

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Efektivitas

Efektivitas menunjukkan taraf tercapainya suatu tujuan. Usaha dikatakan efektif apabila usaha itu mencapai tujuannya. Secara ideal taraf efektivitas dinyatakan dengan ukuran yang tidak pasti (Ensklopedi Umum, 1977: 217) dalam Arif Haryanto (2004: 8).

Kata efektifitas berasal dari kata efektif yang berarti ada akibatnya, ada pengaruh dan dapat membawa hasil. Menurut Sapto dan Nanang (2004: 345-346), efektifitas adalah kemampuan dalam mencapai tujuan yang diinginkan oleh sebab itu efektifitas dapat dilihat dari keluaran, hasil dan dampak. Efektifitas adalah keadaan yang berpengaruh (Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, 2002:284).

Menurut Ade Gunawan yang dikutip dari T. Hani Handoko (1998: 108) menyatakan bahwa ada beberapa kriteria dalam efektifitas, yaitu : (1) kegunaan, (2) ketepatan dan objektifitas, (3) ruang lingkup, (4) Efektifitas biaya, (5) akuntabilitas, (6) Ketepatan waktu.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa efektifitas adalah kemampuan untuk memilih tujuan yang tepat dalam mencapai tujuan serta mempunyai daya guna yang tinggi.

2. Hakikat Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA)

Menurut Sukintaka (1992: 45-46) dalam Rori lanun (2007: 19-20)

karakteristik anak SMA umur 16-18 tahun antara lain :

- a. Jasmani
 - 1. Kekuatan otot dan daya tahan otot berkembang baik.
 - 2. Senang pada ketrampilan yang baik, bahkan mengarah pada gerak akrobatik.
 - 3. Anak laki-laki keadaan jasmaninya sudah 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 sekali bila memutuskan masalah-masalah sebagai berikut : a) Pendidikan, b) pekerjaan, c) perkawinan, d) pariwisata dan politik, dan e) 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 sosial.
 - 5. Senang pada masalah kebebasan diri dan berpetualang.
 - 6. Sadar untuk berpenampilan dengan baik dan cara berpakaian rapi dan baik.
 - 7. Tidak senang dengan persyaratan-persyaratan yang ditentukan oleh kedua orang tua.
 - 8. Pandangan kelompoknya sangat menentukan sikap pribadinya.
- d. Perkembangan Motorik
 - Anak akan mencapai pertumbuhan dan perkembangan pada masa dewasanya, keadaan tubuhnya pun akan menjadi lebih kuat dan lebih baik, maka kemampuan motorik dan keadaan psikisnya juga telah siap menerima latihan-latihan peningkatan ketrampilan gerak menuju prestasi olahraga yang lebih. Untuk itu mereka telah siap dilatih secara intensif di luar jam pelajaran. Bentuk penyajian pembelajaran sebaiknya dalam bentuk latihan dan tugas.

Pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah terutama pada tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA) sangat terbatas. Seperti bagi siswa Kelas 1

hanya mempelajari dasar-dasar permainan dalam suatu cabang olahraga, Kelas 2 diarahkan pada pemahaman cara melakukan latihan-latihan suatu cabang olahraga dan untuk Kelas 3 diarahkan pada pemahaman terhadap pola dari strategi permainan (taktik dan strategi permainan suatu cabang olahraga). Untuk itu guna memperdalam pengetahuan siswa terhadap suatu cabang olahraga maka sekolah membuat kebijakan untuk mengadakan ekstrakurikuler, agar siswa dapat berprestasi dengan baik.

3. Hakikat Ekstrakurikuler

a. Pengertian Ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan untuk memenuhi penguasaan bahan kajian dan pelajaran dengan alokasi waktu yang diatur secara tersendiri berdasarkan pada kebutuhan. Kegiatan ekstrakurikuler dapat berupa kegiatan pengayaan dan kegiatan perbaikan yang berkaitan dengan program kurikuler atau kunjungan studi ke tempat-tempat tertentu yang berkaitan dengan esensi materi pelajaran tertentu (Depdiknas, 2003: 16).

