

Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket Ekstrakurikuler SMAN 8 Kota Padang

**Muhammad Irsyad¹, Indri Wulandari², Friski Amra³,
Oyatra Utama⁴**

Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

Mhmdirsyad02@gmail.com¹, indriwulandari@fik.unp.ac.id²,

friskiamra@fik.unp.ac.id³, oyatrautama@fik.unp.ac.id⁴

DOI JPDO : <https://doi.org/10.24036/JPDO.9.2026.0063>

Kata Kunci : Bola basket, Teknik dasar, Shooting, Dribbling, Passing

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan teknik dasar permainan bola basket pada siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola basket di SMAN 8 Kota Padang, dengan fokus pada teknik shooting (free throw), dribbling, dan passing sebagai komponen utama dalam permainan. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif untuk memberikan gambaran objektif mengenai kemampuan siswa berdasarkan hasil pengukuran yang dilakukan secara sistematis. Subjek penelitian berjumlah 15 siswa yang aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola basket. Pengumpulan data dilakukan melalui tes keterampilan teknik dasar bola basket yang disesuaikan dengan standar penilaian, kemudian dianalisis menggunakan statistik deskriptif dalam bentuk persentase dan kategori penilaian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan shooting siswa masih tergolong rendah, dengan 46,67% siswa berada pada kategori kurang, 33,33% pada kategori cukup, 13,33% pada kategori baik, dan 6,67% pada kategori sangat kurang. Sebaliknya, kemampuan dribbling menunjukkan hasil yang sangat baik, di mana 80% siswa berada pada kategori sangat baik dan 20% berada pada kategori baik. Sementara itu, kemampuan passing berada pada kategori cukup hingga baik, dengan persentase tertinggi sebesar 33,33% pada interval skor 24–25. Temuan ini menunjukkan adanya perbedaan tingkat penguasaan teknik dasar bola basket pada siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Secara keseluruhan, dribbling merupakan teknik yang paling dikuasai siswa, diikuti oleh passing, sedangkan shooting menjadi teknik dasar yang paling rendah, sehingga diperlukan program latihan yang lebih terstruktur, terarah, dan berkelanjutan, khususnya untuk meningkatkan kemampuan shooting agar prestasi ekstrakurikuler bola basket dapat berkembang secara optimal.

Keywords : Basketball, basic skills, shooting, dribbling, passing

Abstract : This study aims to determine the level of basic basketball skill proficiency among students participating in the basketball extracurricular program at SMAN 8 Padang City, focusing on shooting (free throw), dribbling, and passing as fundamental components of the game. A descriptive research method with a quantitative approach was employed to provide an objective overview of students' skill levels based on systematic measurement results. The research subjects consisted of 15 students who actively participated in the basketball extracurricular activities. Data were collected through a series of standardized basketball basic skill tests and analyzed using descriptive statistics in the form of percentages and performance categories. The results indicated that students' shooting ability was relatively low, with 46.67% of students classified in the poor category, 33.33% in the fair category, 13.33% in the good category, and 6.67% in the very poor

category. In contrast, dribbling skills showed highly favorable results, with 80% of students categorized as very good and the remaining 20% categorized as good. Meanwhile, passing skills ranged from fair to good levels, with the highest percentage (33.33%) falling within the score interval of 24–25. These findings reveal noticeable differences in the mastery of basic basketball skills among students. Overall, dribbling emerged as the most proficiently mastered skill, followed by passing, while shooting was identified as the weakest basic technique. Therefore, more structured, focused, and continuous training programs are needed, particularly to improve shooting skills, in order to enhance students' overall performance and support the optimal development of basketball extracurricular achievements.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan bagian integral dari sistem pendidikan yang berperan penting dalam membentuk kualitas sumber daya manusia. Melalui aktivitas olahraga, peserta didik tidak hanya diarahkan untuk mencapai kebugaran jasmani, tetapi juga dibina dari aspek mental, sosial, dan karakter.

Kegiatan olahraga di sekolah menjadi sarana pembelajaran nilai-nilai disiplin, sportivitas, kerja sama, serta tanggung jawab yang sangat relevan dengan tujuan pendidikan nasional. Oleh karena itu, pengelolaan dan pembinaan olahraga di lingkungan sekolah perlu dilakukan secara terencana dan berkesinambungan agar memberikan dampak yang optimal terhadap perkembangan peserta didik (Arikunto, 2014).

Permainan bola basket merupakan salah satu cabang olahraga yang berkembang pesat dan banyak diminati oleh siswa di tingkat sekolah menengah. Bola basket adalah permainan beregu yang dimainkan oleh dua tim dengan tujuan memasukkan bola ke dalam ring lawan dan mencegah lawan memperoleh angka. Permainan ini menuntut pemain untuk memiliki kemampuan fisik yang baik, penguasaan teknik yang memadai, serta kemampuan bekerja sama dalam tim. Karakteristik permainan yang cepat dan

dinamis menjadikan bola basket sebagai olahraga yang efektif untuk mengembangkan kemampuan motorik dan keterampilan sosial siswa (Nuril, 2017).

