

TINGKAT KEMAMPUAN *SHOOTING* PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLABASKET SMP NEGERI 2 GAMPING TAHUN AJARAN 2018/2019

THE LEVEL OF SHOOTING ABILITY OF THE EXTRACURRICULAR STUDENTS OF SMPN 2 GAMPING IN THE ACADEMIC YEAR OF 2018/2019

Oleh : Catur Wira Tamtama, PJKR, FIK, UNY
4.wira.tamtama@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan *shooting* peserta ekstrakurikuler bolabasket SMPN 2 Gamping Tahun Ajaran 2018/2019.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan metode tes. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMPN 2 Gamping Tahun Ajaran 2018/2019, dengan subjek penelitian berjumlah 15 anak. Instrumen yang digunakan berupa tes dengan mengacu pada indikator yang sudah ditentukan. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif.

Hasil dari penelitian adalah tingkat kemampuan *shooting* peserta ekstrakurikuler tahun ajaran 2018/2019 di SMPN 2 Gamping sebagian besar masih rendah, dimana terdapat sangat baik 3 siswa (20%) dengan rerata bola masuk antara 6 sampai >7 bola masuk dalam ring, dan siswa yang dinilai memiliki tingkat kemampuan *shooting* baik hanya terdapat 1 siswa (6.67%), sedangkan 9 siswa (60%) dalam kategori sangat rendah. Siswa hanya mampu memasukan bola kedalam ring rata-rata dibawah 5.

Kata kunci: *Shooting*, Ekstrakurikuler, Bolabasket, SMPN 2 Gamping

Abstract

The aim of this research was to find the level of shooting ability of the extracurricular's students of SMPN 2 Gamping in the Academic Year of 2018/2019.

This research was descriptive research using a test method. The population of this research was the extracurricular students in SMPN 2 Gamping in the Academic Year of 2018/2019 totaling 15 students. The instrument used was a test referred to determined indicator. The data analysis technique employed descriptive quantitative analysis.

The result of this research was the ability of shooting level from the extracurricular students in the Academic Year of 2018/2019 in SMPN 2 Gamping the majority still in low level, which there were 3 students (20%) with average the ball went 6 to >7 into the basket. And the students who had a good shooting level was 1 student (6, 67%), while 9 students (60%) were in low category. The students could do the ball into the basket in the average below 5 times.

Key words: Shooting, Extracurricular, Basketball, SMPN 2 Gamping.

PENDAHULUAN

Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan siswa sekolah di luar jam belajar kurikulum standar, kegiatan-kegiatan ini ada pada setiap jenjang pendidikan dari sekolah dasar sampai universitas. Kegiatan ekstrakurikuler ditujukan agar siswa dapat mengembangkan kepribadian, bakat, dan kemampuannya diberbagai bidang diluar bidang akademik. Kegiatan ekstrakurikuler ini dapat berbentuk kegiatan pada bidang seni, olahraga, pengembangan kepribadian, dan kegiatan lain yang bertujuan positif untuk kemajuan dari siswa-siswa itu sendiri.

Olahraga bolabasket merupakan cabang olahraga yang populer di seluruh dunia. Olahraga ini telah banyak digemari orang-orang baik di Indonesia maupun negara-negara lain di dunia, mulai dari usia anak-anak, remaja hingga dewasa. Permainan bolabasket merupakan permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari lima orang pemain. Tiap regu berusaha memasukkan bola ke dalam keranjang lawan dan mencegah regu lawan memasukkan bola atau membuat angka/skor. Bola boleh dioper, digelindingkan, atau dipantulkan kesegala arah, sesuai dengan peraturan.

Pemain harus memiliki teknik dasar yang baik. Beberapa teknik dasar dalam permainan bolabasket menurut para ahli olahraga seperti Jon Oliver (2007: vi), ada lima macam teknik dasar yaitu: (1) Menembak bola (*shooting*), (2) Mengoper bola (*passing*), (3) Mendribel bola (*dribbling*), (4) pertahanan (*defense*), (5) *rebounding*.

Salah satu teknik dasar dalam permainan bolabasket yang menjadi

unsur terpenting dan harus dikuasai oleh setiap pemain adalah *shooting*. Hal ini dikarenakan *shooting* merupakan cara pemain bolabasket untuk mencetak angka, sebab tim yang menang adalah tim yang bisa mencetak angka sebanyak-banyaknya ke keranjang lawan dan menahan lawan mencetak angka ke keranjang sendiri.

