

**TINJAUAN KEMAMPUAN TEKNIK DASAR BOLA BASKET EKSTRAKURIKULER
SISWA SMP NEGERI 2 GUNUNG TALANG**

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan Pada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang*



**IQLIL SUCI RAMADHANI
NIM. 21086202/2021**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAH RAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAH RAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2025**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

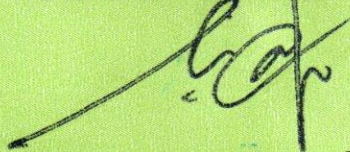
SKRIPSI

Judul : Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket
Ekstrakurikuler Siswa SMP Negeri 2 Gunung Talang
Nama : Iqlil Suci Ramadhani
NIM : 21086202
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Juli 2025

Disetujui Oleh:

Kepala Departemen
Pendidikan Olahraga



Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd., M.Pd
NIP. 19890901 201803 1 001

Pembimbing



Indri Wulandari, S.Pd., M.Pd
NIDN. 0026069101

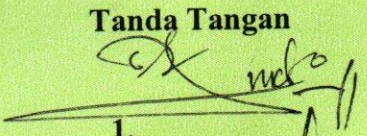
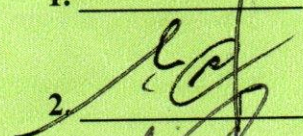
PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Iqlil Suci Ramadhani
NIM : 21086202

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
dengan judul

Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket Ekstrakurikuler Siswa
SMP Negeri 2 Gunung Talang

Padang, Juli 2025

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Indri Wulandari, S.Pd., M.Pd	1. 
2. Anggota	: Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd., M.Pd	2. 
3. Anggota	: Frizki Amra, S.Pd., M.Pd	3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa tesis dengan judul Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket Ekstrakurikuler Siswa SMP Negeri 2 Gunung Talang adalah asli karya saya sendiri
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Juli 2025
Yang membuat pernyataan,



Iqlil Suci Ramadhani
NIM. 21086202/2021

ABSTRAK

Iqlil Suci Ramadhani (2025) : Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket Ekstrakurikuler Siswa SMP Negeri 2 Gunung Talang

Permasalahan dalam penelitian ini adalah masih rendahnya penguasaan teknik dasar bola basket pada siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Gunung Talang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana kemampuan teknik dasar bola basket siswa yang tergabung dalam ekstrakurikuler tersebut. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif Kuantitatif. Populasi penelitian terdiri dari 35 siswa yang aktif mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 2 Gunung Talang. Sampel dipilih menggunakan teknik purposive sampling, dengan jumlah sampel sebanyak 20 siswa putra. Instrumen penelitian berupa serangkaian tes keterampilan teknik dasar bola basket, yang mencakup kemampuan passing, dribbling, dan shooting. Analisis data dilakukan menggunakan teknik analisis statistik deskriptif.

Hasil penelitian terhadap 20 siswa menunjukkan bahwa: (1) Kemampuan *Passing*, 10% kategori baik sekali, 10% baik, 20% sedang, 35% kurang, 25%, dan kurang sekali. (2) Kemampuan *Dribbling*, 10% kategori baik sekali, 35% baik, 20% sedang, 15% kurang, dan 20% kurang sekali. (3) Kemampuan *Shooting*, 0% kategori baik sekali, 10% baik, 20% sedang, 55% kurang, dan 15% kurang sekali. Disimpulkan bahwa kemampuan teknik dasar siswa ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 2 Gunung Talang dikategorikan Sedang.

Kata Kunci : Tinjauan, Teknik Dasar, Bola Basket

ABSTRACT

Iqlil Suci Ramadhani (2025) : *Survey of Basic Technical Ability of Extracurricular Basketball of Junior High School Students 2 Gunung Talang*

The problem in this study is the low mastery of basic basketball techniques among students participating in extracurricular activities at SMP Negeri 2 Gunung Talang. The purpose of this study was to determine the extent of the basic basketball technique abilities of students participating in these extracurricular activities. The approach used in this study was a descriptive method.

This research is a descriptive quantitative study. The population consisted of 35 students actively participating in the basketball extracurricular at SMP Negeri 2 Gunung Talang. The sample was selected using a purposive sampling technique, with a sample size of 20 male students. The research instrument consisted of a series of basic basketball skills tests, covering passing, dribbling, and shooting. Data analysis was conducted using descriptive statistical analysis techniques.

The results of the study on 20 students showed that: (1) Passing ability, 10% were in the very good category, 10% were good, 20% were moderate, 35% were less, 25% were very poor, and very poor. (2) Dribbling ability, 10% were in the very good category, 35% were good, 20% were moderate, 15% were less, and 20% were very poor. (3) Shooting ability, 0% were in the very good category, 10% were good, 20% were moderate, 55% were less, and 15% were very poor. It was concluded that the basic technical abilities of the extracurricular basketball students at SMP Negeri 2 Gunung Talang were categorized as moderate.

