

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENEMBAK BOLA DALAM  
PERMAINAN BOLA BASKET MELALUI MODIFIKASI BOLA KARET PADA  
SISWA KELAS VIII DI SMP NEGERI 1 TANJUNG RAJA KABUPATEN  
OGAN ILIR TAHUN PELAJARAN 2011/2012**

**SKRIPSI OLEH**

**BURHANUDDIN**

**Nomor Induk Mahasiswa 06097106003**

**Program Studi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA PALEMBANG**

**TAHUN 2012**



**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENEMBAK BOLA DALAM  
PERMAINAN BOLA BASKET MELALUI MODIFIKASI BOLA KARET PADA  
SISWA KELAS VIII DI SMP NEGERI 1 TANJUNG RAJA KABUPATEN  
OGAN ILIR TAHUN PELAJARAN 2011/2012**

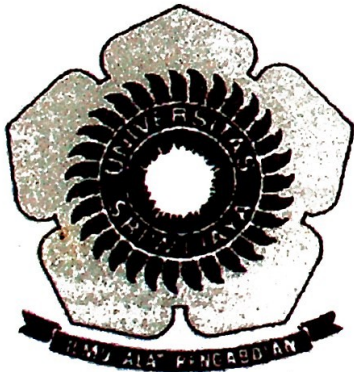
**SKRIPSI OLEH  
BURHANUDDIN**

**Nomor Induk Mahasiswa 06097106003**

**Program Studi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**



S.  
706.323.07  
Bur  
U  
2012



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA PALEMBANG**

**TAHUN 2012**

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENEMBAK BOLA DALAM  
PERMAINAN BOLA BASKET MELALUI MODIFIKASI BOLA KARET PADA  
SISWA KELAS VIII DI SMP NEGERI 1 TANJUNG RAJA KABUPATEN OGAN  
ILIR TAHUN PELAJARAN 2011/2012**

**SKRIPSI OLEH**

**BURHANUDDIN**

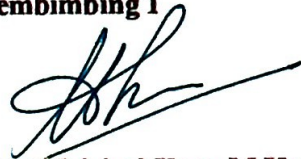
**Nomor Induk Mahasiswa 06097106003**

**Program Studi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**

**Disetujui sebagai skripsi Program Strata I**

**Mengetahui**

**Pembimbing 1**



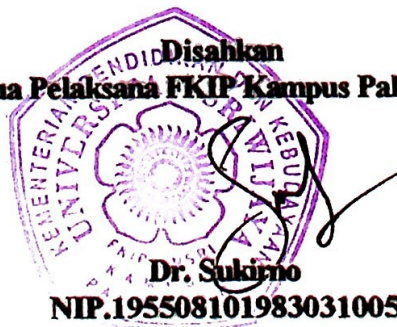
**Drs. Meirizal Usra, M.Kes  
NIP. 196105281987021003**

**Pembimbing 2**



**Dra. Marsiyem, M.Kes  
NIP. 195312121982032001**

**Disahkan  
Ketua Pelaksana FKIP Kampus Palembang**



**Dr. Sukirno  
NIP.195508101983031005**

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENEMBAK BOLA DALAM PERMAINAN BOLA BASKET MELALUI MODIFIKASI BOLA KARET PADA SISWA KELAS VIII DI SMP NEGERI 1 TANJUNG RAJA KABUPATEN OGAN ILIR TAHUN PELAJARAN 2011/2012**

Skripsi oleh  
Burhanuddin  
Nomor Induk Mahasiswa 06097106003

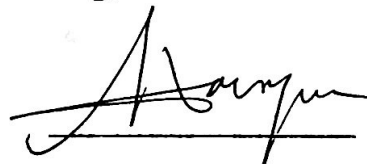
Telah diuji dan lulus pada:

Hari : Jumat  
Tanggal : 8 Juni 2012

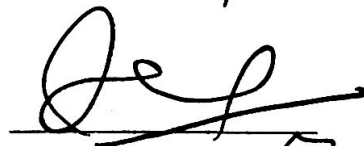
1. Ketua : Drs. Meirizal Usra, M.Kes  
NIP. 19610528 1987 021003



2. Sekretaris : Dra. Marsiyem, M.Kes  
NIP. 19531212 1982 032001



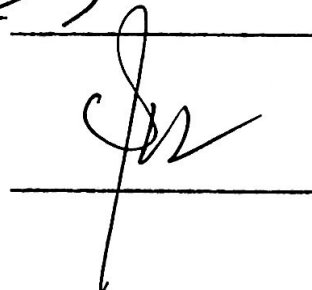
3. Anggota : Dra. Hartati, M.Kes  
NIP. 19600610 1985 032006