Dalam kurikulum Sekolah Menengah Umum, menyebutkan kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan di luar jam pelajaran yang tercantum dalam susunan program sesuai dengan keadaan dan kebutuhan sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler berupa kegiatan pengayaan dan kegiatan perbaikan yang berkaitan dengan program kurikuler. Kegiatan-kegiatan untuk lebih memantapkan pembentukan kepribadian, seperti: Kepramukaan, UKS, Olahraga, Palang Merah,

Kesenian dan kegiatan lainnya yang diselenggarakan juga dengan menggunakan waktu diluar jam pelajaran yang tercantum dalam susunan program. Kegiatan-kegiatan tersebut diatas juga untuk lebih mengaitkan antara pengetahuan yang diperoleh dalam program kurikulum dengan keadaan kebutuhan lingkungan, Depdikbud (1993, 14).

b. Tujuan Ekstrakurikuler

Tujuan diadakannya kegiatan ekstrakurikuler di Sekolah Menengah Umum agar siswa dapat menambah keterampilan-keterampilan tertentu atau pengetahuan-pengetahuan lain di luar jam pelajaran sekolah. Dengan demikian kegiatan ekstrakurikuler akan sangat bermanfaat bagi siswa.

Tujuan kegiatan ekstrakurikuler menurut Depdikbud (1996: 3) yang dikutip oleh Murhadiyanto (2000: 7-8) sebagai berikut :

1. Siswa dapat memperdalam dan memperluas pengetahuan mengenal hubungan antar berbagai mata pelajaran, menyalurkan bakat, serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya dalam arti :
 - a. Beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa.
 - b. Berbudi pekerti yang luhur.
 - c. Memiliki pengetahuan dan keterampilan.
 - d. Sehat jasmani dan rohani.
 - e. Berkepribadian yang mantap dan mandiri.
 - f. Memiliki rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan bangsa
2. Untuk lebih memantapkan pendidikan dan kepribadian dan untuk lebih mengaitkan antara pengetahuan yang diperoleh dalam program kurikulum dengan keadaan dan kebutuhan lingkungan.

c. Manfaat Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga

Manfaat yang diperoleh dari kegiatan ekstrakurikuler olahraga sebagaimana yang diharapkan (Depdikbud, 1994: 21) dalam Agus Sasono Putro (2004: 16) adalah sebagai berikut : Melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga siswa memperoleh kesempatan melakukan aktivitas jasmani yang

lebih luas karena dilakukan diluar jam tatap muka. Hal yang mendukung dalam pencapaian pendidikan jasmani adalah penanaman sikap mental dalam hal disiplin, kemampuan bekerjasama dengan orang lain, kejujuran, sportivitas, menaati peraturan yang berlaku dan percaya diri terutama diterapkan pada saat latihan dan saat bermain olahraga. Sebagaimana pernyataan berikut bahwa :

Tujuan olahraga untuk membentuk manusia indonesia yang Pancasilais yang fisiknya kuat dan sehat serta berprestasi tinggi yang memiliki kemampuan mental dan kemampuan kerja yang kritis, kreatif dan sejahtera.

Jadi, olahraga adalah salah satu usaha untuk mendorong, membangkitkan, mengembangkan dan membina kekuatan jasmaniah dan rokhaniah pada tiap manusia (Engkos Kosasih, 1993: 9)

4. Ekstrakurikuler Bolabasket di SMA Negeri 2 Wates

Banyak cara untuk menyalurkan minat dan bakat para siswa, salah satunya dengan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Menurut Tri Ani Hastuti (2008: 64), ekstrakurikuler bolabasket adalah kegiatan yang diselenggarakan untuk menambah kemampuan dan meningkatkan prestasi siswa yang mempunyai bakat, minat dan kemampuan dalam olahraga bolabasket dan sebagai salah satu kegiatan positif bagi siswa untuk menghindari dari pengaruh-pengaruh lingkungan yang negatif seperti pergaulan bebas, seperti narkoba yang sedang marak akhir-akhir ini.