Keberhasilan dalam permainan bola basket sangat ditentukan oleh penguasaan teknik dasar yang dimiliki oleh setiap pemain. Teknik dasar merupakan fondasi utama yang harus dikuasai sebelum pemain mampu menerapkan strategi permainan yang lebih kompleks. Sucipto dkk. (2010) menjelaskan bahwa teknik dasar bola basket terdiri atas passing, dribbling, dan shooting, yang saling berkaitan dan tidak dapat dipisahkan dalam pelaksanaan permainan. Penguasaan teknik dasar yang kurang baik akan berdampak langsung pada efektivitas permainan, baik secara individu maupun tim.

Passing merupakan teknik mengoper bola kepada rekan setim yang berfungsi menjaga penguasaan bola dan mengatur alur serangan. Madri (2012) menyatakan bahwa passing yang efektif harus dilakukan dengan ketepatan, kecepatan, dan timing yang sesuai dengan situasi permainan. Kemampuan passing yang kurang baik dapat menyebabkan terputusnya kerja sama tim dan meningkatkan risiko kehilangan bola. Oleh karena itu, passing menjadi salah satu teknik dasar yang sangat penting dalam membangun permainan yang terorganisir.

Dribbling adalah teknik menggiring bola yang digunakan untuk membawa bola, mengatur tempo permainan, serta menembus pertahanan lawan. Menurut Syafruddin (2013), dribbling berfungsi sebagai alat taktis yang memungkinkan pemain menciptakan ruang gerak dan peluang serangan. Penguasaan dribbling yang baik menuntut kelincahan, koordinasi, dan kontrol bola yang optimal. Tanpa kemampuan dribbling yang memadai, pemain akan mengalami kesulitan dalam mempertahankan penguasaan bola saat menghadapi tekanan lawan.

Shooting merupakan teknik menembakkan bola ke dalam ring yang bertujuan untuk memperoleh poin. Teknik ini menjadi penentu akhir dari setiap serangan dan sangat berpengaruh terhadap hasil pertandingan. Rubiana (2017) menjelaskan bahwa shooting, khususnya free throw, membutuhkan koordinasi gerak yang baik serta tingkat konsentrasi yang tinggi. Kesalahan kecil dalam posisi tubuh, ayunan lengan, atau fokus pandangan dapat menyebabkan kegagalan tembakan. Oleh karena itu, shooting sering menjadi teknik dasar yang paling sulit dikuasai oleh pemain pemula.

Selain penguasaan teknik dasar, kondisi fisik juga berperan penting dalam menunjang keterampilan bermain bola basket. Kondisi fisik seperti kekuatan, kecepatan, kelincahan, keseimbangan, dan koordinasi sangat memengaruhi kemampuan pemain dalam menerapkan teknik dasar secara efektif. Ridwan (2020) menyatakan bahwa kondisi fisik yang baik akan membantu pemain melakukan gerakan teknik dengan lebih efisien dan konsisten selama permainan berlangsung. Dengan demikian, penguasaan teknik dasar dan kondisi fisik merupakan dua

aspek yang saling berkaitan dalam permainan bola basket.

Kegiatan ekstrakurikuler bola basket di sekolah menjadi salah satu wadah pembinaan olahraga yang bertujuan mengembangkan minat, bakat, dan prestasi siswa. Melalui kegiatan ekstrakurikuler, siswa memperoleh kesempatan untuk berlatih secara rutin di luar jam pelajaran. Di SMAN 8 Kota Padang, kegiatan ekstrakurikuler bola basket dilaksanakan secara berkesinambungan dan pernah menunjukkan prestasi pada berbagai kejuaraan. Namun, dalam beberapa tahun terakhir, prestasi yang diraih cenderung mengalami penurunan.

Berdasarkan hasil pengamatan dan keterangan dari pembina ekstrakurikuler, penurunan prestasi tersebut diduga berkaitan dengan belum optimalnya penguasaan teknik dasar pemain. Dalam pelaksanaan latihan maupun pertandingan, masih ditemukan permasalahan seperti passing yang kurang akurat, dribbling yang belum efektif dalam situasi permainan, serta shooting dengan tingkat keberhasilan yang rendah. Kondisi ini menimbulkan pertanyaan mengenai sejauh mana sebenarnya kemampuan teknik dasar permainan bola basket yang dimiliki oleh peserta ekstrakurikuler SMAN 8 Kota Padang.

Bertolak dari permasalahan tersebut, penelitian ini dilakukan untuk meninjau dan memperoleh gambaran objektif mengenai kemampuan teknik dasar permainan bola basket peserta ekstrakurikuler SMAN 8 Kota Padang, yang meliputi shooting (free throw), dribbling, dan passing. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat penguasaan masing-masing teknik dasar tersebut sebagai dasar evaluasi pembinaan ekstrakurikuler. Hasil penelitian diharapkan

dapat menjadi acuan bagi pelatih dan sekolah dalam menyusun program latihan yang lebih terarah serta berkontribusi terhadap peningkatan kualitas pembinaan bola basket di lingkungan sekolah.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk menggambarkan kemampuan teknik dasar permainan bola basket peserta ekstrakurikuler SMAN 8 Kota Padang sebagaimana adanya, tanpa memberikan perlakuan tertentu kepada subjek penelitian. Pendekatan deskriptif dipilih karena penelitian ini berfokus pada pemotretan kondisi keterampilan teknik dasar siswa yang meliputi shooting, dribbling, dan passing, sesuai dengan keadaan aktual saat penelitian dilaksanakan (Arikunto, 2014).

