

**PERBANDINGAN KETERAMPILAN DASAR BERMAIN BOLA BASKET  
ANTARA SISWA PUTRA PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET  
SMA NEGERI 1 BAYAT DENGAN SMA NEGERI 1 CAWAS**



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I pada Jurusan  
Program Studi Pendidikan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan**

**Oleh:**

**NUGROHO DWI SUYANTO**

**A810170074**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2021**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**PERBANDINGAN KETERAMPILAN DASAR BERMAIN BOLA BASKET  
ANTARA SISWA PUTRA PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET  
SMA NEGERI 1 BAYAT DENGAN SMA NEGERI 1 CAWAS**

**PUBLIKASI ILMIAH**

Oleh:

**NUGROHI DWI SUYANTO**

**A810170074**

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh:

Dosen

Pembimbing



**Agam Akhmad Syaukani, S. Si., M. Ed.**

**NIDN. 0606089101**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**PERBANDINGAN KETERAMPILAN DASAR BERMAIN  
BOLA BASKET ANTARA SISWA PUTRA PESERTA  
EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET SMA NEGERI 1  
BAYAT DENGAN SMA NEGERI 1 CAWAS**

**OLEH**

**NUGROHO DWI SUYANTO**

**A810170074**

**Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Pada hari Senin, 30 Agustus 2021  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat**

**Dewan Penguji:**

- 1. Agam Akhmad Syaukani S. Si., M. Ed.  
(Ketua Dewan Penguji)**
- 2. Ardhan Tomy Kurniawan, S. Pd., M.Or.  
(Anggota I Dewan Penguji)**
- 3. Nurhidayat, S. Pd., M. Or.  
(Anggota II Dewan Penguji)**



Dekan,



## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam publikasi ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 30 Agustus 2021

Penulis



**NUGROHO DWI SUYANTO**

**A810170074**

# PERBANDINGAN KETERAMPILAN BERMAIN BOLA BASKET SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET SMA NEGERI 1 BAYAT DAN SMA NEGERI 1 CAWAS

## Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk membandingkan keterampilan dasar bermain bola basket siswa ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Bayat dengan SMA Negeri 1 Cawas. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif komparatif dengan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini merupakan siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Bayat dan SMA Negeri 1 Cawas. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Bayat dan SMA Negeri 1 Cawas dengan jumlah 22 siswa. Teknik pengambilan data pada penelitian ini adalah survei dengan instrumen tes menggunakan Tes Kecakapan Bermain Bola Basket dari Sekolah Tinggi Olahraga (STO) Yogyakarta. Data yang terkumpul kemudian dianalisis dengan menggunakan Uji Independen T Test yang bertujuan untuk membandingkan data antara kelompok satu dengan kelompok dua. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa berdasarkan nilai *mean* dari hasil analisis data dapat dilihat bahwa terdapat perbedaan antara nilai rata-rata keterampilan bermain bola basket SMA Negeri 1 Cawas dengan SMA Negeri 1 Bayat dengan selisih nilai rata-rata dari kedua kelompok sebesar -21,36 untuk keterampilan *passing*, -9,09 untuk keterampilan *dribbling*, -19,18 untuk keterampilan *shooting*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa keterampilan bermain bola basket siswa ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Cawas lebih baik dari SMA Negeri 1 Bayat.

**Kata kunci:** Bola Basket, ekstrakurikuler keterampilan, perbandingan

## Abstract

The purpose of this study was to compare the basic skills of playing basketball for extracurricular basketball students of SMA Negeri 1 Bayat with SMA Negeri 1 Cawas. This research is a comparative descriptive research with a quantitative approach. The population in this study were male students participating in basketball extracurricular at SMA Negeri 1 Bayat and SMA Negeri 1 Cawas. The sample used in this study were all male students participating in basketball extracurricular at SMA Negeri 1 Bayat and SMA Negeri 1 Cawas with a total of 22 students. The data collection technique in this study was a survey with a test instrument using the Basketball Playing Proficiency Test from the Sports College (STO) Yogyakarta. The collected data was then analyzed using the Independent T Test, which aims to compare the data between group one and group two. The results of this study indicate that based on the mean value of the results of data analysis, it can be seen that there is a difference between the average value of basketball playing skills at SMA Negeri 1 Cawas and SMA Negeri 1 Bayat with the difference in the average value of the two groups of -21.36 for passing skills, -9.09 for dribbling skills, -19.18 for shooting skills. So it can be concluded that the basketball extracurricular skills of SMA Negeri 1 Cawas students are better than SMA Negeri 1 Bayat.