Ada berbagai macam kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan di SMA Negeri 2 Wates antara lain bolabasket, futsal, bolavoli, tenis meja, pramuka, KIR, bulutangkis, TONTI, drama teater, rohis dan karawitan. Ekstrakurikuler tersebut diadakan untuk menggali, mendukung serta menyalurkan minat dan bakat siswa baik dalam bidang olahraga maupun non olahraga. Dengan ikut sertanya siswa ke dalam kegiatan ekstrakurikuler khususnya dalam bidang olahraga, maka bakat, minat dan keterampilan siswa dapat tersalurkan serta dapat membantu meningkatkan pengetahuan sesuai dengan program pembelajaran yang diajarkan oleh guru disekolah.

Kegiatan ekstrakurikuler SMA N 2 wates yang diteliti adalah olahraga bolabasket yang dilaksanakan 2 kali dalam seminggu yaitu pada hari sabtu pukul 15.00 WIB dan minggu pukul 07.00 WIB di lapangan basket milik sekolah. Cabang olahraga bolabasket SMA N 2 Wates memiliki prestasi yang cukup baik. Teknik pembelajaran yang digunakan pelatih dalam melatih ekstrakurikuler bolabasket yaitu dengan beberapa menit latihan fisik seperti lari, latihan pertahanan atau menyerang yang kemudian dilanjutkan dengan bermain. Kegiatan ekstrakurikuler bolabasket di SMA N 2 Wates selalu ramai dan antusias, ini disebabkan karena keikutsertaan siswa berdasarkan minat, bakat dan hobi siswa tersebut. Serta seringnya tim basket SMA N 2 Wates melakukan serangkaian uji coba pertandingan dan mengikuti pertandingan baik dalam level kecamatan, kabupaten dan provinsi. Faktor ini berdampak positif pada saat latihan dimana siswa akan

datang sesuai dengan jadwal, senang dan menikmati latihan meskipun terkadang terasa berat dan melelahkan.

Peran kegiatan ekstrakurikuler bolabasket disamping dapat memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa yang berkaitan dengan mata pelajaran penjas juga dapat membantu dalam upaya pembinaan, pemantapan dan pembentukan nilai-nilai siswa dan juga dapat meningkatkan bakat, minat dan keterampilan serta prestasi siswa. Kegitan ekstrakurikuler memiliki fungsi ganda selain untuk melakukan pembinaan khusus bagi pelajar juga dapat dijadikan ajang untuk melakukan intraksi sosial antara siswa. Adanya interaksi sosial diharapkan dapat membentuk sikap kepribadian yang lebih baik.

5. Hakikat Bolabasket

a. Pengertian Bolabasket

Bolabasket merupakan olahraga permainan yang menggunakan bola besar dan dimainkan dengan menggunakan dua tangan. Bola boleh dioper (dilempar ke teman), boleh dipantulkan ke lantai baik ditempat atau sambil berjalan dan tujuannya adalah memasukan bola ke dalam ring basket lawan (Imam Sodikun, 1992 : 8).

Bolabasket termasuk jenis permainan yang kompleks yang berarti gerakannya terdiri dari gabungan unsur-unsur gerak yang terkoordinasi rapi sehingga dapat bermain dengan baik. Jika cara memegang bola saja salah, tentu ia tidak dapat menangkap bola dengan baik pula untuk dikuasai. Untuk dapat menerobos lawan dengan baik, ia harus dapat

menggiring bola dengan baik. Untuk dapat bekerjasama dengan baik, tentu ia harus menguasai teknik melempar, menangkap dan menggiring bola dengan baik. Dengan demikian agar seseorang atau regu dapat bermain dengan baik, maka mereka dituntut dapat melakukan setiap unsur gerakan yang benar (Imam Sodikun, 1992 : 47).

