

Pengaruh Permainan Bola Basket Mini Satu Ring Terhadap Keterampilan Bermain Bola Basket

Muhamad Irham¹

Abstrak

Latar Belakang Dari Permasalahan Penelitian Ini Adalah Masih Banyak Siswa Yang Kurang Menguasai Keterampilan Bermain Bola Basket Khususnya Passing, Dribble, Dan Shooting Dalam Permainan Bola Basket, Passing, Dribble, Dan Shooting Siswa Yang Dilakukan Belum Begitu Bagus, Karna Siswa Hanya Bermain Secara Otodidak Dan Bertujuan Hanya Memasukan Bola Pada Ring Tidak Menggunakan Teknik-Teknik Bola Basket. Penelitian Ini Bertujuan Untuk Mengetahui Pengaruh Latihan Bola Basket Mini Satu Ring Terhadap Keterampilan Bermain Bola Basket Siswa Mi Annizhomiyah Jaha Labuan Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Basket. Subjek Dari Penelitian Ini Adalah Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Basket Di Mi Annizhomiyah Jaha Labuan. Populasi Dalam Penelitian Ini Berjumlah 20 Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Basket, Sedangkan Sampel Dalam Penelitian Ini Berjumlah 10 Siswa Diambil Dengan Cara Random Sampling. Teknik Analisis Data Menggunakan Uji T Melalui Uji Prasyarat Normalitas Dan Homogenitas. Penelitian Ini Menggunakan Pretest-Posttest Nonequivalent Control Group Design. Hasil Penelitian Menunjukkan Terdapat Pengaruh Permainan Bola Basket Mini Satu Ring Terhadap Keterampilan Bermain Bola Basket Siswa Mi Annizhomiyah Jaha Labuan Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Basket.

Kata Kunci : Bola Basket; Bola Basket Mini Satu Ring; Keterampilan (Passing, Dribbling, Shooting).

PENDAHULUAN

Bola Basket Adalah Permainan Olahraga Yang Dilakukan Secara Beregu, Terdiri Atas Dua Tim Yang Beranggotakan Masing-Masing 5 Orang Pemain. Olah Raga Ini Pada Umumnya Dimainkan Dalam Ruangan Tertutup Atau *Indoor*.² Ada 3 Posisi Utama Dalam Bermain Basket, Yaitu : 1) *Forward*, Pemain Yang Tugas Utamanya Adalah Mencetak Poin Dengan Memasukkan Bola Ke Keranjang Lawan, 2) *Defense*, Pemain Yang Tugas Utamanya Adalah Menjaga Pemain Lawan Agar Pemain Lawan Kesulitan Memasukkan Bola, Dan 3) *Playmaker*, Pemain Yang Menjadi Tokoh Kunci Permainan Dengan

¹Pengajar di MIS At-Tsauroh kota Serang, Provinsi Banten.

²Mikanda rahmi, *buku super lengkap OLAHRAG*, (jakarta: dunia cerdas, 2014), 50.

Mengatur Alur Bola Dan Strategi Yang Dimainkan Oleh Rekan-Rekan Setimnya.³

Bola Basket Adalah Salah Satu Olahraga Yang Paling Digemari Oleh Penduduk Amerika Serikat Dan Penduduk Di Belahan Bumi Lainnya, Antara Lain Di Amerika Selatan, Eropa Selatan, Lithuania, Dan Juga Di Indonesia. Banyak Kompetisi Bola Basket Yang Diselenggarakan Setiap Tahun, Seperti *British Basketball League* (Bbl) Di Inggris, *National Basketball Association* (Nba) Di Amerika, Dan Indonesia *Basketball League* (Ibl) Di Indonesia.⁴

Pada Permainan Bola Basket Terdapat Beberapa Teknik Dasar Bermain Bola Basket Yang Dapat Dipelajari, Yaitu Dimulai Dari Yang Paling Mendasar, Seperti Cara Memegang Bola Dan Menangkap, Mengoper Bola, Serta Menggiring Bola.⁵Latihan Yang Teratur Akan Mengiringi Keberhasilan Pemain Untuk Mencapai Prestasi. Untuk Dapat Mencapai Prestasi Puncak Sebagai Seorang Pemain Basket, Maka Sangat Diperlukannya Teknik, Taktik, Fisik, Dan Mental Yang Prima. Teknik Menjadi Salah Satu Pendukung Dalam Keberhasilan Siswa Basket Dalam Mencapai Prestasi Puncak.

