

# PEMAHAMAN MENGENAI PERATURAN PERTANDINGAN BOLA BASKET PADA ATLET JUNIOR'S BASKETBALL BLITAR

**Dista Nur Aini**

Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya

[dista.18155@mhs.unesa.ac.id](mailto:dista.18155@mhs.unesa.ac.id),

**Dr., Or. Gigih Siantoro S.Pd., M. Pd**

Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya

[gigihiantoro@unesa.ac.id](mailto:gigihiantoro@unesa.ac.id)

## Abstrak

Pemahaman yang merupakan dasar kemampuan seseorang dalam mengetahui atau mengerti sesuatu yang telah dipelajari baik diingat maupun dibaca secara terus-menerus. Peraturan merupakan salah satu bagian dari pelaksanaan suatu pertandingan yang diselenggarakan oleh penyelenggara sebagai acuan yang harus ditaati. Bola basket memiliki buku peraturan sebagai acuan yaitu Federasi Bola Basket Internasional (FIBA) 2020 yang memiliki 8 peraturan 50 pasal yang harus diketahui tanpa terkecuali oleh wasit, pelatih dan terutama seorang pemain. Saat pertandingan bola basket pasti sering terjadinya *body contact* dengan pelanggaran atau penyimpangan yang terjadi disetiap kejadian. Terkadang atlet saat di lapangan kurang memahami terhadap peraturan saat bertanding, sehingga menimbulkan masalah yang melibatkan pemain banyak protes sehingga merugikan tim. Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahui seberapa tingkat pemahaman mengenai peraturan bola basket pada atlet Junior's Basketball Blitar. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat pemahaman mengenai peraturan keempat, kelima dan keenam bola basket pada atlet Junior's Basketball Blitar. Populasi penelitian ini atlet juniors basketball blitar dengan sampel peneliti adalah atlet Junior's Basketball berjumlah 16 atlet, dengan kriteria umur 15-17 tahun di kelompok A pada atlet Junior's Basketball Blitar yang pernah mengikuti kejuaraan atau pertandingan yang diselenggarakan didalam Kota Blitar maupun diluar Kota Blitar. Riset ini memakai tata cara kuantitatif dengan pengumpulan informasi lewat kuisioner memakai analisis deskriptif dengan hasil presentase. Dari hasil riset yang telah dicoba oleh periset berjudul "Pemahaman Mengenai Peraturan Pertandingan Bola Basket Pada Atlet Junior's Basketball Blitar" mempunyai tingkatan uraian 62, 5% pada golongan sangat baik sebanyak 10 orang, 37, 5% dengan golongan baik sebanyak 6 orang serta buat golongan lumayan baik, kurang serta sangat kurang sebanyak 0%.

**Kata Kunci** : Pemahaman, Atlet, Bola basket

## Abstract

Comprehension which is the basis of a person's ability to know or understand something that has been learned, whether it is remembered or read continuously. Rules are one part of the implementation of a match organized by the organizer as a reference that must be obeyed. Basketball has a rule book as a reference, namely the International Basketball Federation (FIBA) 2020 which has 8 rules 50 articles that must be known without exception by referees, coaches and especially a player. During a basketball game, there must be frequent body contact with violations or irregularities that occur in every incident. Sometimes athletes in the field do not understand the rules when competing, causing problems that involve many players protesting to the detriment of the team. The problem in this study is that it is not yet known how much the level of understanding of basketball rules for the Junior's Basketball Blitar athletes is. The purpose of this study was to determine the level of understanding of the fourth, fifth and sixth rules of basketball in Blitar Junior's basketball athletes. The population of this research is Junior Basketball Blitar athletes with the research sample being Junior's Basketball Blitar athletes totaling 16 athletes, with criteria aged 15-17 years in group A in Junior's Basketball Blitar athletes who have participated in championships or matches held in Blitar City or outside Blitar City. This research uses a quantitative method by collecting information through questionnaires using descriptive analysis with percentage results. From the results of research that has been carried out by researchers entitled "Understanding the Rules of Basketball Competitions for Junior's Basketball Blitar Athletes" it has a description level of 62.5% for the very good group of 10 people, 37.5% with the good group of 6 people and for the good group of 6 people. quite good, less and very less as much as 0%.

