



Journal Physical Health Recreation (JPHR)

Volume 5 Nomor 1 ; November 2024

<https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JPHR>

e-ISSN : 2747- 013X

## **Analisis Kemampuan Under Basket Shoot Pada Mahasiswa PJKR FIKK UNM**

## **Analysis Of Under Basket Shoot Ability In PJKR FIKK UNM Students**

Benny Badaru<sup>1</sup>, Ikadarny<sup>2</sup>

{benny.b@unm.ac.id<sup>1</sup>, ikadarny@unm.ac.id<sup>2</sup>}

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Makassar, Jl. Wijaya Kusuma No.14, Banta-Bantaeng, Kec. Rappocini, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90222<sup>1</sup>, Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Makassar, Jl. Wijaya Kusuma No.14, Banta-Bantaeng, Kec. Rappocini, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90222<sup>2</sup>

**Abstrak.** Jenis penelitian ini adalah kuantitatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan under basket shoot pada mahasiswa PJKR FIKK UNM. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa PJKR FIKK UNM yang berjumlah 30 orang, adapun sampelnya penelitian ini berjumlah 30 orang menggunakan teknik total sampling. Teknik analisis data yaitu dengan analisis deskriptif. Hasil penelitian diperoleh kategori baik sekali memiliki 0 siswa dengan persentase 0%, kategori baik memiliki 15 siswa dengan persentase 50%, kategori cukup memiliki 13 siswa dengan persentase 43.3%, kategori kurang memiliki 2 siswa dengan persentase 6.7% dan kategori sangat kurang memiliki 0 siswa dengan persentase 0%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat Kemampuan Under Basket Shoot Pada mahasiswa PJKR FIKK UNM berkategori “Baik” dengan Persentase 50%.

**Kata Kunci:** Under basket Shoot, Bola Basket

### **1 Pendahuluan**

Olahraga telah berkembang dan menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan masyarakat. Aktivitas olahraga dapat dilakukan oleh siapa saja, baik anak-anak, remaja, dewasa, maupun orang tua, tanpa memandang jenis kelamin. Olahraga juga sangat penting dalam pembentukan karakter bangsa, sehingga pemerintah mendukung berbagai upaya pembinaan olahraga. Pembinaan ini mencakup tidak hanya olahraga prestasi, tetapi juga olahraga pendidikan. Permainan bolabasket adalah salah satu jenis olahraga yang menggunakan bola besar, dimainkan secara berkelompok oleh dua tim yang masing-masing terdiri dari lima pemain. Kedua tim bersaing untuk memasukkan bola sebanyak mungkin ke dalam

keranjang/ring lawan. Bolabasket telah berkembang pesat dan menjadi salah satu olahraga populer di sekolah-sekolah dan universitas-universitas di Indonesia. Banyak klub bolabasket yang berdiri, baik profesional maupun pemula. Bola basket menarik perhatian besar di kalangan masyarakat, membuat orang semakin tertarik untuk mengetahui dan mendalami olahraga ini.

Beberapa teknik dasar dalam permainan bolabasket meliputi shooting (menembak), passing (mengoper), dan dribbling (menggiring bola). Di antara semua teknik dasar, shooting (menembak) adalah usaha memasukkan bola ke dalam ring untuk memperoleh poin. Shooting terdiri dari berbagai teknik, termasuk jump shoot, lay up, set shoot, hook shoot, dan semua gerakan lainnya yang bertujuan untuk memasukkan bola ke dalam ring.

Peneliti melihat masih terdapat beberapa kesalahan yang dilakukan saat melakukan under basket shoot. Kesalahan yang dilakukan pemain sering terjadi pada saat melakukan fase under basket shoot, pemain sering kali membuat kesalahan khususnya pada kurang memperhatikan keakurasian dan teknik dasar under basket shoot. Shoot yang dilakukan kadang tidak akurat, posisi kuda-kuda yang tidak benar, bola yang sudah di shoot kurang terarah karena tangan yang lemah. Beberapa Teknik dasar dalam permainan bolabasket menurut Lulu Lukyani dan Reki Siaga Agustina (2020) yaitu: (a) sikap tangan, (b) menggiring bola (dribbling), (c) melempar bola (passing and catching), (d) menembak/memasukkan bola (shooting), (e) rebound.

