

DRIBBLING EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET PUTRA SMA KARTIKA XX-I MAKASSAR

Sufitriyono^{1*}, Irvan², Benny Badaru³, Reza Mahyuddin⁴

Keywords :

*Dribbling, Ekstrakurikuler
Bola Basket,.*

Correspondensi Author

¹ Universitas Negeri Makassar,
Email: Sufitriyono@unm.ac.id

Article History

Received: 19-01-2022;

Reviewed: 22-01-2022;

Accepted: 15-02-2022;

Published: 02-03-2022

ABSTRACT

This study aims to determine the speed of dribbling in basketball games for men's basketball extracurricular activities at SMA Kartika XX-I Makassar. The method used is a survey. The population in this study were students who were active in men's basketball extracurricular activities at SMA Katrika XX-I Makassar with a total sample of 15 people. Based on the results of the research that has been carried out, it shows that the dribbling speed of Basketball Extracurricular Students is categorized as good as evidenced by the results of the data obtained as many as 12 players get good dribbling results with a percentage of 80%.

Keywords: *Dribbling, Ekstrakurikuler Bola Basket,.*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kecepatan *dribbling* dalam permainan bola basket siswa Ekstrakurikuler bola basket putra SMA Kartika XX-I Makassar. Metode yang digunakan adalah survey. Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa yang berkegiatan di EKstrakurikuler bola basket putra SMA Katrika XX-I Makassar dengan jumlah sampel 15 orang. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa kecepatan *dribbling* Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket berkategori baik dibuktikan dengan hasil data yang diperoleh sebanyak 12 orang pemain memperoleh hasil *Dribbling* yang baik dengan persentase 80 %

Kata Kunci: *Dribbling, Ekstrakurikuler Bola Basket,.*

PENDAHULUAN

Seiring dengan perkembangan teknologi dan ilmu pengetahuan saat ini banyak membawa kemajuan dalam segala bidang. Salah satunya adalah bidang olahraga, khususnya olahraga permainan. Olahraga permainan saat ini sangat diminati oleh masyarakat di antaranya adalah permainan bola basket. Permainan bola basket merupakan jenis olahraga yang menggunakan bola besar dengan tujuan memasukkan bola ke keranjang. (Mylsidayu & Kurniawan, 2016) Permainan bola basket di Indonesia sangat berkembang pesat di tandai dengan adanya beberapa kompetisi yang berlangsung baik secara regional maupun Nasional. Selain itu lapangan yang tersedia di berbagai daerah maupun kota sudah sangat mumpuni sehingga masyarakat lebih mudah untuk memainkan permainan tersebut.

Permainan bola basket sendiri sudah ada dalam kurikulum satuan Pendidikan mulai dari satuan Pendidikan dasar hingga menengah atas karena bola basket merupakan jenis olahraga yang sangat baik untuk dikembangkan dikalangan pelajar dan menjadi salah satu olahraga terpopuler (Riyanto, 2019). Tidak hanya dalam proses belajar mengajar, di Sekolah sudah mulai dibentuk pembinaan prestasi siswa melalui ekstrakurikuler bola basket. Menurut (Rohmantunisa et al., 2020) ekstrakurikuler merupakan bagian dari satuan Pendidikan yang diselenggarakan oleh sekolah sebagai wadah pengembangan minat dan bakat siswa. Dengan harapan pembentukan kegiatan ekstrakurikuler ini siswa mampu mengasah kecepatan dalam bermain bola basket hingga ke tingkat prestasi baik lokal maupun nasional. Dengan pelaksanaan ini secara tidak langsung sekolah telah membina siswa agar dapat berprestasi. Menurut (Adiningtyas et al., 2020) Proses pengembangan dan bimbingan yang diberikan sekolah melalui ekstra kurikuler agar mendapatkan prestasi.

Permainan bola basket itu sendiri memiliki beberapa Teknik dasar yang banyak menggunakan keterampilan gerak, sehingga ketika seseorang memiliki kecepatan gerak yang bagus maka akan lebih mudah dalam melakukan Gerakan Teknik dasar tersebut. Salah satu teknik dasar dalam permainan bola basket yaitu *dribbling*. Menggiring bola/*dribbling* harus dikuasai oleh seorang pemain karena akan sangat berpengaruh terhadap permainan dalam setiap pertandingan atau kejuaraan. *Dribbling* akan sangat bermanfaat jika dilakukan dengan tepat sehingga pemain akan mampu menguasai permainan atau pertandingan dengan baik. Pada hakikatnya semua pemain bola basket dituntut agar mampu melakukan *dribbling* yang baik, tanpa kehilangan keseimbangan dan bola Ketika akan melewati lawan.

Faktor teknik merupakan salah satu cara yang efektif dan efisien untuk menyelesaikan masalah dalam sebuah pertandingan. Pemberian teknik dasar yang dilakukan oleh pelatih diharapkan akan memberikan perkembangan kepada siswa ekstrakurikuler basket dalam hal kecepatan *dribbling* bola. Mengingat menggiring bola/*dribbling* harus memperhatikan sikap dasar *dribbling* yang baik, mulai dari fase persiapan, fase pelaksanaan, dan fase lanjutan.

Ektrakurikuler bola basket SMA Kartika XX-1 Makassar sudah lama terbentuk dan di ikuti oleh beberapa siswa yang ingin mengembangkan diri. Terbukti ekstrakurikuler ini sudah mengikuti beberapa event regional maupun nasional. Kecepatan siswa dalam melakukan teknik dasar permainan ini terutama dalam hal menggiring bola/*Dribbling* sudah lumayan baik meskipun masih ada beberapa hal yang perlu diperbaiki. Maka dari itu perlunya seluruh peserta ekstrakurikuler basket lebih meningkatkan kecepatan *Dribbling* agar dapat mengikuti pertandingan dengan baik dan bisa mengukir prestasi lebih baik.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan desain crosssectional. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif komparatif yang dimaksud untuk mengumpulkan informasi mengenai status gejala yang ada. Penelitian ini dilaksanakan di SMA Kartika XX-I Makassar. Sampel yang digunakan adalah 15 orang . Dalam penelitian ini. sampel akan menerima perlakuan tes *Dribbling*. Setelah data dikumpulkan akan diolah dan dianalisis menggunakan analisis statistik

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Kartika XX-I Makassar dengan data sebagai berikut :

Tabel 3.1 Deskriptif hasil penelitian

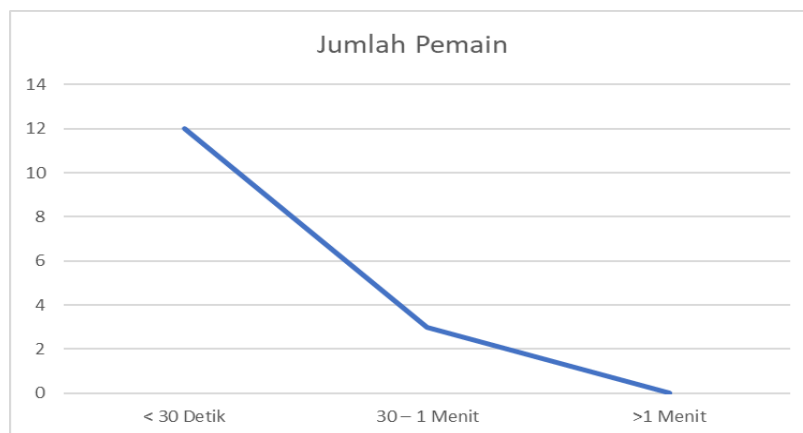
No.	Komponen Tes	N	Mean	Minimum	Maksimum
1.	Menggiring Bola/ <i>Dribbling</i>	15	16,32	11,21	30,02

Hasil penelitian di tabel 3.1 menyatakan bahwa hasil tes kecepatan *dribbling* dalam permainan bola basket pemain putra ekstrakurikuler bola basket SMA Kartika XX-I Makassar rata-rata 16,32. Dengan rentang waktu semakin sedikit akan semakin baik pula kategori kecepatan *dribbling* lebi terperinci untuk pengkategorian di sajikan dalam tabel berikut:

Tabel 3.2 Penilaian kecepatan *Dribbling*

Penilaian Kecepatan	Jumlah Pemain	Klasifikasi Nilai
< 30 Detik	12	Baik
30 – 1 Menit	3	Cukup
>1 Menit	0	Kurang

Berdasarkan tabel 3.2 tersebut dapat digambarkan kedalam grafik mengenai hasil perhitungan kecepatan *dribbling* pemain bola basket Ekstrakurikuler Putra SMA Kartika XX-I Makassar.



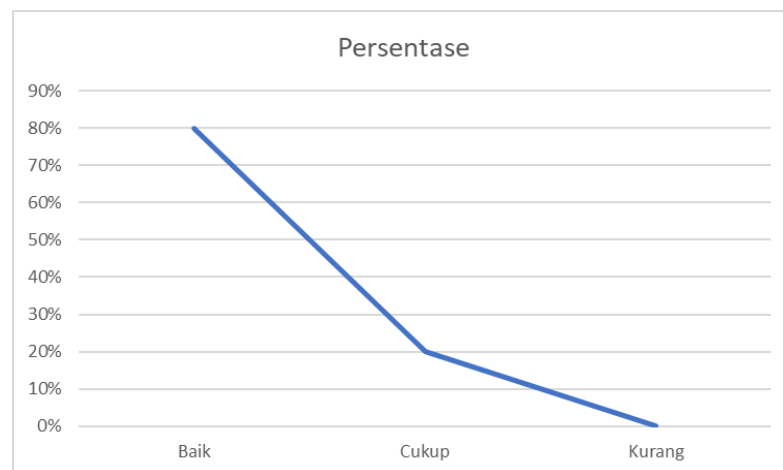
Berdasarkan hasil penelitian yang disajikan pada table 3.2 menunjukkan bahwa 13 pemain bola basket putra Ekstrakurikuler bola basket SMA Kartika XX-I Makassar memiliki kemampuan yang baik dengan penilaian kecepatan <30 detik dan 3 orang pemain memiliki kecepatan *dribbling* dengan kategori cukup dengan penilaian kecepatan 30-1 menit. Dengan demikian klasifikasi nilai yang diperoleh dalam penelitian ini adalah kategori baik karena 12 pemain ekstrakurikuler bola basket putra SMA Kartika XX-I Makassar lebih banyak penilaian kecepatan *dribbling*-nya.

Hasil penelitian kecepatan teknik dasar *Dribbling* pemain bola basket Ekstrakurikuler Bola Basket Putra SMA Kartika XX-I Makassar diperoleh persentase sebagai berikut:

Tabel 3.3 Persentase Kecepatan *Dribbling*

N	Klasifikasi Nilai	Jumlah	Persentase
15	Baik	12	80%
	Cukup	3	20%
	Kurang	0	0%

Berdasarkan tabel 3.3 tersebut dapat digambarkan kedalam grafik mengenai hasil perhitungan kecepatan *dribbling* pemain bola basket Ekstrakurikuler Putra SMA Kartika XX-I Makassar.



PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh kecepatan menggiring bola/*Dribbling* pada siswa ekstrakurikuler bola basket putra SMA Kartika XX_I Makassar dari 15 pemain yang menjadi sampel 12 diantaranya berkategori baik, 3 orang berkategori cukup serta tidak ada pemain kategori kurang. Hal ini menandakan bahwa kecepatan Teknik dasar menggiring/*Dribbling* siswa ekstrakurikuler bola basket putra SMA Kartika XX-I Makassar termasuk dalam kategori baik.

