

LEMBAR PENGESAHAN

E-Journal yang berjudul “**Kemampuan Lay-Up Shoot Putra Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket Di SMA Muhammadiyah Bantul Tahun Ajaran 2015/2016**” yang disusun oleh Setia Widya Utama, NIM. 11601244027 telah disetujui oleh dosen pembimbing dan dosen penguji utama.

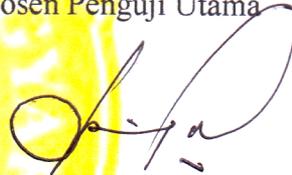
Dosen Pembimbing



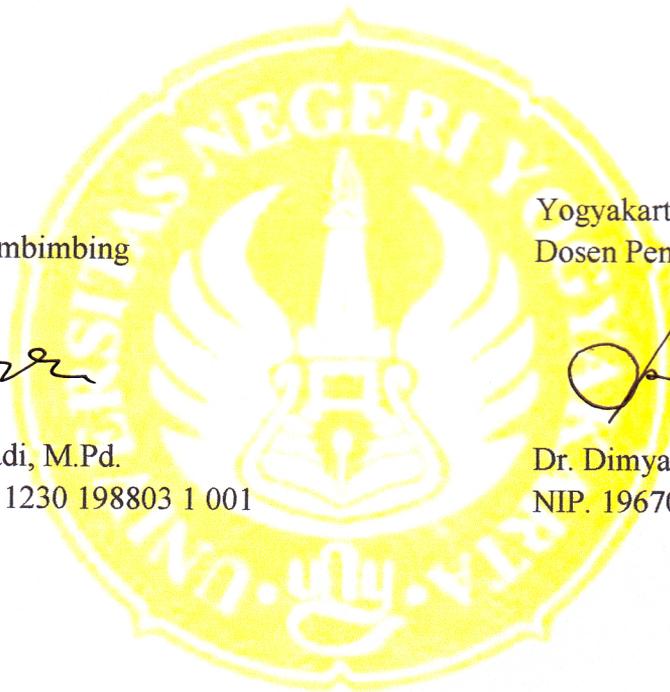
Drs. Sridadi, M.Pd.
NIP. 19611230 198803 1 001

Yogyakarta, Oktober 2016

Dosen Penguji Utama



Dr. Dimiyati, M.Si
NIP. 19670127 199203 1 002



KEMAMPUAN LAY UP SHOOT PUTRA PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET DI SMA MUHAMMADIYAH BANTUL TAHUN AJARAN 2015/2016

THE LAY-UP SHOT SKILLS OF MALE PARTICIPANTS OF THE EXTRACURRICULAR BASKETBALL AT SMA MUHAMMADIYAH BANTUL IN THE 2015/2016 ACADEMIC YEAR

Oleh: Setia Widya Utama, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, apelkroak35@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh beberapa kali hasil pertandingan persahabatan tim bola basket siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Muhammadiyah Bantul tahun ajaran 2015/2016 belum bisa memanfaatkan teknik *lay up shoot* dengan efektif dalam mencetak poin. Berorientasikan dengan hal tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang kemampuan *lay up shoot* putra peserta ekstrakurikuler bola basket. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa baik kemampuan *lay up shoot* putra peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Muhammadiyah Bantul tahun ajaran 2015/2016. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi yang digunakan adalah seluruh siswa putra SMA Muhammadiyah Bantul yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket tahun ajaran 2015/2016 sejumlah 13 siswa. Teknik pengambilan sampel yaitu *total sampling* dengan jumlah sampel 13 siswa. Teknik pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan tes dan diukur dengan *lay up shoot* 8 kali yang diadopsi dari Imam Sodikun dengan nilai validitas sebesar 0,79 dan nilai reliabilitas sebesar 0.90. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif dengan bentuk persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kemampuan *lay up shoot* peserta ekstrakurikuler bola basket putra SMA Muhammadiyah Bantul tahun ajaran 2015/2016 berkategori sangat baik 3 orang atau 23,08%, baik 8 orang atau 61,54%, cukup 2 orang atau 15,38%, kurang 0 orang atau 0% dan sangat kurang 0 orang atau 0%.

