

TINGKAT KEMAMPUAN LAY UP SHOOT PADA SISWA YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER BOLABASKET DI SMK LEONARDO KLATEN

THE LEVEL OF LAY UP SHOOT ABILITY OF STUDENTS WHO PARTICIPATE IN BASKETBALL EXTRACURRICULAR IN VOCATIONAL HIGH SCHOOL LEONARDO KLATEN

Oleh: Anggoro Budi Prasetya, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, anggorobudi58@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini berorientasi dari hasil pengamatan kecenderungan siswa yang mengacu pada proses teknik *Lay up shoot*. Penelitian ini dilakukan karena melihat banyak kesalahan dari para pemain saat melakukan *Lay up shoot*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan *Lay up shoot* peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMK Leonardo Klaten. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan seluruh siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMK Leonardo Klaten yang berjumlah 25 siswa. Teknik pengambilan data menggunakan instrument tes untuk dari penelitian Faisal Imam Wicaksana (2015) yang sudah dinyatakan valid dengan nilai validitas 0,86. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif dengan persentase. Hasil analisis data menunjukkan bahwa, 2 siswa masuk dalam kategori sangat baik (8%), 6 siswa masuk dalam kategori baik (24%), 10 siswa masuk ke dalam kategori sedang (40%), 5 siswa masuk ke dalam kategori rendah (20%), dan 2 siswa masuk ke dalam kategori sangat rendah (8%), sehingga dari hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat Kemampuan *Lay Up Shoot* Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bolabasket di SMK Leonardo Klaten 10 siswa masuk dalam kategori sedang (40%).

Kata Kunci: Kemampuan, *Lay Up Shoot*, Peserta Ekstrakurikuler, SMK Leonardo Klaten

Abstract

This research's background was the results of the observation of students' technical Lay up shoot process tendency. This research was carried out as the poor of students' technical Lay up shoot. This study aims to determine the level of Lay up shoot ability of students who participate basketball extracurricular in Vocational High School Leonardo Klaten. This research is a quantitative descriptive study. The population were all the students who participate basketball extracurricular at Vocational High School Leonardo Klaten with a total of 25 students. Data collection techniques used was the tests instruments according to the research conducted by Faisal Imam Wicaksana (2015) which had been determined its validity of 0.86. Data were analyzed using descriptive analysis in the form of percentages. The results showed that, two students was including the excellent category (8%), 6 students of good category (24%), 10 students of medium category (40%), 5 students of the poor category (20 %), and 2 students of the very poor category (8%), thus it can be concluded that the level of Lay Up Shoot ability of students who participate Basketball Extracurricular in Vocational High School Leonardo Klaten was medium category (40%) of 10 students.

Keywords: Ability, *Lay Up Shoot*, Extracurricular Participant, Vocational High School Leonardo Klaten

PENDAHULUAN

Dalam satuan pendidikan terdapat tiga kegiatan yang merupakan jalur pendidikan formal yaitu pertama kegiatan intrakurikuler yang mencakup kegiatan proses belajar-mengajar dengan label mata pelajaran, pemberian waktu, serta penyebaran di kelas serta satuan pengajaran. Kedua adalah kegiatan kokurikuler yang merupakan pendidikan di luar jam pelajaran yang memiliki tujuan mendalami materi, serta lebih menghayati materi yang telah dipelajari pada waktu kegiatan intrakurikuler seperti tutor, les dan lain-lain. Ketiga adalah kegiatan ekstrakurikuler yaitu kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran dengan tujuan mengembangkan minat dan bakat peserta didik.

