

ANALISIS KEMAMPUAN TEKNIK DASAR PADA ATLET BOLA BASKET CLS KU-16 SURABAYA

Rahardian Aulya Setyaji

Mahasiswa S-1 Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya

e-mail : rahardiansetyaji@mhs.unesa.ac.id

Dr. Agus Hariyanto, M.Kes

Dosen s-1 Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya

e-mail : agushy99@yahoo.co.id

Abstrak

Bolabasket merupakan salah satu permainan bola besar yang dimainkan oleh 2 tim yang masing-masing terdiri dari 5 pemain dalam setiap tim. Tujuan dari permainan bolabasket adalah untuk mencetak poin (skor) dengan cara memasukkan bola ke dalam keranjang lawan. Teknik dasar merupakan hal yang harus diperkenalkan terlebih dahulu kepada pemula dan harus dikuasai dengan baik. Dengan penguasaan teknik dasar yang baik akan mempermudah untuk menguasai teknik-teknik yang lainnya.. Penelitian ini akan membahas mengenai kemampuan teknik dasar pada atlet bola basket CLS KU-16 Surabaya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan teknik dasar *dribble*, *passing*, dan *shooting* pada atlet CLS KU – 16 tahun. Jenis penelitian yang diambil adalah penelitian kuantitatif, dengan metode deskriptif. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik tes dan pengukuran. Tes yang dilakukan meliputi tes *dribble*, *passing*, *shooting*. Pelaksanaan penelitian dilaksanakan di CLS dengan populasi seluruh atlet CLS KU – 16 tahun yang berjumlah 12 orang. Hasil penelitian yang telah dilaksanakan menunjukkan rata - rata kemampuan *dribble* yang dimiliki adalah 11,10 detik dengan waktu tercepat 9,32 detik dan terendah 13,50 detik. Rata-rata kemampuan *passing* yang dimiliki adalah 20 poin dengan skor tertinggi 24 poin dan terendah 18 poin. Kesimpulan dalam penelitian ini rata-rata kemampuan *shooting* yang dimiliki adalah 3 poin, dengan skor tertinggi 6 poin dan terendah 1 poin.

Kata kunci: Bolabasket, *Dribble*, *Passing*, *Shooting*, CLS KU-16 Surabaya,

Abstract

Basketball is one big ball game played by 2 teams each consisting of 5 players in each team. The purpose of the basketball game is to score points (scores) by inserting the ball into the opponent's basket. Basic techniques are things that should be introduced first to beginners and should be mastered properly. With the mastery of good basic techniques will make it easier to master other techniques. The ability to play basketball owned will affect the level of achievement achieved. Judging from the level of achievement that has been obtained, athletes CLS KU-16 years have a good achievement. The purpose of this research is to know the ability of basic *dribble*, *passing*, and *shooting* technique at athletes CLS KU - 16 years. The type of research taken is quantitative research, with descriptive methods. Data analysis techniques used are test and measurement techniques. The tests include *dribble* test, *passing*, *shooting*. The implementation of the study was carried out in the CLS with a population of all athletes CLS KU - 16 years old which amounted to 12 people. The results of research that has been performed shows that the average *dribble* is owned by 11.10 seconds with the fastest time of 9.32 seconds and the lowest 13.50 seconds. The average *passing* ability is 20 points with the highest score of 24 points and the lowest 18 points. The conclusion in this study The average *shooting* ability is 3 points, with the highest score of 6 points and the lowest one point.

Keywords: Bolabasket, *Dribble*, *Passing*, *Shooting*, CLS KU-16 Surabaya.

PENDAHULUAN

Menurut Ahmadi (2007 : 13) untuk mendapatkan suatu tim bolabasket yang handal, ada tiga faktor utama yang harus dipenuhi yaitu : penguasaan teknik dasar (*fundamentals*), ketahanan fisik (*physical condition*), dan kerja sama (*pols* dan strategi). Penguasaan teknik dasar merupakan hal yang penting dalam semua cabang olahraga, begitu juga dalam olahraga bolabasket. Teknik dasar harus diajarkan sejak awal, dengan penguasaan teknik dasar yang benar akan mempermudah penguasaan keterampilan yang lain.

Teknik *dribble*, *passing* dan *shooting* merupakan suatu teknik yang umum di jumpai dalam sebuah permainan bolabasket. Ketiga unsur ini merupakan komponen yang penting sehingga harus di kuasai dengan baik oleh setiap pemain agar kebutuhan tim dapat terpenuhi. Bolabasket merupakan permainan yang di lakukan secara berkelompok, sehingga kerjasama antar pemain dalam tim sangat di butuhkan. Gabungan dari kerjasama dan teknik dasar yang baik akan mengantarkan tim memperoleh kemenangan.