4. Anggota : Drs. Sy. Muherman, M.Pd  
NIP. 19600913 1987 021001



5. Anggota : Drs. Maskur Ahmad, M.Kes  
NIP. 19580612 1986 031002



Mengetahui, 30 Juni 2012  
Ketua Program Studi Penjaskes



Drs. Waluyo, M.Pd  
NIP. 195601241984031001



## **MOTTO**

Hiduplah di dunia ini dengan penuh kedamaian tanpa merasa takut, sebab tidak akan terjadi sesuatu kecuali apa yang telah ditaqdirkan.

(Majdi Fathi Assayyid)

## HALAMAN PERSEMBAHAN

- ✚ Istriku Nurhayati tercinta yang senantiasa mendoakan dengan tulus, sabar dan penuh kasih sayang serta setia menemani dalam suka dan duka dalam mencapai keberhasilan.
- ✚ Anak-anakku tercinta (Desi Ratu Langih, Reny Permata Sari dan Wahyu Kasogi) yang selalu menjadi inspirasi dan semangat penulis dalam menggapai keberhasilan
- ✚ **Drs. Meirizal Usra, M.Kes** selaku pembimbing I dan **Dra. Marsiyem, M.Kes** selaku pembimbing II yang rela meluangkan waktu dan memberikan ilmunya dalam membimbing penulis menyelesaikan skripsi ini
- ✚ Teman-teman PGSMTP,D2, SQD tahun 2009-2012 yang tidak bisa disebutkan satu persatu
- ✚ Almamater dan semua dosen yang terhormat



## UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah hirobbil 'Alamin. Segala puji dan penuh rasa syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT, Tuhan semesta alam, Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Atas izin dan ridhomu Ya Allah, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini dibuat untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana (SI) pada Program Studi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya.

Penulis menyadari bahwa keberhasilan dalam penulisan skripsi ini, tidak terlepas bantuan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Untuk itulah pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

- 1 Ibu Prof Dr. Badiyah Parizade, M.BA . selaku Rektor Universitas Sriwijaya
- 2 Bapak Drs. Tatang Subery, M.A, Ph.D selaku Dekan FKIP Universitas Sriwijaya
- 3 Bapak Drs. Waluyo, M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan FKIP Universitas Sriwijaya
- 4 Bapak Drs. Meirizal Usra, M.Kes selaku Pembimbing I yang selalu mencurahkan waktu, tenaga dan pemikiran kepada penulis selama menyelesaikan skripsi ini.
- 5 Ibu Dra. Marsiyem, M.Kes selaku Pembimbing II yang selalu mencurahkan waktu, tenaga dan pemikiran kepada penulis selama menyelesaikan Skripsi ini.
- 6 Bapak Kepala Dinas Pendidikan Kabupaten Ogan Ilir
- 7 Ibu Hj. Zudaidah, S.Pd, M. Si selaku Kepala Sekolah SMP negeri 1 Tanjung Raja Kabupaten Ogan Ilir, beserta staf guru dan tata usaha.

- 8 Istriku Nurhayati yang telah mendoakan dan memotivasi dan memberikan pengertiannya kepada penulis dalam menyelesaikan sripsi ini
- 9 Anak-anakku tercinta, Desi Ratu Langih, Reny Permata Sari dan Wahyu Kasogi yang memberiku inspirasi dan semangat.

Tanjung Raja, Juni 2012

Penulis



## ABSTRAK

Penelitian ini berjudul, “Upaya Meningkatkan Kemampuan Menembak Bola dalam Permainan Bola Basket Melalui Modifikasi Bola Karet pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 1 Tanjung Raja Kabupaten Ogan Ilir Tahun Pelajaran 2011/2012”. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah, Apakah kemampuan menembak bola basket dapat ditingkatkan setelah penerapan modifikasi bola karet pada permainan bola basket di SMP Negeri 1 Tanjung Raja Kabupaten Ogan Ilir?