Penelitian dilaksanakan di lapangan bola basket SMAN 8 Kota Padang yang berlokasi di Kecamatan Koto Tangah, Kota Padang, Provinsi Sumatera Barat. Waktu pelaksanaan penelitian berlangsung pada bulan Juni hingga Juli 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet bola basket SMAN 8 Kota Padang yang berjumlah 74 siswa. Sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik purposive sampling, dengan kriteria siswa yang aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian tes, sehingga diperoleh sampel sebanyak 15 siswa.

Variabel penelitian adalah kemampuan teknik dasar permainan bola basket yang meliputi shooting, dribbling, dan passing. Shooting didefinisikan sebagai kemampuan siswa dalam melakukan tembakan ke arah ring untuk memperoleh poin, yang diukur melalui tes free throw. Dribbling didefinisikan sebagai kemampuan siswa dalam menggiring

bola melewati rintangan dengan waktu secepat mungkin. Passing didefinisikan sebagai kemampuan siswa dalam melakukan operan bola menggunakan teknik chest pass ke sasaran tertentu dalam waktu yang telah ditentukan.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen tes keterampilan teknik dasar bola basket. Tes shooting dilakukan dengan memberikan 10 kali kesempatan free throw kepada setiap siswa dan skor ditentukan berdasarkan jumlah bola yang masuk ke ring. Tes dribbling dilakukan dengan cara menggiring bola melewati lima rintangan yang disusun lurus, dengan skor berupa waktu terbaik dari beberapa kali percobaan. Tes passing dilakukan menggunakan tes chest pass, yaitu melempar bola ke sasaran di dinding dan menangkap kembali bola tersebut selama 30 detik, dengan skor berupa jumlah pantulan yang sah.

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan statistik deskriptif. Hasil tes shooting, dribbling, dan passing dihitung dalam bentuk frekuensi dan persentase, kemudian diklasifikasikan ke dalam kategori sangat baik, baik, cukup, kurang, dan sangat kurang berdasarkan nilai rata-rata dan standar deviasi. Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel dan grafik distribusi frekuensi untuk memberikan gambaran yang jelas mengenai tingkat kemampuan teknik dasar peserta ekstrakurikuler bola basket SMAN 8 Kota Padang.

HASIL

Data dalam penelitian ini diperoleh dari hasil pengukuran kemampuan teknik dasar permainan bola basket pada peserta ekstrakurikuler SMAN 8 Kota Padang. Teknik dasar yang diukur meliputi shooting (free

throw), dribbling, dan passing. Pengukuran dilakukan terhadap 15 siswa yang aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola basket. Data hasil pengukuran selanjutnya dianalisis secara deskriptif dan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi serta grafik untuk memudahkan interpretasi hasil penelitian.

1 Shooting

Kemampuan shooting (free throw) diukur untuk mengetahui tingkat keberhasilan siswa dalam melakukan tembakan bebas tanpa gangguan lawan. Tes shooting diberikan kepada 15 siswa peserta ekstrakurikuler bola basket SMAN 8 Kota Padang, di mana setiap siswa memperoleh 10 kali kesempatan melakukan tembakan bebas. Skor yang diperoleh merupakan jumlah bola yang berhasil masuk ke dalam ring. Pengukuran ini bertujuan untuk melihat ketepatan, konsistensi, serta tingkat penguasaan teknik shooting siswa sebagai salah satu teknik dasar yang paling menentukan dalam permainan bola basket.

Hasil pengukuran kemampuan shooting siswa selanjutnya dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui distribusi kemampuan, kecenderungan data, serta pengelompokan kemampuan siswa ke dalam kategori atau grade. Penyajian hasil shooting disusun secara sistematis agar memberikan gambaran yang jelas mengenai tingkat kemampuan shooting siswa peserta ekstrakurikuler SMAN 8 Kota Padang.

Tabel 1. Distribusi Kemampuan Shooting (Free Throw) Siswa

Grade	Frekuensi (f)	Persentase (%)
B	2	13.33%
C	5	33.33%
D	7	46.67%

E	1	6.67%
Total	15	100%

Sumber : Data Hasil Penelitian

Berdasarkan Tabel 1, sebagian besar siswa berada pada grade D sebanyak 7 siswa (46,67%). Grade C ditempati oleh 5 siswa (33,33%), grade B sebanyak 2 siswa (13,33%), dan grade E sebanyak 1 siswa (6,67%). Tidak terdapat siswa yang mencapai grade A. Distribusi ini menunjukkan bahwa kemampuan shooting siswa masih didominasi oleh kategori rendah.