**Keywords:** Basketball, extracurricular skills, comparison

## 1.PENDAHULUAN

Ekstrakurikuler dibentuk bertujuan untuk menyalurkan minat dan bakat dari peserta didik dan dapat mencapai prestasi dari setiap cabang ekstrakurikuler yang ada di sekolah. Salah satu tujuan dibentuknya ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Bayat dan SMA Negeri 1 Cawas tentu untuk mendapat prestasi olahraga dalam bidang olahraga bola basket. Prestasi atau hasil yang diraih dalam suatu kejuaraan atau pertandingan bola basket dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti teknik bermain, kondisi fisik, strategi permainan dan masih banyak lagi. Teknik bermain yaitu keterampilan dasar bermain bola basket dari masing-masing pemain. Teknik bermain dan kondisi fisik merupakan komponen yang menunjang agar permainan bola basket dapat berjalan dengan efektif dan maksimal. Permainan bola basket adalah salah satu permainan yang mudah dipelajari dan dikuasai serta merupakan permainan yang sederhana (Handoko et al., 2016). Permainan bola basket dimainkan 2 regu yang terdiri 5 orang untuk setiap regunnya. Tujuan utama permainan basket adalah memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke dalam keranjang lawan tetapi juga berusaha menghalangi lawan untuk memasukkan bola ke keranjang sendiri.

Pemain basket harus kuat, cepat, dan gesit untuk melakukan gerakan menembak, atau mengoper bola secara efektif. Pemain basket juga harus bisa mempercepat dan mengurangi kecepatan dengan cepat dan dengan kontrol yang baik ketika untuk melakukan menggiring bola, menembak, atau mengumpan bola (Canlı, 2019). Keterampilan dasar bermain bola basket merupakan hal yang perlu mendapat perhatian lebih apabila suatu tim ingin mendapat hasil yang maksimal (Himawan Effendi, 2020). Permainan basket merupakan permainan yang memiliki intensitas tinggi, yang mengharuskan pemain menghadirkan kelincahan dan tingkat kekuatan tinggi untuk mewujudkan keberhasilan selama kompetisi (Fernández-Leo et al., 2020). Permainan bolabasket dapat berlangsung dengan intensitas yang tinggi, oleh sebab itu pemain dituntut memiliki ketahanan kondisi fisik untuk menunjang permainan selama jalannya pertandingan (Syaukani et al., 2020). Kondisi fisik berperan penting terhadap keberhasilan meraih kemenangan dalam suatu pertandingan. Maka dari itu, kondisi fisik harus dipersiapkan dan dilatih secara konsisten dan stabil (Jariono & Subekti, 2020).

Selain kondisi fisik, keterampilan dasar bermain bola basket yang dimiliki masing-masing pemain juga memiliki dampak yang cukup signifikan dalam jalannya suatu pertandingan (Wanena, 2018). Setiap pemain dituntut untuk menguasai teknik dasar bermain bola basket antara lain *passing*, *dribbling*, dan *shooting* (M. F. Akbar et al., 2019). Menurut Wissel dalam (Prabowo, 2017: 12) pemain basket melakukan *passing* memiliki tujuan tertentu, yaitu memindahkan bola dengan cepat pada saat serangan balik cepat, memberikan bola ke rekan satu tim yang bebas untuk mencetak

angka, dan membangun permainan yang menyerang. *Shooting* merupakan usaha dari pemain basket untuk memasukkan bola ke dalam keranjang (Bahtiar, 2016). Dengan tidak mengaspingskan teknik yang lain, teknik *shooting* dalam permainan bola basket merupakan teknik yang penting sebagai upaya untuk mencetak angka (Saichudin & Munawar, 2019). Menurut Danny Kosasih dalam Danu Prabowo (2017: 24) menggiring bola atau *dribbling* dapat dilakukan dengan menggunakan kekuatan pergelangan tangan, telapak dan jari-jari tangan dan kekuatan siku serta sedikit bantuan dari kekuatan bahu. Dengan tidak melupakan faktor kondisi fisik, faktor teknik dan strategi juga memiliki peranan penting terhadap jalannya suatu pertandingan bola basket. Faktor teknik dan strategi harus seimbang agar suatu tim dapat meraih kemenangan dalam pertandingan (Hidayatullah, 2020).