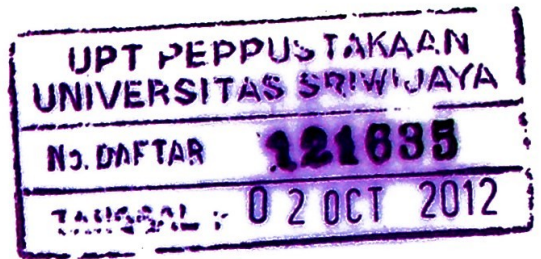
Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya peningkatan kemampuan siswa dalam menembak bola melalui modifikasi bola karet pada permainan bola basket di SMP Negeri 1 Tanjung Raja Kabupaten Ogan Ilir. Subjek penelitian ini adalah SMP Negeri 1 Tanjung Raja Kabupaten Ogan Ilir yang memiliki siswa kelas VIII sebanyak 5 kelas. Dari 5 kelas tersebut hanya akan diambil satu kelas, yaitu kelas VIII.1 yang berjumlah 35 orang.

Penelitian ini dilakukan dalam dua siklus, yaitu siklus pertama (1) menembak bola dengan modifikasi bola karet, data yang dikumpulkan dari hasil observasi di lapangan dengan jenis data kebenaran sikap siswa (gerak), keaktifan siswa dan kemampuan menembak bola yang dikumpulkan melalui tes. Pada siklus pertama kemampuan siswa belum mencapai kriteria Ketuntasan Minimum, yaitu dengan rata-rata hasil tes menembak bola 67,5, siklus kedua (2), latihan menembak bola dengan modifikasi bola karet. Pada siklus ini hasil tes menembak bola mengalami peningkatan dengan rata-rata 84,3. Peningkatan ini melebihi KKM sekolah sehingga dapat dikatakan modifikasi bola karet sangat tepat dalam meningkatkan kemampuan menembak bola pada permainan bola basket.

Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa kemampuan menembak bola basket dapat ditingkatkan setelah penerapan modifikasi bola karet pada permainan bola basket di SMP Negeri 1 Tanjung Raja Kabupaten Ogan Ilir. Dengan demikian, hendaknya modifikasi bola karet yang dilakukan dalam penelitian ini dapat dijadikan alternatif dalam meningkatkan kemampuan siswa dalam menembak bola pada permainan bola basket oleh siswa di SMP Negeri 1 Tanjung Raja Kabupaten Ogan Ilir secara berkesinambungan sehingga kemampuan siswa dalam menembak bola dapat mengalami peningkatan. Hendaknya latihan modifikasi bola karet dapat dijadikan sebagai solusi dalam latihan bagi siswa di sekolah tersebut.

*Kata kunci: Modifikasi bola karet, kemampuan menembak bola, permainan bola basket*

DAFTAR ISI



HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI .....	iii
MOTTO .....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	v
UCAPAN TERIMA KASIH .....	vi
ABSTRAK .....	viii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL .....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Pembatasan Masalah .....	4
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Manfaat Penelitian .....	5

BAB II LANDASAN TEORI

A. Pengertian Permainan Bola Basket .....	7
B. Teknik Dasar Permainan Bola Basket .....	8



C. Pengertian Modifikasi .....	14
 <b>BAB III PROSEDUR PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	16
B. <i>Setting</i> Penelitian .....	16
C. Subjek Penelitian .....	16
D. Metode Penelitian Tindakan Kelas .....	17
E. Teknik Pengumpulan Data .....	23
F. Teknik Analisis Data .....	24
 <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian .....	28
B. Pembahasan .....	41
 <b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Simpulan .....	43
B. Saran .....	43
 DAFTAR PUSTAKA .....	 45
LAMPIRAN .....	46

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>		<b>Halaman</b>
1	Subjek Penelitian .....	17
2	Jadwal Kegiatan Penelitian .....	22
3	Personalia Penelitian .....	23
4	Lembar Pengamatan Teknik <i>Shuting</i> pada Permaian Bola Basket .....	24
5	Lembar Penilaian Keaktifan Siswa .....	26
6	Lembar Penilaian pada Aspek Afektif Siswa dalam Permaian Bola Basket ..	27
7	Lembar Pengamatan Teknik <i>Shuting</i> pada Permaian Bola Basket .....	35
8	Kriteria Hasil Observasi .....	37
9	Lembar Penilaian Keaktifan Siswa .....	38
10	Lembar Penilaian pada Aspek Afektif Siswa dalam Permaian Bola Basket ..	39
11	Kriteria Hasil Observasi.....	41

## DAFTAR GAMBAR

Gambar		Halaman
1	Teknik Dasar Melempar dan Mengoper Bola .....	9
2	Teknik Dasar Mengiring Bola .....	10
3	Teknik Dasar Menembak dan Menangkap Bola .....	11
4	Teknik Dasar Bertumpu pada Satu Kaki/ Vivot .....	12
5	Lapangan Permainan Bola Basket .....	13



# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan Jasmani adalah “bagian yang integral dari pendidikan total yang mencoba mencapai tujuan untuk mengembangkan kebugaran jasmani, mental, sosial, serta emosional bagi masyarakat, dengan wahana aktivitas jasmani” (Sukintaka, 2004:16). Dari keempat aspek yang dikembangkan tersebut, permainan bola basket merupakan salah satu bentuk cabang olahraga yang dilakukan untuk mengembangkan kebugaran jasmani dan mental siswa.

