

PERBEDAAN KEEFEKTIFAN ANTARA *LAY UP SHOOT* MELALUI PAPAN PANTUL DAN *LAY UP SHOOT* LANGSUNG KE RING BASKET PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET DI SMA N 1 KARANGANOM KLATEN

Oleh: Silvi Lutfi Ary Noor Chasanah

Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, FIK Universitas Negeri Yogyakarta

email: 13601244038@student.uny.ac.id

Abstrak

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat keefektifan antara *lay up shoot* melalui pantul papan dan *lay up shoot* langsung ke ring basket dalam permainan bola basket pada siswa SMAN 1 Karanganyam Klaten yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket. Serta untuk mengetahui mana yang lebih efektif antara *lay up shoot* melalui papan pantul dan *lay up shoot* langsung ke ring. Desain penelitian adalah penelitian deskriptif komparatif dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Populasi penelitian adalah peserta ekstrakurikuler bola basket di SMAN 1 Karanganyam Klaten yang berjumlah 26 siswa. Instrumen yang digunakan adalah tes *lay up shoot*, yaitu *lay up shoot* 8 kali melalui papan pantul, dan 8 kali *lay up shoot* langsung ke ring basket dari Sodikun (1992: 125) yang dimodifikasi. Analisis data menggunakan *uji t*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan tingkat keefektifan antara *lay up shoot* melalui pantul papan dan *lay up shoot* langsung ke ring basket pada siswa SMAN 1 Karanganyam yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket, dengan nilai t hitung 2,46 > t tabel 1,71 dan nilai signifikansi $0,02 < 0,05$. Nilai rerata *lay up shoot* melalui papan pantul sebesar 5,31, sedangkan rerata *lay up shoot* langsung ke ring basket sebesar 4,08. Demikian dapat disimpulkan bahwa *lay up shoot* melalui papan pantul mempunyai keefektifan yang lebih baik daripada *lay up shoot* langsung ke ring pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMAN 1 Karanganyam Klaten.

Kata kunci: *lay up shoot*, pantul papan, ring basket

Abstract

This study aimed to find out the difference in the effectiveness level between the lay up shot through the backboard and the lay up shot straight into the basketball rim in the basketball game among students joining the extracurricular basketball at SMAN 1 Karanganyam, Klaten, and to find out which one was more effective between the lay up shot through the backboard and the lay up shot straight into the basketball rim. The research design was a comparative descriptive research design in which the data were collected by a test and measurement. The research population comprised 26 students joining the extracurricular basketball at SMAN 1 Karanganyam, Klaten. The instrument was a lay up shot test, namely the lay up shot 8 times through the backboard, and the lay up shot 8 times straight into the basketball rim modified from Imam Sodikun (1992: 125). The data were analyzed by the t-test. The results of the study showed that there was a difference in the effectiveness level between the lay up shot through the backboard and the lay up shot straight into the basketball rim among students joining the extracurricular basketball at SMAN 1 Karanganyam, Klaten, with $t_{\text{observed}} = 2.46 > t_{\text{table}} = 1.71$ and a significance value of $0.02 < 0.05$. The mean score of the lay up shot through the backboards was 5.31, while the mean score of the lay up shot straight into the basketball rim was 4.08. It can be concluded that the lay up shot through the backboard is more effective than the lay up shot into the basketball rim among students joining the extracurricular basketball at SMAN 1 Karanganyam, Klaten.

Keywords: *lay up shoot*, *backboard*, *basketball rim*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan faktor yang sangat penting dalam kehidupan manusia, karena dengan adanya pendidikan diharapkan manusia dapat mengembangkan pengetahuan, keterampilan dan kreativitasnya. Keberhasilan di bidang pendidikan sangat ditentukan dalam pembelajaran. Proses pembelajaran merupakan rangkaian kegiatan komunikasi antara manusia yaitu orang yang belajar disebut siswa dan orang yang mengajar disebut guru. Pada proses pembelajaran guru akan menghadapi siswa yang memiliki karakteristik dan kemampuan yang berbeda-beda, sehingga seorang guru dalam proses pembelajaran tidak pernah lepas dengan masalah hasil belajar siswanya, karena hasil belajar merupakan ukuran dari hasil kemampuan siswa menerima pelajaran di sekolah.