Keywords : *Survey,Basic Techniques,Basketball*

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim

Assalamu 'alaikum Wr.Wb.

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas rahmat, karunia dan hidayah-Nya yang senantiasa mengiringi langkah penulis, sehingga akhirnya skripsi dengan judul **“Tinjauan Teknik Dasar Bolabasket Ekstrakurikuler Siswa SMP Negeri 2 Gunung Talang”** ini dapat terselesaikan dengan baik.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak akan selesai tanpa dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Dengan penuh rasa terimakasih, saya ingin menyampaikan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada :

1. Terima kasih tak terhingga kepada cinta pertama ku yaitu Ayahanda Joni Alexander dan surgaku ibunda tercinta Marsa Yulia beliau sangat berperan penting bagi penulis terimakasih atas segala pengorbanan dan tulus kasih yang diberikan, beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan bangku perkuliahan dimana cita cita beliau agar bisa bersekolah tinggi, namun beliau mampu senantiasa memberikan yang terbaik untuk penulis, tak kenal lelah mendoakan serta memberikan perhatian dan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai meraih gelar sarjana yang diimpikan.
2. Kepada kakak tersayang Amara Yolanda Putri terimakasih untuk semuanya hiduplah lebih baik dan bahagia, terimakasih telah mengorbankan mimpi-mimpimu demi membiayai pendidikanku agar mimpi-mimpiku tumbuh. Setiap tetes keringatmu dalam mencari nafkah adalah bukti kasih sayang

3. yang tak ternilai, keberhasilan hari ini adalah berkat pengorbananmu .Kepada kedua adikku Tersayang yaitu Muhammad Aziz dan Muhammad Ikhsan semoga skripsi ini bisa menjadi penyemangat bagimu untuk meraih cita citamu. Mari kita terus berjuang bersama, saling mendukung dan meraih mimpi-mimpi kita,semoga kalian bisa lebih sukses dari kakak kalian.
4. Ibu Indri Wulandari, S.Pd., M.Pd., selaku dosen pembimbing skripsi yang telah berperan penting dalam proses penulis terima kasih atas segala kebaikan, dukungan, arahan, saran dan doa yang telah membantu penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd. selaku ketua Departemen Pendidikan Olahraga, Dosen Penguji dan juga sekaligus dosen Pembimbing Akademik penulis yang telah memberikan bimbingan,dukungan dan saran yang membangun kepada penulis dengan sabar dan penuh semangat sehingga terselesaikannya skripsi ini.
6. Bapak Frizki Amra, S.Pd.,M.Pd. selaku dosen penguji yang telah memberikan bimbingan,masukan dan saran yang membangun kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Bapak Krismadinata,S.T,M.T,Ph.D. selaku Rektor Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan pelayananyang optimal sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis mengikuti perkuliahan.

9. Tante Marrita dan suami Darul, terimakasih atas dukungan selama penulis berproses sehingga penulis mampu menyelesaikan studinya dan terimakasih telah menjadi tempat penulis kembali serta menerima keluh kesah penulis selama ini, tante sangat berperan penting untuk anak dan keponakan agar terus bersekolah tinggi karna itu impian tante sejak dari dulu, kini cepat atau lambat impian itu akan terwujud.
10. Teruntuk *Fams* Amak Imar, Nenek (Narumi) dan kakek (Naharuddin) yang senantiasa melangitkan doa doa baik, memberikan dukungan dan cinta kasihnya selama ini, sungguh luar biasa nikmat menjadi cucu ke empat dari sebelas bersaudara. Untuk Uni (Yeni Oktavia) dan abang ipar (Joni Asmara) terimakasih untuk motivasi yang sangat membangun sehingga penulis bisa giat dan rajin demi bisa sepertimu dan juga semua adik adik penulis serta abang terimakasih telah memberikan doa kepada kakak kalian semoga kalian bisa lebih sukses dari kakak kalian.
11. Teruntuk sahabat rasa saudara yang juga sangat membantu selama ini, Farah Diba Mezzaluna, Siti Fadilla, Rahmi Ramadhani, Ghina Alfiyyah, Putri Ayuni Mustapa, Dhaniel Deo Putra, Terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis, terimakasih telah mendukung, menghibur, mendengarkan keluh kesah dan selalu memberikan semangat apapun itu kepada penulis, Terimakasih kontribusi dalam penulisan skripsi ini, dan terakhir apapun itu terimakasih saudara/i penulis yang sangat penulis sayang, luff u <3. Teruntuk sahabat *since* 2018 Arinda Gea dan Wahyu Deffilia terimakasih atas masukan dan bantuan-bantuan kalian selama

perjalanan mulai awal proses belajar sampai dengan perjalanan akhir skripsi ini.