**Keywords:** *Comprehension, Athlete, Basketball*

## PENDAHULUAN

Olahraga merupakan segala aktivitas gerak seluruh tubuh dengan porsi berat maupun rendah yang memiliki banyak tujuan seperti menurunkan berat badan, menjaga kesehatan dalam tubuh hingga untuk mengejar prestasi di bidang olahraga tertentu. Suatu kegiatan dengan banyaknya pilihan serta beragam tantangan yang berbeda-beda memiliki daya tarik tersendiri setiap permainan yang dipilih serta diminati untuk meningkatkan talenta diri sendiri melalui kegiatan tersebut. Di Indonesia banyak olahraga mengalami perubahan yang lebih baik dari sebelumnya dengan memperoleh banyaknya prestasi di bidang olahraga tertentu. Dari berbagai olahraga yang ada, paling banyak disukai saat ini dari kalangan masyarakat yaitu permainan bola besar basket, permainan paling eksklusif dalam ajang terunggul meraih prestasi pada golongan anak muda saat ini (Putra, 2014).

Bola basket salah satu kegiatan yang sangat umum di Indonesia. Permainan ini senantiasa menandingkan liga mahasiswa, siswa ataupun club tingkat *junior* sampai *senior* di berbagai wilayah Indonesia. Digolongkan pelajar sekolah, basket lumayan banyak peminatnya yang hanya sekedar main untuk mengisi waktu bebas maupun mengejar gengsi prestasi karena basket merupakan olahraga bergaya (Pulung Riyanto, 2019). Banyak sekali diadakan turnamen dalam sekolah yaitu antar sesama kelas maupun diluar sekolah yang membawa nama baik sekolahnya. Dalam sekolahpun bola basket termasuk kurikulum pembelajaran bahan ajar permainan bola besar di mata pembelajaran penjaskes (Awali, 2018)

Bola basket ialah permainan 5x5 yang memakai metode *dribble*, *passing*, *shooting* serta *lay up* untuk memasukkan bola ke dalam keranjang yang dilindungi oleh seorang *defender* (supaya bola tidak masuk) dalam waktu 10 menit x 4 quarter. Meskipun teknik dalam bola basket merupakan kebiasaan saat memegang bola, menggiring bola, memasukkan bola kedalam ring, tetapi di kalangan masyarakat basket tetaplah olahraga yang terlihat seru dan ingin mencobanya.

Menurut (Rindawan, Salabi, 2020) dalam Muhyi, 2009:4-10 mengatakan intinya bola basket relatif lebih mengasyikkan serta menarik untuk dipraktikkan dalam *game* yang sederhana serta simpel penuh dengan tantangan untuk dihadapi. Terbentuknya bibit muda secara eksklusif serta produktifitas dalam kedisiplin saat pembelajaran, memiliki tubuh sehat karena berlatih secara terus-menerus, mempunyai jiwa pantang menyerah dengan kebiasaan semangat yang tinggi untuk menjadi yang terbaik, serta mempunyai

rasa tanggung jawab tinggi dalam pengambilan keputusan (Bayu, 2015). Hal ini merupakan hasil penerapan dalam proses pemain bola basket dengan kebiasaan yang dijalannya sehingga terbiasa dalam kesehari-hariannya.

Sekarang ini bola basket menjadi aktivitas fisik yang disukai dari berbagai kalangan anak kecil, remaja hingga orang tua. Banyak nya peminat olahraga ini banyak yang mengadakan turnamen untuk ajang bola basket antar sekolah maupun antar sebuah club untuk mendapatkan sertifikat prestasi yang berguna buat masuk ke jenjang selanjutnya. Dalam pertandingan pasti memiliki peraturan yang berlaku sehingga pertandingan dapat berjalan dengan baik. Peraturan dalam basket sendiri memiliki 8 peraturan dengan 50 pasal pada buku FIBA Rules 2020 yang merupakan buku panduan peraturan basket.

Dalam *game* bola basket, peraturan di lapangan bukanlah dicoba oleh kedua tim yang bertentangan tetapi dibutuhkan pihak ketiga ialah wasit yang mengetuai jalannya *game* (Varmada, 2016). Pertandingan bola basket sering terjadi persinggungan atau *body contact* sehingga terjadi pelanggaran serta penyimpangan di kejadian pada pertandingan berlangsung. Terutama saat situasi yang mobilitas secara cepat akan terjadinya pelanggaran. Peraturan resmi bola basket sudah menyebutkan secara tertulis mengenai peraturan permainan yang tertera ketika pertandingan, permulaan serta akhir pertandingan, situasi bola, tempat seorang pemain serta wasit, *jump ball*, penguasaan bola, bola masuk (kapan terjadinya dan nilainya), terjadinya *throw in*, pengambilan *time-out*, pergantian pemain, *violation* dan *foul* (FIBA, 2020). Peraturan ini harus diketahui tanpa terkecuali oleh wasit, pelatih dan terutama seorang pemain.

