

**STUDI TENTANG KEMAMPUAN TEKNIK DASAR TIM BOLA BASKET
SMA NEGERI 2 KOTA SOLOK**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai Salah
Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh

**DODI SETIAWAN
NIM. 14741**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2013**

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Studi Tentang Kemampuan Teknik Dasar Tim Bola Basket SMA Negeri 2 Kota Solok”**.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu peneliti menyampaikan terima kasih kepada :

1. Drs. Arsil, M.. Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan di Universitas Negeri Padang.
2. Drs. Yulifri, M. Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan olahraga yang telah menyisihkan waktunya sehingga skripsi ini bisa diselesaikan.
3. Drs. Nirwandi, M. Pd selaku pembimbing I dan Dra. Rosmawati, M. Pd selaku Pembimbing II, yang telah banyak memberikan bimbingan, nasehat serta dukungan moral kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Dr. Erizal. N, M. Pd, Drs. Edwarsyah, M. Kes, Nurul Ihsan, S. Pd. M. Pd selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan, nasehat dalam penyelesaian skripsi peneliti.
5. Staf Pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang atas bantuan dan waktu yang telah diberikan selama pengurusan skripsi ini.
6. Kepala SMA Negeri 2 Kota Solok dan guru penjasorkes SMA Negeri 2 Kota Solok yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk menjadikan siswanya sebagai sampel penelitian

7. Siswa SMA Negeri 2 Kota Solok yang telah bersedia meluangkan waktu untuk menjadi sampel penelitian.
8. Kepada kedua orang tua yang telah memberikan dorongan dan do'a sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Rekan-rekan mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini baik secara moril maupun materil.
10. Kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu sehingga skripsi ini dapat diselesaikan juga diucapkan terima kasih.

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Januari 2013

Peneliti

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah.....	7
D. Perumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian.....	8

BAB II KERANGKA TEORITIS

A. Kajian Teori	9
1. Permainan Bola Basket.....	9
2. Mengoper (<i>Passing</i>)	12
3. Menggiring bola (<i>dribbling</i>).....	17
4. Menembak (<i>Shooting</i>).....	24
B. Kerangka Konseptual	27
C. Pertanyaan Penelitian.....	29

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	30
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	30

C. Populasi dan Sampel	30
D. Jenis dan Sumber Data.....	31
E. Definisi Operasional	31
F. Teknik Pengumpulan Data	32
G. Instrumen Penelitian.....	33
H. Prosedur Penelitian.....	36
I. Teknik Analisis Data	36

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Analisis Deskriptif	38
B. Pembahasan.....	45

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	50
B. Saran	51

DAFTAR PUSTAKA.....	52
----------------------------	-----------

LAMPIRAN	54
-----------------------	-----------

Daftar Tabel

Tabel	Halaman
1. Norma nilai keterampilan bermain bola basket	37
2. Frekuensi kemampuan shooting tim bola basket SMA Negeri 2 kota Solok	38
3. Frekuensi kemampuan dribbling tim bola basket SMA Negeri 2 kota Solok	40
4. Frekuensi kemampuan passing tim bola basket SMA Negeri 2 kota Solok	41
5. Transformasi nilai keterampilan bermain bola basket tim bola basket SMA Negeri 2 kota Solok.....	43
6. Kategori keterampilan bermain bola basket tim bola basket SMA Negeri 2 kota Solok.....	43
7. Frekuensi keterampilan bermain bola basket tim bola basket SMA Negeri 2 kota Solok.....	44

Daftar Gambar

Gambar	Halaman
1. <i>Chest Pass</i> (Operan Dada)	13
2. <i>Bounce pass</i> (operan pantul)	14
3. <i>Baseball pass</i> (operan baseball)	15
4. <i>Over head pass</i> (operan di atas kepala).....	16
5. <i>Control Dribble</i>	18
6. <i>Speed Dribble</i>	20
7. <i>Foot fire dribble</i>	21
8. <i>Retreat dribble</i>	22
9. <i>Reverse dribble</i>	23
10. <i>Behind – The Back Dribble</i>	24
11. Kerangka Konseptual	28
12. Daerah sasaran pada tes <i>passing</i>	34
13. Gambar lintasan pada tes <i>dribbling</i>	35
14. Histogram Distribusi frekuensi kemampuan shooting tim bola basket SMA Negeri 2 kota Solok.....	39
15. Histogram Distribusi frekuensi kemampuan dribbling tim bola basket SMA Negeri 2 kota Solok	41
16. Histogram Distribusi frekuensi kemampuan passing tim bola basket SMA Negeri 2 kota Solok.....	42
17. Histogram Distribusi keterampilan bermain bola basket tim bola basket SMA Negeri 2 kota Solok.....	45

Daftar Lampiran

Lampiran	Halaman
1. Data Kemampuan Teknik Dasar Tim Bola Basket SMA Negeri 2 Kota Solok	54
2. Norma Nilai Keterampilan Bermain Bola Basket.....	55
3. Skala T-Tes Kecakapan Bermian Bola Basket Siswa SLTA Pria	56
4. Dokumentasi penelitian	58