12. Rekan-rekan seperjuangan Pendidikan Olahraga Angkatan 2021, Terimakasih banyak telah menjadi bagian dari cerita hidup dan pengalaman yang tidak akan pernah terlupakan.
13. Iqlil Suci Ramadhani, ya! diri saya sendiri. Apresiasi sebesar-besarnya karena telah bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Terimakasih telah kuat sampai detik ini, yang mampu mengendalikan diri dari tekanan luar. Terimakasih telah mampu mengatur waktu, tenaga, pikiran dan tidak pernah memutuskan untuk menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri.

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

Padang, Juli 2025

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
BAB I	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Pembatasan Masalah	8
D. Perumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	10
BAB II.....	12
KAJIAN PUSTAKA.....	12
A. Kajian Teori	12
B. Penelitian yang Relevan.....	34
C. Kerangka Konseptual	37
D. Pertanyaan Penelitian.....	39
BAB III.....	40
METODOLOGI PENELITIAN.....	40
A. Jenis Penelitian.....	40
B. Tempat dan Waktu Penelitian	41
C. Defenisi Operasional Variabel Penelitian	41
D. Populasi dan Sampel	43
E. Teknik Pengumpulan Data.....	44
F. Instrumen Penelitian.....	46
G. Tahap Persiapan Tes	47
H. Teknik Analisis Data.....	53

BAB IV	55
HASIL PENELITIAN.....	55
A. Analisis deskriptif Kuantitatif	55
B. Hasil Pembahasan	63
C. Keterbatasan dalam Penelitian	67
BAB V.....	68
KESIMPULAN DAN SARAN.....	68
A. Kesimpulan	68
B. Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA	71
LAMPIRAN.....	74

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi peserta Ekstrakurikuler bolabasket SMP N 2 Gunung Talang.	43
Tabel 2. Sampel peserta Ekstrakurikuler bolabasket SMP N 2 Gunung Talang ..	44
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar Passing	56
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar Dribbling	58
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar Shooting	60
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Keterampilan Teknik Dasar	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. lapangan Bolabasket.....	13
Gambar 2. Jarak Area Hukuman.....	14
Gambar 3. Jarak Tinggi Ring Bolabasket	14
Gambar 4. Papan Pantul Bolabasket	15
Gambar 5. Bola Basket	15
Gambar 6. Teknik Passing (Chest pass).....	24
Gambar 7. Teknik Passing (Bounce pass).....	26
Gambar 8. Teknik Passing (Overhead pass)	27
Gambar 9. Teknik Dribble	28
Gambar 10. Teknik Shooting	33
Gambar 11. Kerangka konseptual	39
Gambar 12. Daerah sasaran tes Passing.....	49
Gambar 13.Tes Passing.....	49
Gambar 14.Daerah lintasan tes Dribling.....	51
Gambar 15.Tes Dribbling.....	51
Gambar 16.Daerah Sasaran tes Medium Shoot.....	53
Gambar 17.. Tes Shooting.....	53

DAFTAR GRAFIK

Grafik 1. Distribusi Data Passing.....	57
Grafik 2. Distribusi Data Dribbling	59
Grafik 3.Distribusi Data Shooting.....	61
Grafik 4. Nilai Kemampuan Teknik Dasar	63

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah salah satu bentuk dari upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia yang di arahkan pada pembentukan watak dan kepribadian, disiplin dan sportivitas yang tinggi, serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional. Dalam kehidupan modern ini manusia tidak dapat dipisahkan dengan olahraga, baik sebagai arena adu prestasi maupun sebagai kebutuhan untuk menjaga tubuh agar tetap sehat dan bugar. kebugaran merupakan kemampuan seseorang untuk menunaikan tugasnya sehari-hari dengan mudah, tanpa merasa lelah yang berlebihan , dan masih mempunyai sisa atau cadangan tenaga untuk menikmati waktu senggangnya dan keperluan-keperluan yang mendadak. Sebagian besar masyarakat Indonesia sangat menyukai olahraga, namun mereka belum mengetahui dengan jelas tentang bagaimana cara berolahraga yang benar, karena pada dasarnya berolahraga akan membuat tubuh seseorang menjadi sehat dan bugar. Hal ini sesuai yang di jelaskan dalam Undang-Undang republik Indonesia nomor 11 tahun 2022 Bab 1 pasal 1 tentang sistem keolahragaan Nasional sebagai berikut:

Olahraga adalah segala kegiatan yang melibatkan pikiran, raga, dan jiwa secara terintegrasi dan sistematis untuk mendorong, membina serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, sosial, dan budaya. Keolahragaan adalah segala aspek yang berkaitan dengan Olahraga yang memerlukan pengaturan, pendidikan, pelatihan, pembinaan, pengembangan, peningkatan, pengawasan, dan evaluasi.