Pemahaman merupakan kemampuan seseorang dalam memahami atau mengerti sesuatu yang telah diketahui atau diingat dengan kemampuan menangkap makna arti dan bahan yang telah dipelajarinya (Ade Gunawan, Deni Darmawan, 2017). Dengan kata lain, memahami merupakan kemampuan seseorang terhadap sesuatu baik diingat maupun dibaca secara terus menerus sehingga dia mengerti makna yang telah disampaikan. Dengan begitu permainan bola basket yang merupakan permainan tim bukan individu, pemain satu tim harus memahami atau mengerti dari sisi timnya sendiri, tim lawan dan hal-hal apa saja yang terjadi didalam lapangan seperti peraturan bola basket yang mengatur dari awal sebelum memasuki lapangan sampai akhir meninggalkan lapangan.

Pemahaman merupakan hal yang harus dikuasai oleh atlet dalam pertandingan, akan tetapi pemahaman terhadap peraturan permainan Bola Basket FIBA 2020

masih kurang dipahami oleh atlet. Karena itu timbul permasalahan yang menjadi kendala saat pertandingan. Contohnya pelaksanaan kegiatan *event (School Holiday League)* SHL CUP 2020 pada pemain Junior's Blitar dengan banyak pemain yang kurang memahami tentang peraturan sehingga banyaknya protes atlet dalam lapangan yang merugikan tim.

Berlandaskan dasar tersebut, maka dari itu priset merasa tertarik buat melakukan penelitian dengan topik **“Pemahaman Mengenai Peraturan Pertandingan Bola Basket Pada Atlet Junior's Basketball Blitar”**.

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui seberapa tingkat pemahaman mengenai peraturan bola basket pada atlet Junior's Basketball Blitar.

### **Hakikat Permainan Bola Basket**

Pertandingan basket dilakukan oleh setiap tim yang memiliki 5 anggota inti dengan membawa cadangan dibangku cadangannya melawan tim musuh dengan beranggotakan yang sama. Target dari setiap tim adalah mencatat angka kekeranjang lawan sebanyak-banyaknya serta berupaya mencegah lawan untuk menciptakan angka. Setiap turnamen akan dipimpin oleh 3 *referee, table officials* dan *commissioner*. Pemenang untuk pertandingan ditentukan dengan banyaknya kelompok yang menciptakan angka terbanyak pada akhir waktu pertandingan. (FIBA, 2020 :4)

Ukuran lapangan basket mempunyai standar panjang lapangan 28 m dan lebarnya 15 m terukur pada dalam sisi garis batas, memiliki *backcourt* (lapangan dari tim sendiri yang dibatasi dengan garis tengah sebelum ke wilayah lawan.), *frontcourt* (lapangan sisi seberang lawan setelah melewati garis tengah), garis batas dalam lapangan dengan ukuran 5 cm dan terlihat jelas memakai warna kontras, garis tengah, lingkaran tengah dan setengah lingkaran *free-throw*, garis *free-throw* dengan tempat *rebound free-throw*, dan daerah tembakan 3 angka. (FIBA, 2020 : 5-9)

Permainan bola basket memiliki beberapa teknik dasar seperti teknik *dribble* atau menggiring bola, *shooting* atau menembak, *passing* atau mengoper. Permainan basket juga memiliki sasaran yang berbeda beda, baik dalam pendidikan, memperoleh prestasi bisa juga untuk mengisi waktu luang saja. Dapat dilihat banyaknya yang menyukai bola basket dari kalangan masyarakat luas sebab permainan bola basket dapat mudah dimainkan oleh setiap orang, dimulai dari anak kecil, junior sampai orang-orang senior, salah satunya ada di club Junior's Basketball blitar. Didalam club ini ada banyak kategori pengelompokan umur mulai dari kelompok umur SD (7 tahun), SMP (13 tahun) dan SMA (16 tahun). Maka dari itu banyak juga yang

mengadakan pertandingan bola basket di wilayah tertentu dengan kategori yang berbeda-beda.

