

**MODEL LATIHAN KETERAMPILAN *LAY-UP SHOOT*
BOLA BASKET BERBASIS PERMAINAN UNTUK USIA
16-18 TAHUN**

SKRIPSI

oleh

Wendy Irwan Saputra

NIM: 06061281621015

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
TAHUN 2020**

**MODEL LATIHAN KETERAMPILAN *LAY UP SHOOT* BOLA BASKET
BERBASIS PERMAINAN UNTUK USIA 16-18 TAHUN**

SKRIPSI

Oleh

Nama : Wendy Irwan Saputra

NIM : 06061281621015

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Disetujui untuk diajukan dalam ujian akhir Program Sarjana

**Mengetahui,
Pembimbing 1**



**Dr. Hartati, M.Kes
NIP. 196006101985032006**

**Mengetahui,
Pembimbing 2**



**Dr. Syafaruddin, M.Kes
NIP. 195909051987031004**

**Mengetahui,
Ketua Program Studi**



**Dr. Hartati, M.Kes
NIP. 196006101985032006**

**MODEL LATIHAN KETERAMPILAN *LAY UP SHOOT* BOLA BASKET
BERBASIS PERMAINAN UNTUK USIA 16-18 TAHUN**

SKRIPSI

Oleh

Nama : Wendy Irwan Saputra

NIM : 06061281621015

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Mengesahkan:

**Mengetahui,
Pembimbing 1**



**Dr. Hartati, M.kes
NIP. 196006101985032006**

**Mengetahui,
Pembimbing 2**



**Dr. Syafaruddin, M.kes
NIP. 195909051987031004**

**Mengetahui,
Ketua Program Studi**



**Dr. Hartati, M.Kes
NIP. 196006101985032006**

**MODEL LATIHAN KETERAMPILAN *LAY UP SHOOT* BOLA BASKET
BERBASIS PERMAINAN UNTUK USIA 16-18 TAHUN**

SKRIPSI

Oleh

Nama : Wendy Irwan Saputra

NIM : 06061281621015

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Telah diujikan dan lulus pada:

Hari :

Tanggal :

TIM PENGUJI

- 1. Ketua : Dr. Hartati M.Kes**
- 2. Sekretaris : Dr. Syafaruddin, M.Kes**
- 3. Anggota : Dr. Iyakrus, M.Kes**
- 4. Anggota : Drs. Syamsuramel, M.Kes**
- 5. Anggota : Dr. Waluyo, M.Pd**



Indralaya, Januari 2020

Mengetahui

Ketua Program Studi,



Dr. Hartati, M.Kes

NIP 196006101985032006

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Wendy Irwan Saputra

Nim : 06061281621015

Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi yang berjudul “ Model Latihan Keterampilan *Lay Up Shoot* Bola basket Berbasis Permainan Untuk Usia 16-18 Tahun“ ini seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri dan tidak melakukan pengutipan dan penjiplakan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2010 tentang pencegahan dan penanggulangan plagiat di perguruan tinggi. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran dan atau pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sungguh-sungguh tanpa pemaksaan dari pihak manapun.

Palembang,

Yang membuat pernyataan



Wendy Irwan Saputra

NIM 06061281621015

PRAKATA

Skripsi yang berjudul “Model Latihan Keterampilan *Lay Up Shoot* Bola basket Berbasis Permainan Untuk Usia 16-18 Tahun” ini bisa selesai disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) pada Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya. Dalam mewujudkan skripsi ini, penulis telah mendapat bantuan dari berbagai pihak.

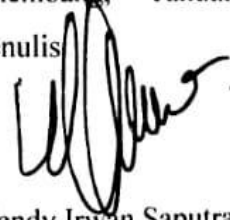
Oleh sebab itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada Dr. Hartati, M.Kes dan Dr. Syafaruddin, M.Kes, sebagai pembimbing 1 dan pembimbing 2 atas segala bimbingan yang telah diberikan dalam penulisan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Prof. Dr. Ir. H. Anis Saggaff, MSCE selaku Rektor Unsri, Prof. Sofendi, M.A, Ph.D., selaku Dekan FKIP Unsri, Dr. Hartati, M.Kes, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi selama penulisan skripsi ini.

