

PENGARUH METODE BAGIAN PADA HASIL *SHOOTING* BOLA BASKET

Peni Yuliana*, Abdul Rachman Syam Tuasikal

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga

Universitas Negeri Surabaya

*peniyuliana16060464012@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Metode bagian merupakan metode yang digunakan untuk membagi secara bagian perbagian suatu keterampilan dengan tujuan agar siswa dapat lebih memahami suatu keterampilan secara perbagian dan mampu melakukan suatu keterampilan secara keseluruhan dengan baik dan benar. Metode bagian dapat diterapkan pada salah satu teknik dalam bola basket yaitu *shooting*. *Shooting* merupakan teknik bola basket yang harus dikuasai oleh seorang pemain dengan cara menembakkan bola ke keranjang untuk mendapatkan nilai sebanyak-banyaknya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode bagian pada hasil *shooting* bola basket. Jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen semu dengan menggunakan *one group pretest-posttest design*. Penentuan sampel menggunakan *purposive sampling*, dengan sampel 21 siswa perempuan yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket. Berdasarkan uji hipotesis pada hasil *shooting* bola basket pengaruh metode bagian memiliki nilai sig $0.00 < 0.05$, maka dapat dinyatakan bahwa terdapat pengaruh metode bagian pada hasil *shooting* bola basket. Dari hasil perhitungan peningkatan pengaruh metode bagian pada hasil *shooting* bola basket memiliki peningkatan sebesar 27% dengan selisih rata-rata 0.9 dari hasil *pretest* dan *posttest*.

Kata kunci : Metode Bagian, *Shooting*, Bola Basket

Abstract

Part method is a learning technique by breaking down the skill into smaller parts with the aim the students can better understand each part of the skill so that they are able to integrate and perform its entirety well. This method can be applied at shooting techniques in basketball. Shooting is technique in basketball that has to mastered by the player by shooting the ball to the basketball ring to get as many scores as possible. This study aimed to find out the effect of part method towards the result of the shooting in basketball. Moreover, in this study, quasi experiment was used with one group pretest-posttest design. The participant of the study 21 female students who were joining basketball extracurricular in which for this study they were selected by using purposive sampling. According to the hypothesis analysis on the result of the basketball shooting by using part method, this study showed that the sig value was $0.00 < 0.05$, therefore, it can be stated that there was an effect on its result. Based on the calculation, there was a 27% increase with an average difference of 0.9 from the pretest and posttest's result.

Keywords : Part Method, Shooting, Basketball

PENDAHULUAN

Pendidikan berperan penting bagi masyarakat, bangsa dan negara. Menurut Anindiyah (2017:490) pendidikan dapat dilakukan melalui kegiatan di sekolah maupun di luar sekolah, dengan tujuan mempersiapkan generasi penerus bangsa di masa depan yang akan datang. Suryani (2017:103) juga menyatakan bahwa pendidikan juga mempersiapkan siswa untuk dapat berperan di berbagai lingkungan di masa yang akan datang, yang dapat dilakukan melalui pengajaran, latihan dan bimbingan, dimana itu semua dapat dilakukan dan berlangsung di sekolah maupun di luar sekolah. Bagian terpenting dari adanya pendidikan secara keseluruhan adalah PJOK, karena dengan adanya PJOK siswa yang memiliki kegiatan yang padat di sekolah dan diluar sekolah dapat menjaga kebugaran jasmaninya. Menurut Yuliandra dan Bagus (2018:65) menyatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan media yang termasuk mata pelajaran yang dapat membantu siswa dalam merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang. Salah satu materi bola besar dalam PJOK yaitu bola basket. Bola basket merupakan salah satu olahraga yang banyak digemari dari semua kalangan, karena bola basket sendiri merupakan jenis olahraga yang tidak hanya menyehatkan dan menyenangkan, tapi juga dapat menghibur dan mendidik. Memasukkan bola ke dalam keranjang untuk mencetak *point* sebanyak-banyaknya, dan dimainkan oleh dua tim dengan masing-masing tim terdiri dari lima orang merupakan tujuan dari permainan bola basket. Struzik (2014) menyatakan bahwa *shooting* merupakan bagian dasar dalam permainan bola basket. Seorang pemain dapat mencetak *point* salah satunya dengan melakukan *shooting* bola basket, dimana *shooting* merupakan teknik dalam permainan bola basket yang dilakukan dengan cara menembakkan bola ke arah *ring* dengan tujuan mencetak *point* sebanyak-banyaknya. Menurut Rustanto (2017:76) seorang pemain dapat mengendalikan pola permainan dan dapat mencetak *point* yang banyak untuk timnya jika dapat menguasai *shooting* dengan baik dan benar. Rubiana (2017:252) menyatakan bahwa *shooting* merupakan keterampilan penting dalam permainan bola basket, dan menurut Tsay, dkk (2006) *shooting* merupakan teknik dasar yang dapat memberikan kesempatan menang lebih banyak. *Shooting* dapat dilakukan dengan menggunakan

