



TINGKAT KETERAMPILAN DASAR SHOOTING, DRIBBLING DAN PASSING PADA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET SISWA PUTRA SMP NEGERI 4 JOMBANG

Arif Kustoro¹, Garnika Ade Sinto Raya²

arifkustoro@kahuripan.ac.id, garnikaade@kahuripan.ac.id

¹²Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Kahuripan Kediri, Jawa Timur Indonesia

Abstrak

Teknik dasar bola basket merupakan teknik awal yang sangat penting dalam berjalannya permainan atau pertandingan bola basket. Beberapa teknik dasar yang diterapkan dalam pembelajaran tingkat sekolah menengah pertama adalah shooting, dribbling dan passing. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar bermain bola basket. Sasaran dalam penelitian ini yaitu siswa putra ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 4 Jombang yang berjumlah 32 siswa. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode survei. Instrumen tes yang menggunakan tes dari Johson Basketball dengan validitas tes 0.79 dan reliabilitas tes 0.80. Data diolah menggunakan teknik analisis statistik deskriptif dengan SPSS versi 22.0. Hasil penelitian tingkat keterampilan dasar bermain bola basket pada siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP Negeri 4 Jombang menunjukkan kategori "baik sekali" ada 3 siswa (9.4%), dalam kategori baik ada 6 siswa (18.8%), dalam kategori cukup ada 12 siswa (37.5%), dalam kategori kurang ada 8 siswa (25%), dan dalam kategori kurang sekali ada 3 siswa (9.4%).

Kata Kunci: Keterampilan Dasar, Bola Basket, Ekstrakurikuler

Abstract

The basic technique of basketball is a very important technique in the running of a basketball game or match. Some of the basic techniques applied in junior high school level learning are dribbling, shooting, and passing. This study aims to determine the level of basic skills in playing basketball. The targets in this study were 32 boys' basketball extracurricular students at SMP Negeri 4 Jombang. The type of research used is quantitative with a survey method. The test instrument used the Johson Basketball test with a validity test of 0.79 and a reliability test of 0.80. Data were processed using descriptive statistical analysis techniques with SPSS 22.0 series. The results of the research on the basic skill level of playing basketball for male students who take part in extracurricular activities at SMP Negeri 4 Jombang show that there are 3 students (9.4%) in the very good category, 6 students (18.8%) in the good category, 12 students (37.5%) in the moderate category. %, in the less category there are 8 students (25%), and in the very less category there are 3 students (9.4%).

Keywords: Basic Skills, Basketball, Extracurricular.

Pendahuluan

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan, dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi (Utamayasa, 2021). Penjelasan tersebut selaras dengan salah satu tujuan standar kompetensi dan kompetensi dasar mengenai mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga yaitu mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih (Ricky et al., 2020). Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga di sekolah melibatkan berbagai cabang olahraga. Salah satu pembelajaran olahraga yang paling digemari di SMP Negeri 4 Jombang adalah cabang olahraga bola basket. Dengan banyaknya minat siswa pada cabang olahraga bola basket, diluar pembelajaran pun aktivitas olahraga bola basket masih bisa ditekuni oleh siswa, yaitu pada ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 4 Jombang.

Bola basket adalah cabang olahraga permainan bola besar yang sangat menarik minat untuk ditonton dengan karakteristik tertentu (Candra, 2019). Ekstrakurikuler bola basket memberikan wadah bagi siswa untuk mengembangkan kemampuannya, karena banyak aktivitas dasar, baik teori ataupun praktik sudah didapatkan selama proses pembelajaran (Putri et al., 2021). Hal mendasar yang perlu diketahui bagi siswa dalam mengembangkan kemampuannya adalah pada teknik dasar dalam permainan bola basket (Apifa et al., 2020). Penguasaan teknik dasar sangat berperan penting dalam meningkatkan keterampilan bola basket, bila teknik dasar sudah dikuasai, maka peluang untuk menguasai bola akan lebih lama berada dalam penguasaan (Candra, 2019). Dari pendapat tersebut, keterampilan dasar sangat menentukan jalannya permainan selama pertandingan, dengan penguasaan yang baik maka pertandingan akan dapat kita kuasai, tentunya didukung oleh kemampuan fisik yang optimal. Atlet yang menguasai berbagai teknik dasar yang tepat dan baik, serta memiliki kemampuan fisik yang dibutuhkan akan memungkinkan atlet untuk menampilkan suatu permainan yang baik mulai dari awal hingga akhir pertandingan (Yusfi dan Solahuddin, 2020).