Selanjutnya penulis juga mengucapkan terima kasih kepada SMAN 1 Indralaya dan SMAN 1 Indralaya Selatan yang telah mendukung dan membantu selama penulis melakukan penelitian dalam rangka menyelesaikan skripsi ini. Tidak lupa kepada semua pihak yang telah memberi bantuan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.

Mudah-mudahan skripsi ini dapat bermanfaat untuk pengajaran studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan dan pengembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni.

Palembang, Januari 2020

Penulis



Wendy Irwan Saputra

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim,

Puja dan Puji syukur saya panjatkan terhadap kehadiran Allah SWT, karena berkat ridho rahmat dan karunia-Nya saya dapat merampungkan skripsi ini. Tak juga lupa shalawat berserta salam tercurah kepada Nabi Besar kita Muhammad Shallallahu 'alaihi wasallam beserta keluarga, sahabat, dan para pengikutnya sekalian hingga akhir zaman, yang atas izin Allah SWT telah membawa perubahan besar bagi kehidupan umat manusia di dunia ini.

Saya ucapkan Alhamdulillah, berkat izin rahmat dan ridho-Nya saya bisa merampungkan skripsi dengan judul : “Model Latihan Keterampilan *Lay Up Shoot* Bola basket Berbasis Permainan Untuk Usia 16-18 Tahun”. Penulisan skripsi ini saya ajukan untuk syarat mendapatkan title sarjana pendidikan, di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya Indralaya.

Saya sebagai penulis menyadari bahwa skripsi yang saya buat ini masih jauh dari kata sempurna, mulai dari isi maupun tata cara penulisannya dan oleh karena itu, kritik beserta saran yang memiliki sifat meningkatkan sangat saya harapkan untuk perbaikan skripsi ini dan akan saya terima besama hati yang terbuka. Kemudian akhirnya, saya sebagai penulis berharap kiranya semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi saya penulis khususnya dan dunia olahraga bola basket pada umumnya.

Wassalamualaikum. Wr.wb,

Penulis

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahrabbi'alamiin

Diawali dengan lantunan syukurku kepada Allah SWT, ingin kuungkapkan rasa terimakasihku yang tak terhingga kepada orang-orang spesial pilihan Allah yang telah memberiku semangat, nasehat, doa, dukungan, dan menemani setiap suka dan dukaku dalam perjuangan masa kampus. Serta limpahan kasih sayang untukku baik yang tersirat maupun tersurat.

Skripsi ini Kupersembahkan untuk :

- *Kedua orang tuaku, Bapakku Supar Pandi dan Mamakku Evi Gusrini yang sangat kusayangi, terimakasih untuk semua nasehat, semangat, pengorbanan dan doa serta kasih sayang yang telah engkau curahkan kepadaku.*
- *Adikku tercinta Sri Ade Kayanti dan Muhammad Fikri Al-Bana terimakasih atas doa serta kasih sayang yang selalu kalian berikan.*
- *Keluarga besarku yang ada di Lahat, Sumatra Barat, NTB, Paman, Bibi, Sepupu dan yang lainnya.*
- *Ibu Dr. Hartati, M.kes selaku pembimbing I dan Bapak Dr. Syafaruddin, M.kes selaku pembimbing II dan Ibu Silvi Aryanti, M.pd selaku pembimbing III yang tidak pernah bosan-bosannya memberikan arahan, bimbingan, nasihat dan motivasi kepada saya dalam menyelesaikan skripsi.*
- *Bapak dan ibu dosen pendidikan jasmani dan kesehatan (Ibu Hartati, bapak Sukirno, bapak Iyakrus, (alm) bapak Afrizal, (alm)bapak Muherman, bapak Syamsuramel, bapak Waluyo, bapak Giartama, bapak Meirizal, bapak Syafaruddin, bapak Reza, bapak Soleh, bapak Yusfi, bapak Richard, bapak Wahyu, bapak Risky, ibu Silvi, ibu Marsiyem, ibu Fauziah, ibu Ani, ibu Ani, dan admin penjaskes kk angga.*

- *Sahabatku teman seperjuangan ,dan insya Allah teman seperjuangan dunia sampai ke akhirat anak KOSTAN EVO, Elwan dan Vicky*
- *Kintan Dwi Amelia, Sosok wanita yang selalu setia menemani dan membantu dalam suka maupun duka dari awal pembuatan skripsi ini hingga akhir.*
- *Kakak- kakak tingkatku , Kak Jovan, Kak Riki Terima kasih telah berjasa mengajarkanku selama menyelesaikan skripsi ini*
- *Guru-guru SMAN 1 Indralaya dan SMAN 1 Indralaya Selatan.*
- *Agama Bangsa dan Almamaterku*

