

ANALISIS KETERAMPILAN *LAY UP SHOOT* DALAM PERMAINAN BOLA BASKET PADA PEMAIN RAPPANG BASKETBALL CLUB

Andi Muhcsin Thamrin^{1*}, Irvan Sir², Juhanis³

¹Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar,
andimuchsinthamrin@gmail.com

Abstrak

Andi Muhcsin Thamrin, 2022. *Analisis Keterampilan Lay Up Shoot Pada Permainan BolaBasket Pada Pemain Rappang Basketball Club.* Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Makassar (dibimbing oleh Andi Suyuti dan Irvan Sir).

Penelitian ini merupakan deskriptif kuantitatif. Penelitian ini bertujuan menganalisis Keterampilan *Lay Up Shoot* Pada Permainan BolaBasket Pada Pemain Rappang Basketball Club. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah Pemain Rappang Basketball Club Yang berjumlah 20 Orang. Pengambilan data menggunakan studi tes keterampilan *lay up shoot*. Analisis data menggunakan teknik analisis statistik deskriptif dengan persentase. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hasil keterampilan teknik dasar *lay up shoot* Pada Pemain Rappang Basketball Club persentase hasil data yang memiliki klasifikasi baik sekali 0 orang (0%), klasifikasi baik sebanyak 10 orang (50%), klasifikasi sedang sebanyak 4 orang (20%), klasifikasi kurang sebanyak 4 orang (20%), klasifikasi kurang sekali sebanyak 2 orang (10%).

Kata kunci : *Lay Up, Bola Basket*

PENDAHULUAN

Permainan bolabasket merupakan jenis olahraga yang menggunakan bola besar dan dimainkan dengan tangan. Bolabasket merupakan olahraga yang sudah dikenal oleh banyak orang. Meskipun aturan-aturan dalam permainan bolabasket terbilang cukup rumit dan sulit dipahami, namun banyak orang yang menyukai dan memainkan olahraga ini. Permainan bolabasket di Indonesia sudah dikenal dan dimainkan sejak lama, baik oleh kalangan tua maupun muda, laki-laki maupun perempuan.

Permainan bolabasket dibawa ke Indonesia oleh bangsa Belanda dan diperkenalkan oleh Tonny When Dai Wimlatumenten (Sodikin Candra, 2010: 23). Di tengah-tengah gejolak revolusi bangsa dalam mempertahankan kemerdekaan yang telah direbut itu, permainan bolabasket mulai dikenal oleh sebagian kecil rakyat Indonesia, khususnya yang berada di kota perjuangan dan pusat pemerintahan Rakyat Indonesia, Yogyakarta serta kota terdekat Solo. Nampaknya, ancaman pedang dan dentuman meriam penjajah tidak menjadi penghalang bagi bangsa Indonesia untuk melakukan kegiatan olahraga, termasuk permainan Bolabasket. Bahkan dengan dilakukannya

kegiatan-kegiatan olahraga tersebut semangat juang bangsa Indonesia untuk mempertahankan tanah airnya dari ancaman para penjajah yang menginginkan kembali berkuasa semakin membaja. Sejak didirikan tahun 1951, PERBASI telah banyak melakukan kegiatan yang sifatnya nasional, regional dan internasional, baik di dalam negeri maupun di luar negeri. Tetapi gemanya sudah ada, dengan adanya Kobatama (kompetisi bolabasket utama) atau liga bolabasket (Sodikin Candra, : 2010: 23)

Perkembangan bolabasket di Indonesia semakin menunjukkan peningkatan yang pesat. Semakin banyaknya kompetisi mulai dari level sekolah hingga profesional seperti DBL, Campus League, LIMA sampai IBL membuat olahraga bolabasket semakin dikenal disetiap kalangan. Di Sulawesi Selatan, perkembangan cabang olahraga bolabasket juga semakin memperlihatkan kemajuan. Tim Sulawesi Selatan mampu lolos ke PON XIX tahun 2016 baik tim putri maupun putra. Pada POMNAS 2017, tim mahasiswa Sulawesi Selatan bahkan masuk ke empat besar baik putra maupun putri. Dan yang baru-baru ini terlaksana, 3 tim Sulawesi Selatan berhasil lolos ke PON XX Papua 2020 baik dari nomor 5 on 5 maupun 3X3.