Sebelum dilakukan analisis statistik deskriptif lebih lanjut, data hasil tes shooting diuji normalitasnya untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal. Uji normalitas dilakukan menggunakan bantuan program SPSS dengan metode Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas Shooting (Output SPSS)

Variabel	Kolmogorov-Smirnov Statistic	Sig.	Shapiro-Wilk Statistic	Sig.
Shooting	0,208	0,476	0,955	0,605

Sumber : Hasil Olah Data Penelitian

Berdasarkan Tabel 2, nilai signifikansi Kolmogorov-Smirnov sebesar 0,476 dan nilai signifikansi Shapiro-Wilk sebesar 0,605. Kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,05 (Sig. > 0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa data kemampuan shooting berdistribusi normal. Dengan demikian, data shooting layak dianalisis menggunakan statistik deskriptif.

Hasil analisis statistik deskriptif menunjukkan bahwa nilai rata-rata (mean)

kemampuan shooting siswa adalah 4,73, dengan nilai standar deviasi sebesar 1,62. Nilai rata-rata tersebut menunjukkan bahwa secara umum siswa hanya mampu memasukkan sekitar 4 hingga 5 bola dari total 10 kali percobaan free throw. Standar deviasi sebesar 1,62 menunjukkan adanya variasi kemampuan shooting antar siswa, meskipun variasi tersebut masih berada dalam batas yang wajar.

Jika ditinjau berdasarkan grading, dominasi grade D dan C menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum memiliki kemampuan shooting yang optimal. Rendahnya jumlah siswa pada grade B dan tidak ditemukannya siswa pada grade A mengindikasikan bahwa ketepatan dan konsistensi shooting masih perlu ditingkatkan. Kondisi ini menunjukkan bahwa kemampuan shooting merupakan teknik dasar yang paling lemah dibandingkan teknik dasar lainnya, sehingga memerlukan perhatian khusus dalam program latihan ekstrakurikuler bola basket.

2 Dribbling

Kemampuan dribbling diukur untuk mengetahui keterampilan siswa dalam menggiring bola melewati lintasan yang telah ditentukan dengan waktu secepat mungkin. Dribbling merupakan salah satu teknik dasar yang sangat penting dalam permainan bola basket karena berkaitan dengan kemampuan membawa bola, mengatur tempo permainan, serta menciptakan peluang serangan. Pengukuran kemampuan dribbling dilakukan terhadap 15 siswa peserta ekstrakurikuler bola basket SMAN 8 Kota Padang dengan menggunakan tes dribbling standar.

Setiap siswa diberikan kesempatan melakukan dribbling melewati lima rintangan

yang disusun dalam satu garis lurus. Waktu tempuh dicatat, dan waktu terbaik dari beberapa kali percobaan dijadikan sebagai nilai dribbling siswa. Data hasil pengukuran dribbling selanjutnya dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui distribusi kemampuan, kecenderungan data, serta pengelompokan kemampuan siswa ke dalam kategori atau grade.

Tabel 3. Distribusi Kemampuan Dribbling Siswa

Grade	Frekuensi (f)	Persentase
A	12	80%
B	3	20%
Total	15	100%

Sumber : Data Hasil Penelitian

Berdasarkan Tabel 3, dapat diketahui bahwa kemampuan dribbling siswa didominasi oleh kategori sangat baik, yaitu sebanyak 12 siswa (80%). Sebanyak 3 siswa (20%) berada pada kategori baik. Tidak terdapat siswa yang berada pada kategori cukup, kurang, maupun sangat kurang. Distribusi ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki kemampuan dribbling yang baik hingga sangat baik.

Sebelum dilakukan analisis statistik deskriptif lebih lanjut, data hasil tes dribbling diuji normalitasnya untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas ini penting dilakukan sebagai prasyarat penggunaan analisis statistik deskriptif berbasis nilai rata-rata dan standar deviasi.

Dalam penelitian ini, uji normalitas dilakukan dengan bantuan program SPSS melalui dua metode pengujian, yaitu Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk. Kriteria pengambilan keputusan dalam uji normalitas adalah apabila nilai signifikansi (Sig.) lebih besar dari 0,05, maka data

dinyatakan berdistribusi normal.

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas Dribbling (Output SPSS)

Variabel	Kolmogorov- Smirnov Statistic	Sig.	Shapiro- Wilk Statistic	Sig.
Dribbling	0,168	0,200	0,931	0,309

Sumber : Hasil Olah Data Penelitian

Berdasarkan Tabel 4, diperoleh nilai signifikansi Kolmogorov–Smirnov sebesar 0,200 dan nilai signifikansi Shapiro–Wilk sebesar 0,309. Kedua nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05 (Sig. > 0,05). Hal ini menunjukkan bahwa data kemampuan dribbling berdistribusi normal. Dengan demikian, data waktu dribbling siswa layak digunakan untuk analisis statistik deskriptif lebih lanjut.

Hasil analisis statistik deskriptif menunjukkan bahwa nilai rata-rata (mean) waktu dribbling siswa adalah 11,77 detik, dengan nilai standar deviasi sebesar 3,29 detik. Nilai rata-rata tersebut menunjukkan bahwa secara umum siswa mampu menyelesaikan lintasan dribbling dalam waktu yang relatif cepat. Nilai standar deviasi sebesar 3,29 menunjukkan adanya variasi kemampuan dribbling antar siswa, meskipun variasi tersebut masih berada dalam rentang yang wajar.