Motto

*“Dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan jangan (pula) bersedih hati, sebab kamu paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang beriman.
(Q.S. Ali Iman: 139)*

Semua orang akan mati kecuali karyanya maka tulislah sesuatu yang membahagiakanmu di akhirat kelak (Ali Bin Abi Thalib)

“Hargailah kedua orang tua mu, karena mereka berhasil lulus sekolah tanpa bantuan dari Google. (Wendy Irwan Saputra)

DAFTAR ISI

PRAKATA	iii
PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR	v
PERSEMBAHAN	vi
DAFTAR TABEL	1
DAFTAR LAMPIRAN`	3
BAB I PENDAHULUAN	5
1.1 Latar Belakang	5
2.1 Permasalahan Penelitian	8
1.2.1 Identifikasi Masalah	8
1.2.2 Batasan Masalah.....	8
1.2.3 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan Penelitian	9
1.4 Manfaat Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 Hakikat Bola Basket	10
2.2 Hakikat Model Latihan	17
2.3 Hakikat Keterampilan <i>Lay up Shoot</i>	25
2.4 Hakikat Penelitian Pengembangan	25
2.5 Hakikat Permainan	26
2.6 Karakteristik Usia 16-18 Tahun	28
2.7 Penelitian yang Relavan	29
2.8 Kerangka Berfikir	30
BAB III METODELOGI PENELITIAN	31
3.1 Jenis Penelitian	31
3.2 Solusi Perencanaan dan Pengembangan	31
3.3 Tahap Rancangan dan pengembangan	32
3.4 Waktu, Tempat dan Sample Penelitian	33
3.5 Penelitian Pendahuluan	33
3.6 Perencanaan Pengembangan Model	34
3.7 Validasi Ahli	35
3.8 Uji Coba Produk	36
3.9 Uji Coba Skala Kecil	36
3.9.1 Revisi	37
3.10 Uji Coba Skala besar	37
3.10.1 Revisi	37
3.11 Uji Efektifitas	38

3.12 Instrumen Penelitian.....	40
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	41
4.1 Gambaran Hasil Penelitian	41
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	41
4.1.2 Karakteristik Sample Penelitian.....	41
4.1.3 Hasil Pengembangan Model	42
4.1.4 Hasil Analisis Kebutuhan Penelitian.....	42
4.1.5 Deskripsi Hasil Kelayakan Model Melalui Validasi Ahli	45
4.1.6 Deskripsi Hasil Uji Coba Kelompok Kecil.....	48
4.1.7 Hasil Revisi	48
4.1.8 Deskripsi Hasil Ujicoba Kelompok Besar	50
4.1.9 Deskripsi Hasil Uji Efektifitas	50
4.1.10 Deskripsi data Hasil Uji Normalitas	55
4.1.11 Deskripsi Data Hasil Uji Hipotesis	56
4.1.12 Deskripsi Data Hasil Uji Homogenitas	59
4.2 Pembahasan	59
4.2.1 Pembahasan Hasil Pengembangan Model Latihan	59
4.2.2 Pembahasan Hasil Analisis Kebutuhan.....	61
4.2.3 Pembahasan Hasil Uji Kelompok Kecil dan Kelompok Besar	63
4.2.4 Pembahasan Hasil uji Efektifitas Model	64
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	66
5.1 Simpulan	66
5.2 Saran	66
DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN.....	70

