



## Tinjauan Keterampilan Teknik Dasar Bola Basket Siswa Di Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 Padang

**Attala Noval, Rosmawati, Nirwandi, Indri Wulandari**

Pendidikan Olahraga, fakultas ilmu keolahragaan, universitas negeri padang, Indonesia  
[attalanoval170700@gmail.com](mailto:attalanoval170700@gmail.com), [rosmawati@fik.unp.ac.id](mailto:rosmawati@fik.unp.ac.id), [nirwandisali@gmail.com](mailto:nirwandisali@gmail.com),  
[indriwulandari@fik.unp.ac.id](mailto:indriwulandari@fik.unp.ac.id)

**Kata Kunci :** Teknik Dasar, Bolabasket

**Abstrak** : Permasalahan dalam penelitian ini adalah masih rendahnya Keterampilan teknik dasar bolabasket siswa SMK Muhammadiyah 1 Padang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Keterampilan teknik dasar bolabasket siswa SMK Muhammadiyah 1 Padang. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Oktober 2022 di lapangan bolabasket SMK Muhammadiyah 1 Padang. populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang tergabung dalam tim bolabasket SMK Muhammadiyah 1 Padang yang berjumlah 72 orang siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 15 orang siswa. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes Keterampilan teknik dasar Bolabasket yang terdiri dari 1) teknik passing, dribbling dan shooting. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik deskriptif persentatif. Hasil penelitian ini adalah: Keterampilan teknik dasar bolabasket secara keseluruhan Siswa Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 Padang tergolong dalam kategori sedang.

**Keywords :** Teknik Dasar, Bolabasket

**Abstract** : Permasalahan dalam penelitian ini adalah masih rendahnya keterampilan teknik dasar bolabasket siswa SMK Muhammadiyah 1 Padang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui keterampilan teknik dasar bolabasket siswa SMK Muhammadiyah 1 Padang. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Oktober 2022 di lapangan bolabasket SMK Muhammadiyah 1 Padang. populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang tergabung dalam tim bolabasket SMK Muhammadiyah 1 Padang yang berjumlah 72 orang siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 15 orang siswa. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes Keterampilan teknik dasar Bolabasket yang terdiri dari 1) teknik passing, dribbling dan shooting. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik deskriptif persentatif. Hasil penelitian ini adalah: Keterampilan teknik dasar bolabasket secara keseluruhan Siswa Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 Padang tergolong dalam kategori sedang.

### PENDAHULUAN

Olahraga adalah salah satu bentuk dari upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia yang diarahkan pada pembentukan watak dan kepribadian,

disiplin dan sportifitas yang tinggi, serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional" (Nur, Madri & Zalfendi, 2018). "Kegiatan olahraga saat ini juga sudah menjadibagian

dari kehidupan masyarakat. Seseorang melakukan olahraga dengan tujuan masing-masing terutama untuk mendapatkan kesehatan dan kebugaran jasmani, maupun kesenangan” (Sepriadi, Hardiansyah, & Syampurma, 2017). “Pembinaan dan pengembangan olahraga salah satu tujuannya adalah untuk mencapai prestasi. Prestasi dapat di artikan sebagai hasil tertinggi yang dicapai dalam pelaksanaan suatu kegiatan yang memiliki tujuan dan target”(Putra & Vivali, 2017) Menurut Sari, D. N., Wulandari, I., & Hardiansyah, S. (2020) “pembentukan dan pengembangan olahraga harus dikembangkan sedini mungkin semaksimal mungkin, untuk menciptakan generasi muda berprestasi dan nama bangsa. Prestasi yang didapat dari program yang terencana, berjenjang, dan berkelanjutan serta didukung oleh ilmu pengetahuan dan teknologi olahraga”. Salah satu olahraga prestasi yang gencar melakukan pembinaan adalah olahraga Bolabasket.

Bolabasket merupakan cabang olahraga yang dimainkan secara beregu terdiri atas dua tim beranggotakan masing-masing lima orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukan bola ke dalam keranjang lawan. Bolabasket termasuk salah satu cabang olahraga yang banyak digemari oleh masyarakat umum, kalangan anak-anak, remaja, dan dewasa. Permainan bolabasket memiliki tujuan yaitu memasukan bola ke ring dan mempertahankan ring agar tidak kemasukan bola”.