Ekstrakurikuler yang dilaksanakan di SMP Negeri 4 Jombang, merupakan salah satu ekstrakurikuler yang populer karena banyak siswa yang terlibat dalam latihan tersebut. Meskipun demikian, prestasi yang optimal masih belum diraih oleh sekolah tersebut. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi minat siswa tersebut pada keikutsertaan siswa pada ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 4 Jombang. Untuk mengkaji hal tersebut, maka perlu dilakukan beberapa penelitian pada ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 4 Jombang. Lebih awal, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keterampilan dasar permainan bola basket. Keterampilan dasar yang menjadi fokus penelitian dalam permainan bola basket yaitu, *shooting*, *dribbling*, dan *passing*. *Shooting* dalam permainan bola basket adalah usaha memasukkan bola ke dalam keranjang atau ke ring lawan (Pamungkas dan Kusnanto, 2021). Sedangkan *dribbling* adalah mengontrol bola. Cara melakukan *dribbling* yang baik adalah menggunakan ujung-ujung jari, bukan telapak tangan (Pamungkas dan Kusnanto, 2021). Melempar atau mengumpan bola (*passing*) adalah suatu gerakan yang merujuk pada memberi umpan antarpemain dalam satu tim (Pamungkas dan Kusnanto, 2021).

Berdasarkan penjelasan latar belakang dan teori tersebut, keterampilan dasar bermain bola basket menjadi fokus penelitian ini. Sehingga judul dalam penelitian ini, "Tingkat Keterampilan Dasar *Shooting*, *Dribbling*, dan *Passing* pada Ekstrakurikuler Bola Basket Siswa Putra SMP Negeri 4 Jombang".

Metode

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Penelitian pada umumnya dilakukan pada populasi atau sampel tertentu yang representatif. Menurut Bahri dan Zamzam dalam jurnal (Kustoro dan Raya, 2023), proses penelitian bersifat deduktif dimana untuk menjawab rumusan digunakan konsep atau teori. Metode yang digunakan adalah metode survei. Metode survei dimanfaatkan dalam evaluasi guna menyusun penggambaran dengan terstruktur, obyektif, serta teliti terhadap berbagai realitas serta berbagai karakter populasi ataupun daerah tertentu (Agustianti et al., 2022). Penelitian ini melibatkan keseluruhan populasi. Menurut Arikunto, apabila subjeknya kurang dari 100 lebih baik diambil semuanya, namun apabila subjeknya lebih besar dari 100 dapat diambil antara 10%-25% (Firdaus, 2018). Instrumen penelitian menggunakan tes dari *Johson Basketball Test* dengan validitas tes 0.79 dan reliabilitas tes 0.80.

Hasil

Data keterampilan siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 4 Jombang terdiri dari 3 item tes, yaitu tes *shooting*, tes *dribbling*, dan tes *passing* berjumlah 32 siswa. Berikut data-data analisa hasil tes:

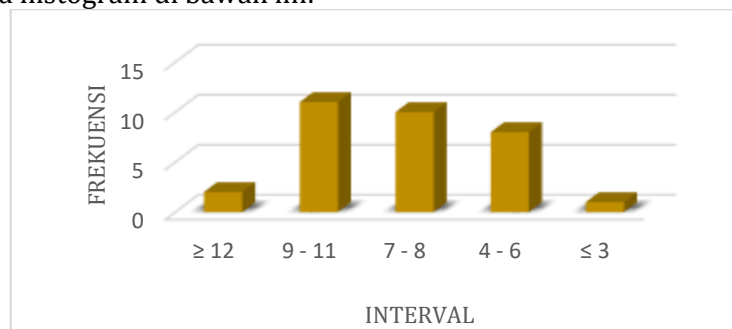
Keterampilan Shooting

Hasil analisa tes keterampilan *shooting* yang dilakukan siswa diperoleh skor *minimum* 3.00 dan nilai *maximum* 14.00 dengan nilai rata-rata 7.91. Data tersebut memiliki nilai *variance* 6.088 dan *std. deviation* 2.467. Data tes *shooting* siswa putra ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 4 Jombang yang sudah diolah dalam bentuk kategori sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Tes Keterampilan Shooting Siswa Putra Ekstrakurikuler