Permainan bola basket merupakan salah satu cabang olahraga yang dipelajari siswa di sekolah. Di SMP Negeri 1 Tanjung Raja Kabupaten Ogan Ilir, permainan bola basket banyak diminati siswa. Hal ini ditunjukkan dari terdapatnya *club* basket di sekolah tersebut.

Minat siswa terhadap permainan bola basket ini didukung oleh tersedianya sarana dan prasarana permainan di sekolah tersebut. Akan tetapi, kemampuan siswa dalam permainan bola basket ini masih rendah, terutama dalam menembak bola. Rendahnya kemampuan siswa dalam menembak bola, diduga karena siswa kurang banyak latihan dan tidak adanya tenaga pelatih untuk melatih keterampilan siswa. Selain itu, pola pembelajaran yang monoton juga mempengaruhi rendahnya keterampilan siswa. Hal ini ditunjukkan dari informasi dari guru mata pelajaran penjaskes di sekolah tersebut bahwa jarang sekali pembelajaran penjaskes menggunakan metode yang bervariasi, sehingga siswa tidak bersemangat dalam

belajar. Indikasi dari pembelajaran yang monoton ini mengakibatkan rendahnya kemampuan siswa dalam pembelajaran penjaskes khususnya pada permainan bola basket, rata-rata hasil tes dari 35 orang siswa adalah 6,0. Hasil tes ini dinilai rendah karena berada di bawah KKM Penjaskes di SMP Negeri 1 Tanjung Raja Kabupaten Ogan Ilir, yaitu 6,5.

Rendahnya kemampuan siswa dalam permainan bola basket ini disebabkan karena siswa kurang mampu dalam menembak bola. Oleh karena itu, permasalahan pokok dalam penelitian ini adalah rendahnya kemampuan siswa dalam menembak bola pada permainan bola basket. Mengatasi permasalahan ini, maka perlu dilakukan suatu upaya untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam menembak bola pada permainan bola basket. Alternatif yang dipilih adalah dengan memodifikasi bola dalam latihan sehingga pembelajaran bola basket dalam praktik tidak monoton.

Modifikasi bola yang akan diterapkan adalah bola karet karena berat dari bola karet lebih ringan dari bola basket, dapat memantul lebih tinggi dari pada bola lainnya seperti bola plastik, mudah didapat dan ringan dalam menggunakannya. Kelebihan dari bola karet inilah yang menjadi alasan penulis menggunakan bola karet untuk mengganti bola basket dalam menembak bola pada permainan bola basket. Modifikasi bola sendiri dipilih sebagai solusi dalam mengatasi rendahnya kemampuan siswa dalam menembak bola karena melalui modifikasi bola diduga siswa tidak jenuh dalam berlatih, sehingga mendorong semangat siswa dalam latihan; semakin semangat siswa dalam berlatih dan

bermain maka kemampuan siswa dalam menembak bola dalam permainan bola basket pun dapat segera diatasi.

Penerapan modifikasi bola karet dalam permainan bola basket dalam penelitian ini dilakukan dengan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) eksperimental, yakni “PTK diselenggarakan dengan berupaya menerapkan berbagai teknik atau strategi secara efektif dan efisien di dalam suatu kegiatan belajar mengajar” (Aqib, 2009:88). Dalam hal ini, akan dilaksanakan di SMP Negeri 1 Tanjung Raja Kabupaten Ogan Ilir. Pemilihan lokasi penelitian ini dilakukan mengingat di sekolah tersebut kemampuan siswa dalam menembak bola pada permainan bola basket masih rendah, sehingga diperlukan penerapan modifikasi bola karet dalam permainan bola basket. Selain itu, pemilihan lokasi juga dilakukan atas pertimbangan efisiensi waktu mengingat bahwa sekolah ini adalah sekolah tempat peneliti mengajar dan dekat dengan lokasi tempat tinggal.