SMA Negeri 1 Bayat dan SMA Negeri 1 Cawas keduanya memiliki ekstrakurikuler bola basket, akan tetapi prestasi yang diraih oleh tim bola basket dari kedua SMA tersebut berbeda. SMA Negeri 1 Cawas lebih unggul dalam hal permainan atau prestasi daripada SMA Negeri 1 Bayat. ada beberapa faktor yang berpengaruh tentang ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Bayat kurang maksimal. faktor teknik merupakan salah satu faktor yang berpengaruh dalam olahraga bola basket. Faktor teknik diartikan dengan keterampilan dasar bermain bola basket yang dimiliki oleh masing-masing pemain. Dari kesenjangan antara SMA Negeri 1 Cawas dengan SMA Negeri 1 Bayat dalam hal prestasi ekstrakurikuler bola basket, maka peneliti mencoba melakukan penelitian. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mencari kebenaran tentang perbedaan keterampilan bermain bola basket antara siswa ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Bayat dengan SMA Negeri 1 Cawas.

## **2.METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan merupakan jenis penelitian deskriptif komparatif. Penelitian deskriptif komparatif yaitu penelitian membandingkan variabel penelitian dengan dua sampel atau lebih yang terdapat dalam penelitian (Sugiyono, 2019). Populasi penelitian merupakan seluruh siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket dari SMA Negeri 1 Bayat dan SMA Negeri 1 Cawas yang menjadi. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 22 siswa, dimana 11 siswa berasal dari siswa putra ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Bayat dan 11 siswa berasal dari siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Cawas. Teknik *sampling* dalam penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel Jenuh. Seluruh populasi dalam penelitian merupakan sampel penelitian sehingga dapat juga disebut penelitian populasi. Apabila jumlah populasi yang akan diteliti tidak lebih dari 30 orang, maka teknik *sampling* yang digunakan adalah *sampling jenuh* (Riduwan, 2019).

Metode di dalam penelitian ini merupakan metode penelitian survei dan untuk mendapatkan data yang nyata maka perlu dilakukannya tes dan pengukuran. Pengambilan data menggunakan tes kecakapan bermain permainan bolabasket dari STO (Sekolah Tinggi Olahraga) Yogyakarta. Instrumen tes tersebut mempunyai validitas tes sebesar 0,804 dengan realibilitas tes sebesar 0,893 (Ngatman & Andriyanti, 2017). Tes kecakapan bermain ermainan bola basket dari STO terdiri dari tes melakukan keterampilan dasar bermain bola basket. Keterampilan dasar bermain bola basket yang dimaksud antara lain tes keterampilan *passing* dengan memantulkan bola ke tembok selama 15 detik, keterampilan *dribbling* dengan menggiring bola secara *zig-zag* melewati objek atau *cone* yang telah ditentukan, keterampilan *shooting* dengan memasukan bola ke *ring* basket sebanyak-banyaknya selama 60 detik.

Dalam menganalisis data yang dipperoleh, peneliti menggunakan uji banding dengan statistik Uji Independen T-test. Metode Uji Independen T-test dapat digunakan untuk menguji hipotesis komparatif dengan dua sampel yang tidak mempunyai hubungan antara satu sama lain atau bisa dikatakan independen (Anwar, 2013). Uji normalitas dan Uji homogenitas perlu dilakukan terhadap data yang terkumpul sebagai uji prasyarat terhadap data yang terkumpul. Uji prasyarat dilakukan bertujuan untuk menguji kelayakan data yang terkumpul sebelum dilanjutkan untuk dibandingkan dengan Uji Independen T-test.

### **3.HASIL DAN PEMBAHASAN**

Data penelitian didapat berdasarkan tes dan pengukuran yang dilakukan terhadap siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Bayat dan SMA Negeri 1 Cawas. Tes dan pengukuran yang dimaksud meliputi tes keterampilan *passing*, *dribbling*, dan *shooting*. Data yang terkumpul masih berupa data *raw score* yang selanjutnya dikonversikan dengan skala *T-score*, sehingga data yang akan diolah dalam analisis data merupakan data yang telah dikonveriskan berdasarkan skala *T-score* Tes Kecakapan Bermain Basket. Adapun deskriptif data hasil penelitian yang telah diubah dalam bentuk *T-score* pada siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Bayat dapat dilihat dalam tabel di bawah ini:



Tabel 1. Deskriptif data keterampilan dasar bermain basket siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Bayat

| Hasil           | Item Tes |           |          |
|-----------------|----------|-----------|----------|
|                 | Passing  | Dribbling | Shooting |
| Sampel (n)      | 11       | 11        | 11       |
| Nilai Terendah  | 23       | 53        | 38       |
| Nilai Tertinggi | 50       | 66        | 72       |
| Rata-Rata       | 33,18    | 60,64     | 48,82    |
| Standar Deviasi | 7,574    | 3,414     | 9,141    |
| Jumlah (sum)    | 365      | 667       | 537      |

Berikut dibawah ini tabel deskriptif data hasil penelitian yang telah diubah dalam bentuk *T-score* pada siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Cawas.