Dalam hal ini kecepatan dan keseimbangan saat menggiring bola merupakan point penting dalam penilaian kemampuan *Dribbling* bola basket. Menggiring bola atau *Dribbling* merupakan unsur yang sangat dibutuhkan dalam pertandingan. Jika seseorang mampu menggiring bola ke tujuan tertentu seperti mendekati teman atau mendekati ring dan mampu membebaskan diri dari rebutan lawan maka akan memberikan dampak positif dalam permainan. Untuk meningkatkan keterampilan dalam olahraga dibutuhkan Latihan yang berkesinambungan, terstruktur dan kontinyu. (Kamaruddin et al., 2020)

Meningkatnya keterampilan Teknik dasar olahraga tidak serta merta dapat meningkat dalam waktu yang singkat, memerlukan waktu yang lama serta perencanaan program yang baik sehingga sesuai dengan kebutuhan lapangan sehingga mampu meningkatkan kemampuan gerak. Meningkatkan kondisi fisik seluruh komponen harus di tingkatkan. (Vo et al., 2021) Program latihan merupakan komponen penting dalam peningkatan gerak dasar cabang olahraga pelaksanaannya pun tidak sembarang, harus disesuaikan dengan kebutuhan. Sama halnya dengan Latihan untuk meningkatkan kecepatan *dribbling* Latihan yang diberikan juga harus sesuai dengan kebutuhan. Peningkatan kemampuan drible dalam permainan bola basket dapat juga melalui Latihan zig-zag. (Priyono, 2013).

Hasil penelitian yang dilakukan pada siswa Ekstrakurikuler bola basket putra SMA

Kartika XX-I Makassar menunjukkan 80% dalam kategori baik. Ini menunjukkan bahwa program Latihan dan kemampuan dalam pelaksanaan Teknik gerak dasar menggiring bola siswa sangat baik. Faktor yang mempengaruhi adalah kemampuan fisik seperti daya tahan keseimbangan dan kecepatan. Selain itu siswa yang tergabung dalam ekstrakurikuler bola basket putra SMA Kartika XX-I Makassar sebelumnya telah aktif bermain bola basket saat masih duduk di bangku SMP sehingga kemampuan dalam melakukan *Dribbling* sudah sangat baik. Apa lagi dengan dukungan dari pihak sekolah dengan menyediakan fasilitas sarana dan prasarana untuk Latihan membuat motivasi siswa dalam Latihan sangat baik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasannya maka dapat diambil kesimpulan bahwa kecepatan *Dribbling* pada pemain bola basket ekstrakurikuler bola basket putra SMA Kartika XX-I Makassar dalam kategori baik.

DAFTAR RUJUKAN

- Adiningtyas, W. P., Tomi, A., & Yudasmaras, D. S. (2020). Survei Pembinaan Ekstrakurikuler Bolabasket pada Peserta Didik Sekolah Menengah Atas. *Sport Science and Health*, 2(1), 32–38.
- Kamaruddin, I., Nur, M., & Sufitriyono, S. (2020). Distributed Practice Learning Model Using Audiovisual Media for Teaching Basic Skills of Badminton. *Journal of Educational Science and Technology (EST)*, 6(2), 224–232. <https://doi.org/10.26858/est.v6i2.13801>
- Mylsidayu, A., & Kurniawan, F. (2016). Survei Kesegaran Jasmani Atlet Bolabasket Plpd Kabupaten Bogor. *Motion*, 7(2), 191–202.
- Priyono, I. H. (2013). Upaya Peningkatan Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Bola Basket Melalui Variasi Latihan Dribble Pada Kelas XI IPA III SMA Negeri Jatiroto. *Jurnal Multilateral*, 14(1), 36–43.
- Riyanto, P. (2019). Pengaruh Model Pembelajaran Jigsaw Terhadap Peningkatan Kemampuan Dribble Bola Basket. *Musamus Journal of Physical Education and Sport (MJ PES)*, 2(01), 59–67. <https://doi.org/10.35724/mjpes.v2i01.2069>
- Rohmantunisa, S., Wahyudi, U., & Yudasmaras, D. S. (2020). Survei minat siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolabasket pada peserta sekolah menengah pertama. *Sport Science and Health*, 2(2), 119–129. <http://journal2.um.ac.id/index.php/jfik/article/view/11266/5286>
- Vo, A., Tim, M. A. X., Sma, F., & Makassar, N. (2021). Analisis vo2 max tim futsal sma negeri 22 makassar. 5, 64–71.