KATEGORI	INTERVAL	FREKUENSI	
		ABSOLUT	PRESENTASE
Baik Sekali	≥ 12	2	6,3%
Baik	9 - 11	11	34,4%
Cukup	7 - 8	10	31,3%
Kurang	4 - 6	8	25,0%
Kurang Sekali	≤ 3	1	3,1%

Tabel 1 tersebut menunjukkan hasil tes keterampilan *shooting* siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 4 Jombang yaitu, 2 siswa dalam kategori baik sekali dengan persentase sebesar 6.3%, 11 siswa dalam kategori baik dengan persentase sebesar 34.4%, 10 siswa dalam kategori cukup dengan persentase sebesar 31.3%, 8 siswa dalam kategori kurang dengan persentase sebesar 25.0%, dan 1 siswa dalam kategori kurang sekali dengan persentase sebesar 3.1%. Selanjutnya data hasil tes keterampilan *shooting* siswa dapat dilihat pada histogram di bawah ini:



Gambar 1. Histogram Hasil Tes Keterampilan Shooting Siswa Putra Ekstrakurikuler Bola Basket SMP Negeri 4 Jombang

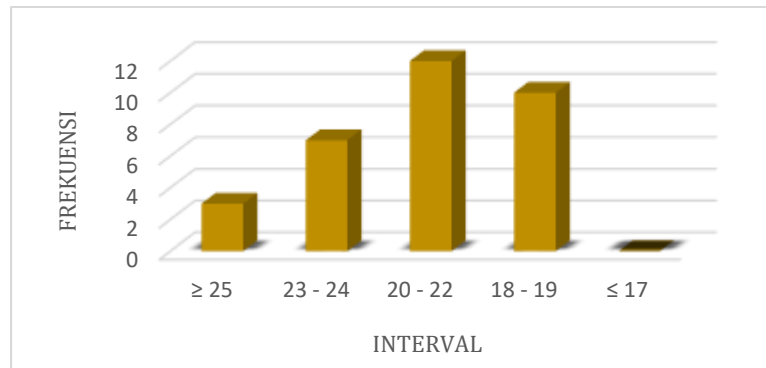
Keterampilan *Dribbling*

Hasil analisa tes keterampilan *dribbling* yang dilakukan siswa diperoleh skor *minimum* 19.00 dan nilai *maximum* 26.00 dengan nilai rata-rata 21.44. Data tersebut memiliki nilai *variance* 5.028 dan *std. deviation* 2.242. Data tes *dribbling* siswa putra ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 4 Jombang yang sudah diolah dalam bentuk kategori sebagai berikut:

**Tabel 2. Hasil Tes Keterampilan *Dribbling*
Siswa Putra Ekstrakurikuler Bola Basket SMP Negeri 4 Jombang**

KATEGORI	INTERVAL	FREKUENSI	
		ABSOLUT	PRESENTASE
Baik Sekali	≥ 25	3	9,4%
Baik	23 - 24	7	21,9%
Cukup	20 - 22	12	37,5%
Kurang	18 - 19	10	31,3%
Kurang Sekali	≤ 17	0	0,0%

Tabel 2 tersebut menunjukkan hasil tes keterampilan *dribbling* siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 4 Jombang yaitu, 3 siswa dalam kategori baik sekali dengan persentase sebesar 9.4%, 7 siswa dalam kategori baik dengan persentase sebesar 21.9%, 12 siswa dalam kategori cukup dengan persentase sebesar 37.5%, 10 siswa dalam kategori kurang dengan persentase sebesar 31.3%, dan tidak ada siswa dalam kategori kurang sekali dengan persentase sebesar 0.0%. Selanjutnya data hasil tes keterampilan *dribbling* siswa dapat dilihat pada histogram di bawah ini:



**Gambar 2. Histogram Hasil Tes Keterampilan *Dribbling* Siswa Putra
Ekstrakurikuler Bola Basket SMP Negeri 4 Jombang**

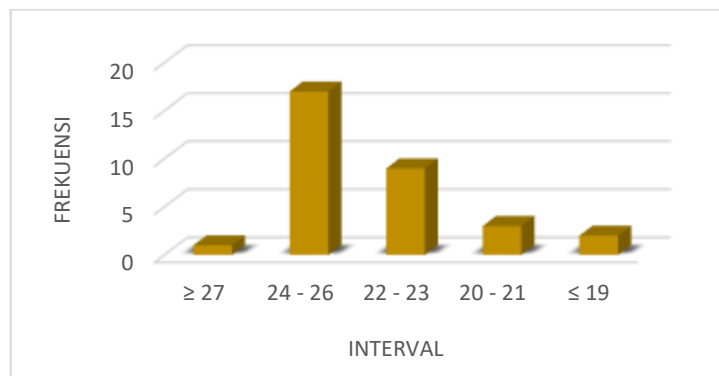
Keterampilan *Passing*

Hasil analisa tes keterampilan *passing* yang dilakukan siswa diperoleh skor *minimum* 19.00 dan nilai *maximum* 28.00 dengan nilai rata-rata 23.44. Data tersebut memiliki nilai *variance* 4.254 dan *std. deviation* 2.063. Data tes *passing* siswa putra ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 4 Jombang yang sudah diolah dalam bentuk kategori sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Tes Keterampilan *Passing* Siswa Putra Ekstrakurikuler Bola Basket SMP Negeri 4 Jombang

KATEGORI	INTERVAL	FREKUENSI	
		ABSOLUT	PRESENTASE
Baik Sekali	≥ 27	1	3,1%
Baik	24 - 26	17	53,1%
Cukup	22 - 23	9	28,1%
Kurang	20 - 21	3	9,4%
Kurang Sekali	≤ 19	2	6,3%

Tabel 3 tersebut menunjukkan hasil tes keterampilan *passing* siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 4 Jombang yaitu, 1 siswa dalam kategori baik sekali dengan persentase sebesar 3.1%, 17 siswa dalam kategori baik dengan persentase sebesar 53.1%, 9 siswa dalam kategori cukup dengan persentase sebesar 28.1%, 3 siswa dalam kategori kurang dengan persentase sebesar 9.4%, dan 2 siswa dalam kategori kurang sekali dengan persentase sebesar 6.3%. Selanjutnya data hasil tes keterampilan *passing* siswa dapat dilihat pada histogram di bawah ini:



Gambar 3. Histogram Hasil Tes Keterampilan *Passing* Siswa Putra Ekstrakurikuler Bola Basket SMP Negeri 4 Jombang

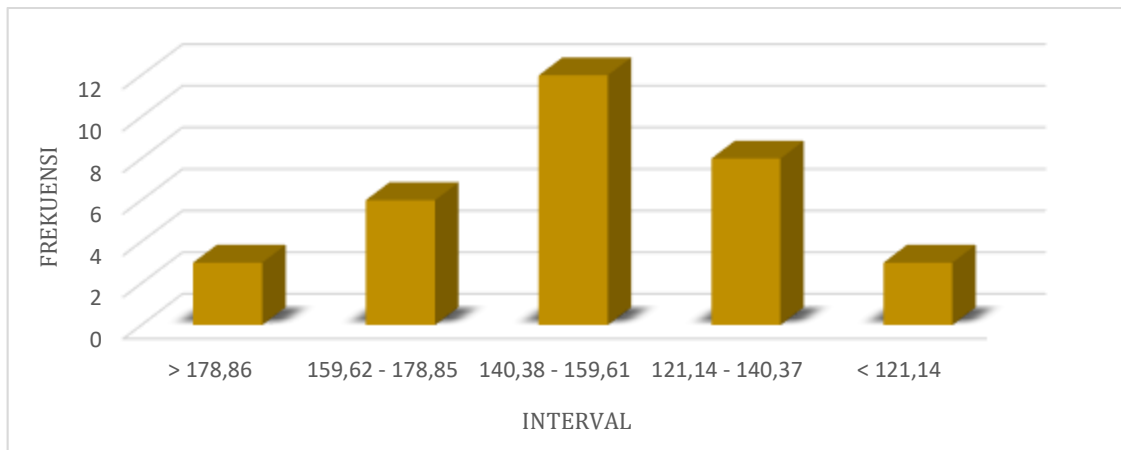
Keterampilan Dasar Bola Basket

Dengan demikian hasil analisis tes secara keseluruhan keterampilan siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 4 Jombang menunjukkan analisa tes keterampilan diperoleh skor *minimum* 117.99 dan nilai *maximum* 198.16 dengan nilai rata-rata 150.0. Data tersebut memiliki nilai *variance* 370.164 dan *std. deviation* 19.24. Data tes keterampilan dasar siswa putra ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 4 Jombang yang sudah diolah dalam bentuk kategori sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Tes Keterampilan Dasar Siswa Putra Ekstrakurikuler Bola Basket SMP Negeri 4 Jombang