b. Tujuan Bermain Bolabasket

Tujuan setiap regu masing-masing ingin memasukan bola ke keranjang lawan sebanyak-banyaknya, sehingga proses penyerangan dan pertahanan selalu silih berganti (Imam Sodikun, 1992: 98). Permainan bolabasket merupakan olahraga yang kompleks karena membutuhkan unsur fisik, teknik, mental serta kematangan bertanding. Untuk mencapai mutu prestasi yang baik maka unsur tersebut hendaknya selalu dilatihkan dengan baik.

c. Dasar-Dasar Permainan Bolabasket

Gerakan yang efektif dan efisien dalam permainan bolabasket adalah merupakan suatu tujuan dalam penguasaan teknik dasar yang baik. Adapun beberapa teknik dasar yang perlu diketahui adalah sebagai berikut:

1. Teknik melempar dan menangkap.
2. Teknik menggiring bola
3. Teknik menembak bola
4. Teknik gerakan berporos
5. Teknik lay up shoot
6. Teknik merayah

Apabila teknik-teknik dasar tersebut telah dimiliki dengan baik oleh seorang pemain, maka ia dapat bermain dengan baik pula. Selanjutnya untuk meningkatkan prestasi, tinggal memperbanyak ulangan latihan yang cukup sehingga dapat menjadi gerakan yang otomatis. Peningkatan prestasi ini adalah tugas guru atau pelatih yang akan mengantarkan presasi yang maksimal (Imam Sodikun, 1992 : 48).

d. Hakikat Tembakan

Tembakan berasal dari kata tembak yang berarti hasil dari menembak. Tembakan adalah ketrampilan dari seorang pemain bolabasket dalam memasukkan bola ke ring untuk menghasilkan angka. “*Shooting* (menembak) adalah keahlian yang sangat penting di dalam olahraga bola basket. Teknik dasar seperti operan, *dribling*, bertahan dan *rebounding* mungkin mengantar anda memperoleh peluang besar membuat skor, tapi tetap saja anda harus mampu melakukan tembakan.” (Hal Wissel, 1996: 43).

e. Jenis Tembakan

Menembak merupakan suatu keahlian yang sangat penting dalam olahraga bolabasket, menembak adalah sasaran akhir setiap pemain dalam bermain. Maka keberhasilan suatu regu dalam permainan selalu ditentukan oleh ketepatan dalam menembak. Keberhasilan dalam menembak perlu dilakukan dengan teknik yang benar serta mekanika gerakan menembak karena berpengaruh terhadap baik buruknya suatu tembakan. Adapun beberapa jenis tembakan dalam permainan bolabasket, yaitu : 1) tembakan

dengan satu tangan dari dada atau *one handed shoot*, 2) tembakan dengan dua tangan dari atas kepala atau *two handed over head shoot*, 3) tembakan dengan satu tangan atau *one hand shoot*, 4) tembakan satu tangan dari atas kepala atau *one hand head shoot*, 5) tembakan melayang atau *lay up*, 6) tembakan loncat dengan satu tangan atau *jump shoot*, 7) tembakan loncat dengan dua tangan atau *jump shoot*, 8) tembakan kaitan atau *hook shoot*.