satu atau dua tangan dan melompat dalam menembak (Okubo dan Hubbard, 2015). Permainan bola basket dapat diberikan pada saat kegiatan jam di luar sekolah, yaitu pada kegiatan ekstrakurikuler. Dimana ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan di luar jam sekolah, tujuan dari kegiatan ekstrakurikuler ini yaitu dapat mengembangkan potensi, bakat, minat, kemampuan, dan kepribadian seseorang dalam mendukung pencapaian pendidikan nasional secara optimal. Menurut Noor (2012:106) menyatakan bahwa kepribadian siswa dapat berkembang untuk memilih jalan tertentu melalui kegiatan ekstrakurikuler. Dengan adanya kegiatan ekstrakurikuler, siswa dapat lebih mengerti dan memahami teknik dalam permainan bola basket itu sendiri, dimana salah satu tekniknya adalah *shooting*. Berdasarkan hasil pertandingan Unesa Cup tahun 2015-2017 siswa perempuan yang mengikuti kejuaraan tersebut cenderung memaksakan sehingga kurang maksimal dan tidak ditunjang dengan pola gerak yang baik dan benar. Hal yang sama juga diungkapkan oleh pelatih SMP Negeri 19 Surabaya yang menyatakan bahwa siswa perempuan yang mengikuti ekstrakurikuler masih belum memaksimalkan teknik *shooting* yang baik dan benar. Oleh karena itu, perlu adanya metode yang digunakan dalam melakukan *shooting* bola basket dengan teknik yang baik dan benar. Suatu keterampilan atau pola gerak tidak mudah untuk dipelajari secara langsung, akan tetapi perlu bertahap dalam memahami dan mempelajari suatu keterampilan atau pola gerak, oleh karena itu metode bagian merupakan metode yang digunakan secara bagian perbagian dengan tujuan agar siswa dapat memahami setiap bagian-bagian suatu keterampilan atau pola gerak tersebut, dan akhirnya siswa dapat melakukan keterampilan atau pola gerak tersebut secara keseluruhan. Metode bagian dilakukan dengan cara memecah bagian-bagian dari suatu gerakan sebelum menjadi serangkaian gerakan secara keseluruhan. Siswa mempraktikkan bagian perbagian dari keseluruhan rangkaian teknik dasar, setelah siswa mempraktikkan secara keseluruhan teknik dasar tersebut, yang merupakan pendekatan siswa dengan metode bagian (Merrienboer dan Kester, 2008). Metode bagian dapat dilakukan untuk mempermudah siswa dalam memahami suatu teknik keterampilan atau pola gerak. Berdasarkan uraian diatas penulis ingin mengetahui pengaruh metode bagian dalam mengetahui hasil *shooting* bola basket dengan judul

“Pengaruh Metode Bagian Pada Hasil *Shooting* Bola Basket”.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen semu (*quasi experiment*) dengan pendekatan kuantitatif. Dalam suatu penelitian harus terdapat desain penelitian mengingat sifatnya sangat penting. *One Group Pretest-Posttest Design* merupakan desain penelitian yang digunakan.. Tidak ada kelompok kontrol dan penempatan subjek secara acak, sehingga dalam desain ini memiliki kelebihan yaitu adanya *pre-test* dan *post-test* yang dapat mengetahui perbedaan hasil akibat perlakuan yang diberikan (Maksum, 2018:116). Waktu pelaksanaan penelitian yaitu 12 kali pertemuan dengan durasi waktu 90 menit tiap pertemuan, mulai dari 27 Desember 2019 sampai 27 Januari 2020, dimana untuk pertemuan pertama adanya *pretest shooting* bola basket, pertemuan ke 3 sampai ke 11 adanya *treatment*, dan pertemuan 12 adanya *posttest shooting* bola basket. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 19 Surabaya. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 29 siswa perempuan yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket. *Purposive sampling* digunakan dalam pengambilan sampel penelitian ini, dimana sampel sudah diketahui ciri-ciri dan sifat populasinya (Maksum, 2018:71). Dalam penelitian ini yang menjadi sampel berjumlah 21 siswa perempuan yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 19 Surabaya dengan kriteria sampel ditentukan oleh peneliti sendiri sesuai dengan tujuan penelitian (Maksum, 2018:71), dengan karakteristik sebagai berikut :