Dalam permainan bola basket selain kondisi fisik yang dibutuhkan, teknik juga merupakan satu hal yang penting sebagai pondasi seseorang untuk dapat bermain bolabasket, adapun teknik dasar bolabasket seperti mengiring bola (*dribbling*), mengoper (*passing*), menembak (*shooting*). Pada

permainan bolabasket ada beberapa faktor yang mempengaruhi kemampuan teknik dasar siswa untuk mencapai tujuan permainan bolabasket, yang diantaranya adalah kelincahan pada saat mengiring (*dribbling*) bolabasket, hal ini sangat dibutuhkan dengan adanya kelincahan yang bagus maka seorang pemain dapat secara cepat dan tepat mengubah arah mengiring bola dengan posisi yang di kehendaknya sesuai kondisi seorang pemain saat sedang hadapi permainan.

Pada saat mengoper (*passing*) bolabasket kecepatan dan kekuatan juga mempengaruhi kemampuan teknik dasar permainan bolabasket, yang dimana mengoper bola kepada teman sangat membutuhkan kecepatan dan kekuatan yang baik dengan semaksimal mungkin sehingga bola yang di terima tidak dapat dengan dirampas dan dipotong lawan dengan mudah.

Pada saat menembak (*shooting*) sangat dibutuhkan keseimbangan yang baik, agar saat melakukan tembakan (*shooting*) ke ring lawan seorang pemain tidak mudah untuk kehilangan keseimbangan sehingga tembakan (*shooting*) yang dilakukan pada saat itu juga tidak mudah diganggu lawan menembak (*shooting*) juga memerlukan koordinasi, karena koordinasi yang baik dapat mempengaruhi bola yang di tembakan (*shooting*) itu tepat kearah ring dengan baik, sehingga seorang pemain dapat melakukan tembakan (*shooting*) dalam situasi seperti apapun.

Berdasarkan observasi prestasi Yang diraih oleh klub bolabasket SMK Muhammadiyah 1 Padang mengalami penurunan dari tahun ketahun. Pada tahun 2017 klub bolabasket SMK Muhammadiyah 1 Padang hanya meraih juara II setelah dikalahkan oleh alumni SMP Muhammadiyah

1 Padang dibabak final. Tahun 2018 klub bolabasket SMK Muhammadiyah 1 Padang hanya meraih apresiasi yang baik saja setelah dikalahkan lagi oleh alumni SMP Muhammadiyah 1 Padang dibabak semi final.

Selanjutnya berdasarkan pengamatan peneliti dilapangan, pada saat pertandingan klub bolabasket SMK Muhammadiyah 1 Padang sering gagal dalam melakukan serangan. Para pemain sering kali kehilangan bola pada saat melakukan serangan, *dribbling* dan *passing* yang mereka lakukan sering mengalami kegagalan. Sehingga siswa SMK Muhammadiyah 1 Padang sering mengalami kekalahan pada saat pertandingan.

Berdasarkan uraian dan permasalahan yang telah dikemukakan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan sebuah studi penelitian untuk meninjau faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi klub bolabasket SMK Muhammadiyah 1 Padang. Dalam penelitian ini peneliti akan mengungkap lebih dalam tentang faktor-faktor penyebab menurunnya prestasi dari klub bolabasket SMK Muhammadiyah 1 Padang.

## METODE

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan jenis penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mendiskripsikan situasi yang terjadi pada suatu objek. Menurut Arikunto (2010) penelitian deskriptif adalah penelitian yang tidak bermaksud menguji hipotesis tertentu tetapi hanya menggambarkan apa adanya tentang suatu atau peristiwa. Berdasarkan pendapat ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini peneliti hanya mengungkapkan atau menggambarkan suatu keadaan yang berkaitan dengan keterampilan teknik dasar permainan bolabasket yang dimiliki oleh atlet bolabasket

SMK Muhammadiyah 1 Padang. Observasi ini dilaksanakan pada bulan Oktober tahun 2022. Observasi ini dilakukan pada klub bolabasket SMK Muhammadiyah 1 Padang yang bertempat di Jl. Prof Dr. Hamka No 1 Kota Padang Sumatera Barat. Populasi dalam penelitian mencakup semua atlet bolabasket yang berlatih pada klub bolabasket SMK Muhammadiyah 1 Padang yang berjumlah 69 orang. Penarikan Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* atau sampel bersyarat. maka sampel dalam penelitian ini berjumlah 15 orang yang berasal dari kelompok U 15 yang berjenis kelamin laki-laki. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes ketarampilan bermain bolabasket yang bertujuan untuk mengukur keterampilan bermain bolabasket pelajar SMA (Arsil, 2009). Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif persentatif.

## HASIL

### 1. Keterampilan Teknik *Passing*

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Keterampilan teknik dasar *Passing* Bolabasket siswa Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 Padang**

Kelas Interval	Frekuensi Absolut		
	Absolute	Relatif (%)	
>18	1	6.7	Baik sekali
16-17	5	33.3	Baik
14-15	4	26.7	sedang
12-13	4	26.7	kurang
<11	1	6.7	Kurang sekali
Jumlah	15	100	

Dari analisis data yang telah dilakukan maka didapatkan nilai rata-rata kemampuan *passing* Bolabasket siswa Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 Padang sebesar 14,9. maka dapat disimpulkan bahwa teknik dasar *passing* siswa Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 padang berada pada kategori sedang.