Olahraga adalah salah satu cara untuk sukses dan membuat orang bangga dengan bangsanya. Dunia dapat mengenali dan mengagumi sebuah bangsa berdasarkan prestasi atletiknya. Olahraga bola basket merupakan olahraga yang sangat populer di dunia, Amerika Serikat adalah salah satu contoh negara tersebut. Namun, hampir setiap negara di dunia menyadari bahwa Amerika adalah negara yang paling kuat dalam permainan bola basket. Sudah banyak liga profesional yang dibentuk di berbagai negara seluruh dunia, salah satunya *National Basketball Association* (NBA) di Amerika. NBA telah banyak melahirkan pemain legendarinya seperti Michael Jordan, Kobe Bryant, dan LeBron James. (Rika Widianita, 2023). Olahraga adalah suatu aktivitas yang banyak dilakukan oleh masyarakat, keberadaannya sekarang ini tidak lagi dipandang sebelah mata tetapi sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat (Asnaldi, 2019).

Sejarah bola basket dimulai dari Amerika Serikat. Permainan ini merupakan jenis permainan tim dan dikembangkan oleh James Naismith. James Naismith adalah direktur atletik Kanada-Amerika dan guru di Sekolah Pelatihan Internasional *Young Men's Christian Association* (YMCA) di Springfield, Massachusetts, AS. Naismith menciptakan olahraga bola basket karena dia menginginkan permainan di dalam ruangan untuk menggantikan olahraga musim dingin di luar ruangan. Permainan bola basket semakin berkembang hingga akhirnya masuk ke Indonesia pada abad ke-20 dan berkembang pesat di kalangan pemuda Indonesia. Pada 23 Oktober 1951, dibentuklah Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia (PERBASI) yang

diketuai oleh Tonny Wen serta sekretaris oleh Wim Latumet.(Sport et al., 2021)

Bola basket adalah salah satu olahraga yang dimainkan secara berkelompok yang terdiri dari dua tim yang masing-masing anggotanya terdiri dari lima pemain, dan masing-masing pemain akan bermain dengan memasukkan bola sebanyak-banyak nya ke dalam keranjang. Oleh karena itu, tujuan permainan bola basket adalah memasukkan bola ke dalam keranjang untuk mendapatkan poin dan menjaga area pertahanan agar lawan tidak bisa mendapatkan poin. Ada juga pengertian bolabasket berdasarkan Lina (2021:1) menjelaskan bahwa :

“Bola basket adalah sebuah olahraga yang para pemainnya berkelompok. Setiap kelompoknya terdiri atas dua tim, baik itu putra ataupun putri. Setiap timnya beranggotakan lima orang. Mereka bertanding untuk mencetak poin. Bagaimana mencetak poinnya? Mencetak poin dilakukan dengan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan”.

Dari uraian di atas dapat dijelaskan bahwa bolabasket terdiri dari 5 orang pemain, dan setiap pemain mempunyai tugas untuk memasukkan bola ke dalam ring basket.

Perkembangan bola basket mengalami kemajuan yang sangat pesat sejak munculnya Dr. James Naismith pertama kali, Dahulu olahraga ini menggunakan sebuah bola sepak dan dua buah keranjang buah persik sebagai perlengkapan bermainnya. Pada tahun 1896 Dr. James Naismith mendirikan Asosiasi Olahraga Amatir yang bertanggung jawab atas peraturan dan perubahan zaman, seiring berjalannya waktu, banyak siswa yang tertarik dengan bola basket dan kompetisi bola basket menyebar ke sekolah menengah

atas, universitas, klub gereja, dan barak, banyak siswa dari luar negeri belajar di Springfield Sports School. Permainan bola basket dibawa ke Eropa khususnya Perancis oleh seorang mahasiswa *Springfield* bernama Mel Rideout. Dengan cara ini, ia tumbuh di seluruh negara di dunia. Permainan bola basket dimainkan pada Olimpiade 1924 di Paris, Prancis. Pada tahun 1992, Federasi Bola Basket Amatir Internasional (FIBA) didirikan sebagai badan yang bertanggung jawab atas olahraga bola basket. (Sport et al., 2021)

Permainan bola basket adalah olahraga yang sangat mengandalkan keterampilan gerak. Oleh karena itu, jika seorang pemain memiliki keterampilan gerak yang baik, gerakan yang dilakukannya akan terlihat lebih indah. Hal ini tidak terlepas dari penguasaan teknik dasar dalam permainan bola basket. Teknik-teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain meliputi *footwork* (gerakan kaki), *shooting* (menembak), *passing* (mengoper), menangkap bola, *Dribbling*, gerakan dengan bola, gerakan tanpa bola, dan gerakan bertahan. Semua teknik ini dapat dirangkai menjadi satu kesatuan gerakan yang harmonis dalam permainan bola basket. (Nirwandi, 2016).