DAFTAR TABEL

	Halaman
3.1. Para Ahli dalam Uji justifikasi.....	33
3.2. Desain Penelitian dalam Uji Efektifitas Model.....	35
4.1. Hasil Analisis Kebutuhan dan Temuan Lapangan	42
4.2. Kesimpulan Uji Ahli/ Hasil Uji Produk.....	43
4.3. Hasil Revisi Dari Ahli Terhadap Model Latihan Keterampilan <i>Lay Up Shoot</i> Bola Basket Berbasis Permainan Untuk usia 16-18 tahun.....	47
4.4. Hasil Paired samples statistics (Pre-test) dan setelah diberikan treatment (post-test)	50
4.5. Hasil Paired Samples Statistics (Pre-Test) dan (Post-Test)	51
4.6. Hasil Paired Sample Statistic(Pre-test) dan t (post-test) Kelompok Kontrol	52
4.7. Hasil Paired Samples Statistic (Pre-test) dan (Post-Test)	53
4.8. Hasil Test of Normality Statistic (Pre-test) dan (Post-Test)	54
4.9. Hasil Test of Normality Statistic (Pre-test) dan (Post-Test)	54
4.10. Daftar Uji Hipotesis Kelompok Eksperimen	55
4.11. Daftar Uji Hipotesis Kelompok Kontrol.....	56
4.12. Hasil Test of Homogeneity of Variances (Post-Test) Ekspeimen dan Kontrol	57

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1. Ukuran Lapangan Permainan	35
Gambar 2.2. Daerah Besyarat	14
Gambar 2.3. Daerah Tembakan Untuk Mencetak 2 angka/ 3angka	15
Gambar 2.4. Petugas Meja dan Bangku Pergantian Pemain	15
Gambar 2.5. Karakteristik Anak 16-18 Tahun.....	27
Gambar 2.6. Kerangka Berfikir.....	30

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Instrumen Penilaian <i>Lay Up Shoot</i> Bola Basket	70
2. Deskripsi Kriteria Penilaian	72
3. Data Eksperimen	74
4. Perhitungan Statistik Kelompok Ekspeimen.....	75
5. Data Kontrol.....	76
6. Lampiran Perhitungan Statistik Kelompok Kontrol	77
7. Data Eksperimen Dan Kontrol	78
8. Uji Hipotesis Kelompok Ekspeimen.....	79
9. Uji Hipotesis Kelompok Kontrol	80
10. Lampiran Denyut Nadi Latihan	81
11. Daftar Perbandingan Hasil <i>Pretest</i> Dan <i>Posttest</i> Tes Keterampilan Lay-Up Shoot Kelompok Eksperimen	82
12. Tabel Distribusi T	83
13. Tabel Harga Chi Kuadrat	84
14. Usul Judul	85
15. Kartu Pembimbing Proposal	86
16. Persetujuan Seminar Proposal.....	87
17. Bukti Perbaikan Proposal.....	88
18. Sk Pembimbing	89
19. Surat Izin Penelitian	90
20. Sk Dinas Pendidikan	91
21. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian.....	92
22. Kartu Pembimbing Hasil Penelitian.....	94
23. Persetujuan Seminar Hasil Penelitian	96
24. Validasi Instrumen Penilaian Keterampilan <i>Lay-up Shoot</i>	97
25. Validasi Model Latihan Keterampilan Lay-up Shoot Bola Basket Berbasis Permainan Untuk Usia 16-18 Tahun	98
26. Program Latihan.....	101
27. Model Latihan Keterampilan <i>Lay-up Shoot</i>	102
28. Foto Pelaksanaan Penelitian.....	115

**Model Latihan Keterampilan *Lay Up Shoot* Bola Basket Berbasis
Permainan Untuk Usia 16-18 Tahun**

Oleh :

Wendy Irwan Saputa

Nim : 06061281621015

Pembimbing : 1. Dr. Hartati, M.Kes, 2. Dr. Syafaruddin, M.Kes.

Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

ABSTRAK

Tujuan penelitian dan pengembangan ini adalah untuk menghasilkan produk model latihan keteampilan *Lay up shoot* bola basket berbais permainan untuk usia 16-18 tahun. Penelitian ini menggunakan metode research & Development (R&D) dari Brog and Gall. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa Sekolah Menengah Atas yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola basket yang terdiri dari 60 orang anak. Tahapan-tahapan dalam penelitian ini adalah : analisis kebutuhan, validasi ahli (validasi produk awal), uji coba kelompok kecil, dan uji coba kelompok besar (*field testing*). Hasil uji efektivitas model menggunakan tes keterampilan *Lay-up shoot* bola basket yang diguakan untuk mengetahui tingkat kemampuan *Lay-up shoot* anak sebelum dan sesudah pemberian perlakuan model latihan keterampilan *lay-up shoot* yang dikembangkan. Tes awal yang dilakukan diperoleh tingkat kemampuan *Lay up shoot* siswa adalah 26.9000. setelah diberikan perlakuan model latihan *Lay up shoot* didapatkan tingkat kemampuan *Lay up shoot* siswa 38.3333. pada uji signifikan perbedaan dengan SPSS 16 didapatkan mean = -11.433 menunjukan selisih dari hasil pre-test dan hasil post-test, hasil t-hitung = -22.874 df = 29 dan p-value = 0.00 < 0.05 yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan model latihan keterampilan *Lay up shoot* bola basket untuk usia 16-18 tahun. Implikasi dari penelitian ini adalah model latihan *lay up* ini dapat digunakan untuk permainan bola basket usia 16-18 tahun.