Teknik Dasar Dalam Bola Basket Ada 2 Macam, Yaitu Teknik Dasar Dengan Bola Dan Teknik Dasar Tanpa Bola. Teknik Dasar Tanpa Bola Dalam Permainan Bola Basket Yaitu Meliputi: Berlari Mengubah Arah, Melompat Dan Meloncat, Dan Gerak Tipu Badan.⁶Sedangkan Teknik Dasar Dengan Bola Meliputi: Teknik Menggiring Bola (*Dribbling*), Teknik Mengoper (*Passing*), Teknik *Pivot*, Teknik *Pivot* Merupakan Gerakan Berputar Ke Segala Arah Dengan Bertumpu Pada Salah Satu Kaki Pada Saat Pemain Tersebut Menguasai Bola, Teknik Menembak (*Shooting*), Teknik *Rebound* Salah Satu Teknik Dengan Bola Yaitu Teknik Mengoper Bola Merupakan Salah Satu Karakteristik Permainan Bola Basket Yang Dominan, Tujuan Utamanya Adalah Untuk Mengumpan Atau *Passing* Dan Men *Shoot* Ke Arah Ring.

Selanjutnya Dari Sisi Latihan, Perlu Dilakukan Dengan Menggunakan Metode Yang Sedemikian Rupa Agar Anak Tetap Bersemangat. Metode Latihan Yang Tepat Untuk Siswa Di Sekolah Dasar Yaitu Latihan Dengan Bermain, Karena Masa Anak-Anak Masih Suka Yang Sifatnya Permainan

²Aji arifin, agus mukholid, pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan untuk sma/ma/smk kelas x, (surakarta: CV mediatama), 19-20.

⁴https://id.wikipedia.org/wiki/Bola_basket.

⁵Mikanda rahmi, *buku super lengkap OLAHRAG*, (jakarta: dunia cerdas, 2014) 51.

⁶Muhajir, Pendidikan Jasmani Teori dan Kesehatan, (Bandung : CV. Angkasa, 2015)25.

Sehingga Anak Merasa Senang Sekaligus Belajar. Peran Guru Adalah Memanfaatkan Sifat Kesenangan Anak Terhadap Suatu Permainan Diwujudkan Dalam Latihan Bola Basket, Ini Akan Menjadi Suatu Usaha Keras Seorang Guru Dalam Membuat Variasi Dalam Setiap Latihan Ke Dalam Bentuk Suatu Permainan, Guru Harus Menemukan Suatu Latihan Yang Tepat Dan Sesuai Dengan Karakteristik Anak Yang Dihadapinya. Karena Jika Guru Melakukan Latihan Secara Monoton, Maka Siswa Akan Mengalami Kejenuhan Dalam Latihan Sehingga Siswa Tidak Bersemangat Dalam Melaksanakan Latihan.

Ada Beberapa Macam Metode Yang Dapat Digunakan Untuk Melatih Keterampilan Permainan Bola Basket, Diantaranya: *Metode Distributed Practice* Adalah Prinsip Pengaturan Giliran Praktik Keterampilan Yang Pada Pelaksanaannya Diselingi Dengan Waktu Istirahat Diantara Waktu Latihan, Metode Latihan *Massed Practice* Merupakan Pengaturan Giliran Latihan Yang Dilakukan Secara Terus-Menerus Tanpa Diselingi Istirahat Dan Melihat Dari Kedua Metode Dari Kedua Itu Penulis Berinisiatif Untuk Membuat Latihan Permainan *bola Basket Mini Satu Ring* Untuk Dierapkan Dalam Latihan Basket, Karna Menurut Penulis Model Latihan Ini Sangat Cocok Dilakukan Di Usia Anak Sd, Dengan Lapangan Yg Kecil Anak Tidak Akan Merasakan Cepat Kelelahan Dan Siswa Lebih Banyak Mendapatkan Bola Pada Saat Bermaian.