(Imam sodikun, 1992: 59)

f. *Jump Shoot*

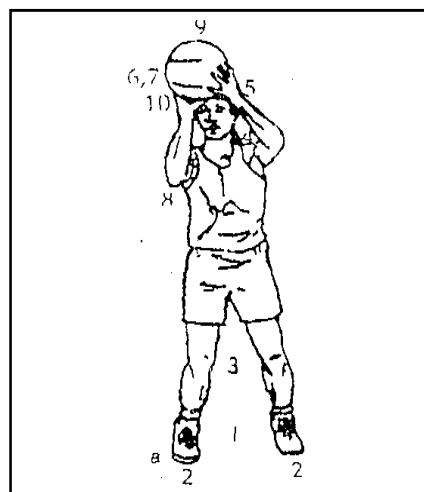
Pada dasarnya *jump shoot* sama dengan menembak satu tangan, hanya ada penyesuaian saat menembak, yaitu pada *jump shoot* ada usaha mengangkat bola lebih tinggi dan menembak setelah melompat, bukannya menembak bersamaan dengan melompat. “Dalam istilah bolabasket, *jumping* meliputi sikap melompat dan meloncat. Maksudnya ialah bila melompat adalah dengan gerakan jauh ke depan sedangkan meloncat ke arah gerakan yang tinggi” (Engkos Kosasih, 1985: 195). Dengan melompat dulu lalu menembak, maka tubuh bagian atas, lengan, pergelangan tangan dan jari jemari harus menyalurkan tenaga lebih besar (Hal Wissel, 1996: 54).

Teknik *jump shoot* merupakan teknik yang sulit untuk dipelajari gerakannya bagi para pemain pemula yang baru berlatih bolabasket. ”Tembakan loncatan sangat efektif untuk menyerang dalam permainan bola basket. Ini memerlukan koordinasi, keseimbangan dan ketepatan waktu untuk menggunakanya secara bagus” (Richard W. Harvey, 1983:

101). Teknik tersebut memerlukan koordinasi gerak kaki dan tangan yang baik dan membutuhkan latihan yang disiplin. Pada permainan bola basket apabila seorang pemain menguasai teknik *jump shoot* dengan baik pada posisi di segala tempat, maka dalam pertandingan pemain tersebut merupakan ancaman bagi lawan dalam mencetak angka pada setiap saat.

Jump shoot dilakukan pada saat lompatan berada pada titik tertinggi baru kemudian bola dilepaskan atau ditembakkan. Adapun teknik gerakan *jump shoot* menurut Wissel adalah :

1. Fase Persiapan :



Gambar 1. Fase Persiapan

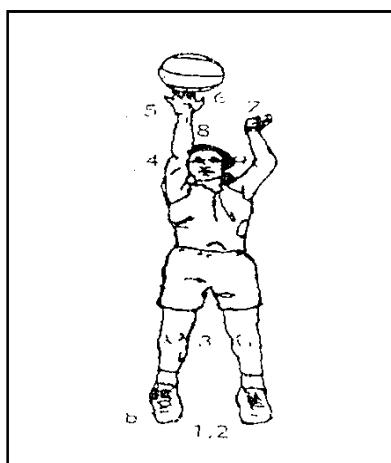
Sumber : Hal Wissel. (1996: 56)

Keterangan :

- a. Kaki, bahu terentang lebar
- b. Jari-jari kaki lurus
- c. Lutut lentur
- d. Bahu rileks
- e. Tangan yang tidak menembak dibawah bola

- f. Tangan yang menembak dibelakang bola
- g. Ibu jari rileks
- h. Siku masuk
- i. Bola pada posisi tinggi diantara telinga dan bahu
- j. Lihat target

2. Fase Pelaksanaan



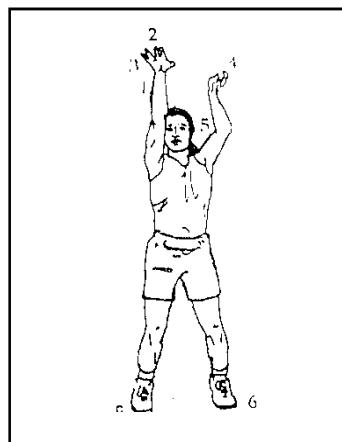
Gambar 2. Fase Pelaksanaan

Sumber : Hal Wissel. (1996: 56)

Keterangan :