Terdapat berbagai macam jenis ekstrakurikuler yang banyak dijumpai di beberapa sekolah baik SMP dan SMA/SMK. Diantaranya ekstrakurikuler musik, karya ilmiah, olahraga dan lain-lain. Di SMK Leonardo klaten ekstrakurikuler terutama olahraga masih sedikit, hanya ada tiga cabang olahraga yang dijadikan program ekstrakurikuler yaitu sepakbola, bola voli dan bolabasket. Ekstrakurikuler yang rutin dan menjadi favorit siswa SMK Leonardo Klaten adalah bolabasket. Dilihat dari jumlah

peserta yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket, serta pernyataan guru pembina ekstrakurikuler yang menyatakan bahwa ekstrakurikuler bolabasket sebagai ekstrakurikuler olahraga yang paling diminati para siswa SMK Leonardo klaten. Permainan bolabasket merupakan jenis olahraga yang menggunakan bola besar dan dimainkan dengan tangan. Bolabasket merupakan olahraga yang sudah dikenal oleh banyak orang. Meskipun aturan-aturan dalam permainan bolabasket terbilang cukup rumit dan sulit dipahami, namun banyak orang yang menyukai dan memainkan olahraga ini. Permainan bolabasket di Indonesia sudah dikenal dan dimainkan sejak lama, baik oleh kalangan tua maupun muda, laki-laki maupun perempuan.

Menembak merupakan faktor teknik yang sangat penting dalam permainan bolabasket, karena kemenangan dalam pertandingan ditentukan oleh jumlah keberhasilan tembakan yang dibuat oleh satu regu. Dengan kata lain regu yang lebih banyak mengumpulkan poin dari total tembakan yang berhasil akan memenangkan pertandingan. Semakin dekat dengan ring basket, semakin besar kesempatanmu

untuk melakukan tembakan. Statistik tidak pernah berbohong. Statistik mengungkapkan bahwa para penembak tiga angka terbaik pun hanya berhasil 40 hingga 45 persen dari usaha lemparan tiga angka mereka. Persentase tembakan tertinggi adalah tembakan dalam, seperti *lay up*. Para pemain bolabasket yang melakukan sebagian tembakan mereka dari posisi yang dekat dengan ring basket biasanya memiliki ketepatan tembakan paling tinggi (persentase bola masuk), 55 hingga 60 persen berhasil dari semua usaha tembakan mereka (Jon Oliver, 2007:13).

Salah satu teknik menembak jarak dekat dalam permainan bolabasket adalah teknik *lay up shoot*. *Lay up shoot* adalah jenis tembakan yang dilakukan dengan sedekat mungkin dengan keranjang basket yang didahului dengan lompat-langkah-lompat. Tembakan *lay up* dapat didahului dengan berlari, menggiring, atau memotong kemudian berlari dan menuju ke arah ring basket.

Tembakan *lay up shoot* memiliki tingkat kesulitan dan kompleksitas yang tinggi karena mencakup beberapa unsur: pandangan, keseimbangan, posisi tangan, persejajaran siku, irama menembak, *follow through* (Hall Wissel, 1996: 46). Agar dapat melakukan tembakan *lay up*

shoot yang baik diperlukan upaya pelatihan yang sistematis, kontinyu, progresivitas dan pembinaan yang terarah dengan jelas.

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti pada saat latihan rutin dan pertandingan persahabatan peserta ekstrakurikuler bolabasket SMK Leonardo Klaten pelatih melihat rata-rata peserta ekstrakurikuler bolabasket SMK Leonardo klaten baik putra maupun putri memiliki kemampuan teknik *lay up shoot* yang kurang, karena masih sering terjadi kesalahan saat melakukan fase persiapan ketika melakukan langkah awal yang pendek pada saat *lay up*, hasil akhir bola yang dilepaskan bola tidak masuk. Menurut pendapat dari asisten pelatih, kemampuan teknik *lay up shoot* masih perlu diuji karena ada beberapa pemain yang masih sering tidak masuk dalam melakukan *lay up shoot*. Selain itu ekstrakurikuler bolabasket SMK Leonardo klaten tidak menggunakan lapangan bolabasket yang berada di lingkungan sekolah, dikarenakan tidak memenuhi *standard* untuk lapangan bolabasket sehingga pihak sekolah menyewa tempat lapangan bolabasket di GOR Gelarsena klaten sebagai tempat latihan. Peneliti melihat walaupun menyewa lapangan di GOR Gelarsena

klaten kondisi lantai lapangan terlihat kurang bagus karena ada beberapa kayu bagian dari lapangan terlepas. Hal itu bisa menjadi kekurangan yang dapat mempengaruhi latihan para peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMK Leonardo klaten, terutama saat latihan teknik *lay up shoot*.