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pembinaan dan pembangunan olahraga merupakan bagian dari peningkatan kualitas manusia yang ditujukan pada peningkatan kesehatan jasmani dan rohani seluruh masyarakat Indonesia. Disamping itu juga dapat memupuk watak, kepribadian, disiplin, sportifitas, dan kemampuan daya pikir serta pengembangan kemampuan olahraga. Olahraga merupakan salah satu bidang yang harus diperhatikan saat ini dalam pembangunan, karena olahraga bisa meningkatkan dan mengharumkan nama bangsa di kancah nasional maupun internasional. Undang-Undang RI No. 3 Tahun 2005 pasal 1 ayat 13 tentang sistem keolahragaan nasional menjelaskan bahwa: “olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan”

Dari kutipan diatas, bahwa olahraga prestasi dimasa sekarang dorongan berprestasi atau mencapai hasil yang lebih baik merupakan ciri hakiki pada manusia. Karena itulah, manusia dapat bertahan terus dan kian maju melalui dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan dalam membentuk dirinya serta dunia sekitarnya. Salah satu tujuan pembangunan dan pengembangan olahraga di Indonesia adalah untuk meningkatkan kemampuan olahraga, diantaranya adalah olahraga bola basket. Bola basket

merupakan olahraga beregu yang dimainkan dalam lapangan yang berukuran 26 x 14 meter. Menurut Arifin (2004:16) menjelaskan bahwa "Bola basket merupakan olahraga yang mengandung unsur-unsur gerakan yang kompleks dan beragam, artinya gerakan-gerakan yang dibutuhkan dalam bermain bola basket merupakan gabungan dari unsur-unsur gerakan yang saling menunjang". Ada beberapa gerakan permainan bola basket diantaranya adalah *passing*, *dribling*, dan *shooting*. Ketiga gerakan ini memerlukan kekuatan, keseimbangan, kecepatan, kelentukan dan koordinasi. Misalnya dalam melakukan gerakan shooting diperlukan kelentukan tangan, keseimbangan, daya ledak otot lengan, kecepatan gerakan, koordinasi kaki dan tangan.

Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Soedikun (1998:19) yang mengatakan "Olahraga bola basket terdiri dari teknik *passing*, *dribling* dan *shooting* serta pergerakannya sangat dominan sekali, maka dari itu olahraga bola basket sangat cocok sekali dijadikan sebagai alat dalam pendidikan jasmani". Untuk dapat bermain bola basket dengan baik maka masing-masing unsur teknik tersebut harus dipelajari satu persatu, dan selanjutnya perlu adanya koordinasi antara unsur gerak yang satu dengan yang lainnya. Kemampuan kemampuan pemain untuk menampilkan berbagai macam gerakan dalam permainan bola basket sangat bergantung pada penguasaan teknik-teknik dasar yang menunjang permainan ini.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara

keseluruhan. Oleh karena itu, pelaksanaan penjasorkes harus diarahkan pada pencapaian tujuan tersebut. Tujuan penjasorkes bukan hanya mengembangkan ranah jasmani, tetapi juga mengembangkan seluruh potensi siswa. Secara lengkap penjasorkes bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, kemampuan berfikir kritis, stabilitas emosional, kemampuan sosial, penalaran, dan tindakan moral melalui kegiatan aktivitas jasmani dan olahraga.

Penjasorkes memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana . Pembekalan pengalaman belajar di arahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat. Dalam proses pembelajaran Penjasorkes guru diharapkan mengajarkan berbagai kemampuan gerak dasar, teknik dan strategi permainan olahraga, internalisasi nilai – nilai (sportivitas, jujur, kerjasama, dan lain – lain) dan pola pembinaan hidup sehat yang dalam pelaksanaannya bukan melalui pengajaran yang konvensional di dalam kelas yang bersifat teoritis, namun melibatkan unsur fisik, mental intelektual, emosi dan sosial. Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus mendapatkan sentuhan, didaktik, metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran.

Selanjutnya dalam kurikulum Sekolah Menengah Atas (SMA), untuk mata pelajaran penjasorkes memuat materi teknik dasar dalam permainan dan olahraga, salah satu materi yang diajarkan adalah tentang bola

basket. Teknik dasar yang diajarkan dalam pembelajaran berupa *passing* atau mengoper, *dribling* atau menggiring dan *shooting* atau menembak, dan siswa diberikan pengetahuan dan pengalaman bermain bola basket. Seseorang dapat bermain bola basket dengan baik tentu harus memiliki kemampuan dalam berbagai teknik dasar permainan bola basket. Teknik dasar dalam permainan bola basket dapat diartikan cara memainkan bola dengan efektif dan efisien sesuai dengan peraturan yang berlaku dalam mencapai suatu hasil yang optimal”. Dengan demikian dapat diartikan bahwa teknik yang baik dalam permainan bola basket tentunya didasari oleh peraturan yang berlaku dan dilakukan secara efektif dan efisien dalam memainkan bola.