Kata kunci : kemampuan, *lay up shoot*, bola basket

Abstract

The research background is that in several friendship competitions for basketball teams, male participants of the extracurricular basketball at SMA Muhammadiyah Bantul in the 2015/2016 academic year were not capable of using the lay-up shot technique effectively to get points. Referring to this, the researcher was interested in investigating the lay-up shot skills of male participants of the extracurricular basketball at SMA Muhammadiyah Bantul in the 2015/2016 academic year. This was a quantitative descriptive study. The population comprised all male students of SMA Muhammadiyah Bantul joining the extracurricular basketball in the 2015/2016 academic year with a total of 13 students. The sample was selected by means of the total sampling technique with a total of 13 students. The data in the study were collected by a test by measuring the lay-up shot 8 times; the test was modified from one by Imam Sodikun with a validity coefficient of 0.79 and a reliability coefficient of 0.90. The data analysis technique was descriptive statistics using percentages. The results of the study show that regarding the levels of the lay-up shot skills of the participants of the extracurricular basketball at SMA Muhammadiyah Bantul in the 2015/2016 academic year, 3 students (23.08%) are very good, 8 students (61.54%) are good, 2 students (15.38) are fair, 0 student (0%) is poor, and 0 student (0%) is very poor.

Keywords : skills, lay-up shoot, basketball

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan aspek yang penting dalam pelaksanaan pembangunan negara. Begitu pentingnya pendidikan bagi bangsa Indonesia, sehingga pemerintah memberikan perhatian yang besar terhadap pendidikan di Indonesia, mulai dari SD (Sekolah Dasar), SMP (Sekolah Menengah Pertama), hingga SMA (Sekolah Menengah Atas). Salah satu mata pelajaran yang diajarkan dalam setiap jenjang pendidikan adalah Pendidikan Jasmani. Pendidikan Jasmani memiliki berbagai jenis/bentuk latihan baik dari latihan jalan, lari, lompat, loncat, lempar, maupun permainan. Olahraga dengan berbagai cabang sangatlah cocok untuk semua siswa, karena gerak yang dilakukan pada setiap cabang olahraga dapat efektif guna merangsang pertumbuhan anak.

Olahraga terbagi menjadi beberapa cabang, di antaranya cabang atletik, senam, renang, beladiri, dan permainan. Diantara cabang olahraga tersebut cabang permainan merupakan cabang olahraga yang banyak digemari dan disenangi oleh banyak masyarakat.

Salah satu cabang olahraga yang diajarkan dalam pendidikan jasmani adalah cabang olahraga bola basket. Bola

basket merupakan olahraga beregu yang dimainkan diatas lapangan yang rata. Bola basket dimainkan oleh satu regu putra atau satu regu putri yang masing-masing regu terdiri dari lima pemain disetiap regu. Tujuan permainan ini adalah berusaha menguasai bola dan memasukan bola ke ring lawannya sebanyak mungkin dan berusaha mematahkan serangan lawan untuk melindungi atau menjaga ring agar tidak kemasukan bola.

Adapun permainan bolabasket yang diajarkan dalam Pendidikan Jasmani meliputi: melempar dan menangkap bola (*passing dan catching*), menggiring bola (*dribbling*), menembak (*shooting*), olah kaki (*pivot*), bola pantul (*rebound*) Berdasarkan observasi peneliti saat pertandingan PORSENI dan pertandingan persahabatan antar SMA di Bantul, peneliti melihat banyaknya siswa lebih cenderung menggunakan *lay up shoot*. Selain sering digunakan saat pertandingan bola basket, *lay up shoot* merupakan teknik yang efektif karena dilakukan pada jarak yang sedekat-dekatnya dengan keranjang basket sehingga teknik *lay up shoot* ini menjadi teknik yang ampuh untuk memasukan bola kedalam keranjang dan mendapatkan poin yang sebanyak-banyaknya.