Permainan dan olahraga bolabasket dapat membentuk generasi muda yang sehat, berjiwa pantang menyerah, semangat dan disiplin tinggi yang secara langsung akan berimplikasi pada produktifitas belajar siswa dan prestasi siswa. Dikatakan demikian karena banyak nilai-nilai yang dapat diambil dalam permainan bolabasket diantaranya kebersamaan dalam satu tim, pantang menyerah dalam menghadapi setiap pertandingan untuk menjadi yang terbaik, semangat juang yang tinggi untuk menjadi yang terbaik, kedisiplinan dalam menjalani latihan dan selama permainan berlangsung untuk mendapatkan yang terdepan, tanggung jawab dalam menjalankan tugas diposisi tertentu sebagai pemain, dan lain sebagainya (Muhammad Muhyi Faruq, 2009: 10).

Berdasarkan dari latar belakang di atas, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah :

1. Bagaimanakah kemampuan teknik dasar *passing* pemain Bola Basket Cahaya Lestari Surabaya Kelompok Umur 16 tahun?
2. Bagaimanakah kemampuan teknik dasar *dribbling* pemain Bola Basket Cahaya Lestari Surabaya Kelompok Umur 16 tahun?
3. Bagaimanakah kemampuan teknik dasar *shooting* pemain Bola Basket Cahaya Lestari Surabaya Kelompok Umur 16 tahun?

Dari rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Mengetahui kemampuan teknik dasar *passing* di Tim Atlit Bola Basket Cahaya Lestari Surabaya Kelompok Umur 16 tahun
2. Mengetahui kemampuan teknik dasar *dribbling*, di Tim Atlit Bola Basket Cahaya Lestari Surabaya Kelompok Umur 16 tahun

3. Mengetahui kemampuan teknik dasar *shooting* di Tim Atlit Bola Basket Cahaya Lestari Surabaya Kelompok Umur 16 tahun

Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi penulis kegiatan penelitian ini dapat memberikan pengalaman yang sangat berharga dan menambah pengetahuan serta wawasan dalam mempelajari cabang olahraga bola basket melalui pengalaman atau penelitian di lapangan.
2. Bagi pengurus tim dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun program latihan dan pengembangan mental guna pengembangan permainan bola basket khususnya mengenai ketrampilan teknik dasar bola basket.
3. Bagi pembaca, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai rujukan dalam melaksanakan penelitian di masa yang akan datang.

METODE

Jenis penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode pendekatan deskriptif. Penelitian ini didasarkan pada jenis pendekatan teknik samplingnya. Penelitian ini termasuk jenis pendekatan populasi, dan ditinjau dari pendekatan menurut timbulnya variabel maka jenis pendekatan ini adalah pendekatan non eksperimen, dan bila ditinjau dari jenis pendekatan menurut pola-pola atau sifat penelitian non eksperimen maka penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Kemudian bila ditinjau dari jenis pendekatan menurut model pengembangan maka penelitian ini termasuk "one-shot" model, artinya model satu kali tembak, yaitu model pendekatan yang menggunakan satu kali pengumpulan data pada "suatu saat" (Suharsimi Arikunto, 2002: 75).

Teknik pengumpulan data yang digunakan untuk menganalisa kemampuan teknik dasar bola basket pada CLS KU-16 adalah:

1. Kemampuan *Passing* dan *Wall Pass*
2. Kemampuan menggiring bola (*dribble*)
3. Kemampuan *Shooting* dan *Free Throw*

Teknik Analisis Data

Penelitian ini akan mengumpulkan berupa angka dan selanjutnya data akan diolah untuk menarik kesimpulan dan menjawab permasalahan masalah. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan rumus sebagai berikut:

1. Rata-rata hitung (*Mean*)

Mean adalah angka yang diperoleh dengan membagi jumlah nilai dengan jumlah individu.

$$\bar{X} = \frac{\sum x}{N}$$

Keterangan:

$\bar{X}$:Rata-rata

$\sum x$: Jumlah nilai

N : Jumlah Individu

(Winarsunu, 20012:30)

2. Standart Deviasi

Standar deviasi adalah penyimpangan suatu nilai dari mean. Standar deviasi merupakan akar dari jumlah deviasi kuadrat dibagi banyaknya individu dalam distribusi.