### **Peraturan Pertandingan Bola Basket 2020**

Peraturan bola basket ialah peraturan yang dapat terbilang lebih rumit dibanding dengan berolahraga lain, sehingga *game* ini tidak dapat dimainkan langsung seperti halnya sepak bola (Dr.Saichudin, M.Kes , Sayyid Agil Rifqi Munawar, 2019). Banyaknya aturan yang terdapat dalam buku FIBA sebagai acuan ketika mengadakan turnamen. Menurut (Viah Diah Rohmana, 2021) peraturan adalah keputusan yang diciptakan oleh seorang atau instansi ataupun pengelola kompetisi selaku indikasi atau patokan yang valid sebagai tolak ukur serta dapat ditaati dengan acuan dari FIBA 2020.

Peraturan pertandingan yang merupakan aturan untuk mengatur dari awal masuk sampai selesainya suatu pertandingan dengan tujuan agar pertandingan berjalan dengan lancar. Peraturan resmi bola basket 2020 memiliki 8 peraturan dengan 50 pasal yang mengatur jalannya suatu pertandingan. Aturan yang mencakup pada buku peraturan resmi bola basket FIBA 2020 yaitu; *rule one (the sport) artwork. 1 ,rule two (playing court docket and system) artwork. 2 – 3, rule three (groups) artwork. 4-7, rule four (playing regulations) art. 8-21, rule five (violations) artwork. 22-31, rule six (fouls) art. 32-39, rule seven (popular provisions) artwork. forty-forty four and rule eight (desk officials, commissioner artwork. 45- 50*. Merupakan salah satu daftar isi dari *Official Basketball Rules 2020 as approved by FIBA Central Board Mies, Switzerland, 26<sup>th</sup> March 2021*. Dalam setiap pertandingan saat ini pasti mengacu peraturan FIBA 2020 dengan tambahan-tambahan peraturan yang sesuai dengan kondisi dan situasi.

**Peraturan keempat** terdapat 14 pasal yang tercantum mulai dari waktu permainan dalam pertandingan yaitu 4 periode menggunakan masing-masing 10 menit, setiap periode terdapat jeda 2 menit diperiode pertama dan kedua (babak pertama), jeda 2 menit diperiode ketiga dan keempat (babak kedua), dan jeda 15 menit pada pergantian periode ke dua dengan ke tiga. Dengan permulaan periode pertama diawali dengan *jumpball*. *Jumpball* merupakan awalan untuk dimulainya sebuah pertandingan dimana ada dua pemain masing-masing berdiri dengan kedua kaki didalam setengah lingkaran dengan satu kaki dekat kegaris tengah, kemudian wasit melambungkan bola secara *vertical* keatas di tengah-tengah kedua pemain mereka dengan cara melompat untuk menepis bola sehingga mendapatkan bola penguasaan. Pemain yang berada didalam lapangan harus ada lima pemain dan lima pemain lawan sehingga pertandingan dapat