Pada satuan pendidikan terdapat tiga kegiatan yang merupakan jalur pendidikan formal yaitu pertama kegiatan intrakurikuler yang mencakup kegiatan proses pembelajaran 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. Melalui kegiatan ekstrakurikuler ini siswa dapat memperdalam dan memperluas pengetahuan yang berkaitan dengan kemampuan masing-masing cabang olahraga, pembentukan nilai-nilai kepribadian siswa serta memunculkan bakat siswa yang berprestasi dalam bidangnya. Hal ini sangat penting agar pembinaan dan pembibitan dikalangan pelajar akan meningkat sejalan dengan harapan untuk dapat mencapai prestasi yang optimal. Dengan demikian, program ekstrakurikuler akan menambah pengetahuan dan kesempatan bagi siswa untuk

mengembangkan bakat yang di milikinya. Sehingga seorang guru harus dapat memperhatikan dan mengarahkan siswa yang memiliki kemampuan yang menonjol pada diri siswa agar bisa lebih baik dan menjadi suatu prestasi yang membanggakan. Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan untuk memenuhi tuntutan penguasaan kajian dan pelajaran dengan alokasi waktu yang diatur secara tersendiri berdasar pada kebutuhan, kegiatan ekstrakurikuler dapat berupa kegiatan pengayaan dan kegiatan perbaikan yang berkaitan dengan program kurikulum atau kunjungan studi ke tempat-tempat tertentu.

Berdasarkan hasil observasi ekstrakurikuler bola basket di SMAN 1 Karangnom dan pengamatan melalui pertandingan terakhir di Klaten, kemampuan yang dimiliki peserta masih kurang. Hal ini terlihat 2 dari 10 kali tembakan yang berhasil masuk ke dalam ring basket. Namun, ada 2 peserta yang mempunyai teknik dasar bermain bola basket yang sangat baik. Misalnya dari teknik menggiring bola peserta mampu menggiring bola dengan lincah, dan teknik *shooting* dari gerakan pelaksanaan, sampai ke gerakan *follow through* sudah terlihat baik. Teknik dasar merupakan hal yang paling penting dalam suatu cabang olahraga bola basket, karena teknik dasar akan menentukan cara melakukan suatu gerakan dasar yang baik.

Teknik menembak yang paling sering digunakan oleh peserta dalam pertandingan terakhir yang diadakan di Kabupaten Klaten, yaitu *lay up shoot*. Akan tetapi, peserta cenderung menggunakan teknik *lay up shoot* langsung ke ring basket, meskipun teknik *lay up shoot* dapat dilakukan dengan teknik *lay up shoot* melalui papan pantul. Teknik *lay up shoot* langsung ring yang dilakukan peserta kurang tepat, dikarenakan irama tembakan yang mereka lakukan tidak sesuai dengan teknik irama menembak yang benar. Selain itu peserta cenderung terburu-buru dalam melakukan *lay up*

shoot langsung ring. Pada dasarnya kemampuan *lay up* pada peserta yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMAN 1 Karanganyam cukup baik, namun belum maksimal serta belum sesuai apa yang diharapkan untuk mendapatkan prestasi bola basket di tingkat Kabupaten maupun Karisidenan.

Ambler (2009: 38) menyebutkan bahwa bola harus dilemparkan dekat dengan ke papan dengan pergelangan tangan dan jari-jari, seharusnya menyentuh papan dulu baru masuk ke dalam jala. Ini lebih baik daripada langsung ditembakkan agar masuk ke dalam jala.