Berdasarkan paparan tersebut dan untuk memberikan bukti empirik

METODE PENELITIAN

Metode Penelitian

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, 2013:6). Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif adalah metode penelitian yang tidak dimaksudkan untuk

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada hari Senin, 14 Maret 2016 pukul 18.00 WIB - selesai di lapangan bolabasket GOR Gelarsena klaten.

Subyek Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan

terhadap tingkat kemampuan teknik *lay up shoot* peserta ekstrakurikuler bolabasket SMK Leonardo Klaten, maka peneliti tertarik melakukan penelitian pada peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMK Leonardo Klaten yang berjudul “tingkat kemampuan teknik *lay up shoot* pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMK Leonardo Klaten”.

menguji hipotesis tertentu, tetapi hanya menggambarkan tentang suatu variabel, gejala atau keadaan. Metode yang digunakan adalah metode tes dan pengukuran. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan teknik *lay up shoot* pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMK Leonardo Klaten.

karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Jadi populasi bukan hanya orang, tetapi juga objek dan benda-benda alam yang lain. Populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada objek/subjek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik/sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek

itu. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMK Leonardo Klaten yang berjumlah 25 anak.

Prosedur

Penelitian ini menggunakan tes dan pengukuran dari Faisal Imam Wicaksana (2015) yaitu dengan melakukan teknik *lay up shoot* sebanyak 8 kali dengan memilih salah satu sisi dari lapangan bola basket.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data.

Dalam penelitian tingkat keterampilan teknik *lay up shoot* ini peneliti mengambil tahapan tes dari penelitian Faisal Imam Wicaksana (2015). Instrumen ini telah baku dengan diketahui validitasnya yaitu dengan menggunakan validitas isi (*Content Validity*). Validitas isi (*Content Validity*) adalah ketepatan suatu alat ukur ditinjau dari isi alat ukur tersebut. Adapun instrumen ini telah divalidasi secara empiris dan teoritis oleh Ibu Tri Ani Hastuti, M.Pd selaku validator, karena beliau pengampu mata kuliah bolabasket di kampus Universitas Negeri Yogyakarta.

Teknik Analisis Data

Dalam statistik deskriptif ini akan dikemukakan cara-cara penyajian

data, dengan penjelasan analisis persentase yang terbagi menjadi 5 kategori, baik sekali, baik, cukup, kurang, dan kurang sekali.

Menurut Anas Sudijono (2006: 175) untuk mengubah *raw skor* (skor mentah) ke dalam nilai standar skala 5 atau nilai huruf: A-B-C-D dan F, patokan yang digunakan adalah :

—————→	A
Mean + 1,5 SD	
—————→	B
Mean + 0,5 SD	
—————→	C
Mean – 0,5 SD	
—————→	D
Mean – 1,5 SD	
—————→	F

Sehingga dari patokan di atas dengan menggunakan mean dan standar deviasi, skor mentah dapat dikonversikan ke dalam kategori T skor, sangat baik, baik, sedang, rendah dan sangat rendah sesuai dengan tabel di bawah ini.

Tabel 1. Kategori Penilaian

No.	Rentang Normal	Kategori
1.	$M + 1,5 SD \leq X$	Sangat Baik
2.	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	Baik
3.	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	Sedang
4.	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	Rendah
5.	$X < M - 1,5 SD$	Sangat Rendah

Keterangan :

M: Mean

SD: Standar deviasi

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Diperoleh rata-rata 8,58; nilai tengah (*median*) modus 9 dan 10; standar deviasi 1,9; nilai minimal sebesar 5; dan nilai maksimal sebesar 12.