Tabel 2. Deskriptif data keterampilan dasar bermain basket siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Cawas

| Hasil           | Item Tes |           |          |
|-----------------|----------|-----------|----------|
|                 | Passing  | Dribbling | Shooting |
| Sampel (n)      | 11       | 11        | 11       |
| Nilai Terendah  | 47       | 64        | 62       |
| Nilai Tertinggi | 63       | 76        | 72       |
| Rata-Rata       | 54,55    | 69,73     | 68       |
| Standar Deviasi | 5,165    | 4,407     | 2,967    |
| Jumlah (sum)    | 600      | 767       | 748      |

Dari Tabel 1 dan 2 di atas maka dapat dilihat nilai rata-rata *T-score* pada ketiga item tes keterampilan bermain basket dari masing-masing kelompok. Nilai tersebut yang nantinya akan dijumlahkan di masing-masing kelompok, baik dari SMA Negeri 1 Bayat dan SMA Negeri 1 Cawas. Setelah nilai rata-rata *T-score* tersebut dijumlahkan, maka selanjutnya mengkategorikan jumlah nilai tersebut dengan Norma Tes Kecakapan Bermain Basket.

Tabel 3. Hasil T-score Tingkat Keterampilan Bermain Basket

| Keterangan     | SMA Negeri 1 Bayat | SMA Negeri 1 Cawas |
|----------------|--------------------|--------------------|
| Jumlah T-score | 142,64             | 172,28             |
| Kategori       | Sedang             | Cukup              |

Berdasarkan Tabel 3 di atas, dapat dilihat untuk kelompok siswa ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Bayat memiliki jumlah *T-score* keterampilan dasar bermain basket sebesar 142,64, yang selanjutnya dikategorikan berdasarkan dengan norma tes kecakapan bermain basket dari STO maka dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan bermain bola basket siswa ekstrakuruler bola

basket SMA Negeri 1 Bayat termasuk dalam kategori “Sedang”. Sedangkan untuk kelompok siswa dari SMA Negeri 1 Cawas memiliki jumlah *T-score* keterampilan dasar bermain basket sebesar 172,28 yang selanjutnya dikategorikan berdasarkan dengan norma tes sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan bermain bola basket siswa ekstrakuruler bola basket SMA Negeri 1 Cawas termasuk dalam kategori “Cukup”.

Data yang telah terkumpul dari kedua SMA di atas harus melalui dua uji prasyarat sebelum data tersebut dianalisis dengan uji perbandingan. Uji prasyarat yang pertama adalah uji normalitas dengan metode *Lilliefors Kolmogorov-Smirnov*. Untuk mengetahui data-data berdistribusi normal maka dilakukan Uji normalitas. Berdasarkan perhitungan uji normalitas maka dapat didapat kesimpulan pada item tes keterampilan *passing* di SMA Negeri 1 Bayat nilai signifikansinya sebesar  $p = 0,200$  lebih besar dari taraf signifikansi  $\alpha 0,05$  ( $0,200 > 0,05$ ) artinya data tersebut berdistribusi normal. Begitu juga dengan data tes keterampilan *passing* yang dimiliki SMA Negeri 1 Cawas yang juga memiliki nilai signifikansi  $p = 0,200$  lebih besar dari taraf signifikansi  $\alpha 0,05$  ( $0,200 > 0,05$ ) yang berarti juga berdistribusi normal. Pada item tes keterampilan *dribbling* nilai signifikansi SMA Negeri 1 Bayat adalah  $p = 0,126 > 0,05$  yang berarti data tersebut berdistribusi normal. Hal yang sama juga berlaku pada item tes keterampilan *dribbling* di SMA Negeri 1 Cawas yang memiliki nilai signifikansi  $p = 0,200 > 0,05$  atau dalam kata lain data tersebut berdistribusi normal. Tidak jauh berbeda dengan data item tes keterampilan *shooting* pada SMA Negeri 1 Bayat memiliki nilai signifikansi  $p = 0,200$  lebih besar dari taraf signifikansi  $\alpha 0,05$  ( $0,200 > 0,05$ ), serta SMA Negeri 1 Cawas memiliki nilai signifikansi  $p = 0,117$  ( $0,117 > 0,05$ ) maka dapat disimpulkan data item tes keterampilan *shooting* dari kedua SMA tersebut berdistribusi normal.