Sumiyarsono (2002: 36) menambahkan bahwa saat melakukan tembakan *lay up* sebaiknya dipantulkan papan disekitar garis tegak pada petak kecil yang tergambar pada papan basket. Sedangkan Muhajir (2006: 17) menyebutkan bahwa pada saat pelaksanaan *lay up shoot* setelah mencapai titik lompatan tertinggi, tembaklah bola ke basket dengan satu tangan dibantu dengan lecutan dari pergelangan tangan. Yang dimaksud tembaklah bola ke basket disini adalah tembaklah bola langsung ke ring basket tanpa melalui papan pantul dahulu. Meskipun tembakan *lay up shoot* secara situasional seringkali dilakukan dengan cara dipantulkan ke papan pantul terlebih dahulu. Menurut Oliver (2007: 14) keberhasilan dalam melakukan *lay up* bisa dilakukan dengan atau tanpa bantuan papan. Namun, ketika seseorang pemain mendekati ring basket dari sisi kanan maupun kiri, penggunaan papan yang tepat akan meningkatkan kemungkinan berhasilnya tembakan.

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan teknik yang digunakan dalam memperoleh poin serta menjadi dasar peneliti untuk mengetahui perbandingan antara tingkat keefektifan *lay up shoot* langsung ke ring basket dan *lay up shoot* melalui papan pantul pada peserta SMAN 1 Karanganyam yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket.

METODE PENELITIAN

Penelitian yang dilakukan menggunakan desain penelitian deskriptif komparatif, yaitu penelitian yang membandingkan keberadaan satu variabel atau lebih pada dua atau lebih sampel yang berbeda, atau pada waktu yang berbeda (Sugiyono, 2007: 3). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA N 1 Karanganyam yang berjumlah 26 siswa. Seluruh populasi digunakan sebagai subjek penelitian, sehingga disebut penelitian populasi atau sampling jenuh..

Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan adalah tes keterampilan *lay up* dari Sodikun (1992: 125) yang dimodifikasi. Pelaksanaan tes dilakukan dari sisi sebelah kanan karena anak coba setelah dilakukan pengamatan tidak ada pemain yang kidal. Pelaksanaan tes diawali dengan pemanasan dilanjutkan dengan contoh pelaksanaan teknik *lay up shoot* dengan cara langsung ke ring basket, baru dilaksanakan tes *lay up shoot* sebanyak 8 kali. Teknik ini telah baku dengan diketahui validitasnya. Nilai validitas untuk *lay up shoot* papan pantul sebesar 0,496 sedangkan *lay up shoot* langsung ring sebesar 0,388. Reliabilitas *lay up shoot* papan pantul sebesar 0,860 dan reliabilitas *lay up shoot* langsung ring sebesar 0,627. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan teknik tes dan penilaian. Teknik analisis data terdiri dari uji hipotesis. Uji hipotesis menggunakan *paired t-test*. Pengujian dilakukan dengan aplikasi SPSS 21.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskriptif Statistik

Hasil penelitian *lay up shoot* melalui papan pantul memperoleh nilai minimal = 2, nilai maksimal = 8, rata-rata = 5,31, dengan *Std. Deviation* = 1,738, sedangkan *lay up shoot* langsung ke ring basket memperoleh nilai minimal = 1, nilai maksimal = 7, rata-rata = 4,08, dengan *Std. Deviation* = 1,998. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 1 sebagai berikut :