Dalam permainan bola basket, terdapat beberapa faktor yang memengaruhi kemampuan teknik dasar siswa untuk mencapai tujuan permainan. Salah satunya adalah kelincahan saat melakukan *Dribbling* (menggiring bola). Kelincahan ini sangat penting, karena dengan kelincahan yang baik, seorang pemain dapat dengan cepat dan tepat mengubah arah *Dribbling* sesuai dengan posisi yang diinginkan, menyesuaikan dengan situasi yang dihadapinya selama permainan. Selanjutnya, kecepatan dan kekuatan

saat melakukan *passing* (mengoper bola) sangat memengaruhi penguasaan teknik dasar. Ketika mengoper bola kepada rekan satu tim, diperlukan kecepatan dan kekuatan yang optimal agar bola yang dikirimkan sulit direbut atau dipotong oleh lawan. (Noval et al., 2023). Permainan bola basket tidak terlepas dari penguasaan teknik *Shooting*. Dalam bola basket, *shooting* merupakan jenis lemparan yang memiliki peran sangat penting. Pemain yang mampu melakukan *shooting* dengan baik menjadi ancaman serius bagi lawan, karena mereka dapat dengan mudah memasukkan bola ke ring dan mencetak poin untuk tim. Penguasaan teknik *shooting* memungkinkan pemain mengendalikan irama permainan dan mencetak banyak poin. Selain itu, pemain juga dapat mengecoh lawan atau membuat mereka salah mengantisipasi situasi, seperti saat melakukan *dribble* atau menghadapi tekanan lawan. Ketika tidak bisa melewati lawan, teknik *shooting* dapat dimanfaatkan untuk mencetak poin dan memenangkan pertandingan dengan lebih efektif (Rustanto, 2017).

Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 17 ayat 2 bahwa olahraga pendidikan dilaksanakan pada jalur pendidikan formal maupun non formal melalui kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler. SMP N 2 Gunung Talang menyelenggarakan berbagai kegiatan ekstrakurikuler, salah satunya adalah ekstrakurikuler bola basket. Permainan bola basket menjadi salah satu kegiatan yang ada diluar jam sekolah SMP N 2 Gunung Talang. Kegiatan ekstrakurikuler bola basket di SMP N 2 Gunung Talang ini kurang kondusif

karena efektifnya kegiatan ekstrakurikuler ketika ada event basket saja. Dengan demikian, fisik dan performa pemain sangat menurun ketika adanya perlombaan. Pencapaian prestasi olahraga merupakan alasan yang tepat untuk menunjang pembangunan di bidang olahraga, terutama dalam pengadaan sarana dan prasarana olahraga. “Pembinaan dan pengembangan olahraga salah satu tujuannya adalah untuk mencapai prestasi. Prestasi dapat di artikan sebagai hasil tertinggi yang dicapai dalam pelaksanaan suatu kegiatan yang memiliki tujuan dan target”. (A.N.Putra & Vivali, 2017). Pertumbuhan olahraga bolabasket telah memperoleh reaksi positif dari warga di lingkungan sekolah, perihal ini bisa dilihat dari antusias siswa untuk masuk menjadi peserta ekstrakurikuler itu sendiri. Latihan ini kurang didukung dengan penyediaan sarana prasarana di lapangan, seperti bola yang sangat minim melihat jumlah siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler banyak dengan perbandingan bola satu digunakan oleh siswa enam orang padahal latihan yang dilakukan di SMP N 2 Gunung Talang lebih mengedepankan latihan *passing*, *shooting*, dan *Dribbling*.

Setelah penulis meninjau kegiatan ekstrakurikuler bolabasket di SMP N 2 Gunung Talang terdapat seorang pelatih yaitu guru PJOK di sekolah tersebut. Hasil dari percakapan penulis dengan siswa/i peserta ekstrakurikuler bolabasket, siswa lebih tertarik dan sangat antusias mengikuti latihan dengan pelatih yang memberikan contoh dan banyak variasi latihan walaupun pelatih belum memiliki lisensi melatih, dengan begitu siswa lebih cepat mengerti dan tidak bosan mengikuti latihan. Keterampilan bermain bolabasket perlu

didukung oleh fisik yang baik, mental yang bagus, dan teknik yang baik. Bukan hanya itu saja pihak sekolah juga harus mementingkan kegiatan non akademik dan tidak hanya mementingkan kegiatan akademik saja, seperti lapangan yang berlobang harus diperbaiki, bola yang kurang perlu ditambah atau jadwal pelajaran tambahan yang diadakan sekolah berubah-ubah sehingga mengganggu berlangsungnya jadwal ekstrakurikuler.