Dengan demikian dapat diartikan bahwa teknik dalam permainan bola basket merupakan serangkaian gerakan dalam memainkan bola secara efektif dan efisien, sehingga tujuan dari permainan tersebut dapat dicapai dengan baik. Di SMAN 2 Kota Solok telah melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler bola basket . Tim basket sekolah ini dilatih oleh guru penjasorkes dan diikuti siswa yang duduk di kelas X dan kelas XI. Latihan diberikan sebanyak dua kali dalam seminggu yaitu setiap sabtu sore dan minggu sore, tempat latihan lapangan bola basket di lingkungan sekolah. Pembinaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga permainan bola basket disekolah ini bertujuan untuk mengembangkan minat dan bakat siswa dalam cabang olahraga bola basket. Sehingga nantinya diharapkan dapat berprestasi dalam mengikuti pertandingan-pertandingan, baik antar sekolah, ditingkat kecamatan atau

pertandingan - pertandingan yang telah diagendakan oleh Dinas Pendidikan yang dikenal dengan pertandingan olahraga tingkat pelajar.

Mencapai prestasi dalam olahraga permainan bola basket tidaklah mudah karena harus didukung oleh banyak faktor, sehingga dalam pembinaannya berjalan dengan baik dan tujuan yang hendak dicapai dengan mudah didapatkan. Diantara faktor-faktor tersebut adalah sarana dan prasarana yang diperlukan untuk berlatih harus tersedia dengan baik, motivasi siswa dalam berlatih, kemampuan dan pengalaman guru penjasorkes sebagai pelatih, kondisi fisik siswa, lingkungan tempat berlatih, dukungan kepala sekolah, dukungan orang tua dan penguasaan kemampuan teknik dasar permainan bola basket tersebut.

Berdasarkan observasi dan pegamatan penulis dilapangan, terhadap tim bola basket SMAN 2 Kota Solok dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola basket, penulis menduga kemampuan teknik dasar bola basket siswa masih rendah. Hal ini dapat dilihat pada saat mereka melakukan *passing* bola yang tidak sampai pada lapangan teman. Kemudian mendribbling bola masih belum baik karena terlihat ketika menggiring bola, bola yang digiring kepada teman masih melenceng dan didapati oleh lawan. Artinya siswa belum mempunyai kemampuan dalam mendribbling bola. Begitu juga dengan melakukan *shooting*, sikap badan, lemparan bola dan jalannya bola serta bola yang tidak masuk ke ring sehingga tidak menghasilkan poin atau angka. Selanjutnya penulis melihat dalam berlatih

ada siswa yang belum mampu mengoper atau mendribbling bola dengan baik, sehingga gagal untuk melakukan tembakan bola ke ring.

Melihat kenyataan diatas, maka pada kesempatan ini penulis ingin melakukan suatu penelitian tentang kemampuan teknik dasar bola basket yang dimiliki tim bola basket SMAN 2 Kota Solok. Nantinya penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai gambaran tentang kemampuan teknik dasar bola basket siswa dan dicari solusinya sehingga siswa mempunyai kemampuan dalam bermain olahraga bola basket.

B. Identifikasi Masalah

Bertitik tolak dari latar belakang masalah diatas, maka dapat diidentifikasi masalah-masalah penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Sarana dan prasarana sekolah
2. Motivasi siswa
3. Kemampuan dan pengalaman guru penjasorkes sebagai pelatih
4. Kondisi fisik siswa
5. Lingkungan tempat berlatih
6. Dukungan orang tua
7. Kemampuan teknik dasar *passing*
8. Kemampuan teknik dasar *shooting*
9. Kemampuan teknik dasar *dribbling*
10. Timing

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah diatas cukup banyak yang perlu dibahas. Namun mengingat terbatasnya waktu, dana, dan kemampuan yang dimiliki maka penulis membatasi tentang kemampuan teknik dasar, yang terdiri dari :

1. Teknik *passing*
2. Teknik *dribbling*
3. Teknik *shooting*

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang dikemukakan diatas, maka rumusan masalah penelitian ini yaitu:

1. Bagaimanakah kemampuan teknik dasar *passing* tim bola basket SMAN 2 Kota Solok?
2. Bagaimanakah kemampuan teknik dasar *dribbling* tim bola basket SMAN 2 Kota Solok?
3. Bagaimanakah kemampuan teknik dasar *shooting* tim bola basket SMAN 2 Kota Solok?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui atau mengungkapkan tentang kemampuan teknik dasar tim bola basket SMAN 2 Kota Solok.

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan tujuan dalam penelitian ini nantinya diharapkan berguna sebagai bahan masukan yang berarti:

1. Penulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana (S.Pd) pada Jurusan Pendidikan Olahraga Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Mahasiswa sebagai bahan bacaan pada perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan perpustakaan pusat Universitas Negeri Padang.
3. Peneliti selanjutnya sebagai pedoman dan bahan referensi dalam meneliti kajian yang sama secara lebih mendalam.
4. Pelatih tim bola basket SMAN 2 Kota Solok sebagai masukan dalam pengembangan dan pembinaan olahraga bola basket sehingga prestasi bola basket tim dapat ditingkatkan.