$$SD = \sqrt{\frac{\sum x^2}{N}}$$

Keterangan:

SD : Standart Deviasi

$\sum x^2$: Jumlah Deviasi Kuadrat

N : Jumlah Sampel

(Winarsunu, 20012:30)

3. Presentase

Untuk mengetahui persentasi kebugaran dari masing-masing atlet dapat dilihat dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

$$p = \frac{n}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

p : Prosentase

n : Jumlah Kasus

N : Jumlah Total

(Winarsunu, 20012:30)

4. Norma Test

Untuk menentukan kriteri skor dengan menggunakan pengkatagorian dalam tiga tingkatan, yaitu: Baik, Sedang, dan kurang (Azwar 2008: 106)

Klasifikasi	Skor
Baik	$X \geq (M + SD)$
Sedang	$(M - SD) \geq X < (M + SD)$
Kurang	$X < (M - SD)$

Keterangan.

M : Nilai rata-rata (Mean)

X : Skor

SD :Standar Deviasi

PEMBAHASAN

Pembahasan ini berupa hasil penelitian tentang penelitian tentang Analisis Kemampuan *Dribble*, *Passing* dan *Shooting* atlet CLS KU-16 tahun yaitu :

1. Kemampuan *Dribble*

Dari hasil penelitian kemampuan *dribble* yang dimiliki oleh atlet CLS KU- 16 tahun adalah 11,10 detik dengan nilai tertinggi 9,32 detik dan terendah 13,14 detik dengan standar deviasi 4,06. Jika dilihat menggunakan kategori norma, kemampuan yang dimiliki termasuk dalam kategori “Baik” sebanyak 25% atau sebanyak 3 atlet, dalam kategori “Sedang”

sebanyak 66,7% atau sebanyak 8 atlet dan dalam kategori “Kurang” sebanyak 8,3% atau 1 atlet. Dari data tersebut dapat diketahui bahwa mayoritas kemampuan *dribble* yang dimiliki berada dalam kategori “sedang”. Penguasaan *dribble* yang baik membantu pemain untuk mengontrol dan mengamankan bola dari lawan. Saat terjadi *man to man offense*, dimana pada waktu tersebut rekan satu tim berada dalam penjagaan ketat sehingga pemain yang memegang bola diharuskan berusaha bermain secara individu

2. Kemampuan *Passing*

Dari hasil penelitian kemampuan *passing* yang dimiliki oleh atlet CLS KU -16 adalah 20,41 kali dengan nilai tertinggi 24 kali dan terendah 18 kali dengan standar deviasi 6,3. Jika dilihat menggunakan kategori norma, kemampuan yang dimiliki termasuk dalam kategori “Baik” sebanyak 0% atau sebanyak 0 atlet, dalam kategori “Sedang” sebanyak 100% atau sebanyak 12 atlet dan dalam kategori “Kurang” sebanyak 0 % atau 0 atlet. Dari data tersebut dapat diketahui bahwa mayoritas kemampuan *passing* yang dimiliki berada dalam kategori “sedang”. Umpan yang tepat merupakan salah satu kunci keberhasilan serangan sebuah tim. Saat melakukan *passing* harus dengan waktu dan saat yang pas dan arah bola berada didepan dada orang yang dioper sehingga mudah untuk di jangkau.

3. Kemampuan *Shooting*

Dari hasil penelitian kemampuan *shooting* yang dimiliki oleh atlet CLS KU -16 adalah 3,1 kali dengan nilai tertinggi 6 kali dan terendah 1 kali dengan standar deviasi 1,6. Jika dilihat menggunakan kategori norma, kemampuan yang dimiliki termasuk dalam kategori “Baik” sebanyak 25% atau sebanyak 3 atlet, dalam kategori “Sedang” sebanyak 50% atau sebanyak 6 atlet dan dalam kategori “Kurang” sebanyak 25 % atau 3 atlet. Dari data tersebut dapat diketahui bahwa mayoritas kemampuan *shooting* yang dimiliki berada dalam kategori “sedang”. *Shooting* merupakan tujuan akhir dalam permainan bola basket, kerena hanya dengan cara *shooting* suatu tim akan mencetak angka.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada atlet CLS KU – 16 tahun mengenai kemampuan teknik *dribble*, *passing*, dan *shooting*, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Rata-rata kemampuan teknik dasar *dribble* atlet CLS KU – 16 tahun berada dalam katagori sedang di karenakan 11,10 detik, dengan waktu tercepat 9,32 detik dan terendah 13,50 detik.