## 2. Keterampilan Teknik *Dribbling*

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Keterampilan teknik dasar *Dribbling* Bolabasket Bolabasket siswa Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 Padang**

Kelas Interval	Frekuensi Absolut		
	Absolute	Relatif (%)	
<11.54	2	13.3	Baik sekali
11.55-13.64	4	26.7	Baik
13.65-15.74	5	33.3	sedang
15.75-17.84	3	20.0	kurang
>17.85	1	6.7	Kurang sekali
Jumlah	15	100	

Dari analisis data yang telah dilakukan maka didapatkan nilai rata-rata kemampuan *dribbling* Bolabasket siswa Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 Padang sebesar 14,70. maka dapat disimpulkan bahwa teknik dasar *dribbling* siswa Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 padang berada pada kategori sedang.

## 3. Keterampilan Teknik *Shooting*

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Keterampilan teknik dasar *Shooting* Bolabasket Bolabasket siswa Sekolah**

## Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 Padang

Kelas Interval	Frekuensi Absolut		
	Absolute	Relatif (%)	
>11	0	0.0	Baik sekali
8-10	5	33.3	Baik
5-7	5	33.3	sedang
2-4	5	33.3	kurang
<1	0	0.0	Kurang sekali
Jumlah	15	100	

Dari analisis data yang telah dilakukan maka didapatkan nilai rata-rata kemampuan *shooting* Bolabasket siswa Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 Padang sebesar 5,87. maka dapat disimpulkan bahwa teknik dasar *shooting* siswa Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 padang berada pada kategori sedang.

## 4. Keterampilan Teknik Dasar Secara Keseluruh

**Tabel 6. Distribusi Frekuensi Keterampilan teknik dasar bolabasket Bolabasket siswa Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 Padang**

Kelas Interval	Frekuensi Absolut		
	Absolute	Relatif (%)	
>183	2	13.3	Baik sekali
161-182	3	20.0	Baik
139-160	5	33.3	sedang
117-138	5	33.3	kurang
<116	0	0.0	Kurang sekali
Jumlah	15	100	

Dari analisis data yang telah dilakukan maka didapatkan nilai rata-rata kemampuan *shooting* Bolabasket siswa Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 Padang sebesar 150. maka dapat disimpulkan bahwa teknik dasar siswa Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 Padang berada pada kategori sedang.

## PEMBAHASAN

### 1. Keterampilan teknik dasar *Passing*

*Passing* merupakan salah satu teknik dasar bermain Bolabasket yang memiliki kontribusi besar dalam permainan Bolabasket. Hampir seluruh permainan Bolabasket dilakukan dengan *Passing*. Oleh karena itu, pertama kali yang harus dikuasai oleh setiap atlet yaitu teknik dasar *Passing* perlu diajarkan kepada semua Siswa Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 Padang. *Passing* merupakan salah satu teknik yang harus dikuasai oleh atlet bola basket dan salah satu kunci keberhasilan seranganebuah tim dan sebuah unsur penentuantembakan-tembakan yang berpeluangbesar mencetak angka. Menurut Rahman & Ridwan (2018) "Salah satu poin yang harus ditekankan pada pemain adalah bahwa *passing* adalah skill yang tercepat dan terbaik untuk merubah arah serangan".

Dari temuan penelitian tentang keterampilan teknik dasar *Passing* Siswa Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 Padang tersebut, masih banyak atlet yang memiliki kemampuan rata-rata *Passing* dengan kategori sedang dan perlu ditingkatkan lagi. Artinya perlu adanya latihan yang teratur dan kontiniu untuk dapat meningkatkan kemampuan teknik *Passing* yang baik bagi Siswa Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 Padang. Bentuk latihan untuk dapat

meningkatkan kemampuan *Passing* dapat dilakukan salah satunya, dengan cara latihan *Passing* secara berpasangan dengan jarak 3 meter. Selain itu atlet juga dituntut untuk memiliki kemampuan unsur kondisi fisik yang baik sehingga *Passing* yang dilakukan lebih berkualitas.