Dalam Pelaksanaan Di Lapangan, Peserta *Ekstrakurikuler* Mi Annizhomiyah Pada Cabang Khususnya Bola Basket, Siswa Melakukan Permainan Bola Basket Masih Banyak Kekurangan Yang Harus Di Perbaiki Karena Siswa Hanya Bermain Secara Otodidak Dan Bertujuan Hanya Memasukan Bola Pada Ring, Tidak Menggunakan Tehnik-Tehnik Dasar Yang Ada Pada Bola Basket. Dalam Hal Ini Salah Satu Penyebabnya Adalah Karena Para Peserta *Ekstrakurikuler* Mi Annizomiyah Jarang Melakukan Latihan Teknik Dasar Bola Basket. Siswa Jenuh Ketika Melakukan Teknik Dasar Secara Monoton, Dan Mereka Lebih Memilih Bermain Langsung Dengan Menggunakan Lapangan, Karena Menurut Mereka Itu Lebih Menarik.

Atas Dasar Latar Belakang Di Atas, Peneliti Merasa Tertarik Dan Meneliti Secara Ilmiah “Pengaruh Permainan Bola Basket Mini Satu Ring Terhadap Keterampilan Bermain Bola Basket Siswa Mi Annizhomiyah Kelas 5 Yang Mengikuti *Ekstrakurikuler* Basket” Sebagai Judul Skripsi.

Pelaturan Dan Ukuran Lapangan Bola Basket Mini Satu Ring

Semua peraturan mengadopsi dari peraturan Perbasi, hanya saja peneliti mengubahnya sedikit, yaitu menggunakan setengah dari lapangan bola basket, Perubahan tersebut adalah :

- a. Ukuran Lapangan bola basket Mini satu ring adalah setengah dari lapangan bola basket 14,5 m x 7,5m.
- b. Tinggi ring adalah 2,5 M, Diameter ring 40 cm, Bola yang dipakai adalah ukuran 6.
- c. Jumlah pemain adalah 3 lawan 3.
- d. Penghitungan angka adalah point 1 untuk memasukkan bola daridalam area, dan point 2 memasukkan bola dari luar area. Free throw hanya dilakukan sekali, dan hanya dijaga oleh 1 pemain dari masing2 tim.
- e. Pemain tidak boleh melakukan shooting langsung sebelum semua pemain melakukan passing
- f. Pemeain penyerang berusaha memasupkan bola ke ring basket sebanyak-banyaknya, dan pemain bertahan berusaha untuk mencegah penyerangan memasukan bola ke dalam ring basket.⁷
- g. Lama permainan adalah 2 x 10 menit *continues* (waktu kotor, seperti pertandingan sepakbola).
- h. Tidak ada *three second violation*, dan 24 second violation diganti 15 *second*.

Keterampilan Bermain Bola Basket Minin Satu Ring

Keterampilan adalah suatu kemampuan dan kapasitas yang diperoleh melalui usaha yang disengaja, sistematis, dan berkelanjutan untuk secara lancar dan adaptif melaksanakan aktivitas-aktivitas yang kompleks atau fungsi pekerjaan yang melibatkan ide-ide (keterampilan kognitif), hal-hal (keterampilan teknikal), dan orang-orang (keterampilan interpersonal). Dan pada permainan bola basket terdapat keterampilan-keterampilan yang harus dimiliki untuk menunjang baiknya bermain dalam permainan bola basket. Tidak jauh berbeda Cara memegang bola basket mini dengan bola basket pada umumnya yaitu :

a. Memegang Bola

Sikap tangan membentuk mangkok besar, bola berada di antara kedua telapak tangan, telapak tangan melekat di samping bola agak ke belakang, jari-jari terentang melekat pada bola, ibu jari terletak dekat dengan badan di bagian belakang bola yang menghadap ke arah tengah depan, kedua kaki membentuk kuda-kuda dengan salah satu kaki di depan, badan sedikit condong ke depan dan lutut *rileks*, dalam menangkap bola harus diperhatikan agar bola berada dalam penguasaan, bola dijemput telapak tangan dengan jari-jari tangan terentang dan pergelangan tangan *rileks*, Saat bola masuk di antara kedua telapak tangan, jari tangan segera

⁷Kemendikbud, *pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*, (jakarta, kemendikbud, 2014), 37.