2. Rata-rata kemampuan *passing* atlet CLS KU – 16 tahun berada dalam katagori sedang dikarenakan 20 kali, dengan skor tertinggi 24 kali dan terendah 18 kali.
3. Rata-rata kemampuan *shooting* atlet CLS KU – 16 tahun berada dalam katagori sedang dikarenakan 3 *point* dengan skor tertinggi 6 *point* dan terendah 1 *point*.

Saran

Berdasarkan pada uraian hasil penelitian dan simpulan di atas, maka dikemukakan saran sebagai berikut :

1. Sesuai dengan hasil penelitian, kemampuan *dribble* harus diberikan perhatian serta latihan yang lebih intensif guna pencapaian kemampuan yang lebih optimal.
2. Kemampuan *passing* yang dicapai agar dipertahankan agar tidak mengalami penurunan.
3. *Shooting* merupakan satu-satunya cara untuk mencetak angka, oleh sebab itu kemampuan ini merupakan unsur terpenting dalam permainan bolabasket. Oleh karena itu sebagai pelatih harus memberikan treatment yang baik bagi atletnya agar menjadi lebih baik pada setiap pertandingan.
4. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan acuan untuk meningkatkan kemampuan teknik *dribble*, *passing* dan *shooting* khususnya bagi atlet CLS KU – 16 tahun

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Ahmadi, Nuril. 2007. *Permainan Bolabasket*. Surakarta : Era Media.
- [2] Amber, Vic. 2008. *Petunjuk Untuk Pelatih & Pemain BOLABASKET*. Bandung : Pionir Jaya.
- [3] Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Ilmiah Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: RinekaCipta.
- [4] Azwar, Saifuddin. 2008. *Tes Prestasi, Fungsi dan Pengembangan Pengukuran Prestasi Belajar* (Edisi 2). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- [5] Faruq, Muhammad Muhyi. 2009. *Meningkatkan Kebugaran Jasmani Melalui Permainan dan Olahraga Bola basket*. Surabaya: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia.
- [6] Kosasih, Danny. (2008). *Fundamental Bolabasketball First Step to Win*. Semarang: Karang Turi Media.
- [7] Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani*. Departemen Pendidikan Nasional Ditjen Pendidikan Dasar dan Menengah Bekerja Sama Dengan Ditjen Olahraga.
- [8] Oliver, Jon. 2007. *Dasar – Dasar Bolabasket*. Bandung: Pakar Raya.
- [9] Penyusun, Tim. 2014. *Panduan Penulisan dan Penilaian Skripsi Universitas Negeri Surabaya*: Unesa University Press.
- [10] Perbasi. 2000. *Peraturan Permainan Bola Basket*. Jakarta: PB. Perbasi.
- [11] Priatno, Cahyo Adi. 2014. *Pengaruh Metode Bermain Target Terhadap Kemampuan Shooting Pada Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket Di SMPN 1 Godean Sleman*. (online), (<http://eprints.uny.ac.id>, Diakses 10 Oktober 2017).
- [12] Safitri, Nuvanda Eka. 2013. *Pengaruh Jump Shoot Didahului Dribble Dan Passing Terhadap Hasil Jump Shoot Pada Tim O2sn Bolabasket Putra Smk Kota Pekalongan Tahun 2013*. Universitas Negeri Semarang. (online). (<http://ejournal.unesa.ac.id>, diakses 20 Oktober 2017).
- [13] Sandika, Gusti Ari. *Perbandingan Ketepatan One Hand Set Shoot Dan Two Hand Set Shoot Pada Tembakan Bebas (Free Throw) Dalam Permainan Bolabasket Siswa SMA N 1 Torue*. (online). (E-JTPHR Volume 1 Nomor 3 ISSN : 2337-4535).
- [14] Sarumpaet, A.ddk. 1992. *Permainan Besar*. Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- [15] Sodikun, Imam.(1992). *Olahraga Pilihan Bolabasket*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- [16] Sumiyarsono, Dedy. 2002. *Keterampilan Bola Basket*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- [17] Sukadiyanto (2011). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: CV. Lubuk Agung.
- [18] Winarsunu, Tulus. 2012. *Statistik dalam Penelitian Psikologi & Pendidikan*. Malang: UMM Press.
- [19] Wissel, Hal. (2000). *Basketball Steps to Succes (Bagus Pribadi. Terjemahan)*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada. (Buku asli diterbitkan Tahun 1996).