Berorientasi dengan hal tersebut, kemampuan *lay up shoot* merupakan masalah yang penting untuk dikaji lebih mendalam. Hal ini bertujuan untuk mengetahui seberapa baik kemampuan *lay up shoot* peserta ekstrakurikuler bola basket. Untuk itu perlu diadakannya suatu penelitian dengan judul “Kemampuan *Lay Up Shoot* Putra Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket Di SMA Muhammadiyah Bantul Tahun Ajaran 2015/2016”

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif adalah metode penelitian yang tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis tertentu, tetapi hanya menggambarkan tentang suatu variabel, gejala atau kegiatan.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini berlangsung di bulan Februari dan Maret 2016. Adapun waktu pengambilan data dilaksanakan pada tanggal 24 Februari dan 30 Maret 2016 pada pukul 16.00-18.00 WIB, di lapangan bola basket SMA Muhammadiyah Bantul.

Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa putra peserta ekstrakurikuler bola

basket di SMA Muhammadiyah Bantul tahun ajaran 2015/2016 yang berjumlah 13 siswa.

Prosedur

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan *lay up shoot* putra peserta ekstrakurikuler bola basket. Penelitian ini menggunakan tes dan diukur dengan *lay up shoot* 8 kali yang diadopsi dari Imam Sodikun dengan nilai validitas 0,79 dan nilai reliabilitas 0,90.

Instrumen dan Teknik Pengambilan

Data

Instrumen adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Sugiyono, 2014: 148). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu:

- 1) Tujuan: melakukan pengukuran kemampuan *lay up shoot*.
- 2) Peralatan: Lapangan bola basket, bola basket, lembar catatan skor, dan peluit.
- 3) Petunjuk: Peserta didik atau orang coba berdiri di dalam lapangan bola basket sebelah kanan sambil memegang bola kemudian menggiring bola ke arah ring basket kemudian melakukan gerakan *lay up shoot* dengan baik dan benar.

- 4) Skor: Tembakan yang sah adalah tembakan yang dilaksanakan dengan langkah lay up shoot yang benar dan menghasilkan bola masuk ke ring basket, dilaksanakan 8 kali. Skor berdasarkan bola masuk dengan langkah yang benar (Imam Sodikun, 1992: 25). Penilaian *lay up shoot* adalah jumlah skor yang diperoleh selama *lay up shoot* selama 8 kali, dan setiap bola masuk mendapat nilai 1.
- 5) Peraturan: Apabila terjadi pelanggaran, maka bola dianggap tidak masuk dan mendapat nilai 0.

Teknik Analisis Data

Dalam statistik deskriptif ini akan dikemukakan cara penyajian data, dengan penjelasan analisis persentase yang terbagi menjadi 5 kategori, baik sekali, baik, cukup, kurang dan kurang sekali melalui modus, median, mean, dan variasi kelompok melalui rentang dan simpangan baku.

Rumus-rumus yang digunakan adalah:

1. Menghitung Jumlah Kelas Interval

$$K = 1 + 3,3 \log n$$
2. Menghitung rentang data
 Data terbesar – data terkecil
3. Menghitung panjang kelas
 Rentang dibagi jumlah kelas

4. Menghitung mean

$$\bar{x} = \frac{\sum f_i \cdot x_i}{\sum f_i}$$

\bar{x} = Mean
 x_i = Nilai tengah
 f_i = Frekuensi

5. Menghitung median

$$M_e = L + i \left(\frac{\frac{1}{2}n - f_k}{f_m} \right)$$

M_e = Median
 L = Tepi bawah kelas yang memuat Median
 n = Banyaknya data
 f_k = Frekuensi kumulatif sebelum kelas median
 f_m = Frekuensi kelas median
 i = Panjang kelas interval

6. Menghitung modus

$$M_o = L + i \left(\frac{d_1}{d_1 + d_2} \right)$$

M_o = Modus
 L = Tepi bawah kelas modus
 d_1 = Selisih frekuensi kelas modus dengan frekuensi kelas modus sebelumnya
 d_2 = Selisih frekuensi kelas modus dengan frekuensi kelas modus sesudahnya

7. Menghitung standar deviasi

$$\sigma = \sqrt{\frac{\sum_{i=1}^n f_i (x_i - \mu)^2}{n}}$$

8. Menentukan Kategori

Menurut Anas Sudjiono (2007: 329) pengubahan skor mentah hasil tes menjadi 5 kategori menggunakan patokan sebagai berikut:

Tabel 1. Kategori Tes *Lay Up shoot*

No	Rentang Norma	Kategori
1	>M + 1,5 SD	Baik Sekali
2	M + 0,5 SD s/d < M + 1,5 SD	Baik
3	M - 0,5 SD s/d < M + 0,5 SD	Sedang
4	M - 1,5 SD s/d < M - 0,5 SD	Kurang
5	< M - 1,5 SD	Kurang Sekali

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian ini digunakan untuk mengetahui kemampuan *lay up shoot* putra peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Muhammadiyah Bantul tahun ajaran 2015/2016. Hasil penelitian tersebut dideskripsikan sebagai berikut:

1. Deskripsi Hasil Kemampuan

Lay Up Shoot

Dari hasil analisis data penelitian yang dilakukan maka dapat dideskripsikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 2. Deskripsi Statistik Kemampuan Lay Up Shoot

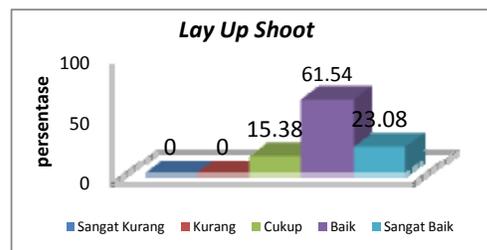
Statistik	Lay Up Shoot
Mean	11,3077
Median	11,0000
Mode	11,00
Std. Deviation	2,17503
Range	7,00
Minimum	8,00
Maximum	15,00

Dari data di atas dapat dideskripsikan tingkat Kemampuan *lay up shoot* dengan rerata sebesar 11,31, nilai tengah 1, nilai sering muncul 11 dan simpangan baku 2,17. Sedangkan skor tertinggi sebesar 15 dan skor terendah sebesar 8. Dari hasil tes maka dapat disajikan dalam kategorisasi sebagai berikut:

Tabel 3. Kategorisasi Tingkat Keterampilan Lay Up Shoot

No	Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	12,81 - 16	3	23,08	Sangat baik
2	9,61 - 12,80	8	61,54	Baik
3	6,41 - 9,60	2	15,38	Cukup
4	3,21 - 6,40	0	0,00	Kurang
5	0 - 3,20	0	0,00	Sangat Kurang
Jumlah		13	13	

Berdasarkan hasil di atas maka tingkat kemampuan *lay up shoot* menunjukkan kategori baik dengan pertimbangan rerata sebesar 11,31. Tingkat kemampuan *lay up shoot* berkategori sangat baik 3 orang atau 23,08%, baik 8 orang atau 61,54%, cukup 2 orang atau 15,38%, kurang 0 orang atau 0% dan sangat kurang 0 orang atau 0%. Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa tingkat *lay up shoot* apabila ditampilkan dalam bentuk grafik dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan *lay up shoot* putra peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Muhammadiyah Bantul tahun ajaran 2015/2016. Hasil penelitian

menunjukkan bahwa tingkat kemampuan *lay up shoot* menunjukkan kategori baik dengan rincian, sangat baik 3 orang atau 23,08%, baik 8 orang atau 61,54%, cukup 2 orang atau 15,38%, kurang 0 orang atau 0% dan sangat kurang 0 orang atau 0%.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa kemampuan *lay up shoot* putra peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Muhammadiyah Bantul tahun ajaran 2015/2016 memiliki dominasi lebih baik. Hal ini terbukti dari hasil tes yang memiliki rerata lebih baik. Secara keseluruhan kemampuan *lay up shoot* putra peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Muhammadiyah Bantul tahun ajaran 2015/2016 berada pada kategori lebih dari cukup.

Kemampuan *lay up shoot* yang baik akan dilakukan oleh siswa dikarenakan adanya konsistensi dalam melakukan gerakan tersebut dengan baik. Perubahan dari tidak bisa menjadi bisa memerlukan pengalaman sehingga akan membantu dalam memperbaiki keterampilannya. Setiap siswa memiliki perbedaan kemampuan yang disebabkan oleh perbedaan karakteristik yang dimilikinya. Secara dominan siswa putra di SMA Muhammadiyah Bantul tahun ajaran 2015/2016 memiliki konsistensi

melakukan kemampuan *lay up shoot* menggunakan tangan kanan. Hal ini dibuktikan dengan hasil tes *lay up shoot* yang menunjukkan siswa cenderung tetap lebih baik menggunakan tangan kanan.

Kemampuan *lay up shoot* yang dimiliki oleh siswa putra ini menjadi modal yang penting bagi siswa dalam bermain bola basket. Hal ini dikarenakan permainan bola basket memiliki tujuan untuk mencetak skor dengan memasukkan bola ke dalam ring yang kecil. Keadaan ini menjadi faktor di mana kemampuan *lay up shoot* sangat penting untuk meminimalisir kesulitan dalam mencetak skor. *Lay up shoot* merupakan jenis tembakan yang dilakukan dengan sedekat mungkin dengan ring basket yang didahului dengan lompat-langkah-lompat (Dedy Sumiyarsono, 2002:35-36). Dengan adanya kemampuan *Lay up shoot* yang baik dengan tangan kanan maupun kiri akan memudahkan siswa dalam bermain bola basket dan mencetak skor sebanyak mungkin. Hal ini dikarenakan kemampuan *Lay up shoot* menjadi salah satu kemampuan yang tidak hanya memiliki tujuan mencetak skor tetapi menunjukkan seni dalam bermain bola basket. Kelincahan bermain akan terlihat pada siswa ketika mampu mencetak skor dengan cara *Lay up shoot*.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat kemampuan *lay up shoot* bola basket putra yang mengikuti ekstrakurikuler di SMA Muhammadiyah Bantul tahun ajaran 2015/2016 menunjukkan kategori baik dengan rincian, sangat baik 3 orang atau 23,08%, baik 8 orang atau 61,54%, cukup 2 orang atau 15,38%, kurang 0 orang atau 0% dan sangat kurang 0 orang atau 0%.

Saran

Dengan mengacu pada hasil penelitian, penulis menyarankan:

1. Bagi guru, harus mampu menjadi fasilitator bagi siswa agar siswa dapat meningkatkan kemampuan secara kompleks.
2. Bagi sekolah, harus mampu memberkan fasilitas dan mendukung kegiatan pembelajaran agar siswa dapat meningkatkan kemampuan dan cara bermain secara maksimal.
3. Bagi peneliti selanjutnya agar melakukan kontrol terhadap faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan *lay up shoot*.

DAFTAR PUSTAKA

Anas Sudijono. (2000). *Pengantar statistika pendidikan*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.

Dedi Sumiarso (2002). *Keterampilan Bola Basket*. FIK.Universitas Negeri Yogyakarta

Imam Sodikun (1992). *Olahraga Pilihan Bola Basket*. Jakarta. Depdikbud.

Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.