dimulai. *Throw-in* merupakan mengoper bola kedalam lapangan yang dilakukan oleh pemain dari luar lapangan yang tidak boleh melebihi waktu lima detik. Jika terjadi melebihi waktu lima detik maka akan ada pergantian penguasaan bola. Bola akan menjadi hidup jika selama *jump ball* bola tidak keluar, selama bola tetap ada pada pemain penembak *free-throw* serta dalam *throw-in* bola ada dipegangan atlet yang melakukan *throw-in* serta bola tetap berstatus hidup meskipun terkena wasit. Status bola akan mati saat wasit meniupkan peluit ketika bola hidup, masuknya bola *in* atau *free-throw* yang berhasil, sinyal *shot clock* dan sinyal jam pertandingan berbunyi, terjadinya bola menyentuh wasit tetapi salah satu kaki wasit keluar maka bola menjadi mati. Bola masuk saat terjadi bola *rebound*, *lay up*, *underbasket* akan dihitung 2 angka, *free-throw* akan dihitung 1 poin, bola masuk di tempat *middle* akan dihitung 2 poin dan bola masuk dari setengah lingkaran akan dihitung 3 poin. Ketika terdapat seseorang pemain tidak sengaja memasukkan bola kekeranjang milik dirinya sendiri maka bola akan dihitung 2 poin yang dengan tercatat poin dibuat sang kapten lawan, namun bila ada pemain yang sengaja memasukkan bola kekeranjangnya sendiri maka hal tadi ialah *violation* serta bola tidak akan tercatat atau terhitung. *Time out* ialah pemberhentian durasi ketika pertandingan yang di minta oleh *coach* ataupun *assissten coach* menggunakan durasi waktu 1 menit. Dalam mengambil *time out* untuk quarter 1 dan 2 memiliki 2 *time-outs* dan quarter 3 dan 4 memiliki 3 *time-outs*, jika *time out* tidak diambil maka, tidak bisa dipergunakan lagi buat babak selanjutnya. Pergantian pemain merupakan salah satu peraturan yang ada didalam peraturan keempat. Pergantian pemain dapat dilakukan ketika bola mati dengan pemain pengganti melapor ke pencatat angka sebelum memasuki pertandingan. Pergantian pemain dapat dilakukan jika pemain mendapatkan *foul out* atau lima kali *foul*, cedera, dan *didiskualifikasi*. Kalah karena *forfeit* merupakan kalah dalam pertandingan karena tim tidak hadir atau pemain tidak lengkap lima setelah jadwal pertandingan dimulai dan tindakan tim yang mencegah atau menolak pertandingan untuk dimulai. Sedangkan kalah sebab *default* bila dalam permainan tim tersebut memiliki 2 pemain saja yang ready buat bermain.

**Peraturan kelima** memiliki 10 pasal yang membahas tentang *violation*. *Violation* merupakan penyimpangan atau melanggar peraturan dalam basket. Di pasal *dribble*, pemain tidak boleh melakukan *double dribble* dengan prosedur saat *dribble* bola itu dipegang oleh kedua tangan dengan posisi diam lalu tidak mengoper atau di tembak kering tetapi pemain tersebut *dribble* bolanya kembali. *Travelling* adalah gerakan

melebihi dua langkah atau kaki tumpuan diangkat sebelum bola lepas dari kedua tangan pemain (Yuliana, 2019). *Backball* merupakan kembalinya bola tim ke daerah *backcourt* sesudah melewati garis tengah lapangan. Pemain tidak dibolehkan berada didaerah bersyarat lawan melebihi 3 detik akan ada *violation three seconds*. *Five seconds* merupakan pemian tidak boleh melebihi hitungan 5 detik setelah wasit memberikan bola untuk *throw-in*. seorang pemain di *backcourt* yang menguasai bola hidup tidak boleh melebihi 8 detik didaerahnya sendiri atau belum melewati garis tengah lapangan. Dan penguasaan bola hidup di lapangan oleh suatu tim tidak boleh melebihi dari 24 detik.

**Peraturan keenam** ialah *foul*. *Foul* merupakan penyimpangan yang menyangkut atau menyinggung seorang yang tidak sah dengan pemain lawan atau bermain dengan tidak *sportif*. Seperti *screening* bergerak yang tidak sah terhadap lawan, persinggungan perorangan mendorong lawan yang tidak membawa bola (*charging*), menghambat pergerakan seorang yang membawa bola maupun tidak membawa bola (*blocking*), mendorong seseorang pemain supaya bergeser serta berusaha menggeser seorang lawan dengan paksa tanpa penguasaan maupun yang menguasai bola (*pushing*), *holding* ialah persinggungan tidak legal terhadap seseorang lawan yang mengganggu kebebasan pergerakannya. *Fake a foul* yaitu seorang pemain yang berpura-pura terjadi *foul* untuk membuat gerakan yang berlebihan agar bisa terjadinya *foul*, *technical foul* penyimpangan yang dilakukan oleh seorang pemain dengan sengaja memancing lawan dengan perilaku mengabaikan peringatan wasit, tidak sopan terhadap wasit, memancing atau mengejek lawan, gerakan isyarat menantang atau menghasut penonton. *Unsportsmanlike foul*, seorang pemain terhadap pemain lawan yang memegang bola dengan melewati batas, benturan keras yang dikarenakan pemain bertahan mengupaya menghentikan serangan dalam transisi, tidakan keras pemain bertahan dalam menghentikan serangan fast break. *Disqualifying foul* yaitu melakukan tindakan keras yang berlebihan terhadap lawan yang tidak menguasai bola. Perkelahian interaksi antar fisik pemain dan lawan atau lebih dari dua juga terdapat dalam peraturan keenam.