Nana Sudjana (2016: 27) mengemukakan bahwa “Analisis adalah usaha memilah suatu integritas menjadi unsur-unsur atau bagian-bagian sehingga jelas hirarkinya dan atau susunannya”. Menurut Abdul Majid (2013: 54) “Analisis adalah menguraikan satuan menjadi unit-unit terpisah, membagi satuan menjadi sub-sub atau bagian, membedakan antara dua yang sama, memilih dan mengenai perbedaan (diantara beberapa yang dalam satu kesatuan)”. Kemampuan yang dimiliki seorang akan membuatnya berbeda dengan memiliki kemampuan homogen-rata atau biasa saja. Kemampuan menunjukkan kapabilitas yang di miliki orang yang cukup stabil buat mewujudkan ihwal aktifitas eksklusif yang tidak selaras, namun berafiliasi. Mereka berpendapat bahwa berbeda dengan skill atau keterampilan, yang dapat diperbaiki sepanjang ketika melalui pelatihan serta pengalaman, kemampuan ability relative stabil meskipun kemampuan dapat berubah pelan-pelan sepanjang ketika dengan praktik serta pengulangan, taraf kemampuan tertentu biasanya membatasi seberapa banyak seseorang bisa memperbaiki, bahkan dengan pelatihan terbaik (Rachman, 2018). Bolabasket adalah olahraga bola besar yang dimainkan secara berkelompok yang terdiri dari dua tim dengan anggota lima pemain, masing-masing tim bertanding untuk mencetak poin sebanyak mungkin dengan cara memasukkan bola ke keranjang (ring) lawan (Rustano, 2017:76).

Shooting under basket sering digunakan ketika pemain penyerang yang berada di dekat ring menerima sebuah umpan, merebut bola dari rebound, atau melakukan dribble-drive ke arah ring basket’. Jon Oliver (2007; hlm, 18). Sedangkan menurut Nuril Ahmadi (2007; hlm, 29). ‘Shooting under basket adalah tembakan dari posisi dibawah ring basket setelah melakukan dribble atau mendapatkan operan’. Shooting under basket merupakan salah satu teknik dasar dalam bola basket yang harus dikuasai dengan baik oleh setiap pemain karena teknik ini sangat mendukung terhadap teknik yang lain seperti lay up shoot, agar pemain dapat melakukan gerakan lay up dengan baik, maka harus menguasai teknik under basket dengan baik yang biasanya dilakukan dari sudut 45 derajat dari setiap arah keranjang.

## 2 Metode Penelitian

Jenis Penelitian ini adalah penelitian non-eksperimen dengan menggunakan metode kualitatif deskriptif. Penelitian deskriptif merupakan penelitian yang menggambarkan keadaan yang ada menurut kenyataannya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode observasi dengan teknik tes dan pengukuran. Secara umum, populasi adalah jumlah keseluruhan dari satuan-satuan atau individu-individu yang karakteristiknya hendak di teliti. Sesuai pandangan Sugiyono (2014: 363) bahwa sampel dapat diartikan sebagai bagian dari populasi ini. teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian. Penarikan sampel yang digunakan adalah total sampling dan analisis data bersifat statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Abdullah, dkk, 2021).

Untuk mendapatkan data yang dibutuhkan dalam penelitian ini maka, teknik metode pengumpulan data yang akan digunakan yaitu survey. Metode survei adalah metode untuk melakukan pengumpulan data primer yang menggunakan pertanyaan lisan dan tulisan. Metode survei membutuhkan sebuah interaksi atau hubungan antara peneliti dengan subjek (responden) penelitian untuk memperoleh data yang dibutuhkan.

## 3 Hasil

### 1. Hasil analisis hipotesis

Tabel 1. Rekapitulasi persentase Kemampuan Under Basket Shoot Pada mahasiswa PJKR FIKK UNM

No	Jumlah Nilai	Kategori	Frekuensi	Pesentase
1	15 >	Baik Sekali	0	0
2	13 - 14	Baik	15	50
3	11 - 12	Cukup	13	43.3
4	9 - 10	Kurang	2	6.7
5	< 8	Sangat Kurang	0	0
Jumlah			20	100

Berdasarkan tabel 4.1 di atas, nampak bahwa persentase kemampuan Under Basket Shoot dari 20 siswa atau (100%), diperoleh hasil kategori baik sekali memiliki 0 siswa dengan persentase 0%, kategori baik memiliki 15 siswa dengan persentase 50%, kategori cukup memiliki 13 siswa dengan persentase 43.3%, kategori kurang memiliki 2 siswa dengan persentase 6.7% dan kategori sangat kurang memiliki 0 siswa dengan persentase 0%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat Kemampuan Under Basket Shoot Pada mahasiswa PJKR FIKK UNM berkategori “Baik” dengan Persentase 50%.

## 4 Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan under basket shoot mahasiswa PJKR FIKK UNM. Dari data yang diperoleh, terlihat bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori kemampuan "baik", dengan persentase sebesar 50%. Hanya 13% siswa yang masuk dalam kategori "cukup", sementara 6.7% lainnya berada dalam kategori "kurang". Tidak ada mahasiswa yang masuk dalam kategori "baik sekali" atau "sangat kurang", yang menunjukkan bahwa mayoritas siswa masih berada pada tingkat kemampuan yang memerlukan peningkatan lebih lanjut. Hasil ini menyoroti pentingnya penanganan yang lebih spesifik dalam pengembangan teknik dasar bola basket, khususnya under basket shoot.

Kemampuan under basket shoot merupakan salah satu keterampilan teknis yang sangat penting dalam bola basket, terutama dalam situasi permainan di dekat ring. Teknik ini membutuhkan koordinasi motorik yang baik antara tangan dan mata, pemahaman posisi tubuh yang tepat, serta kemampuan untuk menilai kekuatan yang diperlukan dalam situasi yang bervariasi.

Hasil penelitian ini juga konsisten dengan teori perkembangan keterampilan motorik terbaru dari Magill dan Anderson (2017:112), yang menyatakan bahwa pembelajaran keterampilan motorik melalui beberapa tahapan, termasuk tahap kognitif, tahap pengembangan, dan tahap otomatisasi. Berdasarkan data yang diperoleh, banyak siswa tampaknya masih berada di tahap pengembangan, di mana mereka sudah mulai mempelajari teknik under basket shoot dengan lebih baik namun belum mampu melakukannya secara otomatis dan konsisten tanpa kesalahan. Kesalahan dalam melakukan under basket shoot bisa disebabkan oleh kurangnya latihan yang cukup dalam kondisi yang menyerupai situasi pertandingan nyata, di mana faktor seperti tekanan waktu, pengambilan keputusan yang cepat, dan kecepatan reaksi sangat mempengaruhi hasil akhir

esimpulannya, meskipun sebagian besar siswa berada pada kategori kemampuan "cukup", penelitian ini mengungkapkan bahwa dengan pendekatan pelatihan yang lebih terfokus dan intensif, ada potensi besar bagi siswa untuk meningkatkan kemampuan under basket shoot mereka. Pelatih perlu mengevaluasi ulang metode yang digunakan dan menyesuaikan pelatihan dengan kebutuhan siswa secara individu. Selain itu, motivasi intrinsik siswa harus ditingkatkan untuk memastikan bahwa mereka memiliki dorongan yang kuat untuk terus berlatih dan meningkatkan kemampuan mereka. Dengan demikian, di masa depan, siswa diharapkan dapat mencapai level kemampuan yang lebih tinggi dan lebih kompetitif dalam permainan bola basket.

## 5 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan di atas maka diambil kesimpulan yaitu Analisis Kemampuan Under Basket Shoot Pada mahasiswa PJKR FIKK UNM, diperoleh hasil kategori baik sekali memiliki 0 siswa dengan persentase 0%, kategori baik memiliki 15 siswa dengan persentase 50%, kategori cukup memiliki 13 siswa dengan persentase 43.3%, kategori kurang memiliki 2 siswa dengan persentase 6.7% dan kategori sangat kurang memiliki 0 siswa dengan persentase 0%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat Kemampuan Under Basket Shoot Pada mahasiswa PJKR FIKK UNM berkategori "Baik" dengan Persentase 50%

## Daftar Pustaka

- Bompa, T. O. (2009). *Periodization: Theory and Methodology of Training* (5th ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Dweck, C. S. (2016). *Mindset: The New Psychology of Success*. New York: Ballantine Books.
- Duwi, Priyatno. 2013. *Mandiri Belajar Analisis Data dengan SPSS*. Mediakom.
- Gepoy, Kang. 2017. Sport kuy. <https://kangepoy17.blogspot.com/2017/05/shoot-under-ring-itu.html>
- Greenberk & Baron (2013). *Journal of Business Management Education* | Volume 1, Number 2, August 2016, page. 47-55
- Hikmah (2020). *Jurnal Hikmah*, Volume 14, No. 1, Januari – Juni 2017, ISSN :1829-8419
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. (Online). Tersedia di <https://kbbi.web.id/analisis>. Diakses pada 8 Agustus 2021.
- Kumpanan. 2022. Sampoerna university. *Kerangka Berpikir: Pengertian, Macam, dan Cara Membuatnya* ([sampoernauniversity.ac.id](http://sampoernauniversity.ac.id))
- Kurniawan, Aris. 2023. *Guru pendidikan.com*. Analisis - Pengertian, Contoh, Tahap, Tujuan, Para Ahli ([gurupendidikan.co.id](http://gurupendidikan.co.id))
- Lukyani, I., & Agustina, R. S. (2020). *Buku Jago Bola Basket* (pp. 5-12). Pamulang: tim cemerlang.
- Magill, R. A., & Anderson, D. (2017). *Motor Learning and Control: Concepts and Applications* (11th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Ma'ruf, Sandi. 2022. AKL. *Metode Survei Penelitian, Pengertian, Teknik dan Contoh* ([akuntansilengkap.com](http://akuntansilengkap.com))
- Newell, K. M. (2020). *Constraints on the Development of Coordination*. In *Developmental Motor Learning and Control* (pp. 35-48). Routledge.
- Nuril Ahmadi (2007) hal. 29. Pengaruh media audio visual terhadap kemampuan under basket shoot dalam ekstrakurikuler bola basket putra di smpn 1 baleendah
- Perbasi (2017). *Jendela Olahraga*, Volume 05, No. 02, Bulan Juli, hal. 62-69