Berdasarkan penjelasan dari pelatih kegiatan ekstrakurikuler di SMP N 2 Gunung Talang, penulis melihat Penurunan dalam pelaksanaan teknik dasar pada peserta ekstrakurikuler, seperti *passing*, *Dribbling*, dan *shooting*, masih terlihat belum optimal dan terkendali. Hal ini tampak jelas saat siswa melakukan *passing*, di mana *passing* sering dilakukan tanpa kekuatan dan kecepatan yang cukup, sehingga bola kerap tidak mencapai target tangan penerima dan mudah direbut oleh lawan. Ketika melakukan *Dribbling*, atlet masih cenderung melihat ke bawah atau ke arah lantai, dengan pantulan bola yang terlalu tinggi hingga setinggi pinggang, serta kurang memperhatikan posisi rekan tim yang berada di area dengan penjagaan minim dari lawan. Selain itu, saat melakukan *shooting*, bola sering melenceng dari ring basket atau tidak mencapai ring (*airball*), sehingga gagal menambah poin untuk tim. Kondisi ini juga dikonfirmasi oleh guru PJOK sekaligus pelatih, saat sesi latihan di lapangan basket SMP N 2 Gunung Talang. Pelaksanaan teknik dasar seperti *passing*, *Dribbling*, dan *shooting* masih belum dikerjakan secara baik dan terkendali. Hal ini diduga disebabkan oleh rendahnya kemampuan teknik dasar pada peserta ekstrakurikuler basket SMP N 2 Gunung Talang.

Berdasarkan kasus yang telah dijelaskan sebelumnya, penulis melakukan kajian lebih mendalam untuk memahami inti permasalahan yang diamati, yaitu terkait kemampuan teknik dasar (*passing*, *dribbling*, dan *shooting*) para peserta ekstrakurikuler bolabasket SMP Negeri 2 Gunung Talang.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan sebelumnya, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut:

1. Apakah teknik (*passing*, *Dribbling*, *shooting*) yang dimiliki peserta ekstrakurikuler menyebabkan menurunnya prestasi peserta ekstrakurikuler bolabasket SMP N 2 Gunung Talang ?
2. Apakah pelatih (*coach*) menyebabkan menurunnya prestasi peserta ekstrakurikuler bolabasket SMP N 2 Gunung Talang ?
3. Apakah program latihan menyebabkan turunnya prestasi peserta ekstrakurikuler bolabasket SMP N 2 Gunung Talang ?
4. Apakah sarana prasarana latihan menyebabkan menurunnya prestasi peserta ekstrakurikuler bolabasket SMP N 2 Gunung Talang ?
5. Apakah dukungan pihak sekolah mempengaruhi prestasi peserta ekstrakurikuler bolabasket SMP N 2 Gunung Talang ?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan masalah yang telah penulis jelaskan tidak semua masalah akan penulis teliti, Penulis membatasi pada variabel tentang Teknik dasar ekstrakurikuler siswa SMP N 2 Gunung Talang meliputi :

1. Teknik *Passing* (mengoper bola ke kawan)
2. Teknik *Dribbling* (menggiring bola)
3. Teknik *Shooting* (memasukkan bola ke ring)

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah yang telah dijelaskan sebelumnya, peneliti merumuskan permasalahan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Apakah teknik dasar *Passing* peserta ekstrakurikuler bolabasket SMP N 2 Gunung Talang sudah baik ?
2. Apakah teknik dasar *Dribbling* peserta ekstrakurikuler bolabasket SMP N 2 Gunung Talang sudah baik?
3. Apakah teknik dasar *Shooting* peserta ekstrakurikuler bolabasket SMP N 2 Gunung Talang sudah baik?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 2 Gunung Talang pada Tahun Ajaran 2024/2025.

1. Untuk mengetahui kemampuan Teknik dasar *Passing* peserta ekstrakurikuler bolabasket SMP N 2 Gunung Talang.
2. Untuk mengetahui kemampuan Teknik dasar *Dribbling* peserta ekstrakurikuler bolabasket SMP N 2 Gunung Talang.

3. Untuk mengetahui kemampuan Teknik dasar *Shooting* peserta ekstrakurikuler bolabasket SMP N 2 Gunung Talang.
4. Untuk mengetahui kemampuan Teknik dasar peserta ekstrakurikuler bolabasket SMP N 2 Gunung Talang sudah baik ?

F. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

- a) Hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan kepada peneliti khususnya dan pihak-pihak yang terkait pada umumnya dalam mempertimbangkan pemberian variasi latihan bola basket kepada siswa SMP.
- b) Hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran yang mendetail mengenai tingkat keterampilan bola basket, sehingga dapat menjadi referensi dalam upaya meningkatkan kualitas latihan.

2. Secara Praktis

- a) Sebagai rekomendasi bagi guru PJOK atau pelatih, agar dapat lebih meningkatkan kemampuan dalam melatih dengan berbagai strategi yang bervariasi, serta memperbaiki dan meningkatkan proses latihan.
- b) Diharapkan dapat meningkatkan minat siswa terhadap bola basket, yang pada gilirannya akan meningkatkan prestasi bola basket di SMP Negeri 2 Gunung Talang. Hal ini diharapkan dapat berkontribusi dalam memperbaiki mutu dan citra sekolah di mata masyarakat.