Kata Kunci : model latihan *lay up shoot*, bola basket, usia 16-18 tahun

Mengetahui

Pembimbing 1,



Dr. Hartati, M.Kes

NIP196006101985032006

Mengetahui

Pembimbing 2,



Dr. Syafaruddin, M.Kes

NIP195909051987031004

Mengetahui,

Ketua Program Studi



Dr. Hartati, M.Kes

NIP196006101985032006

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga merupakan salah satu aktivitas yang dilakukan oleh seseorang demi menjaga kebugaran dan kesehatan tubuh, kegiatan olahraga merupakan suatu kegiatan yang dilakukan secara sistematis dan terstruktur dimana dalam kegiatan olahraga dapat mendorong dan mengembangkan potensi yang dimiliki oleh seseorang baik potensi berupa potensi jasmani, rohani, dan sosial. Sitepu (2018) mengemukakan bahwa olahraga adalah suatu proses kegiatan sistematis agar dapat mendorong dan membina serta mengembangkan suatu potensi jasmani, rohani serta sosial.

Fungsi dari olahraga telah merambat menjadi suatu unsur yang penting dan strategis untuk proses pembangunan suatu bangsa dan negara. Olahraga banyak memiliki nilai-nilai luhur yang penting dan bermanfaat bagi kehidupan dan pembentukan moral/karakter seseorang, karna didalam olahraga tidak hanya menyangkut hubungan antar individu saja akan tetapi juga menyangkut hubungan dengan masyarakat yang luas. Mutohir dkk (2011) Mengemukakan bahwa melalui kegiatan olahraga banyak nilai-nilai kemanusiaan yang terkandung didalamnya, sehingga dapat dijadikan *school of life* untuk siapapun, nilai-nilai yang kemanusiaan terkandung ini bersifat universal dan tidak hanya untuk orang dewasa saja akan tetapi juga Siswa-Siswa demi membangun tubuh dan mental yang bugar. Jika olahraga ditinjau secara fungsional olahraga memiliki peranan yang sangat berpengaruh dalam kesehatan tubuh, sementara jika olahraga ditinjau dalam dimensi sosial, maka olahraga memiliki peranan penting dalam menanamkan nilai-nilai dan norma-norma kehidupan yang dapat kita gunakan dalam kehidupan sehari-hari. Nilai-nilai dan norma-norma tersebut sangat dibutuhkan sebagai suatu landasan dan inspirasi bersama dalam konteks kehidupan berbangsa dan bernegara. Ada beberapa nilai yang terkandung dalam olahraga yaitu nilai kerjasama, sportifitas, jujur, bertanggung

jawab, gigih/pantang menyerah, keberanian, saling menghormati, disiplin dan masih banyak lagi nilai-nilai luhur yang terkandung dalam olahraga. Saat ini olahraga memberikan dampak yang positif dan nyata untuk peningkatan kesehatan masyarakat khususnya di Indonesia. Di Indonesia Masyarakat sudah banyak yang memahami mengenai perlunya melakukan kegiatan olahraga bagi kesehatan dan kebugaran tubuh. Ada banyak jenis-jenis dalam berolahraga baik itu olahraga yang bersifat aktivitas gerak seperti senam, jogging dan lainnya. Olahraga yang bersifat permainan seperti cabang olahraga sepak bola, bola voli, sepak takraw, bola basket dan masih banyak lagi yang lainnya.