Di tingkat kabupaten/kota di Sulawesi Selatan, Kota Makassar masih mendominasi juara di cabang olahraga bolabasket. Namun, tim putra dari Kabupaten SIDRAP mampu lolos di dua edisi PORDA yakni tahun 2014 di Bantaeng dan 2018 di Pinrang, tapi belum mampu meraih juara. Beberapa prestasi yang dicapai dari klub ini ialah prestasi tertingginya pernah menjadi runner up pada pertandingan bola basket 3x3 Se-Sulawesi Selatan yang diadakan di lapangan basket flying wheel Makassar. RBC Rappang juga sangat aktif mengikuti setiap pertandingan yang diadakan setiap daerah di Sulawesi Selatan mulai dari kategori kelompok umur hingga umum. RBC Rappang pernah menjadi salah satu klub di Sidrap yang mengirimkan 8 pemainnya sekaligus untuk mewakili Tim Basket Kab. Sidrap diajang Pekan Olahraga Daerah tahun 2018 di Kab.Pinrang ini merupakan pencapaian tertinggi klub dari ini. Penguasaan teknik dasar bolabasket secara garis besar masih belum mampu menyaingi kota Makassar. Salah satu teknik dasar yang perlu ditingkatkan adalah keterampilan *lay up shoot*.

Permainan bolabasket mempunyai tujuan memasukkan bola sebanyak mungkin ke keranjang lawan, serta menahan lawan agar tidak memasukan bola ke keranjang sendiri dengan cara lempar, tangkap, menggiring dan menembak. Permainan bolabasket dimainkan oleh dua regu baik putra maupun putri yang masing-masing terdiri dari lima orang pemain dengan luas lapangan 28m x 15m dengan alas yang terbuat dari tanah, lantai yang dikeraskan, atau papan (Dedi Sumiyarsono, 2002: 1).

Salah satu cara mencetak angka dalam permainan bolabasket adalah dengan melakukan tembakan *lay up*. Tembakan *lay up* adalah jenis tembakan yang dilakukan dengan sedekat mungkin dengan keranjang basket yang didahului dengan lompat-langkah-lompat. Tembakan *lay up* dapat didahului dengan berlari, menggiring, atau memotong kemudian berlari dan menuju ke arah ring basket. Tembakan *lay up* sebaiknya dilatihkan terlebih dahulu, sebelum dilaksanakan pada saat bermain sesungguhnya. Hal tersebut dikarenakan tembakan *lay up* memerlukan langkah dua atau lompat-langkah-lompat, yang akan berakibat malakukan pelanggaran (Dedi Sumiyarso, 2002: 35-36).

Tembakan *lay up* memiliki tingkat kesulitan dan kompleksitas yang tinggi karena mencakup beberapa unsur: *power*, koordinasi mata tangan dan kaki, *timing*, tempo, irama langkah, keseimbangan dinamis dan akurasi. Agar dapat melakukan tembakan *lay up* yang baik diperlukan upaya pelatihan yang sistematis, kontinyu, progresivitas dan pembinaan yang terarah dengan jelas. Sebagai tuntutan bentuk pembinaan yang terarah akan tampak pada penyusunan program yang sistematis, pemilihan metode latihan yang tepat, pelaksanaan yang intensif dan evaluasi kegiatan

yang sah dari pembina atau pelatih. Namun karena adanya keterbatasan manusia tidak setiap pembina atau pelatih dapat mewujudkan tuntutan ideal. Adanya keraguan atau kebimbangan mengenai metode mana yang tepat untuk melatih teknik tertentu akan mengganggu pencapaian tujuan yang diinginkan. Demikian juga dalam melatih tembakan *lay up*, pembina atau pelatih tidak bisa menentukan secara tepat metode mana yang sesuai, baik menggunakan pelatihan berurutan atau pelatihan terus menerus.