## METODE

Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pengumpulan data melalui angket atau kuesioner (Dinata, 2020). Untuk teknik analisa data menggunakan analisis deskriptif dengan tujuan memperoleh informasi tentang tingkat pemahaman

mengenai peraturan pertandingan bola basket pada atlet Junior's Basketball Blitar. Riset deskriptif ialah proses riset yang bertujuan buat mengenali ataupun menyelidiki suatu kondisi, dimana hasil riset dijabarkan dalam wujud informasi (Dewangga, 2019).

Populasi merupakan totalitas objek buat diteliti serta nantinya hendak dikenai generalisasi. Generalisasi merupakan metode penarikan kesimpulan dalam kategori orang ataupun objek dengan informasi yang didapatkan dari persekumpulan orang ataupun objek dengan lebih kecil (Fadlilah, 2020). Populasi dari riset yang dilakukan merupakan atlet Junior's dengan jumlah 56 atlet. Menurut (Fadlilah, 2020) dalam Sugiyono : 2010 mengatakan “ Sampel merupakan jumlah bagian dari ciri yang dimiliki oleh populasi tersebut”. Maka dipenelitian ini, sampel peneliti adalah atlet Junior's Basketball berjumlah 16 atlet, dengan kriteria umur 15-17 tahun di kelompok umur *team A* dalam club Junior's Basketball Blitar yang pernah mengikuti kejuaraan atau pertandingan yang diselenggarakan didalam Kota Blitar maupun diluar Kota Blitar.

### Prosedur Pengumpulan Informasi

Pengumpulan data di penelitian ini menggunakan data jejak pendapat (kuesioner). Penyusunan angket peneliti telah dilakukan dengan berkonsultasi kepada pakar atau ahli (Anelia Senja Pratiwi, EEn Yayah Haenilah, 2015). Pengumpulan data ini menggunakan angket pertanyaan dan pernyataan dengan menggunakan jawaban ya atau tidak, yang akan dapat mengetahui seberapa pengetahuan dan pemahaman atlet tentang peraturan bola basket. Angket (kuesioner) yang di ajukan sifatnya tertutup hanya bisa diakses sekali saja setelah menekan kirim ,sehingga responden dapat memberikan jawaban berdasarkan situasi yang sebenarnya dan yang mengetahui jawaban responden hanyalah peneliti saja. Pengumpulan data dalam angket pertanyaan dan pernyataan sesuai dengan peraturan ke empat, peraturan kelima dan peraturan ke enam dalam buku peraturan resmi bola basket 2020.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan kuisisioner dengan kategori yaitu jawaban pilihan, Ya dan Tidak, sehingga terdapat skor atau nilai yang sesuai dengan pengetahuan individu dan mempermudah peneliti untuk memperoleh data yang dilakukan pada atlet Junior's Basketball Blitar kategori usia 15 tahun sampai 17 tahun yang sudah pernah mengikuti beberapa kompetisi. Melalui aplikasi *Google form* atlet mengisi kuisisioner yang telah dibuat oleh peneliti.

**Tabel 1. Deskripsi responden**

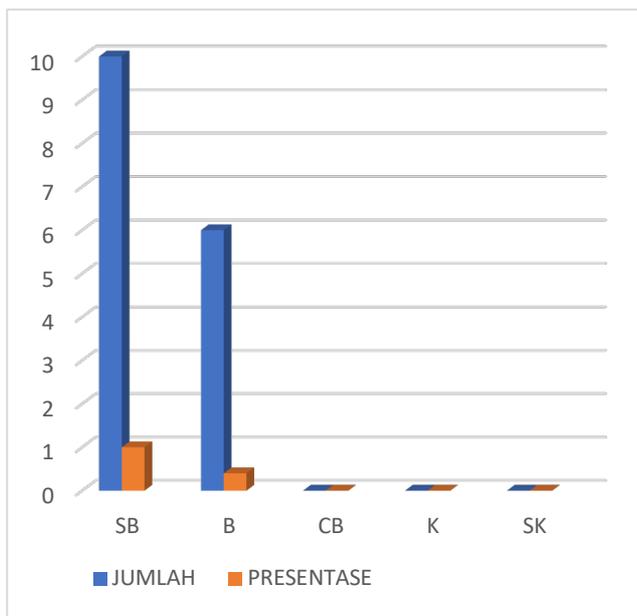
Karakteristik	jumlah	Presentase
<b>Kelompok umur :</b>		
<b>(tahun) :</b>	1	6,8%
<b>15 tahun</b>	9	56,2%
<b>16 tahun</b>	6	37,5%
<b>17 tahun</b>		
<b>Jenis kelamin :</b>		
<b>Laki-laki</b>	12	75 %
<b>perempuan</b>	4	25 %
<b>Jumlah</b>	16	100