Umumnya olahraga yang paling sering dan paling banyak di minati oleh masyarakat di Indonesia yaitu olahraga permainan, seperti salah satunya cabang olahraga bola basket. Olahraga bola basket merupakan olahraga tim yang memerlukan kekompakan tim dalam bermainan, yang dimainkan oleh 5 orang pemain dalam satu tim yang bertujuan untuk memasukan bola ke ring lawan sebanyak-banyaknya. Olahraga Bola basket dimainkan oleh 2 tim yang masing-masing terdiri dari 5 pemain tujuan dari masing-masing tim adalah untuk mencetak angka ke keranjang lawan dan berusaha mencegah tim lawan mencetak angka (Perbasi,2018:1). Olahraga bola basket bukan menjadi hal yang asing lagi dalam dunia olahraga di Indonesia dari usia Siswa-Siswa, remaja, hingga dewasa banyak yang menggemari cabang olahraga bola basket. Sitepu (2018) mengemukakan bahwa olahraga bola basket merupakan suatu olahraga yang sering kali akan menjadi pilihan untuk dimainkan terkhusus bagi anak-anak muda.

Pelatihan bola basket saat ini telah banyak dilakukan di Sumatra selatan seperti club-club bola basket dan ekstrakurikuler bola basket disekolah dan yang lainnya. Menurut hasil observasi yang saya lakukan model latihan *lay-up shoot* saat ini khususnya di beberapa SMA NEGERI Kabupaten Ogan Ilir lebih terkesan monoton dan membosankan membuat Siswa dan peserta didik tidak memiliki motivasi untuk mengikuti latihan keterampilan *lay-up shoot* selain itu model latihan ini juga

memakan waktu yang banyak dengan antrian yang panjang sehingga dari segi efisiensi waktu tidak efisien maka dari itu, saya sebagai peneliti ingin membuat suatu model latihan *lay-up shoot* itu sendiri yang berbasis permainan. Dimana model latihan ini saya desain agar Siswa/peserta didik senang dan memiliki motivasi untuk mengikuti latihan keterampilan *lay-up shoot* akan tetapi tidak akan lepas dari pembelajaran teknik-teknik *lay-up shoot* itu sendiri

Olahraga *basketball* telah di perkenalkan sejak menginjak bangku sekolah dasar, akan tetapi di zaman sekarang ini seiring dengan majunya perkembangan zaman dan teknologi pun semakin kian canggih beberapa pelatih dan guru penjaskes dihadapkan dengan beberapa tantangan banyak Siswa-Siswa yang kurang berminat untuk mengikuti kegiatan olahraga khususnya bola basket mereka lebih sering bermain dengan teknologi canggih seperti *smartphone* dan teknologi lainnya, ditambah lagi dengan model latihan yang diberikan pelatih dan model pengajaran yang dilakukan di sekolah hanya monoton dan dilakukan terus berulang-ulang sehingga membuat Siswa/peserta didik bosan dan semakin malas untuk mengikuti kegiatan olahraga, ditambah lagi saat ini masih banyak sekolah-sekolah yang belum dan tidak menyediakan tempat latihan yang berkualitas khususnya di Kabupaten Ogan Ilir akhirnya, membuat Siswa tidak termotivasi dalam mengikuti latihan bola basket.

Pemain bola basket dituntut untuk menguasai beberapa teknik dasar dalam permainan bola basket seperti *dribbling*, *passing*, dan *shooting* agar dapat berhasil dalam bermain basket. *Basketball success is still determined by one's ability to execute fundamental skills consistently. Fundamental skills include footwork, passing and catching, dribbling, shooting, shooting off the catch, creating your shot off the dribble, scoring in the post, and rebounding* (Wissel, 2012:7). Teknik *shooting* memiliki beberapa macam jenis yaitu *Lay up Shoot*, *Jump Shoot*, *one hand set shoot*, *power move*, *hook shoot*, *three point shoot*, *free throw shoot*. Oleh karena itu, untuk menjadi pemain bola basket yang baik harus menguasai beberapa teknik *shooting*

tersebut. Mertayasa dkk (2016) menyatakan bahwa Teknik dasar bola basket yang sangat menentukan untuk meraih kemenangan salah satunya adalah melakukan tembakan (*shoot*) yang benar dan masuk ke ring lawan. Teknik *shooting* itu sangat penting maka latihan keterampilan teknik *shooting* perlu ditingkatkan. Di antara beberapa jenis *shooting* di atas saya sebagai peneliti lebih tertarik dengan jenis *shooting Lay up Shoot* karna persentase bola masuk dengan teknik *lay up shoot* ini besar dibanding dengan teknik *shooting* lainnya. Mertayasa dkk (2016) mengemukakan bahwa Gerakan *lay up shoot* memiliki peluang yang besar untuk bisa mencetak *poin*, karena bola diarahkan sedekat mungkin dengan ring basket.