- a. Lompat, lalu tembak
- b. Tinggi lompatan tergantung pada jarak tembakan
- c. Rentangkan kaki, punggung, bahu
- d. Rentangkan siku
- e. Lenturkan pinggang dan jari-jari ke depan
- f. Lepaskan jari telunjuk
- g. Laju penyeimbang pada bola sampai terlepas
- h. Irama yang sama

- i. Lihat target
3. Fase *Follow Through*



Gambar 3. Fase *Follow Through*

Sumber : Hal Wissel. (1996: 56)

Keterangan :

- a. Rentangkan lengan
- b. Jari telunjuk menunjuk pada target
- c. Telapak tangan ke bawah saat menembak
- d. Seimbangkan dengan telapak tangan ke atas
- e. Lihat target
- f. Mendarat dengan seimbang. (pada posisi yang sama saat lompatan)

Adapun jenis variasi dari *jump shoot* yaitu:

1. *Jump shoot* dengan satu tangan.
2. *Jump shoot* dengan dua tangan (Imam sodikun, 1992: 61)

g. Daerah dan Posisi Tembakan Bolabasket

Berdasarkan daerah dan posisi tembakan Meyer & Schwarz (1968: 43) dalam Andi Achmad (2009: 23) berpendapat sebagai berikut :

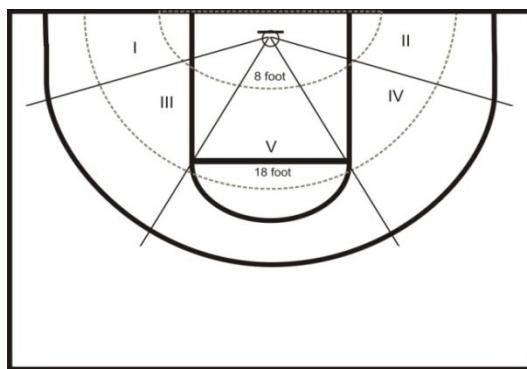
Semua tembakan akan lebih mudah menghasilkan nilai jika dipantulkan dari tepian ring atau dilemparkan langsung ke ring. Tembakan dari samping ditujukan untuk bagian tengah dari ring dan memasukannya ke dalam keranjang. Tembakan dari tepian ring diarahkan di sekitar ring dan diharapkan untuk dapat jatuh melalui ring tanpa menyentuh bagian papan pantulnya.

Perbedaan kemampuan dalam setiap individu akan selalu tampak, dalam melakukan tembakan langsung atau tembakan pantul. Secara umum, tembakan akan masuk tergantung dari sudut dan jarak dari ring. Gambar 4. menampilkan arahan yang benar mengenai tembakan.

Sudut I dan II dalam Gambar 4. adalah kira-kira 22.5° . Secara keseluruhan atau kira-kira 45° jarak 8 kaki dalam jarak pendek.

Jarak dari garis lemparan bebas adalah dari tengah dan lebih dari itu, jarak jauh (Meyer&Schwarz, 1968: 43)

Berikut gambar daerah dan posisi tembakan menurut Meyer & Schwarz:



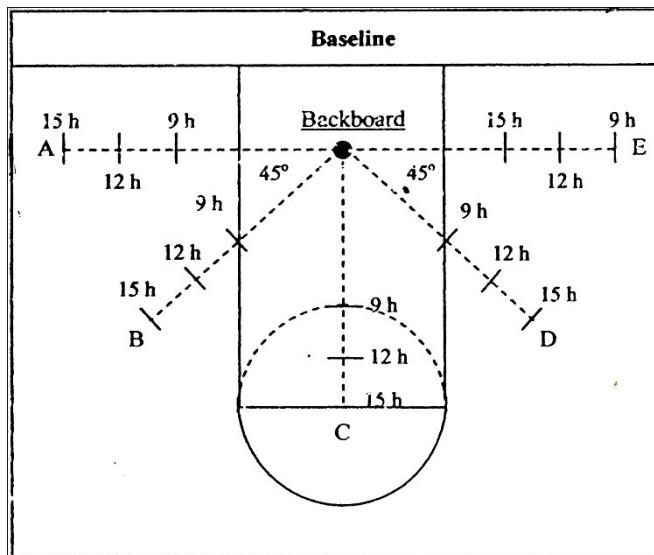
Gambar 4. Daerah tembakan dari tepi dan tembakan langsung

