13	37	18,35	34	6	36	107	Kurang
29	ADNM	14	40	16,68	42	5	34	116	Kurang
30	ARS	16	47	18,82	31	9	43	121	Kurang
Jumlah			1212		1173		1230	3615	
Rata-rata			40,40		39,10		41,00	120,5	
SD			5,96		6,32		7,74	15,342	

Data memantulkan bola

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Memantulkanbola	30	30	53	40.40	5.969
Valid N (listwise)	30				

Frekuensi

Statistics

Memantulkanbola

N	Valid	30
	Missing	0

Memantulkan bola

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	30	1	3.3	3.3
	33	5	16.7	20.0
	37	6	20.0	40.0
	40	6	20.0	60.0
	43	6	20.0	80.0
	47	3	10.0	90.0
	50	1	3.3	93.3
	53	2	6.7	100.0
Total	30	100.0	100.0	

Data dribbling

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Dribbling	30	30	52	39.10	6.326
Valid N (listwise)	30				

Frekuensi

Statistics

Dribbling

N	Valid	30
	Missing	0

		Dribbling			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	30	2	6.7	6.7	6.7
	31	2	6.7	6.7	13.3
	32	1	3.3	3.3	16.7
	33	1	3.3	3.3	20.0
	34	2	6.7	6.7	26.7
	35	4	13.3	13.3	40.0
	36	2	6.7	6.7	46.7
	37	1	3.3	3.3	50.0
	38	1	3.3	3.3	53.3
	40	1	3.3	3.3	56.7
	42	3	10.0	10.0	66.7
	44	2	6.7	6.7	73.3
	45	3	10.0	10.0	83.3
	46	1	3.3	3.3	86.7
	47	1	3.3	3.3	90.0
	48	1	3.3	3.3	93.3
	49	1	3.3	3.3	96.7
	52	1	3.3	3.3	100.0
Total		30	100.0	100.0	

Data Shooting

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Shooting	30	27	60	41.00	7.746
Valid N (listwise)	30				

Frekuensi

Statistics

Shooting

N	Valid	30
	Missing	0

		Shooting				
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	27	1	3.3	3.3	3.3	
	30	1	3.3	3.3	6.7	
	32	1	3.3	3.3	10.0	
	34	3	10.0	10.0	20.0	
	36	4	13.3	13.3	33.3	
	38	2	6.7	6.7	40.0	
	40	5	16.7	16.7	56.7	
	43	5	16.7	16.7	73.3	
	45	4	13.3	13.3	86.7	
	48	1	3.3	3.3	90.0	
	58	2	6.7	6.7	96.7	
	60	1	3.3	3.3	100.0	
	Total		30	100.0	100.0	

Total score

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Totalscore	30	96	165	120.50	15.342
Valid N (listwise)	30				

Frekuensi

Statistics

Totalscore

N	Valid	30
	Missing	0

		Totalscore			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	96	1	3.3	3.3	3.3
	103	1	3.3	3.3	6.7
	106	1	3.3	3.3	10.0
	107	3	10.0	10.0	20.0
	108	1	3.3	3.3	23.3
	110	1	3.3	3.3	26.7
	116	4	13.3	13.3	40.0
	117	2	6.7	6.7	46.7
	118	2	6.7	6.7	53.3
	120	2	6.7	6.7	60.0
	121	2	6.7	6.7	66.7
	122	3	10.0	10.0	76.7
	125	1	3.3	3.3	80.0
	127	1	3.3	3.3	83.3
	128	1	3.3	3.3	86.7
	132	1	3.3	3.3	90.0
	153	1	3.3	3.3	93.3
	159	1	3.3	3.3	96.7
	165	1	3.3	3.3	100.0
	Total		30	100.0	100.0

Lampiran 8. Daftar hadir peserta

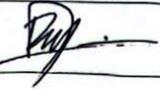
Daftar Hadir Peserta/Sampel Test

Sampel : Siswa putra kelas 11 SMA Negeri 1 Purwareja Klampok

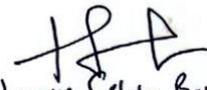
Tempat : Lapangan Basket SMA Negeri 1 Purwareja Klampok

Waktu : 16 April 2024

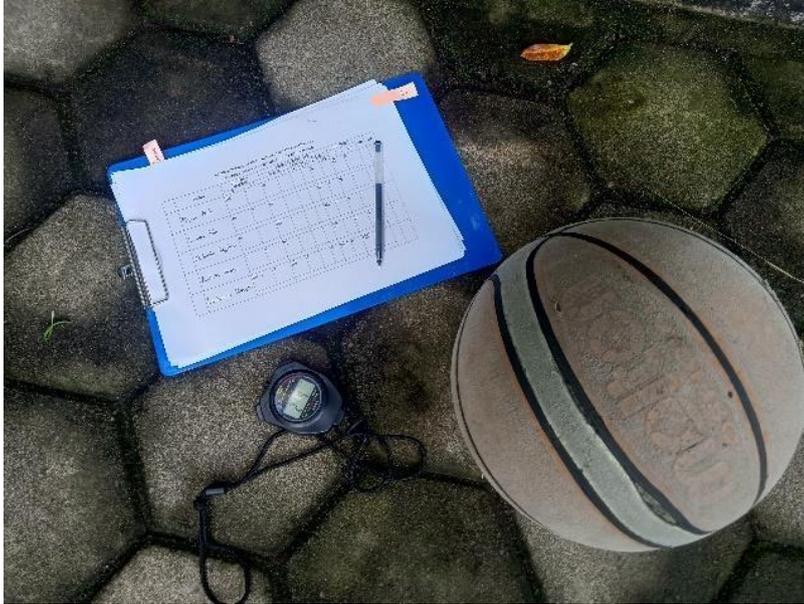
NO	NAMA	TANDA TANGAN
1.	Agastya	1 
2.	Fauzan	2 
3.	Amir	3 
4.	Aydi	4 
5.	Ram dari	5 
6.	Haris	6 
7.	Nadhif	7 
8.	Fadil	8 
9.	Febian	9 
10.	Faris	10 
11.	Aziz	11 
12.	IQBAL	12 
13.	Taufiq Fhizri	13 
14.	Putra G.H.	14 
15.	Raihan Fauzi A	15 

16.	Dio		16	
17.	Rangga	17		
18.	Hunafa		18	
19.	Rangga	19		
20.	Wati.		20	
21.	OBI	21		
22.	Evan	E	22	
23.	Afiq	23		
24.	Reval		24	
25.	Ganendra	25		
26.	Anugrah		26	
27.	Jihad	27		
28.	Edi		28	
29.	Damar	29		
30.	Fouzan		30	

Pembina/Perwakilan Guru Olahraga
SMA Negeri 1 Purwareja Klampok


Imam Setya Basuki, S.P.d.

Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian



Peralatan tes keterampilan bermain bola basket



Pengarahan tes kepada teste



Teste melakukan pemanasan sebelum tes dilakukan



Tes Memantulkan Bola



Tes Dribble



Tes Shooting