melekat ke bola dan ditarik ke belakang atau mengikuti arah datangnya bola.⁸ Menangkap bola (*catching ball*) terdiri dari tiga macam cara yaitu menangkap bola di lambung, menangkap bola di depan dada dan bola pantulan, tujuan menangkap bola untuk mengendalikan bola dalam pertandingan sesuai dengan kondisi pada saat pertandingan.

b. Mengoper atau Menangkap Bola

Mengoper atau melempar bola terdiri atas tiga cara yaitu melempar bola dari atas kepala (*over head pass*), melempar bola dari depan dada (*chest pass*) yang dilakukan dari dada ke dada dengan cepat dalam permainan, serta melempar bola memantul ke tanah atau lantai (*bounce pass*).⁹ Adapun tujuan dari mengoper dan menangkap bola adalah untuk mengoper bola pada teman satu team, dan menangkap bola adalah untuk menangkap bola dari operan teman satu team.

c. Menggiring bola (*dribbling ball*)

Menggiring bola (*dribbling ball*) adalah suatu usaha membawa bola ke depan. Caranya yaitu dengan memantulkan bola beberapa kali ke lantai dengan satu tangan, saat bola bergerak ke atas telapak tangan menempel pada bola dan mengikuti arah bola. Tekanlah bola saat mencapai titik tertinggi ke arah bawah dengan sedikit meluruskan siku tangan diikuti dengan kelenturan pergelangan tangan. Menggiring bola dalam permainan bola basket dapat dibagi menjadi dua cara, yaitu menggiring bola rendah dan menggiring bola tinggi. Menggiring bola rendah bertujuan untuk melindungi bola dari jangkauan lawan. Menggiring bola tinggi dilakukan untuk mengadakan serangan yang cepat ke daerah pertahanan lawan.¹⁰ *Dribble* dilakukan oleh pemain bola basket dengan tujuan utamanya adalah untuk menyelamatkan bola agar tidak sampai direbut dan lepas ke tangan lawan.

d. *Crossover*

Crossover merupakan cara *dribble* dengan cara memantulkan bola dari tangan kiri ke tangan kanan atau sebaliknya.¹¹ biasanya teknik sudah banyak di improvisasi dengan cara memantulkan bola di antara celah kaki (kebanyakan pemain internasional sudah menggunakan teknik ini) atau belakang kaki (yang paling sering menggunakan teknik ini adalah Jamal Crawford - Atlanta Hawks). Dan *crossover* ini dilakukan oleh pemain

⁸<https://books.google.co.id/books/bola/basket>.

⁹ Winardi adi, seri olah raga basket, (yogyakarta: pustaka insan madani , 2018), 64-67.

¹⁰ Winardi adi, seri olah raga basket, (yogyakarta: pustaka insan madani , 2018), 60

¹¹<https://id.wikihow.com/Melakukan-Crossover>.

bolabasket dengan tujuan utamanya adalah untuk menyelamatkan bola agar tidak sampai direbut dan lepas ke tangan lawan.

e. Lay-up

Lay-up adalah usaha memasukkan bola ke ring atau keranjang basket dengan dua langkah dan meloncat agar dapat meraih poin, *Lay-up* disebut juga dengan tembakan melayang.¹² Dan tujuan *lay-up* ini adalah untuk memasukan bola pada jaring bola basket lawan.

f. Pivot

Pivot atau memeros adalah suatu usaha menyelamatkan bola dari jangkauan lawan dengan salah satu kaki sebagai porosnya, sedangkan kaki yang lain dapat berputar 360 derajat. *Pivot* dilakukan oleh pemain bola basket dengan tujuan utamanya adalah untuk menyelamatkan bola agar tidak sampai direbut dan lepas ke tangan lawan.¹³

g. Shooting

Shooting adalah usaha memasukkan bola ke dalam keranjang atau ring basket lawan untuk meraih poin.¹⁴ Dalam melakukan *shooting* ini dapat dilakukan dengan dua cara yaitu dengan *shooting* dengan dua tangan serta *shooting* dengan satu tangan. Tujuan dari *Shooting* ini adalah untuk memasukan bola pada jaring bola basket lawan.

METODE PENELITIAN

Dalam Penelitian Ini Metode Yang Digunakan Adalah Metode Kuasi Eksperimen. Metode Kuasi Eksperimen Merupakan Metode Yang Dilakukan Pada Kondisi Yang Alamiah Dengan Penelitian Yang Digunakan Adalah Untuk Memberikan Perlakuan Tertentu Terhadap Yang Lain Dalam Kondisi Yang Terkendalikan. Metode Penelitian Ini Sebagai Bagian Dari Metode Kuantitatif Yang Mempunyai Ciri Khas Tersendiri, Terutama Dengan Adanya Kelompok Kontrolnya.¹⁵

SUBJEK PENELITIAN

Subjek Penelitian Ini Adalah Sisa Yang Mengikuti Ekstra Kulikuler Bola Basket Di Mi Annidzomiyah

POPULASI DAN SAMPEL

Populasi Adalah Wilayah Generalisasi Yang Terdiri Atas Obyek/Subyek Yang Mempunyai Kualitas Dan Karakteristik Tertentu

¹²Iddo christiana, dkk. *Pendidikan jasmani, olah raga, dan kesehatan kelas 6*, (perpustakaan nasional: yudhistira, 3013).13.

¹³Yadi Setiadi Permana, dkk, *Penjas Orkes Untuk Sd/Mi Kelas V*, (Depok, Arya Duta, 2011), 61.

¹⁴Iddo christiana, dkk. *Pendidikan jasmani, olah raga, dan kesehatan kelas 6*, (perpustakaan nasional: yudhistira, 3013).13.

¹⁵ Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan*, 107.

Yang Ditetapkan Oleh Penelitian Untuk Dipelajari Dan Kemudian Ditarik Kesimpulannya. Jadi Populasi Bukan Hanya Orang, Tetapi Juga Obyek Dan Benda-Benda Alam Yang Lain. Populasi Juga Bukan Sekedar Jumlah Yang Ada Pada Obyek/Subyek Yang Dipelajari, Tetapi Meliputi Seluruh Karakteristik Atau Sifat Yang Dimiliki Oleh Subyek Atau Obyek Itu.

Sampel Adalah Bagian Dari Jumlah Dan Karakteristik Yang Dimiliki Oleh Populasi Tersebut.¹⁶Sampel Juga Merupakan Suatu Bagian Dari Populasi Yang Akan Diteliti Dan Yang Dianggap Dapat Menggambarkan Populasinya.¹⁷Adapun Teknik Pengambilan Sampel Dalam Penelitian Ini Adalah Dengan Cara Sampel Bertujuan *Purposive Sample*. Berdasarkan Teori Diatas, Maka Subjek Dalam Penelitian Ini Adalah 20 Siswa Siswa Kelas 5 Mi Annizhomiyyah Labuan Yang Mengikuti Ekstrakuikuler Bola Basket, Dan Dalam Penelitian Ini Sampel Yang Diambil Adalah 10 Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Basket.

INSTRUMEN DAN TEKNIK PENGUMPULAN DATA

Instrumen

Instrumen Penelitian Adalah Alat Atau Fasilitas Yang Digunakan Oleh Peneliti Dalam Pengumpulan Data Agar Pekerjaanya Lebih Mudah Dan Lebih Baik.Teknik Pengambilan Data Menggunakan Tes, Dengan Instrumen Yang Digunakan Tes Bermain Bola Basket Mini Satu Ring.

Teknik Pengumpulan Data Merupakan Langkah Yang Paling Utama Dalam Penelitian.¹⁸

Dalam Pengambilan Data Peneliti Menggunakan Tes Dan Pengukuran, Tes Yang Digunakan Adalah Bermain Bola Basket Mini Satu Ring. Alat Yang Digunakan Untuk Tes Bermain Bola Basket Yaitu:

- a. Bola Basket Ukuran 5
- b. Ring Basket
- c. Lapangan
- d. Cron
- e. Pluit

Tempat Dan Ring Dipersiapkan Sebelum Pelaksanaan Tes Sehingga Tidak Mengganggu Dalam Pelaksanaan Tes Bermain Bola Basket Mini. Sebelum Pelaksanaan Tes, Testi Melakukan Pemanasan Terlebih Dahulu Selama 10 Menit. Pelaksanaan Tes Ini Tidak Diadakan Percobaan Terlebih Dahulu Sehingga Testi Langsung Tes Bermain Bola Basket Mini Satu Ring

¹⁶Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R & D*, (Bandung: Alfabet, 2015),117-118

¹⁷Soehartono, Irawan, *Metode Penelitian Sosial*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2004),57

¹⁸Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan*, 308-309

Penilaian Akan Dihitung Dari Perubahan Yang Terlihat Dari Kertarampilan Siswa Dalam Bermain Bola Basket.

Lapangan Tes:

- 1) Ringn Yang Dipasang Ditiang Berukuran 2,5 M
- 2) 8 Buah Cron Yg Digunakan Untuk Batas Garis Lapangan Basket
- 3) Lapangan Yang Berukuran Setengah Dari Lapangan Basket.

Pelaksanaan

- 1) Siswa Bermain Bola Basket Mini Satu Ring Selama 2 X 10 Menit
- 2) Setelah Siswa Bermain Bola Basket Di Tes Melakukan Keterampilan Dasar Bola Basket, *Shooting.Dribble, Passing*
Penilaian : Adalah Jumlah Bola Yang Masuk Sah Dari 5 Kali Percobaan *Shooting, Dribble* Bola Basket Tidak Jatuh Dalam 5 Kali Percobaan Dalam Jarak 5 M, *Passing* Tidak Jatuh Dalam 5 Kali Lemparan Berulang-Ulang Bersama Teman.

ANALISIS DATA

a. Hasil Pretest Dan Postest Kelompok Eksperimen

1) Hasil Pretest

Pretest Tingkat Keterampilan Bermain Bola Basket Ekstrakulikuler Mi An Annizhomiyah Memiliki Skor Nilai Minimum 12.00, Skor Nilai Maksimum 16.00, Mean 14.10, Median 14.00, Modus 14.00, Dan Standar Deviasi 1.15.

2) Hasil Postest

Postest Tingkat Keterampilan Bermain Bola Basket Ekstrakulikuler Mi Annizhomiyah Memiliki Skor Nilai Minimum 22.00, Skor Nilai Maksimum 30.00, Mean 25.40, Median 25.00, Modus 13.00, Dan Standar Deviasi 2.11.

b. Hasil Pretest Dan Postest Kelompok Kontrol

1) Hasil Pretest

Pretest Tingkat Keterampilan Bermain Bola Basket Ekstrakulikuler Mi Annizhomiyah Memiliki Skor Nilai Minimum 11.00, Skor Nilai Maksimum 15.00, Mean 12.80, Median 13.00, Modus 13.00, Dan Standar Deviasi 1.13.

2) Hasil Postest

Postest Tingkat Keterampilan Bermain Bola Basket Ekstrakulikuler Mi Annizhomiyah Memiliki Skor Nilai Minimum 18.00, Skor Nilai Maksimum 22.00, Mean 20.30, Median 20.50, Modus 21.00, Dan Standar Deviasi 1.33.

UJI HIPOTESIS

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan analisis uji-t dengan analisis menggunakan program statistik SPSS. Pengujian hipotesis ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh latihan bola basket mini satu ring terhadap keterampilan bermain bola basket di MI Annizhomiyah.

Berdasarkan hasil analisis diperoleh data sebagai berikut:

Tabel Uji T Hipotesis

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	T	Df	Sig. (2- tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Pretes	Equal variances assumed	.014	.906	2.343	18	.031	1.200	.512	.124	2.276
	Equal variances not assumed			2.343	17.995	.031	1.200	.512	.124	2.276
Postes	Equal variances assumed	1.013	.328	11.895	18	.000	7.900	.664	6.505	9.295
	Equal variances not assumed			11.895	17.380	.000	7.900	.664	6.501	9.299

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui equal variences assumed yaitunilai sig lebih kecil dari 0,05,maka h0 ditolak dan h1 diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa keterampilan *passing, shooting, dribbling* siswa kelas eksperimen lebih baik daripada kelas kontrol.

PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh permainan *bola basket mini satu ring* terhadap keterampilan siswa dalam

permainan bola basket di MI Annizhomiyah. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi hitung pada uji t satu arah sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 (Sig< 0,05).

Latihan *bola basket mini satu ring* dapat mempengaruhi sentuhan terhadap bola lebih banyak, waktu untuk bermain lebih banyak, dapat meningkatkan keterampilan (*passing, shppting dan dribbling*), lebih banyak mengambil keputusan dalam suatu permainan, banyak memainkan bertahan dan menyerang, keterlibatan pemain dalam permainan lebih banyak, dan dapat meningkatkan kondisi fisik. Bola basket memerlukan keterampilan *passing, dribbling, crossover, pivot, lay up* dan *shooting*. Latihan bola basket mini satu ring yang dilakukan di fokuskan untuk meningkatkan ketepatan *passing dribbling* dan *shooting* siswa. Siswa mengalami kenaikan melakukan *passing, dribbling dan shooting*. Kenaikan tersebut mencapai 79,00%, merupakan kenaikan yang baik, karena anak baru melakukan latihan sebanyak 8 kali. Anak akan mengalami kenaikan ketepatan passing ketika dilakukan latihan sebanyak-banyaknya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa penggunaan latihan bola basket *mini satu ring* memberikan pengaruh positif terhadap keterampilan siswa khususnya *passing, shooting dan dribbling* dalam permainan bola basket di MI Annizhomiyah.

Hal tersebut dapat ditunjukkan dengan hasil hipotesis yaitu 0,000 lebih kecil dari 0,05 (Sig<0,05) dan analisis yang digunakan adalah uji t satu arah, maka nilai sig terlebih dahulu dibagi 2 menjadi $0.000/2=0.000 < 0.05$ sehingga nilai signifikansi hitung pada uji t kelompok *pretest* dan *post test* sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 (Sig< 0,05) maka H_0 ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa keterampilan *passing, passing, dan dribbling* siswa kelas eksperimen lebih baik daripada kelas kontrol.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2013, *Prosedur Penelitian*, Jakarta: Rineka Cipta
- Arifin , Aji, Agus Mukholid. *PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA dan KESEHATAN UNTUK SMA/MA/SMK KELAS X*, , Surakarta: CV Mediatama
- Christiana, Iddo. Dkk. 2013, *Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan*, Perpustakaan Nasional, Yudhistira

- Irawan, Soehartono. 2004. *Metode Penelitian Sosial*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Irwansyah, dkk. 2011, *Mahir belajar pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan*, Bandung: grafindo media pratama
- Karina. 2013, *Aplikasi SPSS*, Kota Serang: LPPM STIE Bina Bangsa.
- Kemendikbud, 2014, *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk Kelas VIII*, Jakarta: Kemendikbud
- Kemendikbud, *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Sma/MA/Smk Kelas XI*, Jakarta: Kemendikbud
- Muhajir. 2015, *Pendidikan Jasmani Teori dan Kesehatan*. Bandung : CV. Angkasa.
- Permana, Yadi Setiadi. Dkk. 2011, *Penjas Orkes Untuk Sd/Mi Kelas V*, Depok, Arya Duta
- Prastowo, Andi. 2011. *Memahami Metode-metode Penelitian*. Yogyakarta: AR-Ruzz Media.
- Rahmani, Mikanda. 2014. *Buku Super Lengkap Olahraga*. Jakarta : Dunia Cerdas.
- Riduwan. 2013. *Dasar-dasar Statistik*. Bandung: Alfabeta.
- Rositawaty, Siti. 2006. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan1*. Bandung: Ganeca Exact.
- Sanjaya, Wina. 2014. *Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Satori, Djam'an, 2013, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: Alfabeta.
- Scheunemann, Timo. 2014. *Ayo Indonesia!*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Indonesia.
- Sugiono. 2007. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*, Bandung : Alfabet.
- Yudiana, Yunyun. 2008. *Dasar-dasar Kepelatihan*. Jakarta : Universitas Terbuka
- Yusuf, Syamsul. 2017, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*, Bandung: Rosda

Wikihoh. Melakukan crossover, 01 april 2018.
<https://id.wikihow.com/Melakukan-Crossover>

Wikipedia, bola basket, 02 mei 2018.
https://id.wikipedia.org/wiki/Bola_basket

Books, google, 05 juni 2018. <https://books.google.co.id/books/bola/basket>