1.2 Permasalahan Penelitian

1.2.1 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas dapat di identifikasikan masalah sebagai berikut:

1. Teknik *lay-up shoot* yang dilakukan salah, mulai dari awalan, langkah dan penempatan bola
2. Postur tubuh yang kurang tinggi dengan ditambah jumping yang rendah
3. Antrian yang panjang pada saat menunggu giliran untuk melakukan *lay-up shoot* sehingga hanya bisa melakukan gerakan 2-3 kali bahkan ada yang hanya melakukan 1 kali gerakan dikarnakan model latihan yang memakan waktu.
4. Kurangnya motivasi Siswa untuk mengikuti latihan karena model latihan yang monoton dan terkesan membosankan
5. Siswa melakukan gerakan *lay-up shoot* asal-asalan karna latihan yang tidak menarik

1.2.2 Batasan Masalah

Dari beberapa uraian masalah dan identifikasi masalah diatas saya sebagai peneliti membatasi masalah yaitu Model latihan keterampilan *Lay-up Shoot* berbasis permainan untuk Siswa usia 16-18 tahun.

1.2.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan Identifikasi masalah yang telah dikemukakan diatas, maka peneliti merumuskan permasalahan yang akan diteliti yaitu: Apakah terdapat efektifitas dari Model latihan keterampilan *lay-up shoot* berbasis permainan untuk Siswa usia 16-18 tahun.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini tidak lepas dari permasalahan yang ada yaitu untuk Membuat suatu model latihan keterampilan *Lay-up shoot* yang berbasis permainan sehingga membangun motivasi dan daya tarik Siswa/Siswa untuk melakukan gerakan *lay-up shoot* dengan benar.

1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan dapat memiliki manfaat sebagai berikut:

1. Bagi peneliti, sebagai pengetahuan dan sebagai pengalaman dalam bidang pendidikan dan pelatihan khususnya dalam cabang olahraga bola basket dan dapat dijadikan sebagai acuan untuk penelitian sejenisnya.
2. Bagi Siswa, untuk menambah pengetahuan dalam teknik-teknik permainan bola basket terutama teknik *Lay-up shoot* dan meningkatkan keterampilan *Lay-up shoot*.
3. Bagi guru, pendidik dan pelatih, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan untuk mengajar atau melatih Siswa agar memiliki keterampilan *Lay-up Shoot* bola basket dan sebagai sumbangan informasi di bidang pembelajaran penjas.

DAFTAR PUSTAKA

- : Perbasi. (2018). *Peraturan Permainan Bola Basket*. Jakarta: Perbasi.
- Barth, K., & Boesing, L., (2009). *Learning Basketball*. Aachen: Meyer & Meyer Sport (UK) Ltd.
- Buckley, R., & Caple, J. (2009). *The Theory & Practice of Training*. London: British library cataloguing in publication data.
- Cahyani, F.D.(2015). Pengaruh Latihan Beban Menggunakan Pemberat Kaki Terhadap Kemampuan Tendangan *Dollyo Chagi* Siswa Putra Taekwondo Kabupaten Dharmasraya. *Jurnal ilmu Keolahragaan*. 1(1): 1-12.
- Christianti, M. (2007). Siswa dan Bermain. EduTOT PGTK UNY. Yogyakarta: PGTK UNY.
- David L. Gallahue & Jhon C.Ozmun. (2006) *Understanding Motor Development:indants, Children, Adolescent, Adult*. New York: Mo Graw Hill.
- Djamal, M. (2015). *Paradigma Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Husdarta ,Nurlaan Kusmedi. (2010) *Pertumbuhan & perkembangan peserta didik olahraga dan kesehatan*. Bandung: Alfabeta
- Ibnu, S. (2003) *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Iyakrus. (2011). *Permainan Sepak Takraw*. Palembang: Universitas Sriwijaya.
- Kadir. (2015). *Statistika Terapan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Khobir, A. (2009). Upaya Mendidik Siswa Melalui Permainan Edukatif. Forum Tarbiyah. 7(2): 196-208.
- Kurnia, O.N., Hartati., & Aryanti, S. (2017). Latihan Plyometric Medicine Ball Throw Terhadap Hasil Tembakan Free Throw Pada Permainan Bola Basket. *Jurnal Altius*. 6(2): 148-155.
- Kurnia, R. (2012). Konsepsi Bermain Dalam Menumbuhkan Kreativitas pada Siswa Usia Dini. *Educhild*. 1(1): 77-84.
- Kusnanto, S. A., Sutardji., & Junaidi, S. (2012) Kemampuan Memasukan Bola ke Ring Berdasarkan Nilai Konsentrasi. *Jurnal of sport sciences and fitness*. (1): 38-40.
- Lubis, J. (2013). *Panduan Praktis Penyusunan Program Latihan*. Depok: PT Rajagrafindo persada.
- Maksum, A. (2012). *Metodelogi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press-2012.
- Martini Jamaris. (2010). *Orientasi Baru Dalam Psikologi Pendidikan*. Jakarta:Yayasan Penamas Murni