- c) Sebagai masukan bagi sekolah agar lebih memperhatikan aspek-aspek yang berkaitan dengan keterampilan dasar siswa, sehingga dapat dilakukan upaya untuk mengembangkannya.
- d) Sebagai saran bagi siswa untuk terus mencari dan menjaga ilmu, serta berusaha mengembangkan pengetahuan yang dimiliki.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian deskriptif kuantitatif. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan teknik dasar bola basket siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Gunung Talang. Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang dilakukan terhadap peserta ekstrakurikuler di sekolah tersebut, diperoleh beberapa kesimpulan sebagai berikut:

- 1) Kemampuan Passing Bolabasket Ekstrakurikuler Siswa SMP Negeri 2 Gunung Talang terbanyak berada pada kategori “KURANG”.
- 2) Kemampuan Dribbling Bolabasket Ekstrakurikuler Siswa SMP Negeri 2 Gunung Talang terbanyak berada pada kategori “BAIK”.
- 3) Kemampuan Shooting Bolabasket Ekstrakurikuler Siswa SMP Negeri 2 Gunung Talang terbanyak berada pada kategori “KURANG”.
- 4) Kemampuan Teknik Dasar Bolabasket Ekstrakurikuler Siswa SMP Negeri 2 Gunung Talang terbanyak berada pada kategori “SEDANG”.

B. Saran

Merujuk pada kesimpulan yang telah disampaikan, penulis memberikan beberapa saran yang diharapkan dapat menjadi solusi dalam mengatasi permasalahan yang ditemukan terkait peningkatan kemampuan teknik dasar bola basket Ekstrakurikuler siswa SMP Negeri 2 Gunung Talang, antara lain:

- 1) Siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket diharapkan lebih giat dalam mengikuti latihan secara rutin dan disiplin, terutama dalam mengasah teknik dasar seperti *passing*, *dribbling*, dan *shooting*, agar kemampuan bermain bola basket dapat meningkat secara menyeluruh.
- 2) Pelatih atau guru pendidikan jasmani disarankan untuk memberikan perhatian lebih pada penerapan teknik dasar passing yang benar, terutama terkait posisi tangan, bola, dan kaki. Latihan sebaiknya dilakukan melalui metode drill secara berpasangan atau dalam kelompok kecil agar teknik dapat diulang secara efektif dan dikuasai dengan lebih baik.
- 3) Untuk mengembangkan kemampuan dribbling, latihan perlu difokuskan pada pengendalian bola menggunakan satu tangan, teknik dribbling rendah, serta kemampuan melakukan perubahan arah. Penggunaan alat bantu seperti cone atau latihan dalam bentuk permainan kecil dapat menjadi metode latihan yang efektif.
- 4) Kemampuan shooting dapat ditingkatkan melalui perbaikan teknik dasar, seperti penempatan kaki yang tepat, keseimbangan tubuh yang stabil, gerakan follow-through yang benar, serta konsentrasi penuh pada target. Latihan harus dilakukan secara berulang secara konsisten dan disertai evaluasi rutin untuk memantau perkembangan.
- 5) Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi atau acuan bagi pelatih dalam upaya meningkatkan kemampuan teknik dasar bola basket pada siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Gunung Talang.

- 6) Pihak sekolah disarankan untuk menyediakan sarana dan prasarana latihan yang memadai, seperti lapangan yang layak, bola basket yang cukup, dan perlengkapan pendukung lainnya agar kegiatan ekstrakurikuler dapat berlangsung dengan optimal.
- 7) Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan dorongan bagi peserta ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 2 Gunung Talang dalam meningkatkan kemampuan teknik passing, dribbling, dan shooting.

DAFTAR PUSTAKA

- Amra, F., Dkk. (2022). Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Bolabasket SMA Pembangunan Laboratorium UNP. *Jurnal JPDO*, 5(8), 88-94. Alfarisi R,
- Aldo Naza P, and Vivaldi Gazali. "Kontribusi Kelentukan Pinggang dan Kelincahan terhadap Kemampuan Dribbling Atlet Sepakbola PSTS Tabing Padang." *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga* 16.2 (2017).
- Ali, M. (2018). Meningkatkan pembelajaran chest pass melalui media simpai dalam permainan bolabasket siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Kuok tahun ajaran 2016/2017. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 2(4), 533-544.
- Asnaldi, A. (2019). Kontribusi Motor Ability dan Konsentrasi terhadap Kemampuan Penguasaan Kata Heian Yosdan Karateka Lemkari Dojo Angkasa Lanud Menssana, 4(1), 17-29. Padang. *Jurnal*
- Arsil. (2009). *Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Padang: FIK UNP.
- Boleng, L. M., & Arif, Y. (2021). Identifikasi Kemampuan Fisik Atlet Atletik Pada SMA Keberbakatan Propinsi Ntt. July, 1–10.
- Candra, O. (2017). Pengaruh Metode Kooperatif Terhadap Keterampilan Bermain Bolabasket Pada Siswa Puteri Kelas VIII Di SMP Negeri 9 Pekanbaru. *Journal Sport Area*, 2(1), 45. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2017.vol2\(1\).452](https://doi.org/10.25299/sportarea.2017.vol2(1).452)
- Deswandi. (2012). *Kebugaran Jasmani dan Kesehatan*. Padang: UNP
- Devita, A. (2013). Survey Tes Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Bermain Bola Basket (Passing, Dribbling, Dan Shooting) Pada Tim Bola Basket Putra Kelompok Umur 18 Tahun Klub Sahabat Semarang Tahun 2012. Universitas Negeri Semarang.
- Djami, Y. Y. (2018). *Basket Untuk Pemula (Teori & Praktik)*. Deepublish.
- Efendi, E. (2017). Kontribusi Kelincahan Dan Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Keterampilan Bermain Bolabasket. *Jurnal Performa Olahraga*, 2(01), 21-31.
- Fikri, M. D. (2013). Pengaruh Pelatihan 3-Point 5-Post Drill'S Terhadap Hasil 3-Point Shooting Pada Club Bolabasket Putra Sma Negeri 1 Taman Jurnal Ilmiah. *Jurnal Kesehatan Dan Olahraga*, 1–5.
- Harliawan Muhammad & Hasyim. (2024). Pembelajaran Permainan BolaBasket. PT Nasya Expanding Management.
- Idris, A., & Madri, M. (2019). Pengaruh Latihan Ballhandling Height Frekuensi

