PENGARUH PENGGUNAAN RING SESUNGGUHNYA DAN MODIFIKASI TERHADAP KEMAMPUAN TEKNIK DASAR *LAY UP SHOOT* PADA SISWA SMKN 1 GROGOL TAHUN 2015

S K R I P S I

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S-1)
Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Nusantara PGRI Kediri

Oleh :
WAHID NUR AZIS
11.1.01.09.0440

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
2 0 1 5

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh:

WAHID NUR AZIS
11.1.01.09.0440

Judul :

PENGARUH PENGGUNAAN RING SESUNGGUHNYA DAN MODIFIKASI TERHADAP KEMAMPUAN TEKNIK DASAR *LAY UP SHOOT* PADA SISWA SMKN 1 GROGOL TAHUN 2015

Telah disetujui untuk diajukan Kepada
Panitia Ujian/Sidang Sripsi Jurusan Penjaskesrek
FKIP UNP Kediri

Tanggal 25 - 8 - 2015

Pembimbing I,

Ruruh Andayani Bekti, M.Pd.
NIDN.0725018205

Pembimbing II,

Budiman Agung Pratama, M.Pd.
NIDN.0706078801

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh:

WAHID NUR AZIS
11.1.01.09.0440

Judul :

PENGARUH PENGGUNAAN RING SESUNGGUHNYA DAN MODIFIKASI TERHADAP KEMAMPUAN TEKNIK DASAR *LAY UP SHOOT* PADA SISWA SMKN 1 GROGOL TAHUN 2015

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Jurusan Penjaskesrek FKIP UNP Kediri
Pada tanggal: 25 - 8 - 2015

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji:

1. Ketua : Drs. Setya Adi Sancaya, M.Pd. _____
2. Penguji I : Budiman Agung Pratama, M.Pd _____
3. Penguji II : Ruruh Andayani Bekti, M.Pd _____

Mengetahui,
Dekan FKIP :

Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd.
NIDN. 0716046202

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama	: Wahid Nur Aziz
Jenis Kelamin	: Laki-laki
Tempat/tgl. lahir	: Blitar/19 oktober 1992
NPM	: 11.1.01.09.0440
Fak/Prodi	: FKIP / Penjaskesrek

menyatakan dengan sebenarnya, bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja dan tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam naskah ini.

Kediri,

Yang menyatakan

Wahid Nur Aziz

11.1.01.09.0440

PENGARUH PENGGUNAAN RING SESUNGGUHNYA DAN MODIFIKASI TERHADAP KEMAMPUAN TEKNIK DASAR*LAY UP SHOOT* PADA SISWA SMKN 1 GROGOLTAHUN 2015

Wahid Nur Azis
11.1.01.09.0440
FKIP – Penjaskesrek
wahidazis@ymail.com
Pembimbing 1 : Ruruh Andayani, M.Pd. Pembimbing 2 : Budiman Agung Pratama, M.Pd.

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Wahid Nur Azis. NPM: 11.1.01.09.0440. "Pengaruh Penggunaan Ring Sesungguhnya Dan Modifikasi Terhadap Kemampuan Teknik Dasar *Lay Up Shoot* Pada Siswa SMKN 1 Grogol Tahun 2015*".* Skripsi, Penjaskesrek, FKIP, UNP Kediri, 2015.

Kata Kunci : Modifikasi Ring, Ring Sesungguhnya, *Lay Up Shoot* Bola Basket.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: 1) Pengaruh penggunaan ring sesungguhnya dan modifikasi terhadap kemampuan teknik dasar *lay up* shoot pada siswa SMKN 1 Grogol tahun 2015, 2) Latihan yang lebih baik antara latihan penggunaan ring sesungguhnya dan modifikasi terhadap kemampuan teknik dasar *lay up* shoot pada siswa SMKN 1 Grogol tahun 2015.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen.Subjek penelitian ini adalah siswa SMKN 1 Grogol tahun 2015 berjumlah 30 orang.Seluruh siswa diambil sebagai subjek penelitian, sehingga penelitian ini disebut sebagai penelitian populasi. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah tes dan pengukuran kemampuan teknik dasar *lay up shoot* bola basket. Teknik analisis data yang digunakan dengan uji t pada taraf signifikansi 5 %.

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa : 1) Ada pengaruh penggunaan ring sesungguhnya dan modifikasi terhadap kemampuan teknik dasar *lay up shoot* pada siswa SMKN 1 Grogol diperoleh nilai sebesar 4,4605 dan t_{tabel}dengan N = 15, db = 15 – 1 = 14 dengan taraf signifikasi 5% adalah 1,761 , 2) Latihan menggunakan ring modifikasi lebih baik pengaruhnya terhadap kemampuan teknik dasar *lay up shoot* pada siswa SMKN 1 Grogol dengan peningkatan kelompok 1 (penggunaan ring sesungguhnya) sebesar 36,047% sedangkan kelompok 2 (penggunaan ring modifikasi) memiliki peningkatan sebesar 56,332% dapat disimpulkan bahwa kelompok 2 memiliki persentase peningkatan kemampuan teknik dasar *lay up shoot* lebih baik dari kelompok 1.

Kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah : 1) Ada pengaruh penggunaan ring sesungguhnya dan modifikasi terhadap kemampuan teknik dasar *lay up shoot* pada siswa SMKN 1 Grogol tahun ajaran2014/2015, 2) Latihan menggunakan ring modifikasi lebih baik pengaruhnya terhadap kemampuan teknik dasar *lay up shoot* pada siswa SMKN 1 Grogol tahun 2015.

I. Latar Belakang

Permainan bola basket merupakan jenis olahraga populer yang diminati masyarakat luar ataupun dalam negeri. Di Indonesia permainan ini diminati oleh kalangan remaja khususnya pelajar dan mahasiswa, sehingga di lingkungan Universitas dan sekolah permainan ini akan sering dijumpai.Terbukti dengan adanya beberapa kompetisi dari berbagai jenjang pendidikan, mulai dari kompetisi antar SD, SMP, SMA sampai pada perguruan tinggi dan antar club tertinggi di Indonesia. Hal ini sudah membuktikan bahwa permainan bola basket sudah mulai mendapat tempat di masyarakat Indonesia sendiri.

Di lingkungan sekolah menengah, dalam hal ini SMKN 1 Grogol permainan bola basket termasuk cabang olahraga yang mendapatkan prioritas lebih dari pihak sekolah.Hal ini dibuktikan dari tersedianya fasilitas serta pengelolaanya.Untuk dapat bermain permainan bola basket dengan baik, tiap pemain harus menguasai teknik dasar bermain bola basket. Di antaranya mengoper mengoper, menerima bola, menggiring serta menembak. Oleh karena itu sebagai seorang guru atau pembina, melatih teknik dasar bola basket merupakan hal yang sangat fundamental agar siswa mampu bermain bola basket. Seperti yang dikemukakan Soebagio Hartoko (1993 : 21) “Sebagai tugas praktis pertama, kewajiban seorang pelatih bola basket di ataranya yang terpokok ialah mengajarkan teknik dasar permainan (fundamental) bola basket sebaik-baiknya.”Menembak atau *shooting* merupakan salah satu teknik dasar bola basket yang berperan penting, karena dengan tembakan yang baik maka regu atau tim yang melakukan tembakan masuk ring akan memperoleh angka. Untuk memperoleh angka melalui tembakan dapat dilakukan dengan beberapa cara, salah satu diantaranya adalah tembakan lay up.Belajar teknik dasar *lay up* berarti

belajar ketepatan. Hal yang paling mendasar dan harus diperhatikan dalam melatih ketepatan adalah sasaran,dan sasaran yang dimaksud adalah ring dimana sasaran tersebut dapat dimodifikasi dari jarak yang sesungguhnya. Teknik dasar *lay up* dalam proses pembelajarannya termasuk dalam pendidikan jasmani sehingga tidak lepas dari belajar gerak, karena belajar gerak merupakan salah satu sarana untuk memperoleh ketrampilan gerak yang diperlukan dalam kegiatan pendidikan jasmani. Proses belajarnya melalui pengamatan dan mempraktekan pola-pola gerak yang dipelajari.Berdasarkan hasil observasi selama mengajar di SMKN 1 Grogol *lay up* siswa masih banyak yang belum menguasai teknik *lay up* dengan tepat.Hal ini dapat dilihat dari materi pembelajaran *lay up*. Pendekatan yang dapat diterapkan untuk meningkatkan keterampilan *lay up* diantaranya dengan modifikasi ring, maupun dengan ring yang sesungguhnya.Modifikasi alat yang dimaksud yaitu menggunakan ring dengan ukuran tinggi ring yang bertahap mulai dari 240cm, 260cm, 280cm dan dengan ketinggian ring yang sesungguhnya yaitu 305cm. Menurut Rusli Lutan dan Adang Suherman (2000 : 48) bahwa, "Modifikasi merupakan salah satu jalan pemecahan. Modifikasi tersebut dapat berkaitan dengan tugas gerak, peralatan, formasi dan pemanfaatan lahan".Namun demikian keberhasilan *lay up* bola basket tidak terlepas dari faktor individu atau siswa.

II. Metode

Dalam penelitian ini terdapat 3 variabel, yaitu : 1) Variabel bebas (X_1) adalah latihan ring sesungguhnya, 2) Variabel bebas (X_2) adalah latihan ring modifikasi, 3)Variabel terikat (Y) adalah kemampuan teknik dasar lay up shoot.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif.data kuantitatif adalah data yang berbentuk angka , atau data kuantitatif yang diangkakan. Metode penelitian yang digunakan adalah ***metode eksperimen***.Dasar penggunaan metode ini adalah kegiatan percobaan

Kelompok	N	Mean	t_{hitung}	$t_{tabel\ 5\%}$
Kelompok 1	15	7,667	2,87302	1.761
Kelompok 2	15	9,067		

yang diawali dengan tes pada awal perlakuan, memberikan perlakuan kepada subjek dan diakhiri dengan tes pada akhir perlakuan.