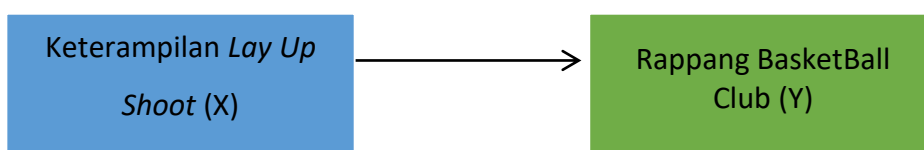
Berdasarkan pengalaman yang peneliti alami dan observasi yang dilakukan saat pertandingan bola basket yang diikuti di beberapa daerah/kota dan pertandingan persahabatan yang dilaksanakan antar beberapa klub di Sidrap, peneliti melihat terdapat beberapa kesalahan yang dilakukan para pemain saat melakukan *lay up shoot*. Kesalahan-kesalahan yang dilakukan pemain saat melakukan *lay up shoot* seperti langkah pertama yang kurang panjang, *traveling* dan lain-lain. Hal tersebut terjadi karena kurangnya keterampilan pemain RBC Rappang dalam melakukan *lay up shoot*. Pemahaman atlet bolabasket di tim RBC Rappang pun juga masih terbatas. Pemain yang mampu memasukkan bola ke keranjang basket berkali-kali sering disebut mahir dalam bermain bolabasket, akan tetapi jika diamati secara seksama anggapan tersebut salah, khususnya dalam teknik *lay up shoot*. Dalam melakukan *lay up shoot* pemain ada beberapa masih terkadang membuat kesalahan-kesalahan seperti langkah awal yang kurang kokoh, langkah pertama yang kurang panjang, dan tolakan yang kurang kuat. Banyak juga dijumpai kesalahan pada langkah awal pendek, langkah kedua panjang, dan kurang maksimal dalam melakukan lompatan, dan yang kebanyakan para pemain lakukan adalah tidak melepaskan bola pada titik lompatan tertinggi sehingga para pemain menggunakan tenaga yang besar untuk melepas bola atau menembak yang mengakibatkan bola memantul dengan keras di papan.

Berdasarkan paparan tersebut maka peneliti tertarik melakukan penelitian pada pemain bolabasket di Rappang Basketball Club (RBC) yang berjudul “Analisis Keterampilan *Lay Up Shoot* Dalam Permainan Bola Basket Pada Pemain Rappang Basketball Club” semoga dengan dilaksanakannya penelitian ini para pemain/pelatih mampu menerapkan pada saat latihan gerakan teknik *lay up shoot* dengan baik dan benar sehingga pemain lebih menguasai gerakan tersebut.

METODE

Metode penelitian adalah suatu cara yang ditempuh untuk memperoleh data, menganalisis data, dan menyimpulkan hasil penelitian. Penggunaan metode dalam melakukan suatu penelitian adalah hal yang sangat penting, sebab dengan menggunakan metode yang tepat diharapkan dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Karena pada dasarnya penelitian merupakan kegiatan yang bertujuan untuk mencari pemecahan dari suatu permasalahan..

Desain (*design*) penelitian adalah rencana atau rancangan yang dibuat oleh peneliti, sebagai ancar-ancar kegiatan, yang akan dilaksanakan (Suharsimi Arikunto 2013: 90). Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Deskriptif. Penelitian deskriptif adalah metode penelitian yang tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis tertentu, tetapi hanya menggambarkan tentang suatu variabel, gejala atau keadaan Dengan demikian model desain penelitian yang digunakan secara sederhana dapat dilihat pada gambar 3.1 sebagai berikut :



Gambar 3.1 Desain Penelitian
Sumber (Sugiyono, 2013:18)

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Uji Deskriptif

Variabel penelitian ini yaitu Keterampilan *Lay Up Shoot* Dalam Permainan Bola Basket Pada Pemain Rappang Basketball Club. Data penelitian diperoleh dari Instrumen tes keterampilan. Data keterampilan *lay up Shoot* sebelum dianalisis dan dideskripsikan, dengan tujuan untuk mempermudah penyajian penelitian. Hasil analisis deskriptif data Keterampilan Teknik Dasar *Lay Up Shoot* adalah sebagai berikut:

Tabel 4.1 Deskriptif Data Tes

Data Statistik	Nilai
N	20
Mean	67.10
Std. Deviation	13.392
Varians	179.358
Range	42
Nilai Minimum	43
Nilai Maksimum	85
Nilai Total	1342

Berdasarkan tabel 4.1 diatas bahwa Hasil analisis deskriptif pada data tes keterampilan *lay up shoot*, diperoleh nilai rata-rata sebesar 67.10, Standar Deviasi sebesar 13.392, varians sebesar 179.358, range sebesar 42, nilai minimum sebesar 43, nilai maksimum sebesar 85 dan nilai total sebesar 1342.

2. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan prasyarat untuk dapat menggunakan statistik parametrik. Oleh sebab itu, peneliti menguji semua data menggunakan uji kolomrov Smirnov, dan pengolahan data menggunakan program SPSS. Namun penelitian hanya mengacu pada hasil uji kolmogrov Smirnov. Adapun hasil uji normalitas data sebagai berikut.

Tabel 4.2 Hasil Uji Normalitas Data

	Kolmogrov-Smirnov Z		A	Ket
	Statistik	Sig		
Tes keterampilan <i>Lay up Shoot</i>	0.197	0.41	0.05	Normal

Berdasarkan tabel 4.2 diatas menunjukkan hasil pengujian normalitas data dengan menggunakan uji Kolmogrov Smirnov sebagai berikut.

Data tes kecepatan diperoleh nilai Kolmogrov Smirnov Hitung (K- SZ) 0.197 ($P > 0.05$), maka dapat dikatakan bahwa data keterampilan *lay Up shoot* mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal.

3. Distribusi Frekuensi

Distribusi Frekuensi Kategori Keterampilan Teknik Dasar *Lay Up Shoot* Pada Pemain Rapping Basketball Club.

Tabel 4.4 Kategori data Keterampilan Teknik Dasar *Lay Up Shoot*

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
47.01	2	10%	Kurang Sekali
47.01 – 60.40	4	20%	kurang
60.40 – 73,79	4	20%	Sedang
73.79 – 87.18	10	50%	Baik
87.18 >	0	0%	Baik Sekali
Total	20	100.0%	

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa persentase hasil data dengan sampel sebanyak 20 orang (100%), yang memiliki klasifikasi baik sekali 0 orang (0%), klasifikasi baik sebanyak 5

orang (50%), klasifikasi sedang sebanyak 20 orang (20%), klasifikasi kurang sebanyak 4 orang (20%), klasifikasi kurang sekali sebanyak 2 orang (10%).

Olahraga bolabasket mempunyai tujuan memasukkan bola sebanyak mungkin ke keranjang lawan, serta menahan lawan agar janga memasukkan bola ke keranjang sendiri dengan lempar tangkap, menggiring, dan menembak .Proses permainan dengan memasukan bola ke keranjang sangatlah penting sehingga perlu adanya teknik yang tepat untuk dapat mencetak poin sebanyak mungkin. Karakteristik permainan dan kebutuhan yang harus dipenuhi oleh pemain agar mampu bermain dengan baik ini harus mendapat perhatian yang lebih banyak. Proses latihan akan membantu siswa untuk mengembangkan permainanya secara menyeluruh. Selain itu, secara

husus bahwa keterampilan *up shoot* sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor dalam mencapai tujuan mencetak poin sebanyak mungkin.