- Siswa SMP Negeri 19 Surabaya
- Siswa aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 19 Surabaya
- Jenis kelamin perempuan
- Usia 12-15 tahun

Instrumen penelitian ini menggunakan satu item tes, yaitu tes keterampilan, dengan siswa melakukan *shooting free throw* sebanyak 10 kali percobaan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi data dilakukan untuk mengetahui hasil dari penelitian tentang *shooting* bola basket. Berikut adalah hasil dari analisis data yang mewakili semua nilai dalam penelitian ini:

Tabel 1. Uji Normalitas Distribusi Data *Pretest* dan *Posttest* Hasil *Shooting* Bola Basket

Tes	Mean	Std. Deviasi	Sig	Hasil
<i>Pretest</i>	3,29	1,384	0,002	Tidak normal
<i>Posttest</i>	4,19	1,365	0,000	Tidak normal

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa data *pretest* dan *posttest* hasil *shooting* bola basket, dikatakan berdistribusi tidak normal. Data dinyatakan normal jika nilai *p value* > 0.05.

Tabel 2. Uji Beda Distribusi Data *Pretest* dan *Posttest* Hasil *Shooting*

Tes	Me an	Std. Devi asi	T	D f	Si g	Seli sih	Pen ing kata n
<i>Prete st</i>	-	,539	7	20	0,000	0,9	27 %
<i>Postt est</i>	5		9		0		

Dari tabel di atas data peningkatan variabel hasil *shooting* sebesar 27% dengan selisih 0,9. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara hasil *shooting* bola basket dengan pengaruh metode bagian sebelum dan sesudah pelaksanaan penelitian.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan rumusan masalah dan hasil penelitian tentang pengaruh metode bagian pada hasil *shooting* bola basket siswa perempuan yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 19 Surabaya, maka hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa:

- Adanya pengaruh yang signifikan dari penggunaan metode bagian pada hasil *shooting* bola basket siswa perempuan yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 19 Surabaya. Dibuktikan dengan nilai rata-rata *pre-test* sebesar 3,29 dan nilai rata-rata pada *post-test* sebesar 4,19, sehingga terdapat selisih rata-rata sebesar 0,9.

- b. Besar pengaruh metode bagian pada hasil *shooting* bola basket siswa perempuan yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 19 Surabaya. Dibuktikan dengan perhitungan persentase pengaruh metode bagian sebesar 27%.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka peneliti berharap dan juga memberikan saran sebagai berikut:

1. Sebagai acuan dalam meningkatkan kualitas latihan, seperti teknik dan pengetahuan dalam bola basket.
2. Bagi peneliti berharap untuk penelitian lebih lanjut dapat dilakukan dengan jumlah populasi dan sampel yang lebih banyak.

DAFTAR PUSTAKA

- Anindiyah, R. (2017). Pengaruh Metode Bagian (Part Method) Terhadap Shooting Dalam Permainan Bola Basket. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. Volume 05, 490-495.
- Maksum, A. (2018). *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Merriënboer, J.J.G.V., & Kester, L. (2008). *Whole-Task Models in Education*. Hal : 444.
- Noor, R. (2012). *The Hidden Curriculum Membangun Karakter Melalui Kegiatan Ekstrakurikuler*. Yogyakarta: Insan Madani.
- Okubo, H., & Hubbard, M. (2015). *Kinematics of arm joint motions in basketball shooting*. Chiba Institute of Technology, 2-17-1, University of California.
- Rubiana, I. (2017). Pengaruh Pembelajaran Shooting (Free Throw) Dengan Alat Bantu Rentangan Tali Terhadap Hasil Shooting (Free Throw) Dalam Permainan Bola Basket. *Jurnal Siliwangi*. Volume 3 No 2.
- Rustanto, H. (2017). Meningkatkan Pembelajaran Shooting Bola Basket Dengan Menggunakan Media Gambar. *Jurnal Pendidikan Olahraga*. Volume 6 Nomor 2.
- Struzik, A. (2014). Biomechanical Analysis of the Jump Shot in Basketball". *Journal of Human Kinetics*. Vol. 42: Hal 73-79.
- Suryani, S. (2017). Pengaruh Penggunaan Metode Bagian (Part Method) Terhadap Hasil Dribble Bola Basket. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. Volume 05 Nomor 01, 102-109.
- Tsay, C.Y., Ho, W.H., Lii, Y.K., Huang, C.L. (2006). The Kinematics Analysis of Basketball Three Point Shoot After". *ISBS Symposium*. Hal 276.
- Yuliandra, R. & Fahrizqi. E.B. (2018). *Pengembangan Model Latihan Jump Shoot Bola Basket*. *Journal of S.P.O.R.T*. Volume 2 Nomor 1 Tahun 2018.