Berdasarkan table 1. Dapat dilihat responden paling banyak merupakan kategori umur 16 tahun yaitu 9 atlet (56,2%) dan paling sedikit merupakan kategori umur 15 tahun hanya 1 atlet (6,8%). Responden berdasarkan jenis kelamin laki-laki terdapat 12 atlet (75%) serta jenis kelamin perempuan 4 atlet saja (25%).

**Table 2. Hasil penelitian Atlet Junior's Basketball Blitar**

No	Persentase	Kriteria	Frekuensi	%
<b>1.</b>	86% - 100%	Sangat Baik	10	62,5%
<b>2.</b>	71% - 85%	Baik	6	37,5%
<b>3.</b>	56% - 70%	Cukup Baik	0	0
<b>4.</b>	41% - 55%	Kurang	0	0
<b>5.</b>	>25% - 40%	Sangat Kurang	0	0
			<b>16</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan table diatas dapat diketahui bahwa pemahaman atlet tentang peraturan ke empat, ke lima dan ke enam pada peraturan resmi bola basket 2020 dengan presentase 62,5 % terdapat 10 orang untuk kelompok sangat baik, kelompok baik terdapat 6 orang dengan presentase 37,5% dan kelompok cukup baik, kurang dan sangat kurang sebanyak 0% dan untuk lebih jelasnya dapat dilihat dengan grafik sebagai berikut :



**Grafik 1. Hasil penelitian Atlet Junior's Basketball Blitar**

## PEMBAHASAN

Dari hasil riset yang dilakukan oleh peneliti dengan judul “ Pemahaman Mengenai Peraturan Pertandingan Bola Basket pada Atlet Junior's Basketball Blitar” mempunyai tingkat uraian 62,5% pada jenis sangat baik sebanyak 10 orang, 37,5% dengan jenis baik sebanyak 6 orang serta buat jenis cukup baik, kurang serta sangat kurang sebanyak 0%. Prihal ini menampilkan kalau anggota atlet Junior's Basketball Blitar mempunyai pemahaman yang sangat baik terhadap peraturan pertandingan ke 4, ke 5 dan ke 6 bola basket FIBA 2020. Riset tadinya telah dicoba oleh Rindawan., (2020) dengan judul “ Analisis uraian foul peraturan bola basket FIBA rulez 2018 pada club bola basket se-lombok tengah tahun 2020 “ uraian peraturan si club bolabasket di Lombok tercantum dengan kategori baik, diperoleh hasil 3% jenis sangat baik, 82% jenis baik, 15% jenis lumayan baik serta 0% jenis sangat kurang.

Setelah meninjau hasil riset tersebut, priset merenungkan hal apa yang menyebabkan atlet Junior's Basketball mendapatkan hasil yang sangat baik pemahamannya terhadap peraturan pertandingan bola basket. Berdasarkan hasil dan pengamatan peneliti yang berpartisipasi di lapangan maka hasil sangat baik itu disebabkan oleh :

1. Figure seorang pelatih yang sabar saat sesi latihan dimana dalam latihan tersebut pelatih memberikan informasi dan pengetahuan tentang peraturan bola basket disela saat game berlangsung dan akan diulang kembali pada saat sesi evaluasi atau sesi akhir.

2. Simulasi kepada atlet sebelum turnamen pelatih membiasakan istilah-istilah bola basket seperti *jump ball*, *24 seconds*, *14 seconds*, *8 seconds*, *5 seconds*, *3 seconds*, waktu pemanasan berada di lapangan lawan, *throw-in*, dan *foul*. Hal ini bertujuan agar atlet mengerti kondisi dan situasi saat di dalam lapangan.

3. Pelatih memberikan kesempatan terhadap atlet untuk menjadi wasit pada saat sesi game dengan diawasi dan diberikan arahan sehingga atlet percaya diri saat pengambilan keputusan yang berlangsung, sesi ini dilakukan oleh atlet kelompok A secara bergantian.