Nilai mean yang relatif rendah (waktu lebih cepat) mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki kecepatan dan kelincahan yang baik dalam menggiring bola. Variasi kemampuan yang tidak terlalu besar menunjukkan bahwa kemampuan dribbling siswa cukup merata.

Jika ditinjau berdasarkan kategori

kemampuan, dominasi kategori sangat baik menunjukkan bahwa teknik dribbling merupakan salah satu teknik dasar yang paling dikuasai oleh siswa peserta ekstrakurikuler bola basket SMAN 8 Kota Padang. Tidak ditemukannya siswa pada kategori cukup, kurang, dan sangat kurang mengindikasikan bahwa hampir seluruh siswa telah mampu melakukan dribbling dengan kecepatan dan kontrol bola yang baik.

Kondisi ini menunjukkan bahwa program latihan dribbling yang selama ini diterapkan dalam kegiatan ekstrakurikuler telah berjalan dengan efektif. Kemampuan dribbling yang baik menjadi modal penting bagi siswa dalam mengembangkan permainan, baik untuk mengatur serangan, menembus pertahanan lawan, maupun mendukung kerja sama tim dalam permainan bola basket.

3 Passing

Pengukuran kemampuan passing dilakukan untuk mengetahui keterampilan siswa dalam melakukan operan dada (chest pass) secara berulang dan akurat dalam waktu tertentu. Tes passing bertujuan untuk mengukur daya tahan, ketepatan, serta kekuatan lengan siswa dalam melakukan operan, yang merupakan salah satu teknik dasar penting dalam permainan bola basket. Passing memiliki peran strategis dalam membangun kerja sama tim, mengatur alur serangan, serta menciptakan peluang mencetak poin.

Tes passing dilaksanakan terhadap 15 siswa peserta ekstrakurikuler bola basket SMAN 8 Kota Padang. Setiap siswa diminta melakukan operan dada ke sasaran di dinding selama 30 detik, dan jumlah pantulan bola yang sah dihitung sebagai skor. Nilai terbaik dari beberapa kali percobaan dijadikan

sebagai skor akhir kemampuan passing siswa. Data hasil pengukuran passing selanjutnya dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui distribusi kemampuan, kecenderungan data, serta pengelompokan kemampuan siswa ke dalam kategori atau grade.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Kemampuan Passing Siswa

Interval Nilai	Frekuensi	Persentase
22 - 23	2	13.33%
24 - 25	5	33.33%
26 - 27	3	20.00%
28 - 29	3	20.00%
30 - 32	2	13.33%
Total	15	100%

Sumber : Data Hasil Penelitian

Berdasarkan Tabel 5, distribusi kemampuan passing siswa menunjukkan bahwa interval nilai 24–25 memiliki frekuensi tertinggi, yaitu sebanyak 5 siswa (33,33%). Interval nilai 22–23 dan 26–27 masing-masing ditempati oleh 3 siswa (20,00%). Sementara itu, interval nilai 20–21 dan 28–29 masing-masing ditempati oleh 2 siswa (13,33%). Distribusi ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada pada tingkat kemampuan passing menengah.

Sebelum dilakukan analisis statistik deskriptif lebih lanjut, data hasil pengukuran passing diuji normalitasnya untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas ini dilakukan sebagai prasyarat penggunaan analisis statistik deskriptif berbasis nilai rata-rata dan standar deviasi.

Uji normalitas dilakukan dengan bantuan program SPSS menggunakan dua metode pengujian, yaitu Kolmogorov–Smirnov dan Shapiro–Wilk. Kriteria pengambilan keputusan dalam uji normalitas

adalah apabila nilai signifikansi (Sig.) lebih besar dari 0,05, maka data dinyatakan berdistribusi normal.

Tabel 6. Hasil Uji Normalitas Passing (Output SPSS)

Variabel	Kolmogorov	Sig.	Shapiro	Sig.
	-Smirnov		-Wilk	
	Statistic		Statistic	
Passing	0,149	0,20	0,958	0,67
g		0		7

Sumber : Hasil Olah Data Penelitian

Berdasarkan Tabel 6, diperoleh nilai signifikansi Kolmogorov–Smirnov sebesar 0,200 dan nilai signifikansi Shapiro–Wilk sebesar 0,677. Kedua nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05 (Sig. > 0,05). Hal ini menunjukkan bahwa data kemampuan passing siswa berdistribusi normal. Dengan demikian, data hasil pengukuran passing layak dianalisis lebih lanjut menggunakan statistik deskriptif.

Setelah diketahui bahwa data kemampuan passing berdistribusi normal, tahap selanjutnya adalah melakukan analisis statistik deskriptif berupa perhitungan nilai rata-rata (mean) dan standar deviasi (SD). Analisis ini bertujuan untuk mengetahui gambaran umum tingkat kemampuan passing siswa serta variasi kemampuan antar siswa.