Berdasarkan permasalahan di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul, **”Upaya Meningkatkan Kemampuan Menembak Bola dalam Permainan Bola Basket Melalui Modifikasi Bola Karet pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 1 Tanjung Raja Kabupaten Ogan Ilir Tahun Pelajaran 2011/2012”**.



## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas dapat dirumuskan identifikasi masalah penelitian ini, yaitu sebagai berikut.

1. Kemampuan siswa dalam menembak bola di SMP Negeri 1 Tanjung Raja Kabupaten Ogan Ilir masih rendah dengan rata-rata kelas sebesar 6,0 dari 35 orang siswa, sedangkan KKM di sekolah tersebut adalah 6,5.
2. Banyak siswa yang berminat dalam permainan bola basket namun tidak didukung oleh tersedianya tenaga pelatih.
3. Terdapat *club* basket di sekolah tersebut namun siswa kurang banyak latihan.
4. Pola pembelajaran monoton sehingga perlu dilakukan modifikasi bola karet.

## 1.3 Pembatasan Masalah

Masalah dalam penelitian ini dibatasi pada hal-hal sebagai berikut.

1. Pembelajaran bola basket yang diteliti dibatasi pada teknik dasar menembak bola pada pembelajaran bola basket SMP kelas VIII, semester ganjil tahun pelajaran 2011/2012.
2. Siswa yang diteliti adalah siswa kelas VIII semester ganjil tahun pelajaran 2011/2012.
3. Modifikasi yang diterapkan adalah modifikasi bola karet.

## **1.5 Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas dapat diuraikan rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu: Apakah kemampuan menembak bola basket dapat ditingkatkan setelah penerapan modifikasi bola karet pada permainan bola basket di SMP Negeri 1 Tanjung Raja Kabupaten Ogan Ilir?

## **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya peningkatan kemampuan siswa dalam menembak bola melalui modifikasi bola karet pada permainan bola basket di SMP Negeri 1 Tanjung Raja Kabupaten Ogan Ilir.

## **1.6 Manfaat Penelitian**

Penelitian ini bermanfaat bagi guru penjasorkes, sekolah, siswa, peneliti dan almamater. Lebih jelasnya sebagai berikut.

### **a. Bagi Guru Penjasorkes**

Penelitian ini bermanfaat sebagai bahan pertimbangan atau alternatif bagi guru penjasorkes di SMP Negeri 1 Tanjung Raja Kabupaten Ogan Ilir dalam meningkatkan kemampuan siswa menembak bola pada permainan bola basket.

### **b. Bagi Sekolah**

Penelitian ini bermanfaat sebagai masukan bagi sekolah dalam meningkatkan kualitas sekolah, khususnya pada mata pelajaran penjasorkes.

### **c. Bagi Siswa**

Penelitian ini bermanfaat sebagai pengalaman siswa di SMP Negeri 1 Tanjung Raja Kabupaten Ogan Ilir tahun pelajaran 2011/ 2012 dalam menembak bola.

d. Bagi Peneliti

Penelitian ini bermanfaat sebagai pengalaman dalam melakukan penelitian ilmiah, khususnya untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Aqib, Zainal. 2009. *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: Yrama Widia.
- Departemen Pendidikan Nasional. 2005. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- , 2005. *Undang-undang RI Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Muhajir. 2006. *Pendidikan Jasmani Teori dan Praktek SMA Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Sugiyono. 2005. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Suharsimi, Arikunto, dkk. 2010. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sukimtaka. 2004. *Teori Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Nuansa.
- Syamsuddin, 2007. *Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Modifikasi dalam Meningkatkan Kesehatan Jasmani Siswa SD (Studi Eksperimen di Kecamatan Indralaya Utara Ogan Ilir Sumatera Selatan)*. Tesis. Universitas Negeri Padang.
- Tim Penyusun Buku Penelitian. 2010. *Pedoman Penulisan Skripsi PGSD*. Palembang: Universitas Sriwijaya Palembang.
- Utama, Rahmadi. 2009. *Upaya Peningkatan Pembelajaran Permainan Bola Voli Melalui Pendekatan Permain pada Siswa Kelas X.2 SMA Negeri 9 Palembang dengan Modifikasi Sarana dan Prasarana*. Skripsi. FKIP Olahraga Universitas Negeri Sriwijaya.
- Wahyuni, Sri, dkk. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk Kelas VIII SMP dan MTs*. Jakarta: Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.