Tabel 1. Hasil Deskriptif Statistik

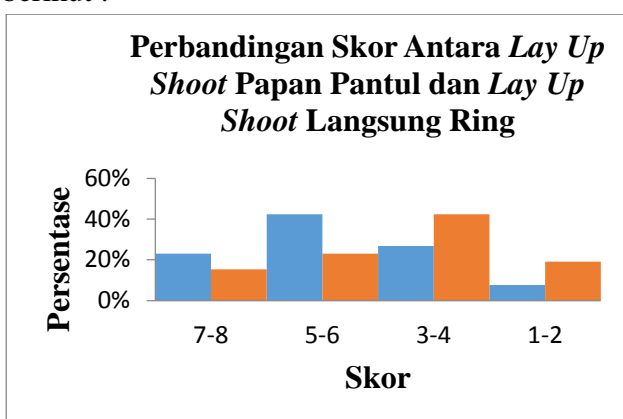
Statistik	Lay Up Shoot Melalui Papan Pantul	Lay Up Shoot Langsung Ke Ring Basket
<i>n</i>	26	26
<i>Mean</i>	5,31	4,08
<i>Median</i>	5,00	4,00
<i>Mode</i>	4	4
<i>Std. Deviation</i>	1,738	1,998
<i>Minimum</i>	2	1
<i>Maximum</i>	8	7

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, hasilnya dapat dilihat pada tabel 2 adalah sebagai berikut :

Tabel 2. Distribusi frekuensi tes *lay up* melalui papan pantul dan *lay up* langsung ke ring basket

Interval	Lay Up Shoot Melalui Papan Pantul		Lay Up Shoot Langsung ke Ring Basket	
	f	%	f	%
7-8	6	23,1 %	4	15,4 %
5-6	11	42,3 %	6	23,1 %
3-4	7	26,9 %	11	42,3 %
1-2	2	7,7 %	5	19,2 %
Jumlah	26	100%	26	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka data *lay up shoot* melalui papan pantul dan *lay up shoot* langsung ke ring basket pada siswa SMAN 1 Karangnom yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket tampak pada gambar berikut :



Gambar 1. Diagram batang tes *lay up* melalui papan pantul dan *lay up* langsung ke ring basket

Hasil Paired T-Test

Paired t-test digunakan untuk menguji hipotesis karena dalam penelitian ini sampel yang digunakan adalah sama. Kesimpulan penelitian dinyatakan signifikan jika nilai t hitung $>$ t tabel dan nilai sig lebih kecil dari 0.05 ($\text{sig} < 0.05$).

Tabel 3. Hasil *Paired T-Test lay up* melalui papan pantul dan *lay up* langsung ke ring basket

Kelompok	Mean	<i>t-test for Equality of Means</i>			
		t ht	t tb	Sig.	Selisih
Lay Up Shoot Melalui Papan Pantul	5,31	2,46	1,71	0,02	1,23
Lay Up Shoot Langsung ke Ring Basket	4,08				

Dari hasil uji-t dapat dilihat bahwa t hitung 2,46 dan t tabel 1,71 ($df=25$) dengan nilai signifikansi p sebesar 0,02. Oleh karena t hitung $2,46 >$ t tabel 1,71, dan nilai signifikansi $0,02 <$ $0,05$, maka hasil ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan. Dengan demikian hipotesis alternatif (H_a) yang berbunyi “Ada perbedaan keefektifan antara *lay up shoot* melalui pantul papan dan *lay up shoot* langsung ke ring basket pada siswa SMAN 1 Karangnom Klaten yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket”, diterima. Artinya ada perbedaan yang signifikan antara *lay up shoot* melalui pantul papan dan *lay up shoot* langsung ke ring basket pada siswa SMAN 1 Karangnom Klaten yang mengikuti ekstrakurikuler.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa “Ada perbedaan keefektifan antara *lay up shoot* melalui papan pantul dan *lay up shoot* langsung ke ring basket pada siswa SMAN 1 Karangnom yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket.”

Saran

Diperlukan adanya penelitian lebih lanjut dengan menambah variabel lain ataupun penelitian yang bersifat eksperimental.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambler, Vic (2009). Petunjuk untuk Pelatih dan Pemain Bola Basket. Bandung: Penerbit Pionir Jaya.
- Dedy Sumiyarsono. (2002). *Keterampilan Bolabasket*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY.
- Imam Sodikun. (1992). *Olahraga Pilihan Bolabasket*. Jakarta: Depdikbud
- Sugiyono.(2007). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.