Uji prasyarat yang kedua adalah uji homogenitas yang bertujuan untuk menguji varian data dalam penelitian yang terkumpul. Uji homogenitas dilakukan dengan maksud untuk meyakinkan pembaca bahwa data yang akan dianalisis memiliki keragaman yang tidak terlalu berbeda jauh atau bisa dikatakan homogen (Matondang, 2009). Dari perhitungan uji homogenitas dapat didapat nilai signifikansi pada bagian item tes keterampilan *passing* memiliki nilai signifikansi sebesar  $p = 0,442$  lebih besar dari taraf signifikansi  $\alpha 0,05$  ( $0,442 > 0,05$ ), untuk item tes keterampilan *dribbling* memiliki nilai signifikansi sebesar  $p = 0,170$  ( $0,170 > 0,05$ ), dan untuk item tes keterampilan *shooting* memiliki nilai signifikansi sebesar  $p = 0,072$  ( $0,072 > 0,05$ ). Dari ketiga nilai signifikansi tersebut, ketiganya bernilai lebih besar dari taraf signifikansi  $\alpha 0,05$ . Sehingga dapat disimpulkan bahwa data yang terkumpul baik dari SMA Negeri 1 Bayat dan SMA Negeri 1 Cawas semuanya memiliki varian yang sama atau bersifat homogen.

Setelah data yang terkumpul telah melewati uji prasyarat dengan uji normalitas dan uji homogenitas, maka selanjutnya data bisa dibandingkan atau dikomparasikan antara data SMA Negeri 1 Bayat dengan SMA Negeri 1 Cawas. Dari data yang diperoleh kemudian dianalisis dengan Uji Independen T Test maka didapatkan  $t_{hitung}$  dari semua item tes keterampilan bermain bola basket yang selanjutnya dibandingkan dengan  $t_{tabel}$  untuk  $df\ n - 2 = 20$  dengan signifikansi 0,025. Menurut Sugiyono, (2015: 181) menyatakan bahwa apabila  $t_{hitung}$  lebih besar dari  $t_{tabel}$  maka  $H_0$  ditolak, hal ini berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara data kelompok pertama dengan kelompok kedua.

Tabel 4. Hasil T hitung dari Data Penelitian

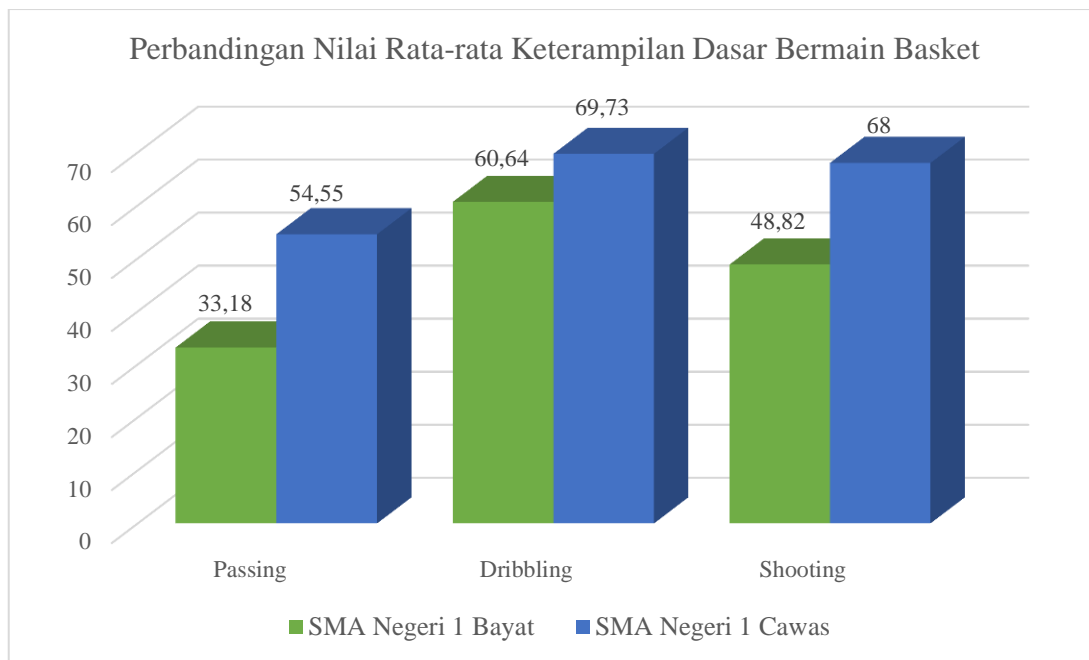
| Item Tes         | T hitung      | Keterangan         |
|------------------|---------------|--------------------|
| <b>Passing</b>   | 7,729 > 2,086 | Terdapat Perbedaan |
| <b>Dribbling</b> | 5,409 > 2,086 | Terdapat Perbedaan |
| <b>Shooting</b>  | 6,620 > 2,086 | Terdapat Perbedaan |

Tabel di atas menyajikan  $t_{hitung}$  yang bersifat mutlak sehingga nilai negatif (-) tidak digunakan (Sugiyono, 2015: 181). Pada item tes keterampilan *passing*, *dribbling*, dan *shooting* semua memiliki nilai yang lebih besar dari  $t_{tabel}$  2,086 atau  $t_{hitung} > t_{tabel}$  (2,086) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara keterampilan *passing*, *dribbling*, dan *shooting* yang dimiliki siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Bayat dengan SMA Negeri 1 Cawas.