## KESIMPULAN

Bersumber dari hasil riset dan ulasan yang usai dijabarkan bisa diambil kesimpulan selaku berikut: pemahaman mengenai peraturan pertandingan bola basket pada atlet Junior's Basketball Blitar memiliki tingkat pemahaman kategori sangat baik 62,5%, kategori baik sebanyak 37,5%, serta di kategori cukup baik, kurang dan sangat kurang sebanyak 0%, dengan demikian pemahaman mengenai peraturan pertandingan bola basket pada atlet Junior's Basketball Blitar dapat dikatakan mempunyai pemahaman dan pengetahuan yang sangat baik terhadap peraturan pertandingan bola basket FIBA 2020.

## SARAN

Dari riset yang telah peneliti lakukan, peneliti berharap untuk anggota atlet Junior's Basketball Blitar lebih meningkatkan pemahaman peraturan dalam pertandingan. Setidaknya peraturan-peraturan yang sering kali terjadi dan sudah terbiasa dengan adanya peraturan tersebut. Untuk pelatih, tidak hanya atlet saja yang meningkatkan pemahaman tentang peraturan bola basket. Tetapi, pelatih juga harus paham adanya rules basket terbaru dan juga perubahan-perubahan yang terjadi pada peraturan sehingga pelatih dapat dengan mudah mengedukasi peraturan tersebut ke atlet.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ade Gunawan, Deni Darmawan, M. (2017). *Pemanfaatan Multimedia Interaktif Model Tutorial Dalam Meningkatkan Pemahaman dan Minat Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga Kesehatan Bidang Bola Basket di SMAN 27 Garut*. 2(2), 314–336.
- Anelia Senja Pratiwi, EEn Yayah Haenilah, M. T. B. S. J. (2015). *Studi Deskriptif Tentang Peran Komite Sekolah Dalam Mendukung Kelancaran Pembelajaran*.
- Awali, M. (2018). *Pengaruh Kemampuan Kognitif*

*Terhadap Hasil Pembelajaran Bola Basket. 1(2), 52–63.*  
<https://doi.org/https://doi.org/10.31539/jpjo.vli2.156>

- Bayu, N. (2015). Pendidikan Jasmani Olahraga Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak, IV(1)*, 557–564.
- Dewangga, R. F. (2019). *Pemahaman Peraturan Fouls Permainan BolaBasket Melalui Aplikasi Jagel.id Pada Tim Putra BolaBasket.*
- Dinata, M. F. P. (2020). *Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Motivasi Berlatih Bola Basket di SMA Negeri 9 Surabaya.* 38–45.
- Dr.Saichudin, M.Kes , Sayyid Agil Rifqi Munawar, S. O. (2019). *Buku Ajar BolaBasket.* Penerbit Wineka Media.
- Fadlilah, A. (2020). *Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas X Di SMA N 1 Banguntapan Kabupaten Bantul Terhadap Peraturan Permainan Bola Basket.* <http://eprints.uny.ac.id/id/eprint/69434>
- FIBA. (2020). *2020 Official Basketball Rules.*
- Pulung Riyanto, D. D. K. (2019). *Pengaruh Model Pembelajaran Jigsaw Terhadap Peningkatan Kemampuan Drible Bola Basket.* 02(01), 1–9.
- Putra, T. R. (2014). *Penerapan Permainan Bola Basket Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Dribble bola basket ( Studi Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Nganjuk Tahun Ajaran 2013 / 2014 ).* 02, 398–401.
- Rindawan, Salabi, B. S. F. (2020). *Analisis tingkat pemahaman foul peraturan bola basket fiba rule 2018 pada club bola basket se-lombok tengah tahun 2020.* 1(1), 95–110.
- Varmada, A. D. (2016). *Pemanfaatan Media Audio Visual Terhadap Pemahaman Peraturan Perwasitan Bola Basket ( Studi Pada Wasit Bola Basket Universitas Negeri Surabaya ).* 441–446.
- Viah Diah Rohmana, R. P. H. (2021). *Pemahaman Peraturan Foul And Violation Wasit Bola Basket Universitas Nusantara PGRI Kediri.* 6(November), 259–264.
- Yuliana. (2019). *Survey Tingkat Pemahaman Travelling Violation Peraturan Bola Basket Fiba Rulez 2017 pada Ekstrakulikuler Basket Putra se-Lombok Tengah.* IKIP Mataram.