### 2. Keterampilan teknik dasar *Dribbling*

Teknik *Dribble* dilakukan dengan cara memantul-mantulkan bola ke lantai dengan menggunakan salah satu telapak tangan. Dalam pelaksanaannya teknik *Dribble* sering dilakukan untuk membawa bola dari satu posisi ke posisi lain sambil berlari, baik untuk menerobos pertahanan lawan maupun menyusun serangan. Pada saat melakukan teknik *Dribble* seorang atlet tidak dibenarkan membawa dan memegang bola lebih dari satu langkah, oleh karena itu bola mesti dipantulkan ke lantai pada saat melangkah atau berlari. Selain hal tersebut juga harus diingat bahwa dalam peraturan permainan bolabasket tidak dibenarkan menggiring (*Dribbling*) bola dengan menggunakan dua tangan. Setiap atlet boleh melakukan teknik *Dribble* dengan menggunakan tangan kiri atau tangan kanan secara bergantian, namun tidak boleh dilakukan secara bersamaan..

Dari temuan penelitian menunjukkan bahwa Keterampilan teknik dasar *Dribbling* bolabasket pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 Padang, rata-rata masih dalam kategori sedang. Artinya Keterampilan teknik dasar *Dribbling* bolabasket Siswa Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 Padang masih belum maksimal dan perlu ditingkatkan lagi. Salah satu latihan untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* adalah latihan *ball handling*, Latihan *ball handling* merupakan latihan yang dilakukan yang bertujuan agar feeling pemain dengan bola bagus. Sebab, hal ini akan mempengaruhi permainan

seseorang saat berada dalam pertandingan. Semakin bagus feeling dengan bola maka akan semakin mudah untuk mengendalikannya”.

### 3. Keterampilan teknik dasar *Shooting*

Dari temuan penelitian dapat dilihat bahwa Keterampilan teknik dasar *Shooting* Siswa Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 Padang dari 16 orang sampel yang diteliti sebagian besar masih jauh dari maksimal, namun perlu ditingkatkan lagi. Agar seseorang dapat melakukan *Shooting* ke ring dengan baik dan tepat sasaran, sehingga terciptanya gol ke gawang lawan banyak faktor yang mempengaruhinya. Diantaranya adalah penguasaan teknik menendang seperti perkenaan bola dengan kaki, kecondongan badan, pandangan dan kondisi fisik.

*Shooting* teknik menembak bola dengan memasukkan ke ring dan mencetak skor. *Shooting* yang baik bermula pada posisi kaki, tangan dan pandangan yang siap untuk target memasukkan bola ke ring. Agar seorang atlet bisa menjadi shooter yang baik, atlet tersebut harus menikmati dan memahami latihan *Shooting*nya.

Beberapa pelatih mengatakan agar tercipta seorang *shooter* yang baik diperlukan latihan dalam jangka waktu yang lama. Namun dengan latihan dan cara *Shooting* yang tepat, seorang atlet bisa menjadi *shooter* yang handal dalam waktu yang tidak terlalu lama. Dua dasar dalam bermain basket adalah menciptakan peluang *Shooting* untuk mencetak skor saat offense dan mencegah lawan saat melakukan hal yang sama saat *defense*.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang Keterampilan teknik dasar Bolabasket Siswa Sekolah Menengah Kejuruan

Muhammadiyah 1 Padang yang dilakukan terhadap 16 orang siswa yang mengikuti ekstrakurikuler Bolabasket, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: 1) Keterampilan teknik dasar *Shooting* Siswa Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 Padang berada pada kategori sedang. 2) Keterampilan teknik dasar *Passing* Bolabasket siswa Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 Padang tergolong dalam kategori sedang. 3) Keterampilan teknik dasar *dribbling* Siswa Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 Padang tergolong dalam kategori sedang. 4) Keterampilan teknik dasar bolabasket secara keseluruhan Siswa Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 Padang tergolong dalam kategori sedang.

## DAFTAR PUSTAKA

- H. Nur, Madri, and Zalfendi. 2018, “*Tinjauan Tingkat Kesegaran Jasmani Pada Siswa Putera Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Gulat Di Smp Negeri 30 Padang*”, *jm*, vol. 3, no. 1, pp. 67-76, Jun. 2018
- Putra, Aldo Naza, and Vivaldi Gazali. 2017. “*Kontribusi Kelentukan Pinggang dan Kelincahan terhadap Kemampuan Dribbling Atlet Sepakbola PSTS Tabing Padang*.” *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga* 16.2.
- Rahman, M., & Ridwan, M. 2018. *Pengaruh Latihan Operan Lari Menyilang Terhadap Ketepatan Chest Pass Bolabasket*. *Jurnal Patriot*, 334-340
- Sepriadi, S., Hardiansyah, S., & Syampurma, H. 2017. *Perbedaan tingkat kesegaran jasmani berdasarkan status gizi*. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 7(1), 24-34

Sari, D. N., Wulandari, I., & Hardiansyah, S. 2020. *Contributions of Arm Muscle Strength Against Forehand Drive Skills for Table Tennis Athletes*. In *1st International Conference of Physical Education (ICPE 2019)* (pp. 120-123). Atlantis Press.