Penelitian ini dilaksanakan di SMKN 1 Grogol.Penelitiandilaksanakan selama 1,5 bulan (6 minggu) dengan tiga kali latihan dalam satu minggu. Dari tanggal 31 Agutus 2015 sampai dengan tanggal 5 Oktober 2015.Sebagai populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMKN 1 Grogol tahun 2015 berjumlah 30 orang.Penelitian dikenakan kenakan kepada seluruh populasi yang ada, sehingga tidak ada sampel.Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan tes dan pengukuran.

III. Hasil dan Kesimpulan

Hasil

1. **Deskripsi Data Variable Bebas (Latihan modifikasi alat dan alat sesungguhnya)**

Latihan modifikasi alat Maksudnya latihan teknik dasar *lay up shoot* dengan ketinggian ring yang bertahap yaitu dengan ketinggian 240 cm, 260 cm, 280 cm, dan pada akhirnya pada ketinggian yang sesungguhnya 305 cm.

Latihan teknik dasar *lay up shoot* menggunakan alat sesungguhnya, yaitu latihan dengan menggunakan ketinggian ring yang sesungguhnya.

2. **Deskripsi Data Variabel Terikat (kemampuan *lay up shoot* bola basket)**

Kemampuan teknik dasar *lay up shoot* yaitu kemampuan setiap subjek pada saat melakukan tembakan ke dalam ring dengan didahului langkah kaki terlebih dahulu, dimana dalam tes kemampuan teknik dasar *lay up shoot* dilakukan dengan tembakan *lay up* 8 kali berturut-turut.(Imam Sodikun, 1992:125).

Kelompok	N	Mean	t_{hitung}	$T_{tabel\ 5\%}$
Kelompok 1	15	5,733	0,56408	1,761
Kelompok 2	15	5,8		

Tabel 6. Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Awal antara kelompok 1 dan kelompok 2.

Hasil uji perbedaan tes akhir antara kelompok 1 dan kelompok 2 yaitu:

Tabel 9. Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Akhir antara Kelompok 1 dan Kelompok 2.

B. Pembahasan

1. Perbedaan Pengaruh Penggunaan Ring Sesungguhnyadan Modifikasi Terhadap Kemampuan Teknik Dasar *Lay Up Shoot.*

Berdasarkan hasil pengujian perbedaan yang dilakukan pada data tes akhir antara kelompok 1 dan kelompok 2 diperoleh hasil t_{hitung} sebesar 2,87302, sedangkan t_{tabel} pada taraf signifikansi 5% sebesar 1,761. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa, terdapat perbedaan yang signifikan antara tes kelompok 1 dan kelompok 2. Perbedaan hasil tersebut karena kedua metode latihan tersebut memilki karakteristik yang berbeda. Pembelajaran *lay up shoot* dengan ketinggian ring sesungguhnya (3,05 meter) menekankan pada penguasaan teknik *lay up shoot* yang baik dan benar. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan, ada perbedaan pengaruh penggunaan ring sesungguhnya dan modifikasi terhadap kemampuan teknik dasar *lay up shoot* pada siswa SMKN 1 Grogol, dapat diterima kebenarannya.

2. Latihan Menggunakan Ring Modifikasi Lebih Baik Pengaruhnya terhadap Kemampuan Teknik Dasar *Lay Up Shoot.*

Berdasarkan hasil penghitungan persentase peningkatan kemampuan teknik dasar *lay up shoot*diketahui bahwa, kelompok 1 memiliki nilai persentasi peningkatan kemampuan *lay up shoot* sebesar 36,047%. Sedangkan kelompok 2 memiliki peningkatan kemampuan teknik dasar *lay up shoot* sebesar 56,322%.

Dengan demikian hipotesis yang menyatakan Latihan menggunakan ring modifikasi lebih baik pengaruhnya terhadap kemampuan teknik dasar *lay up shoot* pada siswa SMKN 1 Grogol, dapat diterima kebenarannya.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dari hasil analisis data yang telah dilakukan ternyata hipotesis yang diajukan dapat diterima. Dengan demikian dapat diperoleh simpulan sebagai berikut:

1. Ada pengaruh penggunaan ring sesungguhnya dan modifikasi terhadap kemampuan teknik dasar *lay up shoot* pada siswa SMKN 1 Grogol tahun 2015.
2. Latihan menggunakan ring modifikasi lebih baik pengaruhnya terhadap kemampuan teknik dasar *lay up shoot* pada siswa SMKN 1 Grogol tahun 2015.

IV. Daftar Pustaka

Abdul Rohim. (2008). *Olahraga Bola Basket*. Semarang: CV. Aneka Ilmu.

Imam Sodikun. (1992). Olahraga Pilihan Bola Basket. Jakarta: Depdikbud.

Soebagio Hartoko. 1993. *Bola Basket I*. Surakarta: UNS Press.

Suharno HP. (1991). *Ilmu Coaching Umum.*Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.