(Sumber : Meyer&Schwarz, 1968: 43) dalam Andi Achmad (2009: 24)

1. 48% dari semua tembakan yang berhasil adalah tembakan pada jarak pendek, 43% dari daerah tengah, dan hanya 8% dari jarak jauh.

2. daerah yang dekat dengan sudut III & IV menghasilkan persentase terbesar dari tembakan yang berhasil.
3. semua daerah pada sudut III, IV& V menghasilkan tembakan lebih akurat dibanding daerah manapun pada sudut I & II. Ditunjukkan pada penyerangan yang lemah dilihat dari dekat garis pinggir kecuali spesialis penembak.
4. Akurasi tembakan mempunyai persentase paling tinggi berdasarkan daerah yang pendek pada sudut III & IV. Tembakan tepi mempunyai presentase yang lebih akurat jika dilakukan dari jarak dekat dengan sudut I & II.
5. Secara umum, tembakan jarak jauh lebih baik digunakan sebagai tembakan langsung. Tembakan harus diarahkan di lengkungan ring

Adapun klasifikasi jarak sebagai awalan untuk menembak yaitu :



Gambar 5. Posisi (jarak) tembakan terhadap ring

(sumber : Safrit, 1986: 200) yang dikutip oleh Budi Aryanto (1996: 10)

1. Posisi *9 feet*

Posisi ini merupakan jarak untuk melatih tembakan bagi siswa kelas 5, 6 Sekolah Dasar (SD) umur 10-11 tahun. Posisi jarak *shooting* diukur dari ring basket.

2. Posisi *12 feet*

Posisi ini merupakan jarak untuk melatih tembakan atau *shooting* bagi siswa kelas 1, 2, dan 3 Sekolah Menengah Pertama (SMP) umur 12-15 tahun. Posisi jarak *shooting* diukur dari ring basket.

3. Posisi *15 feet* (4,572 meter)

Posisi ini merupakan jarak untuk melatih tembakan atau *shooting* bagi siswa kelas 1, 2, dan 3 Sekolah Menengah Akhir (SMA) dan perguruan tinggi umur 16 tahun ke atas. Posisi jarak *shooting* diukur dari ring basket (sumber : Safrit, 1986: 200) yang dikutip oleh Budi Aryanto (1996: 10).

Dalam penelitian ini, tes melakukan *jump shoot* posisi 0^0 dari sisi kanan dan kiri ring basket pada jarak 4,572 meter karena sampel yang digunakan yaitu siswa putra ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 2 Wates.

B. Penelitian yang Relevan

Kajian penelitian yang relevan tentang penelitian ini, dapat disajikan sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Ria Harfianti (2011) dengan judul “Efektivitas Ketepatan *Smash* dengan Sasaran *Right Court* dan *Left Court* pada Klub Bulutangkis di Kabupaten Sleman”. Hasil penelitian