Keterampilan *lay up* merupakan teknik dasar permainan bolabasket yang penting dan harus dimiliki oleh setiap pemain bolabasket. Tembakan *lay up* merupakan bagian dari tembakan lapangan. Tembakan *lay up* mempunyai tingkat kesukaran lebih tinggi dan lebih kompleks dibanding dengan tembakan melompat atau *jump shoot*, oleh karena itu saat melakukan tembakan *lay up* sering terjadi beberapa kesalahan yang mengakibatkan bola tidak masuk atau yang lebih fatal dapat mengakibatkan cedera karena kesalahan gerak pada pemain yg melakukan *lay up*. Gerakan *lay up* terdiri dari lari, langkah, lompat dan menembak atau bisa berasal dari menggiring, menangkap bola sambil melompat, melangkah dan menembak. Kesalahan yang sering terjadi diantaranya: langkah pertama yang terlalu tinggi, saat menerima bola pemain tidak dalam keadaan melayang, melepaskan bola dengan kekuatan yang terlalu besar dan pada saat melayang kaki lemas bergantung tetapi tidak aktif digerakkan.

Menurut Wissel (2000:44), "keahlian dasar yang harus dilatih dalam tembakan *lay up* adalah keakuratan dalam menembak. *Lay up shoot* yang baik harus dilakukan dengan proses yang baik dengan melakukannya sesuai dengan karakteristik teknik. Secara jelas bahwa *lay up shoot* membutuhkan keakuratan tembakan agar laju bola dapat tepat masuk ke dalam keranjang atau ring. Gerakan tangan dan sentuhan tangan pada bola serta ayunan tangan akan mempengaruhi hasil tembakan ke dalam keranjang.

Tembakan *lay up* adalah jenis tembakan yang efektif, karena dilakukan pada jarak yang sedekat-dekatnya dengan ring basket. Hal ini sangat menguntungkan sebab menembak dari jarak yang jauh dapat diperdekat dengan basket dengan cara melakukan lompat-langkah-lompat atau yang disebut dengan *lay up*. Persentase tembakan tertinggi dalam permainan basket adalah tembakan dalam seperti *lay up*, yang dilakukan oleh seorang pemain penyerang yang berada dalam jarak sekitar 1 meter dari ring basket. Posisi yang dekat dengan ring basket biasanya memiliki ketepatan tembakan paling tinggi (persentase bola masuk), 55 hingga 60 persen berhasil dari semua usaha tembakan mereka.

Peneliti beranggapan bahwa pemain Rappang Basketball Club beberapa telah menguasai teknik dan gerakan yang benar pada saat melaksanakan *lay up shoot*, hal ini dikarenakan masih seringnya latihan-latihan dasar bermain basket seperti halnya, *dribble*, lompat dan *shoot*, akan tetapi sebagian pemain juga kadang masih menganggap sepele beberapa gerakan untuk mendapat gerak *lay up shoot* yang sempurna, karena dengan gerak yang sempurna itu dapat mempermudah kita mengontrol bola untuk mencetak angka dengan melakukan *lay up shoot*.

Data yang diperoleh terlihat bahwa tingkat keterampilan *lay up shoot* bolabasket RBC Rappang, klasifikasi baik sekali 0 orang (0%), klasifikasi baik sebanyak 5 orang (50%), klasifikasi sedang sebanyak 20 orang (20%), klasifikasi kurang sebanyak 4 orang (20%), klasifikasi kurang sekali sebanyak 2 orang (10%). Dari hasil ini membuktikan bahwa keterampilan *lay up shoot* bola basket pada atlet RBC rappang masuk dalam kategori baik. Karena pemain mampu melaksanakan beberapa rangkaian gerakan dalam *lay up shoot* dengan baik dan benar mulai dari gerakan langkah kaki yang sudah sesuai hingga gerakan tahap akhir yakni memasukkan bola ke ring. 4 orang berkategori sedang, pemain telah menguasai teknik dasar *lay up* akan tetapi para pemain ini masih kadang menganggap sepele beberapa gerakan saat melakukan gerakan *lay up shoot* sehingga nilai yang diberikan belum sempurna, mulai dari gerakan pertama yang kebanyakan kurang mendapatkan nilai karena langkah yang dilakukan belum sesuai dengan aspek penilaian yang dilakukan peneliti sehingga dari gerakan langkah awal kadang juga mempengaruhi gerakan selanjutnya. Dan yang dalam berkategori kurang, pemain

melakukan gerakan hanya fokus untuk memasukkan kedalam ring, sehingga kebanyakan saat pemain itu melaksanakan gerakan *lay up shoot* mulai dari awal yang ia lakukan kadang kurang konsisten dengan beberapa kali percobaan yang diberikan. Dan berkategori kurang sekali, yakni pemain pada saat melakukan gerakan *lay up shoot*, langkah pertama yang terlalu tinggi, saat menerima bola pemain tidak dalam keadaan melayang, melepaskan bola dengan kekuatan yang terlalu besar yang akibatnya bola memantul terlalu keras