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang sekali	3	9.4	9.4	9.4
	Kurang	8	25.0	25.0	34.4
	Cukup	12	37.5	37.5	71.9
	Baik	6	18.8	18.8	90.6
	Baik sekali	3	9.4	9.4	100.0
	Total	32	100.0	100.0	

Pada tabel 4 menjelaskan tes keterampilan dasar bermain bola basket yaitu, 3 siswa dalam kategori baik sekali dengan persentase sebesar 9.4%, 6 siswa dalam kategori baik dengan persentase sebesar 18.8%, 12 siswa dalam kategori cukup dengan persentase sebesar 37.5%, 8 siswa dalam kategori kurang dengan persentase sebesar 25.0%, dan 3 siswa dalam kategori kurang sekali dengan persentase sebesar 9.4%. Selanjutnya data hasil tes keterampilan dasar siswa dapat dilihat pada histogram di bawah ini:



Gambar 4. Histogram Hasil Tes Keterampilan Dasar Siswa Putra Ekstrakurikuler Bola Basket SMP Negeri 4 Jombang

Pembahasan

Tingkat keterampilan dasar bermain bola basket siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 4 Jombang dideskripsikan berdasarkan hasil analisa tes yang terdiri dari 3 item tes. Hasil yang diperoleh berbeda-beda dikarenakan masing-masing siswa putra memiliki kemampuan yang berbeda. Secara keseluruhan tingkat keterampilan dasar siswa berada pada kategori cukup. Selengkapnya pembahasan tiap-tiap tes sebagai berikut:

Keterampilan *shooting*

Keterampilan *shooting* siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 4 Jombang dalam kategori baik dengan persentase 34.4%. Pada tes *shooting* siswa memposisikan didekat *ring*, sehingga akurasi tembakan lebih mudah didapatkan. Saat melakukan tembakan ke *ring*, siswa mampu mengontrol tenaga yang dikeluarkan sehingga pantulan bola lebih banyak masuk ke dalam *ring*. Sebagian besar siswa memanfaatkan papan pantul dengan baik dan sudut yang diperkirakan mempermudah bola masuk ke dalam *ring*. Lebih banyak siswa menembak dengan jarak yang ideal dari samping *ring* sehingga mudah untuk memasukkan bola ke dalam *ring* basket (Dai et al., 2021).

Keterampilan *dribbling*

Keterampilan *dribbling* siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 4 Jombang dalam kategori cukup dengan persentase 37.5%. Pada tes *dribbling* siswa menggunakan teknik *dribbling* rendah, sehingga kecepatan yang dihasilkan saat melewati jumlah bangku yang ada, kurang maksimal. Siswa seharusnya menggunakan *dribbling* tinggi untuk mendapatkan kecepatan maksimal. Pada saat tes banyak bola yang lepas dari pegangan karena *ball filling* siswa yang kurang maksimal (Kurnia, 2016).

Keterampilan *passing*

Keterampilan *passing* siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 4 Jombang dalam kategori baik dengan persentase 53.1%. Sebagai siswa melakukan lemparan tidak hanya menggunakan kekuatan otot tangan, sehingga banyak siswa dapat melempar dengan maksimal. Dengan posisi tangan lurus ke belakang dan posisi kaki muka ke belakang sehingga tenaga yang dihasilkan saat melempar dapat dimaksimalkan. Selain itu, banyak siswa melempar menggunakan laju bola lurus. Laju bola lurus yang diimbangi dengan tenaga besar akan menghasilkan akurasi yang baik pada jarak 4.2 meter. Beberapa siswa yang memiliki tubuh kecil tidak memanfaatkan awalan, sehingga bola yang dilempar tidak sampai sasaran. Awalan yang dilakukan saat akan melempar akan menambah dorongan tenaga dan hasil lemparan akan jauh (Amiruddin et al., 2020).