Dan Barrier Training Terhadap Kemampuan Dribbling Bolabasket. *Jurnal JPDO*, 2(2), 16-18.

Magdalena, M., Lina, R. K., & Trioclarise, R. (2023). Pengaruh Intervensi Core Stability Exercise Terhadap Keseimbangan Dinamis Pemain Basket Di SMP Negeri 152 Jakarta Tahun 2023. *Jurnal Fisioterapi Dan Kesehatan Indonesia*, 3(2), 31-39.

Madri M. (2022). THE BASIC LEARNING BASKETBALL TECHNIQUE (SUKABINA Press (Ed.); 2016th Ed.). Antonius Marbun, S.Si.

Madri, M. (2018). *The Basic Learning Basketball Technique*, Padang : Sukabina Press.

Madri, M. (2012). *The Basic Learning Basketball Technique*. Padang: Sukabina Press. 63

Madri, M. (2019). Pengaruh Latihan Ballhandling Height Frekuensi Dan Barrier Training Terhadap Kemampuan Dribbling Bolabasket. *Jurnal JPDO*, 2(2), 16-18

Majid, A., Yaslindo, Y., Nirwandi, N., & Sasmita, W. (2023). Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Atlet Bola Basket Klub Parmato Kota Solok. *Jurnal JPDO*, 6(7), 9-17.

Majid, A., & Sasmita, W. (2023). Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Atlet Bola Basket Klub Parmato Kota Solok. 6(7), 9–17.

Nirwandi. (2016). Tinjauan Keterampilan Teknik Dasar Klub Bola Basket Putra Sekolah Menengah Atas Pembangunan Laboratorium Universitas Negeri Padang. *Jurnal Menssana*, 1(2), 1–40.

Nirwandi, F. U. (2016). Tinjauan Keterampilan Teknik Dasar Klub Bolabasket Putra Sekolah Menengah Atas Pembangunan Laboratorium Universitas Negeri Padang. *Jurnal Menssana*, 1(2), 27-34.

Nirwandi, F. U., Yaslindo, F. U., & Firdaus, K. (2018). Pengaruh Metode Latihan Sistem Set Terhadap Peningkatan Kemampuan Daya Ledak Otot Lengan Pada Atlet Bolabasket Fik Unp. *Jurnal Menssana*, 3(1), 107-116.

Nirwandi, F. U. (2016). Tinjauan Keterampilan Teknik Dasar Klub Bolabasket Putra Sekolah Menengah Atas Pembangunan Laboratorium Universitas Negeri Padang. *Jurnal MensSana*, 1(2), 27-34.

Noval, A., Rosmawati, Nirwandi, & Wulandari, I. (2023). Tinjauan Keterampilan Teknik Dasar Bola Basket Siswa Di Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 Padang. *Jurnal Pendidikan Dan Olahraga*, 6(3), 62–68.

Rustanto, H. (2017). Meningkatkan Pembelajaran Shooting Bola Basket Dengan Menggunakan Media Gambar. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 6(2), 75–86.

- Saichudin, & Munawar, S. A. R. (2019). *Penulis: Dr. Saichudin, M.Kes Sayyid Agil Rifqi Munawar, S.Or.* 1–88.
- Sport, P., Model, E., Tanggung, T., Dalam, J., & Basket, B. (2021). *Sisi Wulandari, 2021 Pengaruh Sport Education Model Terhadap Tanggung Jawab Dalam Permainan Bola Basket Universitas Pendidikan Indonesia | Repository.Upi.Edu | Perpustakaan.Upi.Edu.* 1–6.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D.* In Alfabeta