Berdasarkan hasil perhitungan statistik, diperoleh nilai rata-rata (mean) kemampuan passing siswa sebesar 26,47, dengan nilai standar deviasi sebesar 3,02. Nilai mean tersebut menunjukkan bahwa secara umum kemampuan passing siswa berada pada tingkat menengah. Nilai standar

deviasi sebesar 3,02 menunjukkan adanya variasi kemampuan passing antar siswa, namun variasi tersebut masih berada dalam batas yang wajar.

Jika ditinjau berdasarkan kategori kemampuan, distribusi nilai passing siswa menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori cukup hingga baik. Dominasi interval nilai 24–25 dan 26–27 mengindikasikan bahwa mayoritas siswa telah memiliki kemampuan passing yang cukup memadai, meskipun belum mencapai tingkat yang sangat tinggi secara merata.

Kemampuan passing yang berada pada kategori menengah menunjukkan bahwa siswa telah mampu melakukan operan dengan ketepatan dan kekuatan yang cukup baik, namun masih memerlukan peningkatan dari segi konsistensi dan kecepatan operan. Hasil ini menunjukkan bahwa kemampuan passing siswa lebih baik dibandingkan shooting, tetapi masih berada di bawah kemampuan dribbling. Oleh karena itu, latihan passing perlu terus dikembangkan agar kemampuan siswa menjadi lebih stabil dan merata.

PEMBAHASAN

1. Shooting

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan shooting (free throw) peserta ekstrakurikuler bola basket SMAN 8 Kota Padang berada pada kategori rendah hingga cukup. Kondisi ini tercermin dari dominasi grade rendah serta nilai rata-rata kemampuan shooting yang belum optimal. Temuan tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum mampu melakukan tembakan bebas dengan tingkat ketepatan dan konsistensi yang baik, padahal shooting merupakan teknik dasar yang sangat

menentukan perolehan angka dalam permainan bola basket.

Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat Nuril (2017) yang menyatakan bahwa shooting merupakan keterampilan yang membutuhkan penguasaan teknik dasar yang matang, terutama koordinasi antara posisi tubuh, ayunan lengan, serta fokus pandangan ke arah ring. Apabila salah satu unsur tersebut tidak dilakukan dengan baik, maka tingkat keberhasilan tembakan akan menurun. Hal ini menjelaskan mengapa kemampuan shooting siswa dalam penelitian ini masih berada pada kategori rendah hingga cukup.

Selain itu, Rubiana (2017) menjelaskan bahwa keberhasilan shooting, khususnya free throw, tidak hanya ditentukan oleh teknik gerakan, tetapi juga oleh faktor konsentrasi dan ketenangan. Free throw dilakukan tanpa gangguan lawan, namun menuntut fokus yang tinggi. Rendahnya hasil shooting pada penelitian ini mengindikasikan bahwa siswa belum terbiasa melakukan tembakan dalam kondisi yang menuntut konsentrasi penuh, sehingga akurasi tembakan belum maksimal.

Temuan ini juga diperkuat oleh penelitian Adam dan Junadi (2014) yang menyatakan bahwa kemampuan shooting siswa dapat ditingkatkan melalui latihan yang terprogram dan penggunaan media pembelajaran yang tepat. Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa kemampuan shooting peserta ekstrakurikuler masih perlu ditingkatkan melalui latihan yang lebih terfokus, berulang, dan disesuaikan dengan karakteristik siswa agar kemampuan shooting dapat berkembang secara optimal.

2. Dribbling

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan dribbling peserta ekstrakurikuler bola basket SMAN 8 Kota Padang berada pada kategori sangat baik. Mayoritas siswa mampu melakukan dribbling dengan waktu yang cepat dan kontrol bola yang baik. Kondisi ini menunjukkan bahwa siswa telah menguasai teknik menggiring bola secara efektif, sehingga dribbling menjadi teknik dasar yang paling dikuasai dibandingkan teknik lainnya.

Hasil tersebut sejalan dengan pendapat Juan dan Ricky (2017) yang menyatakan bahwa dribbling merupakan teknik dasar yang relatif lebih cepat dikuasai oleh pemain pemula karena sering digunakan dalam berbagai aktivitas permainan dan latihan. Latihan dribbling yang dilakukan secara berulang dapat meningkatkan kontrol bola, kelincahan, serta kecepatan gerak pemain. Hal ini menjelaskan tingginya tingkat kemampuan dribbling siswa dalam penelitian ini.

Selain itu, Fatahillah (2018) menyatakan bahwa kemampuan dribbling sangat dipengaruhi oleh kelincahan dan koordinasi gerak. Siswa yang memiliki tingkat kelincahan yang baik cenderung mampu menggiring bola dengan lebih cepat dan stabil. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa peserta ekstrakurikuler memiliki tingkat kelincahan yang cukup baik, sehingga mampu mencapai kategori sangat baik pada kemampuan dribbling.

Temuan penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Nickevin dkk. (2021) yang

menyimpulkan bahwa latihan dribbling yang dikombinasikan dengan model bermain dapat meningkatkan hasil dribbling secara signifikan. Dengan demikian, kemampuan dribbling yang tinggi pada siswa SMAN 8 Kota Padang menunjukkan bahwa pola latihan yang diterapkan selama ini sudah berjalan dengan baik dan perlu dipertahankan serta dikembangkan agar kemampuan tersebut dapat diaplikasikan secara efektif dalam situasi pertandingan.