Ada beberapa teknik dasar *shooting*, sesuai dengan yang dikatakan Wissel (2000:46-62), secara umum teknik dasar menembak *shooting* itu ada tujuh jenis yaitu : (1) Tembakan satu tangan (*One-hand Set Shoot*), (2) Lemparan bebas (*Free Throw*), (3) Tembakan sambil melompat (*Jump Shoot*), (4) Tembakan tiga angka (*Three point Shoot*), (5) Tembakan mengait (*Hook Shoot*), (6) *Lay Up Shoot*, (7) *Runner (layup* yang diperpanjang).

SMPN 2 Gamping merupakan salah satu SMP Negeri yang berada di Kabupaten Sleman dengan berbagai fasilitas yang memadai guna menunjang kegiatan intrakurikuler maupun ekstrakurikulernya seperti ; ruang musik, ruang karawitan, ruang komputer, lapangan basket dan lainnya. Berbagai kegiatan ekstrakurikuler dilakukan disekolah ini, salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang diminati siswa adalah ekstrakurikuler bolabasket.

Kegiatan ekstrakurikuler dilaksanakan pada hari Rabu pukul 15:30 WIB dengan bimbingan atau arahan dari salah satu pelatih bolabasket di SMPN 2 Gamping yaitu Rendra Permana, S.Pd. *Shooting* merupakan faktor teknik yang sangat penting dalam permainan bolabasket, namun banyak kekurangan dalam kemampuan *shooting*. Kurangnya kemampuan *shooting* dalam bolabasket

ini bisa disebabkan karena kurangnya variasi latihan yang dilakukan saat ekstrakurikuler bolabasket, karena pelatih ekstrakurikuler bolabasket tersebut adalah bukan asli pelatih bolabasket. Adapun pada setiap pertemuan yang dilakukan hanya latihan yang sama seperti pemanasan mengelilingi halaman sekolah, *dribling* sampai ujung garis lapangan, *passing* ke teman, dan hanya sedikit untuk porsi *shooting*. Untuk *shooting* sendiri dinilai masih kurang efektif, tentu saja perlu adanya perubahan metode latihan agar bisa lebih efektif dan efisien, seperti dengan menambah jumlah sasaran yang dimodifikasi sedemikian rupa untuk menggantikan ring basket yang hanya berjumlah dua ring terletak di ujung sisi lapangan. Sehingga dalam melakukan latihan siswa tidak banyak menunggu untuk melakukan giliran *shooting* dan mempunyai kesempatan melakukan *shooting* lebih banyak serta lebih aktif bergerak.

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti pada saat latihan rutin peserta ekstrakurikuler bolabasket SMPN 2 Gamping, pelatih melihat rata-rata peserta ekstrakurikuler bolabasket SMPN 2 Gamping baik putra maupun putri memiliki kemampuan teknik *shooting* yang kurang, karena masih sering terjadi kesalahan saat melakukan *shooting* ke dalam ring basket. Menurut pendapat dari pelatih, kemampuan teknik *shooting* masih perlu diuji karena ada beberapa pemain yang masih sering tidak masuk dalam melakukan *shooting*. Selain itu ekstrakurikuler bolabasket SMPN 2 Gamping terkendala soal lapangan yang tidak memenuhi *standard* untuk lapangan bolabasket. Hal itu bisa menjadi kekurangan yang dapat mempengaruhi

latihan para peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMPN 2 Gamping, terutama saat latihan *shooting*. Berdasarkan paparan tersebut dan untuk memberikan bukti empirik terhadap tingkat kemampuan *shooting* peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMPN 2 Gamping, maka peneliti tertarik melakukan penelitian pada peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMPN 2 Gamping yang berjudul “tingkat kemampuan shooting peserta ekstrakurikuler bolabasket SMPN 2 Gamping Tahun Ajaran 2018/2019”.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif adalah metode penelitian yang tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis tertentu, tetapi hanya menggambarkan tentang suatu variabel, gejala atau keadaan. Setiap penelitian mempunyai tujuan dan kegunaan tertentu. Metode penelitian dapat diartikan sebagai cara untuk mendapatkan data secara valid dengan tujuan dapat ditemukan, dikembangkan, dan dibuktikan (Sugiyono, 2010: 6). Metode yang digunakan adalah metode tes. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan *shooting* pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMPN 2 Gamping.

Subjek dan Tempat Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah peserta putri ekstrakurikuler bolabasket SMPN 2 Gamping yang berjumlah 15 peserta.

Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah dengan tes. Instrumen tes

kecakapan *shooting* berulang-ulang yang diambil dari buku Ambler (1990:119) dengan judul *Petunjuk untuk Pelatih dan Pemain Bolabasket* yang sudah tervalidasi sebesar 0,816.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif. Penghitungan statistik deskriptif menggunakan statistik deskriptif persentase, karena yang termasuk dalam statistik deskriptif antara lain penyajian data melalui tabel, grafik, diagram, lingkaran, pictogram, perhitungan *mean*, *modus*, *median*, perhitungan desil, persentil, perhitungan penyebaran data perhitungan rata-rata, *standar deviasi*, dan persentase (Sugiyono, 2010: 112).

Menurut Arikunto (2002: 245-246) rumus persentase yang digunakan adalah:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

- P = persentase yang dicari
- F = frekuensi
- N = jumlah responden

Menurut Sudijono, (2006: 186) untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) dalam skala pada tabel 5 sebagai berikut:

Tabel 1. Norma Penilaian

No	Interval	Kategori
1.	$M + 1,5 S < X$	Sangat Baik
2.	$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	Baik
3.	$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	Sedang

4.	$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	Kurang
5.	$5 X \leq M - 1,5 S$	Sangat Kurang

Keterangan:

- Skor maksimal ideal = Σ butir penilaian \times skor tertinggi
- Skor minimal ideal = Σ butir penilaian \times skor terendah
- X : Jumlah skor
- M : Rata-rata ideal = $\frac{1}{2}(\text{Skor maksimal ideal} + \text{Skor minimal ideal})$
- SD : Standar Deviasi = $\frac{1}{2} \times \frac{1}{3}(\text{Skor maksimal ideal} - \text{Skor minimal ideal})$

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil data kemampuan *shooting* peserta ekstrakurikuler di SMPN 2 Gamping tahun ajaran 2018/2019, menghasilkan *mean* 6,13 dan *standar deviasi* = 0,46 Dengan diketahui *mean* dan *standar deviasi* dapat ditentukan untuk pengkatagorian kemampuan *shooting*, yaitu terbagi menjadi 5 kategori: Sangat Baik, Baik, Sedang, Rendah dan Sangat Rendah. Berikut tabel tingkat kemampuan *shooting* pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMPN 2 Gamping dapat dilihat pada tabel 9 dibawah ini:

Tabel 2. Tingkat Kemampuan *Shooting* pada Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bolabasket di SMPN 2 Gamping

No.	Interval	Skor Interval	Kategori
1.	$M + 1,5 S < X$	$X > 6.82$	Sangat Baik
2.	$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	$6.36 < X \leq 6.82$	Baik
3.	$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	$5.92 < X \leq 6.36$	Sedang
4.	$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	$5.44 < X \leq 5.92$	Kurang
5.	$5 X \leq M - 1,5 S$	$X \leq 5.44$	Sangat Kurang

Berdasarkan kriteria skor interval tabel di atas maka diperoleh hasil kemampuan *Shooting* siswa yang mengikuti ekstra kulikuler basket:

Tabel 3. Hasil Tes Kemampuan *Shooting* Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler

NO	NAMA	SHOOTING		Nilai Rerata	Kategori
		Tes I	Tes II		
1	Ar	4.88	4.75	4.81	Sangat Rendah
2	Can	5.00	5.25	5.13	Sangat Rendah
3	Ani	6.50	6.13	6.31	Sedang
4	Anin	4.63	5.00	4.81	Sangat Rendah
5	Han	7.63	7.25	7.44	Sangat Baik
6	Er	4.63	4.88	4.75	Sangat Rendah
7	Zah	4.63	5.00	4.81	Sangat Rendah
8	Ama	5.88	6.00	5.94	Sedang
9	De	7.13	6.88	7.00	Sangat Baik
10	Nad	7.38	7.63	7.50	Sangat Baik
11	Ev	6.75	6.88	6.81	Baik
12	An	4.75	4.88	4.81	Sangat Rendah
13	Kay	5.00	5.50	5.25	Sangat Rendah
14	Nan	4.88	5.38	5.13	Sangat Rendah
15	Jun	4.63	5.25	4.94	Sangat Rendah

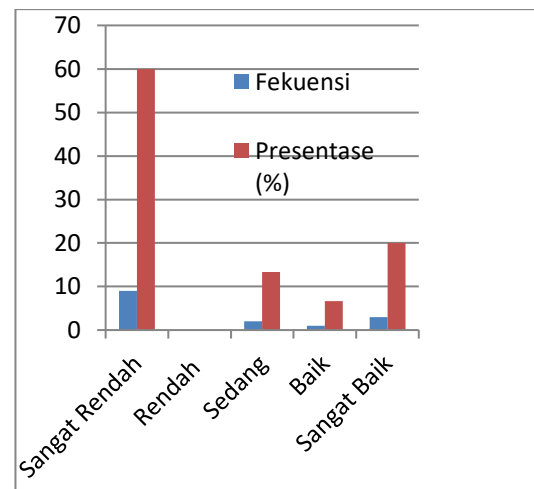
Berikut tabel persentase Tingkat Kemampuan *Shooting* Pada Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bolabasket dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4. Persentase Tingkat Kemampuan *Shooting* Pada Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bolabasket

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Baik	3	20.00
Baik	1	6.67

Sedang	2	13.33
Rendah	0	0.00
Sangat Rendah	9	60.00
Total	15	100.00

Berdasarkan tabel di atas diperoleh bahwa Tingkat Kemampuan *Shooting* Pada Siswa mayoritas masih rendah, dimana terdapat 9 siswa (60%) dalam kategori sangat rendah. Siswa hanya mampu memasukan bola ke dalam ring rata-rata dibawah 5. Sedangkan siswa yang dinilai memiliki tingkat kemampuan *shooting* baik hanya terdapat 1 siswa (6.67%) dan sangat baik 3 siswa (20%) dengan rerata bola masuk antara 6 sampai >7 bola masuk dalam ring.



Gambar 1. Histogram Tingkat Kemampuan *Shooting* Pada Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bolabasket

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan shooting peserta ekstrakurikuler bolabasket SMPN 2 Gamping Tahun Ajaran 2018/2019. Gerakan *shooting* merupakan teknik dasar permainan bolabasket yang penting dan harus

dimiliki oleh setiap siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket. Berdasarkan hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa kemampuan shooting peserta ekstrakurikuler bolabasket SMPN 2 Gamping secara keseluruhan dalam kategori kurang atau sangat rendah, yaitu sebesar 60 %, atau 9 siswa dari 15 siswa.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Dari hasil analisis data, dekskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan, yaitu tingkat kemampuan *shooting* peserta ekstrakurikuler Tahun Ajaran 2018/2019 mayoritas masih rendah, dimana terdapat 9 siswa (60%) dalam kategori sangat rendah. Siswa hanya mampu memasukan bola ke dalam ring rata-rata dibawah 5. Sedangkan siswa yang dinilai memiliki tingkat kemampuan *shooting* baik hanya terdapat 1 siswa (6.67%) dan sangat baik 3 siswa (20%) dengan rerata bola masuk antara 6 sampai >7 bola masuk dalam ring.

Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan, yaitu:

1. Siswa yang masih mempunyai keterampilan bermain bola basket kurang dan kurang sekali, hendaknya meningkatkan latihan agar keterampilan dasarnya dapat meningkatkan dengan baik.
2. Pelatih hendaknya selalu melakukan evaluasi dengan tes untuk mengetahui tingkat keterampilan bola basket yang dimiliki peserta ekstrakurikuler, dengan demikian pelatih dapat memberikan porsi latihan yang lebih meningkat, dan dapat

digunakan untuk mencari bibit atlet bolabasket.

3. Sekolah untuk lebih memberikan fasilitas olahraga basket, agar minat siswa terhadap bola basket meningkat, dengan demikian keterampilan bermain juga dapat meningkat.
4. Peneliti berikutnya, agar dapat melakukan penelitian terhadap kemampuan *shooting* bolabasket dengan mengganti ataupun dengan menambah variable-variabel yang lain, dan juga memperluas lingkup.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambler, V. (1990). *Petunjuk Untuk Pelatih & Pemain Bola Basket*. Bandung: Pionir.
- Sudijiono, A. (2006). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT GrafindoPersada.
- Sugiyono. (2010). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta
- Suharsimi, A (2002). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Wissel, H. (2000). *Bola Basket (dilengkapi dengan program pemahiran teknik dan taktik)*. Jakarta : PT Rajagrafindo Persada