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan maka dapat diambil kesimpulan bahwa keterampilan *lay up shoot* pada pemain rapping basketball club, hasil data dengan sampel sebanyak 20 orang (100%), yang memiliki klasifikasi baik sekali 0 orang (0%), klasifikasi baik sebanyak 10 orang (50%), klasifikasi sedang sebanyak 4 orang (20%), klasifikasi kurang sebanyak 4 orang (20%), klasifikasi kurang sekali sebanyak 2 orang (10%).

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin. (1999). Bola basket Kembar. PT Rajagrafindo Persada. Jakarta.
- Abdul majid .2013. Strategi Pembelajaran .Remaja Rosdakarya:Bandung.
- Ahmadi. Nuril. (2007). *Permainan Bola Basket*. Solo: Era Intermedia.
- Amirullah, Hari. 2003. *Alat Evaluasi Keterampilan Bermain Bola Basket* : Jurnal Nasional Pendidikan Jasmani dan Ilmu Keolahragaan. Jakarta : Depdiknas
- Amung Ma'mun dan Yudha. (2000). *Perkembangan gerak Dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud
- Ali, Muhammad. 1993. Penelitian Kependidikan Prosedur dan Strategi. Bandung: Angkas
- Arikunto, Suharsimi dkk.2006. Penelitian Tindakan Kelas. Jakarta: Bumi Aksara
- Arikunto, Suharsimi. 2010. Prosedur Penelitian Suatu pendekatan Praktek. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arma Abdulah, (1994), Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani. Depertemen Pendidikan dan kebudayaan.
- Danny Kosasih. (2008). Fundamental Basketball First Step to Win. Semarang: CV.Elwas Offset.
- Depdikbud. 1993. Kamus Besar Bahasa Indonesia. Jakarta : Balai Pustaka
- Dedy Sumiyarsono.(2002). *Keterampilan Bolabasket*. Yogyakarta: FIK UNY
- FIBA. (2006). Bola Basket Untuk Semua. Jakarta: PB PERBASI
- Ghozali, Imam. 2009. "Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS ".Semarang : UNDIP.
- Hall, Wissel. 2000. Bola Basket Dilengkapi Dengan Program Pemahiran Teknik Dan Taktik . Jakarta : Raja Grafindo Persada
- Irsyada, Machfud (2000) *Permainan Bola Basket Dan Peraturan Peraktis*. Jakarta Haji Mas Agung

- Imam Sodikun. 1992. *Olahraga Pilihan Bolabasket* . Jakarta: Depdikbud
- Komaruddin Hidayat. 2001. *Active Learning*. Yogyakarta: Yappendis
- Sudjana, Nana. (2016). *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Rosdikarya.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: CV Alfabeta
- Sutrisno Hadi, *Metodologi Research 2*, Andi Offset, Yogyakarta, 2004
- PERBASI. (2012). *Peraturan Resmi Bola Basket*. Jakarta.
- Usman Uzer, Setiawati Lilis. 1993. *Upaya Optimalisasi Kegiatan Belajar Mengajar*. Remaja Rosdakarya.
- Wahjoedi.(2001).*Landasan Evaluasi Pendidikan Jasmani*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Widiastuti Sri, Nur Rohmah Muktiani (2010). *Peningkatan Motivasi dan Keterampilan Menggiring Bola dalam Pembelajaran Sepak Bola melalui Kucing Tikus pada Siswa Kelas 4 SD Glagahombo 2 Tempel*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia (Nomor 1 tahun 2010), Hlm. 49- 50.