- Mertayasa, K., Rahayu, S., & Soenyoto, T. (2016). Metode Latihan Plyometrics dan Kelentukan untuk Meningkatkan Power Otot Tungkai dan Hasil Lay Up Shoot Bola Basket. *JPES*. 5(1): 24-31.
- Muhibbin Syah. (2003). *Psikologi Belajar* Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Mylsidayu, A., & Kurniawan, F. (2015). *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Bandung: Alfabeta.
- Prasetyo, D. W., & Sukarmin, Y. (2017). Pengembangan Model Permainan untuk Pembelajaran Teknik Dasar Bola Basket di SMP. *Jurnal Keolahragaan*. 5(1): 13-23.
- Ria Lumintuarso. (2013). *op. Cit.*,
- Rohmah, N. (2016). Bermain dan Pemanfaatannya Dalam Perkembangan Siswa Usia Dini. *Jurnal Tarbawi*. 13(2): 28-35.
- Septriadi, P. (2013). Model Pembelajaran Bola Baket Melalui Permainan Basket Drum dalam Pendidikan Jasmani pada Siswa Kelas VIII SMP N 1 Boja Kecamatan Boja Kabupaten Kendal Tahun 2012/2013. *Skripsi*. Semarang: FIK UNES.
- Sitepu, I. D. (2018). Manfaat Permainan Bola Basket untuk Siswa usia Dini. *Jurnal Prestasi*. 2(3): 27-33.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukadiyanto., & Muluk, D. (2011). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: CV. Lubuk Agung.
- Sukirno. (2018). *Pengembangan Model Pembelajaran Anak Berbasis Permainan di Sekolah Dasar*. Palembang: UPT. Penerbit dan Pe4rcetakan Universitas Sriwijaya.
- Sunarto dan agung hartono. (2006) *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta:PT Rineka Cipta.
- Syafruddin. (2013). *Ilmu Kepeleatihan Olahraga, Teori dan Aplikasinya Dalam Pembinaan Olahraga*. Padang: UNP Press.
- Syamsuramel, S., Hartati., & Rahmadani,T. (2019). Pengaruh Latihan Interval Lari 30 Meter Terhadap Kemampuan Frekuensi Kecepatan Tendangan Lurus Siswa Ekstakurikuler Pencak Silat di MAN 3 Palembang. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*. 8(1): 61-70.
- Utama, F, I. (2013). Urutan Latihan *Overhead Lay Up Shot* dan *Underhand Lay Up Shot* Terhadap Hasil Tembakan *Lay Up Shot* Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket SMP NEGERI 26 SURAKARTA TAHUN 2012/2013. : 1-10.
- Wiarso, G. (2013). *Fisiologi dan Olahraga*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Wicaksana, F.I. (2015). Tingkat Keterampilan Lay Up Shoot Peserta Ekstrakurikuler Bola Baket di SMA N 1 Imogiri Bantul Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.

- Winarni, E. W. (2018). *Teori dan Praktek Penelitian Kuantitatif Kualitatif Penelitian Tindak Kelas (PTK) Reasearch and Development (R&D)*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Winarno, M.E. (2011). *Metodologi Penelitian dalam Pendidikan Jasmani*. Malang: Media Cakrawala Utama Press.
- Wissel,H. (2012). *Basketball Steps to Success*. America: Human Kinetics.
- Yusuf, M. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*. Jakarta: Kencana.