Tabel 2. Kategorisasi Hasil Data teknik *lay up shoot* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMK Leonardo Klaten.

Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
$11,43 \leq X$	2	8	Sangat Tinggi
9,54–11,42	6	24	Tinggi
7,63–9,53	10	40	Sedang
5,73–7,62	5	20	Rendah
$X \leq 5,72$	2	8	Sangat Rendah
Jumlah	25	100	

Dari tabel diatas dapat terlihat bahwa frekuensi tingkat kemampuan *lay up shoot* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMK Leonardo Klaten, 2 siswa mempunyai

kemampuan sangat baik (8%), 6 siswa mempunyai kemampuan *lay up shoot* baik (24%), 10 siswa memiliki kemampuan sedang (40%), 5 siswa mempunyai kemampuan rendah (20%), dan 2 siswa tercatat mempunyai kemampuan *lay up shoot* yang sangat rendah. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan *lay up shoot* pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMK Leonardo Klaten, 10 siswa mempunyai tingkat kemampuan sedang (40%).

Dari data yang diperoleh terlihat bahwa tingkat kemampuan *Lay Up Shoot* pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMK Leonardo Klaten masuk dalam 10 anak masuk kategori sedang (40%) dan 6 siswa masuk dalam kategori baik (24%). Ini membuktikan bahwa teknik kemampuan *lay up shoot* pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMK Leonardo Klaten memiliki teknik *lay up shoot* yang sudah dikatakan cukup, hasil latihan yang telah dilakukan pelatih selama ini dapat diterima dan dilaksanakan oleh pemain dengan baik sesuai dengan tahapan-tahapannya. Pernyataan di atas berhubungan dengan teori kemampuan yang menyatakan bahwa kemampuan

adalah daya untuk melakukan suatu tindakan sebagai hasil dari pembawaan dan latihan (Conny Semiawan, 1984:1). Jadi, untuk mendapatkan hasil yang maksimal dan lebih baik dalam penguasaan teknik *lay up shoot* diperlukan latihan dan pendidik agar suatu tindakan dapat dilakukan dimasa yang akan datang.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat kemampuan *Lay Up Shoot* pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMK Leonardo Klaten 10 siswa masuk ke dalam kategori sedang (40%).

Saran

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Bagi peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMK Leonardo Klaten supaya lebih rajin untuk meningkatkan keterampilan dalam bermain bolabasket dengan disiplin dalam mengikuti latihan, sehingga dapat memperoleh prestasi yang memuaskan.
2. Bagi pelatih agar menjadikan hasil

penelitian ini sebagai gambaran untuk menyusun program latihan bagi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket secara terstruktur.

3. Bagi guru Pembina ekstrakurikuler agar memberikan motivasi terhadap siswa yang memiliki bakat dan potensi dalam bermain bolabasket tetapi belum mengikuti ekstrakurikuler bolabasket, agar dapat menyalurkannya ke bidang bolabasket sehingga dapat meraih prestasi yang diharapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anas Sudijono.(2006). *Pengantar Statistik Pendidikan*.Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Conny.S., Munandar, A.S. &Munandar S.C. (1984).*Memupuk Bakat Dan Kreativitas Siswa Sekolah Menengah*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Faisal Dwi Wicaksana (2015). *Tingkat Keterampilan Lay Up Shoot Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket Di SMA N 1 Imogiri Bantul Yogyakarta*. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Hall Wissel. (1996). *Bolabasket: Langkah Untuk Sukses*.Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Jon Oliver. (2007). *Dasar – Dasar Bolabasket*. Pakar raya: PT Intan Sejati.
- Sugiyono. (2007). *Statistika untuk Penelitian*.Bandung, Cv, Alfabeta.