menunjukkan bahwa nilai rata-rata kecepatan *smash* dengan sasaran *right court* sebesar 33,30, nilai rata-rata ketepatan *smash* dengan sasaran *left court* sebesar 32,1. Berdasarkan hasil uji t diperoleh bahwa nilai t hitung sebesar 0,658 dengan signifikansi 0,515, nilai t tabel dengan db=38 pada taraf signifikansi 5% adalah 1,686 sehingga nilai t hitung $<$ t tabel ($0,658 < 1,686$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara ketepatan *smash* dengan sasaran *right court* dan *left court*.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Zaldy Ferdiansyah Putra (2011) dengan judul ‘Perbedaan Ketepatan Tendangan Penalti menggunakan Kaki Bagian dalam dan Punggung Kaki pada Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta’ . Hasil penelitian menunjukkan bahwa t hitung $>$ t tabel ($8,788 > 2,021$) dan $p < 0,05$ ($0,000 < 0,05$) hal ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara ketepatan tutup tendangan pinalti menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki pada siswa SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta yng mengikuti ekstrakurikuler sepakbola. Besarnya rerata ketepatan tendangan pinalti menggunakan kaki bagian dalam sebesar 18,275 sedangkan rerata ketepatan tendangan pinalti menggunakan punggung kaki sebesar 16,625. Ketepatan tendangan pinalti menggunakan kaki bagian dalam lebih baik dibandingkan menggunakan punggung kaki.

C. Kerangka Berpikir

Siswa sebagai objek dan subjek pendidikan mempunyai peranan yang sangat penting dalam mencapai tujuan pendidikan nasional. Kesesuaian

berpikir, belajar, bersikap dan bertingkah laku siswa dengan segenap komponen sekolah seperti guru, karyawan, teman, pelajar, peraturan, kegiatan dan fasilitas sangat diperlukan.

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan salah satu kegiatan di luar jam pelajaran sekolah yang dilakukan guna untuk menyalurkan bakat dan kemampuan siswa. Diharapkan dengan adanya kegiatan ekstrakurikuler ini siswa dapat menyalurkan bakat dan kemampuannya di sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler ini sangat umum dilaksanakan dan hampir semua sekolah melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler tersebut. Kegiatan ekstrakurikuler bolabasket merupakan kegiatan ekstrakurikuler yang banyak peminatnya, karena cabang olahraga tersebut merupakan permainan beregu yang dalam pelaksanaannya lebih banyak bermainnya.

Permainan bolabasket merupakan cabang olahraga beregu yang dalam pelaksanaannya membutuhkan penerapan taktik dan strategi yang tepat. Taktik dan strategi yang tepat merupakan kunci sukses seseorang untuk mencapai sebuah prestasi. Prestasi yang dicapai bukan hanya prestasi dalam cabang olahraga tersebut, tetapi juga prestasi belajar di bidang studi penjasorkes.

Jump shoot merupakan salah satu dari teknik menembak dalam permainan bolabasket. *Jump shoot* adalah merupakan jenis tembakan yang sering dilakukan di dalam area pertahanan lawan. Tembakan ini sangat efektif dilakukan karena dalam pelaksanaannya kita diharuskan mengangkat bola lebih tinggi dan menembak setelah melompat akan lebih mendekatkan jarak bola dengan keranjang (basket) dan sulit untuk dihalangi oleh lawan. Tembakan

jump shoot dalam bermain bolabasket dapat dilakukan dari berbagai sisi atau sudut. Dalam permainan bolabasket siswa sering melakukan *jump shoot* tetapi pada posisi 0^0 siswa jarang memasukan bola ke dalam ring.

Berdasarkan uraian diatas penulis memandang perlu adanya penelitian efektivitas *jump shoot* posisi 0^0 dari sisi kanan dan sisi kiri ring basket pada jarak 4,572 meter pada siswa putra anggota ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 2 Wates.

D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan Kerangka Berfikir mengenai keefektifan *jump shoot* posisi 0^0 dari sisi kanan dan kiri ring basket pada jarak 4,572 meter pada siswa putra anggota ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 2 Wates maka dapat diajukan hipotesis alternatif sebagai berikut :

1. Terdapat keefektifan yang signifikan antara *jump shoot* posisi 0^0 sisi kanan dan sisi kiri ring basket pada jarak 4,572 meter pada siswa putra anggota ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 2 Wates.
2. *Jump shoot* posisi 0^0 dari sisi kanan ring basket lebih efektif dibandingkan *jump shoot* posisi 0^0 dari sisi kiri ring basket.