3. Passing

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan passing peserta ekstrakurikuler bola basket SMAN 8 Kota Padang berada pada kategori menengah hingga baik. Nilai rata-rata kemampuan passing menunjukkan bahwa siswa telah memiliki dasar keterampilan operan yang cukup memadai, meskipun belum merata pada kategori tinggi. Passing menjadi teknik dasar yang penguasaannya berada di antara shooting dan dribbling.

Hasil ini sejalan dengan pendapat Madri (2012) yang menyatakan bahwa passing merupakan teknik dasar yang sangat penting dalam membangun kerja sama tim, namun membutuhkan pemahaman permainan dan pengalaman bermain yang cukup. Passing tidak hanya berkaitan dengan kemampuan melempar bola, tetapi juga kemampuan membaca situasi dan posisi rekan setim. Hal ini menjelaskan mengapa kemampuan passing siswa masih berada pada kategori menengah.

Penelitian Noval dkk. (2023) juga menyatakan bahwa kemampuan passing siswa sekolah menengah umumnya berada pada kategori cukup apabila latihan lebih difokuskan pada keterampilan individu dibandingkan kerja sama tim. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian, di mana siswa telah memiliki kemampuan passing dasar, namun masih memerlukan peningkatan dalam hal konsistensi dan kecepatan operan saat permainan berlangsung.

Selain itu, Nurrocmah dkk. (2020) menjelaskan bahwa kemampuan passing yang baik sangat dipengaruhi oleh koordinasi mata dan tangan serta kekuatan otot lengan. Nilai rata-rata passing yang berada pada tingkat menengah menunjukkan bahwa aspek-aspek tersebut sudah mulai berkembang, namun belum sepenuhnya optimal. Oleh karena itu, hasil penelitian ini menegaskan bahwa latihan passing perlu diarahkan secara lebih terstruktur dan dikaitkan dengan pola permainan agar kemampuan passing siswa dapat meningkat secara lebih merata.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa kemampuan teknik dasar permainan bola basket peserta ekstrakurikuler SMAN 8 Kota Padang menunjukkan tingkat penguasaan yang berbeda pada setiap aspek keterampilan. Teknik dasar yang ditinjau dalam penelitian ini meliputi shooting (free throw), dribbling, dan passing, yang masing-masing memiliki

peran penting dalam menunjang performa permainan bola basket secara keseluruhan.

Kemampuan shooting (free throw) siswa berada pada kategori rendah hingga cukup. Hal ini ditunjukkan oleh dominasi grade D dan C, serta nilai rata-rata kemampuan shooting yang relatif rendah. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa belum memiliki ketepatan dan konsistensi tembakan yang memadai. Shooting menjadi teknik dasar yang paling lemah dibandingkan teknik lainnya, sehingga memerlukan perhatian khusus dalam program latihan ekstrakurikuler. Rendahnya kemampuan shooting dapat berdampak langsung pada perolehan poin dalam pertandingan, sehingga peningkatan kemampuan ini menjadi kebutuhan yang mendesak.

Berbeda dengan shooting, kemampuan dribbling siswa berada pada kategori sangat baik. Mayoritas siswa mampu menggiring bola dengan cepat dan terkontrol, yang tercermin dari distribusi kategori sangat baik dan nilai rata-rata waktu dribbling yang relatif cepat. Kemampuan dribbling yang tinggi menunjukkan bahwa siswa telah memiliki kelincahan, koordinasi, dan kontrol bola yang baik. Teknik dribbling menjadi keterampilan yang paling dikuasai oleh siswa dan dapat menjadi modal utama dalam mengembangkan pola permainan, mengatur tempo, serta menciptakan peluang serangan dalam pertandingan.

Sementara itu, kemampuan passing siswa berada pada kategori menengah hingga baik. Nilai rata-rata kemampuan passing menunjukkan bahwa siswa telah memiliki dasar keterampilan operan yang cukup memadai, meskipun belum berkembang secara optimal. Kemampuan passing siswa lebih baik dibandingkan shooting, namun