Tabel 5. Hasil Nilai Signifikansi dari Data Penelitian

| Item Tes         | Sig. (2 tailed)       | Keterangan         |
|------------------|-----------------------|--------------------|
| <b>Passing</b>   | 0,000 < $\alpha$ 0,05 | Terdapat Perbedaan |
| <b>Dribbling</b> | 0,000 < $\alpha$ 0,05 | Terdapat Perbedaan |
| <b>Shooting</b>  | 0,000 < $\alpha$ 0,05 | Terdapat Perbedaan |

Berdasarkan nilai signifikansi dari hasil perhitungan uji perbandingan Independen T test maka dapat dilihat pada item tes keterampilan *passing*, *dribbling*, dan *shooting* memiliki nilai signifikansi  $p = 0,000$  ( $0,000 < \alpha 0,05$ ) maka dapat disimpulkan bahwa adanya perbedaan yang signifikan antara keterampilan dasar bermain bola basket siswa ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Bayat dengan SMA Negeri 1 Cawas.



Gambar 1. Perbandingan Nilai Rata-rata Keterampilan Dasar Bermain Basket

Berdasarkan mean atau nilai rata-rata dari ketiga item tes keterampilan bermain bola basket maka dapat dilihat untuk item tes keterampilan *passing* kelompok SMA Negeri 1 Bayat memiliki nilai rata-rata sebesar 33,18, sedangkan dari kelompok SMA Negeri 1 Cawas memiliki nilai rata-rata sebesar 54,55 sehingga perbedaannya sebesar -21,36. Pada item tes keterampilan *dribbling* kelompok SMA Negeri 1 Bayat memiliki nilai rata-rata sebesar 60,64 sedangkan kelompok SMA Negeri 1 Cawas memiliki nilai rata-rata sebesar 69,73 sehingga perbedaannya sebesar -9,09. Item tes keterampilan *shooting* dari SMA Negeri 1 Bayat memiliki nilai rata-rata sebesar 48,82 sedangkan dari SMA Negeri 1 Cawas memiliki nilai rata-rata sebesar 68,00 sehingga perbedaannya sebesar -19,18. Maka dapat disimpulkan bahwa berdasarkan nilai rata-rata dari ketiga item tes, dapat dilihat adanya perbedaan nilai rata-rata antara SMA Negeri 1 Bayat dengan SMA Negeri 1 Cawas. Dimana secara umum SMA Negeri 1 Cawas memiliki nilai rata-rata lebih besar dari SMA Negeri 1 Bayat.

Perbedaan keterampilan bermain bola basket yang dimiliki siswa ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Bayat dan SMA Negeri 1 Cawas dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor yang dapat mempengaruhi keterampilan bola basket yang baik antara lain tingkat minat siswa, kecerdasan kinestetik, dan *motor ability* (A. Akbar, 2015). Munandar, (2021) menambahkan adanya faktor tambahan yaitu faktor situasional yang berupa proses pembelajaran atau metode latihan. Kecerdasan kinestetik diartikan dengan penguasaan rangkaian gerak dari teknik dasar bermain bola basket. *Motor ability* merupakan kemampuan gerak dasar yang dimiliki setiap orang sejak dini yang terus berkembang sejalan dengan pertumbuhan dan perkembangan (Nusufi, 2016). Faktor lingkungan seperti sarana dan prasarana olahraga merupakan hal yang dapat mempengaruhi minat

bermain atau berlatih dari siswa. Rendahnya minat siswa terhadap kegiatan ekstrakurikuler dipengaruhi oleh aspek perasaan, sarana dan prasarana, serta aspek kondisi geografis (Prasetyo & Maksun, 2013). Keadaan dilapangan yang peneliti temui selain data keterampilan bermain bola basket yaitu faktor sarana dan prasarana bola basket yang dimiliki SMA Negeri 1 Bayat kurang maksimal, berbeda dengan SMA Negeri 1 Cawas yang memiliki sarana dan prasarana bola basket yang cukup baik.

Faktor lainnya yaitu faktor situasional yang merupakan proses pembelajaran atau latihan. Kecerdasan kinestetik dan *motor ability* dalam bola basket dipengaruhi oleh latihan. Selain itu latihan bola basket juga berpengaruh terhadap tingkat keterampilan bermain bola basket. Menurut Aji Satrio (2015: 11) menyatakan bahwa seseorang melakukan pola gerak olahraga yang terpadu dan terkoordinasi serta terorganisir maka dibutuhkan latihan yang berkelanjutan. Kegiatan ekstrakurikuler atau latihan bola basket yang dilaksanakan oleh masing-masing sekolah berbeda. Ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Cawas dilaksanakan secara rutin dengan seminggu dua sampai tiga kali latihan dan dibawah arahan dari pelatih yang telah ditunjuk oleh pihak sekolah. Sedangkan kegiatan ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Bayat dilaksanakan hanya seminggu satu kali latihan dan juga tidak memiliki pelatih ekstrakurikuler bola basket. Maka dari itu, keterampilan bermain bola basket siswa ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Bayat dan SMA Negeri 1 Cawas dapat ditingkatkan dengan melakukan metode latihan yang efektif dan berkelanjutan.

Keterampilan bermain bola basket yang dimiliki siswa ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Bayat dan SMA Negeri 1 Cawas perlu adanya upaya untuk meningkatkan keterampilan tersebut. Maka dari itu peneliti menyarankan untuk menerapkan metode latihan acak dengan metode sirkuit pada saat latihan atau kegiatan ekstrakurikuler. Latihan terpusat dan latihan acak mempunyai pengaruh dalam meningkatkan keterampilan bermain bola basket akan tetapi latihan acak lebih baik dalam upaya meningkatkan keterampilan bermain basket (Wati et al., 2018). Menurut Feby Elra Perdima, (2017) menyatakan bahwa latihan sirkuit lebih berpengaruh daripada latihan konvensional dalam upaya meningkatkan keterampilan bermain bola basket. Metode latihan acak dan metode latihan sirkuit dapat diterapkan dalam latihan atau kegiatan ekstrakurikuler bola basket, dengan cara membuat beberapa pos latihan dalam metode latihan sirkuit yang nantinya pos tersebut memiliki materi latihan keterampilan bermain basket yang berbeda, dengan kata lain juga menerapkan metode latihan acak. Sebagai contoh, pada pos pertama siswa melakukan latihan *dribbling*, pada pos kedua siswa melakukan latihan *passing*, dan seterusnya. dalam hal ini satu kali latihan, siswa dapat berlatih berbagai keterampilan gerak yang berbeda dengan metode sirkuit dan juga latihan acak. Maka dari

itu, latihan atau kegiatan ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Bayat dan SMA Negeri 1 Cawas dilaksanakan dengan menerapkan kombinasi metode latihan sirkuit dan latihan acak.

#### 4.PENUTUP

Hasil analisis data yang telah dilakukan maka dapat dilihat berdasarkan nilai  $t_{hitung}$  dan nilai signifikansi maka terdapat perbedaan yang signifikan keterampilan *passing*, *dribbling*, dan *shooting* antara siswa ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Bayat dengan SMA Negeri 1 Cawas. Berdasarkan nilai rata-rata dari data penelitian, dapat disimpulkan bahwa adanya perbedaan atau selisih nilai rata-rata siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Cawas dengan SMA Negeri 1 Bayat, dimana nilai rata-rata SMA Negeri 1 Cawas lebih besar daripada nilai rata-rata siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Bayat. Selain hal tersebut, berdasarkan jumlah *T-score* dari kedua sekolah, maka dapat disimpulkan sekolah SMA Negeri 1 Cawas termasuk dalam kategori “Cukup”, sedangkan SMA Negeri 1 Bayat termasuk dalam kategori “Sedang”. Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa keterampilan dasar bermain bola basket yang dimiliki oleh siswa putra ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Cawas lebih baik daripada SMA Negeri 1 Bayat.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, A. (2015). Kontribusi Kecerdasan Kinestetik, Motor Ability, dan Motivasi dengan Keterampilan Bermain Bola Basket. *Jurnal Sport Pedagogy*, 5(1), 1–5.
- Akbar, M. F., Priambodo, A., & Jannah, M. (2019). Pengaruh Latihan Imagery Dan Tingkat Konsentrasi Terhadap Peningkatan Keterampilan Lay Up Shoot Bola Basket Sman 1 Menganti Gresik. *Jp.jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan)*, 2(2), 1–13. <https://doi.org/10.33503/jpjok.v2i2.445>
- Anwar, A. (2013). *Statistik untuk Penelitian Pendidikan dan Aplikasinya dengan SPSS dan Excel*. Kediri: IAIT Press.
- Bahtiar, I. (2016). *Survei tingkat keterampilan dasar bermain bola basket siswa putra peserta ekstrakurikuler di SMA Se-Kecamatan Sewon Bantul*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Canlı, U. (2019). Effects of neuromuscular training on motoric and selected basketball skills in pre-pubescent basketball players. *Universal Journal of Educational Research*, 7(1), 16–23. <https://doi.org/10.13189/ujer.2019.070103>
- Fernández-Leo, A., Gómez-Carmona, C. D., García-Rubio, J., & Ibáñez, S. J. (2020). Influence of contextual variables on physical and technical performance in male amateur basketball: A case study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(4). <https://doi.org/10.3390/ijerph17041193>
- Handoko, R. T., Abdurrahman, & Ifwandi. (2016). Perbandingan Keterampilan Dasar Bermain Bola Basket antara Panglima Polem Basketball Club dengan Arai Basketball Club. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi*, 3, 133–138.

- Hidayatullah, F. (2020). Analisis Indikator Performa Bola Basket Yang Mempengaruhi Skor Pemenang Pertandingan Pelajar Sekolah Menengah. *Journal STAND : Sports Teaching and Development*, 1(1), 49–55. <https://doi.org/10.36456/j-stand.v1i1.2331>
- Himawan Effendi, A. S. P. (2020). Evaluasi Tingkat Keterampilan Dasar Pemain Bola Basket Usia 13-15 Tahun di Kabupaten Ngawi. *Journal Active of Sports*, 1(1), 12–20. <http://ejournal.stkipmodernngawi.ac.id/index.php/JAS/article/view/150>
- Jariono, G., & Subekti, N. (2020). Sports Motivation Survey And Physical Activity Students Of Sport Education Teacher Training And Education Faculty FKIP Muhammadiyah University Surakarta. *Kinestetik : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(2), 86–95. <https://doi.org/10.33369/jk.v4i2.12449>
- Matondang, Z. (2009). Pengujian Homogenitas Varians Data. *Taburlaasa PPS UNIMED*, 22(1), 1–12.
- Munandar, M. A. (2021). *Survei Keterampilan Dribbling, Passing dan Shooting Bermain Bola Basket pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket Putra SMA Negeri 2 Kota Jambi*. Universitas Jambi.
- Ngatman, & Andriyanti, F. D. (2017). *Tes dan Pengukuran Untuk Evaluasi dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Yogyakarta: Fadilatama.
- Nusufi, M. (2016). Hubungan Kemampuan Motor Ability dengan Keterampilan Bermain Sepakbola pada Klub Himadiringa UNSYLAH. 02(1), 1–10. <https://doi.org/https://doi.org/10.22245/jpor.v2i1.4504>
- Perdima, F. E. (2017). Pengaruh Metode Latihan Sirkuit, Metode Konvensional Terhadap Keterampilan Dasar Bola Basket. *Journal Physical Education, Health and Recreation*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.24114/pjkr.v2i1.7834>
- Prabowo, M. D. (2017). *Tingkat keterampilan bermain bolabasket peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Comal Kabupaten Pemalang Tahun Pelajaran 2016/2017*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Prasetyo, Y., & Maksum, A. (2013). *Faktor-Faktor Penyebab Rendahnya Minat Siswa Terhadap Ekstrakurikuler Olahraga di SMK Negeri 1 Slabung Ponorogo*. 01, 174–179.
- Riduwan. (2019). *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru-Karyawan dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta.
- Saichudin, & Munawar, S. A. R. (2019). *Buku Ajar BolaBasket*. Wineka Media.
- Sugiyono. (2015). *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Syaukani, A. A., Subekti, N., & Sudarmanto, E. (2020). Tingkat Kondisi Fisik Atlet Bolabasket PPLP Jawa Tengah Ditentukan dengan Tes dan Pengukuran Khusus. *Juara: Jurnal Olahraga*, 5. <https://doi.org/https://doi.org/10.33222/juara.v5i1.779>
- Wanena, T. (2018). Kontribusi power otot tungkai, kekuatan otot lengan, dan koordinasi mata tangan dengan kemampuan jump shot bolabasket pada mahasiswa FIK Uncen tahun 2017. *Journal Power Of Sports*, 1(2), 8. <https://doi.org/10.25273/jpos.v1i2.2250>
- Wati, S., Sugihartono, T., & Sugiyanto, S. (2018). Pengaruh Latihan Terpusat Dan Latihan Acak Terhadap Hasil Penguasaan Teknik Dasar Bola Basket. *Kinestetik*, 2(1), 36–43. <https://doi.org/10.33369/jk.v2i1.9185>