Keterampilan dasar bermain bola basket

Keterampilan dasar bermain bola basket siswa putra yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 4 Jombang dalam kategori cukup dengan persentase 37.5%. Keterampilan dasar bermain bola basket meliputi keterampilan *shooting*, keterampilan *dribbling*, dan keterampilan *passing*. Hasil dari keterampilan dasar tersebut menunjukkan kategori baik pada *shooting*, kategori cukup pada *dribbling*, dan kategori baik pada *passing*. Dengan hasil keterampilan dasar bermain yang cukup pada presentase 37.5%, mengindikasikan perlunya peningkatan 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 dilaksanakan di sekolah berpengaruh terhadap kemampuan teknik dasar yang dimiliki masing-masing siswa. Usia 13-15 tahun merupakan masa emas bagi perkembangan dan pertumbuhan keterampilan siswa. Masa ini akan menentukan baik buruknya perkembangan anak, karena banyak perubahan pada fisik dan psikisnya. Sehingga dapat dinyatakan peran ekstrakurikuler di sekolah sangat penting dalam mendorong perkembangan dan pertumbuhan siswa (Manalu & Khairul Usman, 2022).

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan seperti yang telah diuraikan pada, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan pada tingkat keterampilan dasar *shooting*, *dribbling* dan *passing* siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP Negeri 4 Jombang berkategori baik sekali sebesar 9.4%, dalam kategori baik sebesar 18.8%, dalam kategori cukup 37.5%, dalam kategori kurang sebesar 25.0%, dan dalam kategori kurang sekali sebesar 9.4%.

Daftar Pustaka

- Agustianti, R., Pandriadi, Nussifera, L., Wahyudi, Angelianawati, L., Meliana, I., Sidik, E. A., Nurlaila, Q., Simarmata, N., Himawan, I. S., Pawan, E., Ikhrum, F., Andriani, A. D., Ratnadewi, & Hardika, I. R. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif*. 1–254.
- Amiruddin, B., Ramli Buhari, M., & Naheria, N. (2020). Upaya meningkatkan hasil belajar passing dan dribbling permainan bola basket melalui model pembelajaran kooperatif tipe group investigation pada peserta didik kelas xi-1 Farmasi SMK Negeri 17 Samarinda. *Borneo Physical Education Journal*. <https://doi.org/10.30872/bpej.v1i2.403>
- Apifa, W. A. P., Ilham, I., & Iqroni, D. (2020). PROFIL KETERAMPILAN SHOOTING FREE THROW ATLET BOLA BASKET. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia*. <https://doi.org/10.55081/joki.v1i1.296>
- Dai, A., Hadjarati, H., & Haryanto, A. I. (2021). Gaya resiprokal untuk meningkatkan keterampilan shooting bola basket. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*. <https://doi.org/10.36706/altius.v10i1.14056>

- Firdaus.F. (2018). Metodologi Penelitian Kuantitatif; Dilengkapi Analisis Regresi IBM SPSS. Malang : Penerbit IRDH, 109.
- KETERAMPILAN LAY UP SHOOT BOLA BASKET - Google Books. (n.d.).
- Kurnia, D. (2016). Keterampilan Dribbling Bola Basket. *Jurnal Olahraga*.
<https://doi.org/10.37742/jo.v2i1.57>
- Manalu, M. D. G., & Khairul Usman. (2022). Analisis Pengetahuan Passing Terhadap Keterampilan Proses Bola Basket. *Jurnal Dunia Pendidikan*. <https://doi.org/10.55081/jurdip.v2i1.616>
- Model-Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani - Google Books. (n.d.).
- Putri, T. E., Kurniawan, F., & Wijaya, H. H. (2021). Pengaruh Alat Bantu Media Terhadap Keterampilan Hasil Lay Up Shoot Pada Ekstrakurikuler Bola Basket SMA Negeri 1 Sukatani. *Jurnal Literasi Olahraga*.
- Ricky, Z., Prananda, G., Triana, E., Education, R., Training, T., Faculty, E., Indonesia, U. D., Sumatra, W., Training, T., Faculty, E., Indonesia, D., & Sumatra, W. (2020). *Kinestetik : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani DEVELOPMENT OF PLYOMETRIC EXERCISES IN LEARNING*. 4(2).
- Teknik Pembelajaran Keterampilan Dasar Passing Bola Basket - Google Books. (n.d.).
- View of PENGARUH LATIHAN LADDER SHOPS+RUN DAN LATERAL BOX JUMP TERHADAP KELINCAHAN (AGILITY) DAN KECEPATAN (SPEED). (n.d.).