masih berada di bawah kemampuan dribbling. Hal ini menunjukkan bahwa kerja sama tim dan kelancaran alur permainan sudah mulai terbentuk, tetapi masih memerlukan peningkatan, terutama dalam hal konsistensi, ketepatan, dan kecepatan operan dalam situasi permainan yang dinamis.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penguasaan teknik dasar bola basket peserta ekstrakurikuler SMAN 8 Kota Padang belum merata. Dribbling menjadi teknik yang paling dikuasai, diikuti oleh passing, sedangkan shooting merupakan teknik dasar yang paling rendah penguasaannya. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa program latihan ekstrakurikuler perlu disusun secara lebih seimbang dengan memberikan porsi latihan yang lebih besar pada peningkatan kemampuan shooting, tanpa mengabaikan pemeliharaan dan pengembangan kemampuan dribbling dan passing. Dengan pembinaan yang terarah dan berkelanjutan, diharapkan kemampuan teknik dasar siswa dapat meningkat secara merata dan berdampak positif terhadap prestasi ekstrakurikuler bola basket di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, & Junadi. (2014). Penggunaan media audiovisual dengan media gambar terhadap hasil belajar shooting bolabasket. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 2(3), 612–616.
- Akbar, & Boihagi. (2020). Analisis keterampilan lay up bola basket siswa kelas SMA Negeri 4 Banda Aceh tahun pelajaran 2019/2020. *Jurnal Serambi*
- Konstruktivis, 2(1), 16–26.
- Amra, F. (2024). Penguji penelitian. Program Studi Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia.
- Arikunto, S. (2014). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Arsil. (2019). *Tes pengukuran dan evaluasi pendidikan jasmani dan olahraga*. Padang: FIK UNP.
- Candra, O., dkk. (2023). Sosialisasi teknik dasar bola basket pada siswa ekstrakurikuler bola basket SD Al-Azhar 37 Pekanbaru. *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 2(6), 1277–1284.
- Courel-Ibáñez, J., et al. (2020). The basketball pass: A systematic review. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 20(4), 512–528.
- Erdianto, W., dkk. (2023). Tinjauan keterampilan teknik shooting, dribbling, dan passing bolabasket putra SMAN 2 Kota Sungai Penuh. *Jurnal Pendidikan dan Olahraga*, 6(9), 147–154.
- Fatahillah, Adika. (2018). Hubungan kelincahan dengan keterampilan dribbling pada siswa ekstrakurikuler bolabasket. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 1(2), 11–20.
- Gumantan, A., & Fahrizqi, E. B. (2020). Pengaruh latihan fartlek dan cross country terhadap VO₂Max atlet futsal Universitas Teknokrat Indonesia. *SPORT-Mu: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 1(1), 1–9.

- Iskam, dkk. (2020). Hubungan tinggi lompatan dengan keterampilan lay up shoot bola basket pada siswa kelas XI SMAN 1 GU Kabupaten Buton Tengah. *Fair Play Journal: Pendidikan Jasmani Kesehatan Rekreasi*, 1(3), 92–104.
- Juan, R. S. Y., & Ricky. (2017). Model latihan dribble bolabasket untuk pemula. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 2(2), 30–35.
- Mahfud, I., dkk. (2022). Model latihan shooting bola basket dengan modifikasi ring pada anak usia sekolah menengah pertama. *Journal of Innovation and Technology in the Spheres of Science, Humanities and Education*, 1(2), 59–68.
- Matipaputy, J. (2019). Pengaruh latihan kecepatan terhadap kecepatan menggiring bola pemain futsal Junior FC Patriot Penjaskesrek Unpatti Ambon. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 5(2), 101–113.
- Nickevin, Ricky, dkk. (2021). Pengaruh latihan dribbling dengan model bermain terhadap hasil dribbling permainan bolabasket. *Jurnal EdukasiMU*, 1(3), 1–10.
- Noval, dkk. (2023). Tinjauan keterampilan teknik dasar bola basket siswa di Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 Padang. *Jurnal Pendidikan dan Olahraga*, 6(3), 62–68.
- Novriliani, E., & Yanti, P. S. (2021). Tingkat keterampilan bolabasket pada siswa ekstrakurikuler bolabasket. *Jurnal EdukasiMU*, 1(3), 1–9.
- Nur, D. B., et al. (2021). Analisis efektivitas pembelajaran daring dalam menghadapi wabah pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(3), 880–889.
- Nuril, A. (2017). Permainan bola basket. Solo: Era Intermedia.
- Nurrocmah, dkk. (2020). Survei keterampilan teknik dasar permainan bolabasket pemain putra junior Kabupaten Ponorogo tahun 2020. *Sport Science and Health*, 3(7), 451–466.
- Putra, Aldo Naza, & Vivaldi Gazali. (2017). Kontribusi kelentukan pinggang dan kelincahan terhadap keterampilan dribbling atlet sepakbola PSTS Tabing Padang. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 16(2), 101–111.
- Rexy, MIS, & Himawan, W. (2019). Analisis shooting free throw Ricky Rubio MVP (Most Valuable Player) FIBA World Cup 2019. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 8(4), 211–216.
- Rizal, dkk. (2019). Pengaruh latihan long passing menggunakan sasaran berurutan terhadap ketepatan long passing dalam permainan sepakbola. *Journal of Sport*, 3(2), 98–102.
- Rubiana, Iman. (2017). Pengaruh pembelajaran shooting (free throw) dengan alat bantu rentangan tali terhadap hasil shooting (free throw) dalam permainan bolabasket. *Jurnal Siliwangi*, 3(2), 26–35.
- 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.

Supriatna, Eka, dkk. (2023). Exploration of the application of Indonesian language learning and its connections in the curriculum Merdeka. *Journal of Social Science Research*, 3(4), 3593–3603.

Wanena, T. (2018). Kontribusi power otot tungkai, kekuatan otot lengan, dan koordinasi mata tangan dengan keterampilan jump shot bolabasket pada mahasiswa FIK Uncen tahun 2017. *Jurnal Power of Sport*, 1(2), 8–13.

Wirda, O. U. (2024). Penguji penelitian. Program Studi Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia.

Wulandari, I. (2024). Pembimbing penelitian. Program Studi Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia.