

BAB II

HASIL BELAJAR *SHOOTING* BOLA BASKET

DENGAN MODIFIKASI ALAT

A. Deskripsi Teoritik Variabel

1. Permainan Bola Basket

a. Sejarah Singkat Bola Basket

Permainan bola basket diciptakan oleh Dr. James A. Naismith seorang guru pendidikan jasmani Young Mens Christian Association (YMCA) Springfield, Massachusetts tahun 1891. Naismith menciptakan permainan yang mengkombinasikan sepak bola dan rugby sampai menjadi permainan yang baru.

Muncul gagasan menciptakan permainan menggunakan bola sepak dan keranjang buah persik yang digantungkan setinggi 3,05 m dan membaginya menjadi dua tim yang bertujuan untuk mencetak skor atau memasukan bola lebih banyak dari pada lawan. Gagasan lain yang mendorong terwujudnya cabang olahraga baru ini adalah adanya kenyataan bahwa waktu itu keanggotaan dan pengunjung sekolah tersebut kian hari kian merosot. Sebab utamanya adalah rasa bosan dari beberapa anggota dalam mengikuti latihan olahraga senam yang gerakannya kaku. Di samping itu kebutuhan yang dirasakan pada musim dingin untuk tetap melakukan olahraga yang menarik semakin mendesak. Permainan bolabasket mulai menyebar begitu pesat hingga pada tahun 1920 basketbal menjadi olahraga nasional di Amerika. Setelah mengalami perkembangan dan sosialisasi yang baik, olahraga bola basket menyebar ke luar negara asalnya. Hal tersebut dikarenakan bola basket dapat dimainkan berbagai kalangan umur ataupun tidak memandang segi baik pria maupun wanita, hingga anak-anak ataupun orang dewasa.

Pada tahun 1891, Prof. Dr. James A. Naismith menemukan permainan bola basket. Tahun 1892 untuk pertama kali Naismith memperkenalkan permainan bola basket kepada masyarakat (Amerika).

Pada tahun 1894 Prof. Dr. James A. Naismith dan Dr. Luther Gullick untuk pertama kali mengeluarkan peraturan permainan resmi. Tahun 1895 kata *basketball* secara resmi diterima dan dimasukkan ke dalam perbendaharaan bahasa Inggris. Untuk pertama kali diadakan kejuaraan bola basket Far Eastern. Pada kesempatan tersebut regu Phillipina mengalahkan Cina di tahun 1913. Pada tahun 1918 tentara pendudukan Amerika dan anggota YMCA memperkenalkan permainan bola basket di banyak negara Eropa dan tahun 1919 dalam Olympiade Militer di Joinville, permainan bola basket termasuk salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan. Berikut pada tahun 1932 untuk pertama kali diadakan kongres bola basket bertempat di Jenewa Swiss. Para peserta yang hadir adalah: Argentina, Cekoslowakia, Yunani, Italia, Portugal, Rumania dan Swiss.

Keputusan penting yang dihasilkan adalah terbentuknya Federasi bola basket yaitu Internasional Federation International de Basketball (FIBA), di tahun 1933 untuk pertama kali diselenggarakan kejuaraan Dunia bola basket mahasiswa di kota Turin, Italia. Berikut pada tahun 1935, dalam Kongres Komite Olympiade Internasional, bola basket diterima sebagai salah satu nomor pertandingan Olympiade. 11. Tahun 1936 untuk pertama kali bola basket dipertandingkan dalam Olympiade Berlin. Dua puluh dua negara ikut serta, juaranya adalah USA, Kanada dan Meksiko. Prof. Dr. James A. Naismith meninggal dunia di tahun 1939.

Sejarah perkembangan bola basket di Indonesia, Sejarah berkata sejak tahun 1930-an, walaupun belum resmi menjadi sebuah negara yang merdeka, beberapa kota di Indonesia sudah memiliki klub-klub bola basket lokal. Setelah proklamasi kemerdekaan, 17 Agustus 1945, olahraga permainan bola basket mulai dikenal luas dikota-kota yang menjadi basis perjuangan seperti Yogyakarta serta Solo. Walaupun belum memiliki induk olahraga Nasional, namun pada saat penyelenggaraan Pekan Olahraga Nasional pertama (PON I) yang

diadakan di Solo pada tahun 1948 permainan bola basket telah dimainkan untuk pertama kalinya ditingkat nasional serta mendapat sambutan yang cukup meriah, baik dari segi penonton maupun dari pesertanya sendiri. Kemudian tiga tahun setelah itu, pada tanggal 23 Oktober 1951, “Persatuan *Basketball* Seluruh Indonesia” di bentuk dan kemudian pada tahun 1955, karena adanya penyempurnaan nama sesuai dengan kaidah bahasa Indonesia maka organisasi bola basket tersebut berganti nama menjadi “Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia” (PERBASI). Perbasi mulai diterima menjadi anggota FIBA (Federation International Basketball Association) pada tahun 1953 dan setahun setelahnya, untuk pertama kalinya Indonesia mengirimkan tim basket di ajang Asian Games Manila pada saat itu.

Pada tanggal 3 April 1982 merupakan tanggal bersejarah bagi dunia bola basket di Indonesia. Karena, pada hari itu, pertandingan antara klub Rajawali Jakarta menghadapi Semangat Sinar Surya Yogyakarta menandai dimulainya Kompetisi Bola Basket Utama (Kobatama) yang pertama kalinya sekaligus merupakan sebagai langkah awal dari sejarah panjang kompetisi klub papan atas di yang ada di Indonesia. Klub bola basket Indonesia Muda Jakarta mencatatkan diri sebagai klub pertama yang meraih gelar bergengsi kejuaraan Kobatama tersebut. Terakhir, setelah mengalami pasang surut selama hampir 30 tahun lamanya, dalam beberapa tahun terakhir ini olahraga permainan bola basket berkembang begitu pesat.

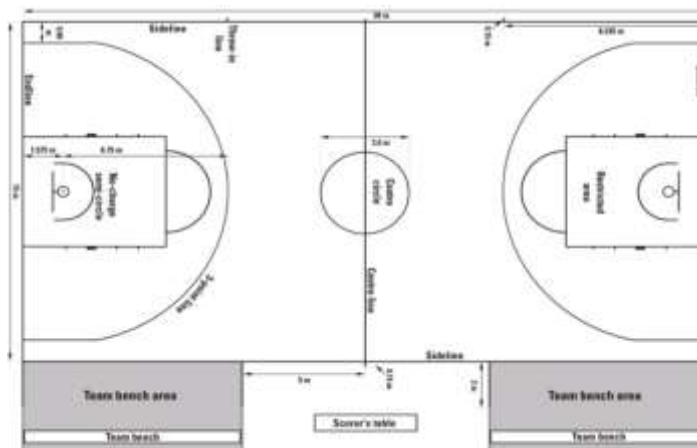
Hal ini diawali oleh penyelenggaraan Deteksi Basketball League (DBL) yang dikemas dengan sangat menarik sehingga mampu memberikan warna tersendiri dalam kompetisi tingkat pelajar di Indonesia, dan makin maraknya kompetisi tingkat pelajar di tiap-tiap daerah membuat makin tingginya prestise pertandingan ditingkat pelajar Indonesia. Kemudian disusul dengan bangkitnya liga profesional basket putra yang pada awalnya dikenal dengan nama Kobatama yang sekarang menjadi National Basketball League (NBL) Indonesia dan juga liga

profesional basket putri yang sekarang dikenal dengan Women's National Basketball League (WNBL). Namun, tidak lupa juga kompetisi reguler dari Perbasi yang masih rutin diadakan, baik tingkat kejurnas kelompok umur, antar klub, antar Pengprov, Libamanas, dan sebagainya kian membuat suasana kompetisi bola basket di Indonesia tetap terjaga kemeriahannya.

b. Sarana dan Prasarana Bola Basket

1) Lapangan Bola Basket

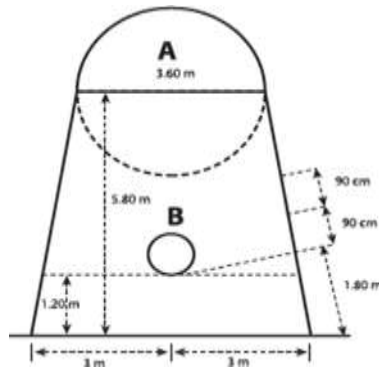
Lapangan bola basket berbentuk persegi panjang dengan dua standar ukuran, yakni panjang 28,5 meter dan lebar 15 meter untuk standar *National Basketball Association* (NBA) dan panjang 26 meter dan lebar 14 meter untuk standar Federasi Bola Basket Internasional. Perbedaan ukuran itu mengacu pada postur tubuh pemain Amerika yang cenderung lebih besar. Tiga buah lingkaran yang terdapat di dalam lapangan basket memiliki panjang jari-jari yaitu 1,80 meter.



Gambar 2.1 Lapangan permainan bola basket

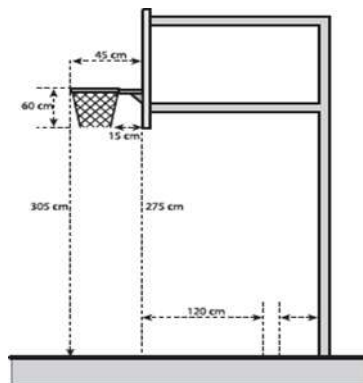
(Sumber: Saichudin dan Sayyid Agil Rifqi Munawar, 2019: 12)

Panjang garis tengah lingkaran pada lapangan basket adalah 1,80 meter dengan ukuran lebar garis yaitu 0,05 meter. Panjang garis akhir lingkaran daerah serang yaitu 6 meter. Sedangkan panjang garis tembakan hukuman yaitu 3,60 meter. Jarak lemparan hukuman yaitu 4,6 meter.

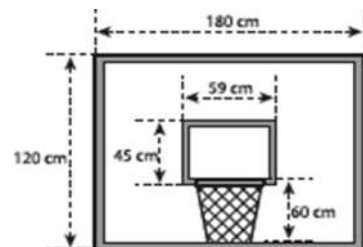


Gambar 2.2 Jarak Area Hukuman
 (Sumber: Saichudin dan Sayyid Agil Rifqi Munawar, 2019: 12)

Jarak lantai sampai ke papan pantul bagian bawah adalah 2,75 meter. Sementara jarak papan pantul bagian bawah sampai ke ring basket adalah 0,30 meter. Ring basket memiliki panjang yaitu 0,40 meter. Sedangkan jarak tiang penyangga sampai ke garis akhir adalah 1 meter.



Gambar 2.3 jarak tinggi ring bola basket
 (Sumber: Saichudin dan Sayyid Agil Rifqi Munawar, 2019: 13)



Gambar 2.4 Papan Pantul Bola basket Beserta Ukurannya
 (Sumber: Saichudin dan Sayyid Agil Rifqi Munawar, 2019: 13)

Panjang papan pantul bagian luar adalah 1,80 meter sedangkan lebar papan pantul bagian luar adalah 1,20 meter. Dan panjang papan pantul bagian dalam adalah 0,59 meter sedangkan lebar papan pantul bagian dalam adalah 0,45 meter.

2) *Ring*

Keranjang terdiri atas ring dan jala. Ring terbuat dari besi keras, sedangkan jala berupa tali anyaman yang pada umumnya terbuat dari bahan nilon.

Garis tengah ring : 0,45 meter

Tinggi ring dari tanah : 3,05 meter

Panjang jala : 0,45 meter



Gambar 2.5 Ring Bola Basket

(Sumber: <https://topteknikdasarpermainanbolabasket.blogspot.com/2017/12/sarana-dan-prasarana-bola-basket.html>)

3) Bola Basket

Bola basket terbuat dari karet dan dilapisi bahan sintetis. Keliling bola antara 75 cm s.d. 78 cm, dan beratnya antara 600 gram sampai dengan 650 gram. Ketentuan standar bola dan ketika berisi udara adalah bila dipantulkan lantai yang keras dari tempat ketinggian 1,80 meter-bola akan memantul setinggi antara 1,20 meter sampai dengan 1,40 meter.



Gambar 2.6 Bola basket

(Sumber: Saichudin dan Sayyid Agil Rifqi Munawar, 2019:14)

4) Seragam atau kostum basket

Kostum basket harus memiliki warna dominan yang sama di bagian depan dan belakang, seperti halnya celana pendek. Jika kostum berlengan, ujungnya harus di atas siku. Kostum lengan panjang tidak diizinkan. Semua pemain harus memasukkan kostum mereka ke dalam celana. Adapun, kostum dengan desain *all-in-ones* diizinkan. Celana pendek harus berwarna dominan sama di bagian depan dan belakang seperti kostum. Ujung celana pendek berada di atas lutut.



Gambar 2.7 Kostum Bola Basket

(Sumber:<https://topteknikdasarpermainanbolabasket.blogspot.com/2017/12/sarana-dan-prasarana-bola-basket.html>)

5) Sepatu basket

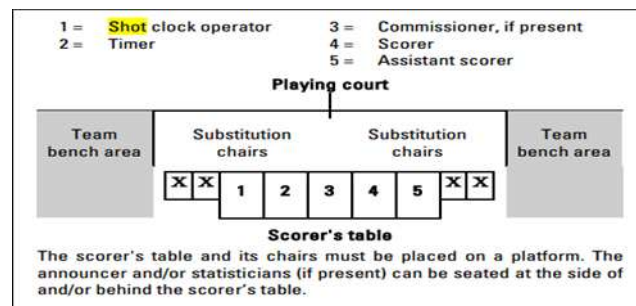
Sepatu khusus untuk bermain basket berbeda dengan sepatu olahraga lainnya. Saat ini, sepatu basket yang kerap dipakai adalah sepatu basket *high cut* karena mampu mendukung pergerakan kaki secara maksimal dan mengurangi risiko cedera. Untuk bermain basket,

pilihlah sepatu yang nyaman dan bisa mendukung gerakan di lapangan.

6) Perlengkapan Teknik

- 1) Untuk pencatatan waktu diperlukan sedikitnya 2 buah *stopwatch*, satu untuk pencatat waktu dan satu lagi untuk *time out*. *Shot clock*.
- 2) Kertas skor (*Scoresheet*) untuk mencatat/merekam pertandingan.
- 3) *Scoring board*, tanda kesalahan perorangan yakni angka 1 sampai dengan 5, serta bendera merah dua buah untuk sinyal tim foul.
- 4) *Arrow*, untuk menunjukkan tim mana yang akan mendapatkan bola, jika terjadi *jump ball*.
- 5) *Score Table*

Score table dalam bola basket mempunyai peran penting dalam jalannya suatu pertandingan bola basket. *Score table* berada pada sisi luar tengah lapangan.



Gambar 2.8 Posisi tempat duduk *score table*

(Sumber: Saichudin dan Sayyid Agil Rifqi Munawar, 2019: 14)

Gambar di atas merupakan posisi tempat duduk *score table* berdasarkan tugasnya masing-masing. Berikut pembagian tugas dalam *score table*: *Shot Clock Operator*, bertugas *mereload short clock* (24 detik) dan juga bertugas menghitung *foul* dan *team foul*. *Timer*, bertugas mengatur waktu pertandingan. *Komisioner*, sebagai pengawas pertandingan. *Scorer*, menuliskan laporan *score sheet*. *Assistant Scorer*, membantu tugas dari *scorer* dan membantu mengubah *score* pertandingan di *score board*.

c. Peraturan dan Pelanggaran Permainan Bola Basket

1) Peraturan permainan bola basket

Tujuan utama dari bola basket adalah melempar bola ke dalam keranjang untuk mencetak poin. Permainan bola basket dimainkan dilapangan persegi panjang dan setiap pemain berlomba-lomba melempar bola. Bola bisa digerakkan di sekitar dengan menggiring bola atau mengoper bola. Di akhir pertandingan, tim dengan poin terbanyak dinyatakan sebagai pemenang. Permainan ini dibagi menjadi 4 kuartal dua belas menit. Di antara kuartal ke-2 dan ke-3 adalah interval waktu setengah 15 menit. Ada tiga angka penilaian untuk pemain bola basket. Bola yang berhasil dilempar dari luar garis lapangan pertahanan dan masuk ke dalam keranjang akan menghasilkan tiga poin yang dicetak. Bola yang dicetak di dalam garis pertahanan lawan akan menghasilkan dua poin. Sementara, lemparan bebas yang masuk akan menghasilkan 1 poin yang dicetak per lemparan bebas. Jumlah lemparan bebas akan tergantung pada tempat pelanggaran itu dilakukan.

Menurut Lulu Lukyanti dan Reki Siaga Agustina (2020: 24-26) peraturan bola basket akan dijelaskan lebih rinci dan disampaikan per poin sebagai berikut:

- a) Setiap tim dapat memiliki maksimal lima pemain di lapangan pada satu waktu. Substitusi dapat dilakukan sebanyak yang mereka inginkan dalam permainan. Bola hanya bisa digerakkan dengan menggiring bola (memantulkan bola) atau mengoper bola. Setelah pemain meletakkan dua tangan pada bola (tidak termasuk menangkap bola), mereka tidak dapat menggiring bola atau bergerak dengan bola dan bola harus dilewati atau ditembak.
- b) Setelah bola masuk ke setengah tim dan mereka memenangi penguasaan bola, harus kembali ke garis setengah jalan dalam waktu 10 detik. Jika bola gagal melakukannya, akan terjadi pelanggaran dan bola akan dibalik.

- c) Setiap tim memiliki 24 detik untuk setidaknya menembak bola. Tembakan baik, masuk keranjang atau memukul tepi keranjang. Jika setelah tembakan diambil dan bola gagal masuk dalam keranjang, jam tembakan dimulai kembali selama 24 detik.
 - d) Tim yang mencoba mencetak satu keranjang disebut pelanggaran, sedangkan tim yang berusaha mencegah mereka mencetak gol disebut pertahanan. Pertahanan harus melakukan semua yang mereka bisa untuk menghentikan pelanggaran dari mencetak gol dengan memblokir tembakan atau mencegah tembakan dari tembakan.
 - e) Setiap bola berhasil masuk keranjang, bola kemudian diserahkan kepada oposisi.
 - f) Kesalahan yang dilakukan sepanjang permainan akan diakumulasikan dan ketika mencapai jumlah tertentu pada akhirnya akan diberikan sebagai lemparan bebas. Lemparan bebas melibatkan satu pemain dari tim ofensif (pemain melakukan pelanggaran) untuk mengambil tembakan tanpa dilawan dari garis lemparan bebas. Tempat pelanggaran itu dilakukan menentukan jumlah lemparan bebas yang didapat pemain.
 - g) Pelanggaran dalam bola basket termasuk bepergian (mengambil lebih dari satu langkah tanpa memantulkan bola), menggiring bola ganda (mengambil bola hingga menggiring bola, berhenti, kemudian menggiring bola lagi dengan dua tangan), *goal tending* (pemain bertahan mengganggu bola yang bergerak ke bawah menuju keranjang) dan pelanggaran *back court* (sekali bola melewati garis setengah jalan, tim ofensif tidak bisa mengambil bola kembali ke garis setengah jalan).
- 2) Pelanggaran dalam permainan bola basket

Terdapat banyak jenis pelanggaran dalam olahraga basket. Kali ini, akan dijelaskan beberapa pelanggaran dasar terkait permainan

bola basket menurut Lulu Lukyanti dan Reki Siaga Agustina (2020: 32-35).

Pelanggaran pertama yaitu *traveling* atau *walking*. Pelanggaran ini mungkin terjadi karena pemain membawa bola basket tanpa *dribbling* (menggiring dengan dipantulkan) dengan jarak lebih dari dua langkah baik itu dilakukan secara sengaja atau tidak sengaja.

Selanjutnya pelanggaran yang kedua dengan istilah *double*. Pelanggaran ini terjadi karena pemain kembali *mendribble* bola. Hal ini umum diketahui oleh para pencinta dan pemain bola basket. Tujuan pelanggaran ini adalah untuk membuat gerakan pemain basket menjadi efisien dan melatih gerak refleks setiap pemain.

Pelanggaran selanjutnya adalah *shot clock violation*. Ini merupakan pelanggaran yang akan diberikan kepada pemain yang melakukan penyerangan dengan waktu lebih lama dari sejak 24 detik bola memasuki keranjang. Hal tersebut tidak diperbolehkan karena berdasarkan aturan dasar, dari sejak bola disentuh dan melakukan penyerangan, waktu maksimal harus 24 detik, jika lebih dari itu pemain akan dikenakan pelanggaran *shot clock violation*.

Pelanggaran dalam daerah pertahanannya juga diatur ketat dalam pertandingan bola basket. Seperti peraturan *eight second violation*, setiap pemain bertahan dan mendapatkan kembali bola yang hendak dimasukkan dalam keranjang memiliki waktu sekitar 8 detik untuk dipertahankan. Lebih dari itu, pemain akan menerima pelanggaran berupa *eight second violation*.

Selanjutnya adalah pelanggaran yang sering diterima oleh pemula, yaitu pelanggaran dengan nama *jumping*. Setiap pemain yang melakukan lompatan untuk menembak merupakan hal yang lumrah dalam basket, tapi ketika pemain sudah melompat namun tidak ada sama sekali tembakan bola yang terjadi, pemain tersebut akan dikenakan pelanggaran *jumping* sebagaimana yang telah dijelaskan sebelumnya.

Pelanggaran selanjutnya berhubungan dengan kondisi setiap pemain yang memungkinkan untuk melakukan kontak fisik dan saling memprovokasi. Dalam setiap pertandingan olahraga yang mengharuskan setiap pemain untuk bertemu secara langsung, seperti dalam olahraga basket, provokasi bahkan hingga berujung dengan pertikaian, lumrah terjadi. Oleh karena itu, peraturan pelanggaran yang mengatur ini dikenal dengan istilah *offensive foul*, *personal foul*, *unsportsmanlike foul*, *team foul*. Segala pelanggaran yang merupakan kesalahan yang berkaitan dengan fisik disebut dengan istilah pelanggaran tersebut. *Foul* merupakan pelanggaran karena pemain melakukan posisi bertahan yang salah. Hukuman dari pelanggaran ini berupa peringatan secara langsung yang diberikan oleh wasit kepada pemain yang melakukan pelanggaran.

Foul out merupakan pelanggaran yang telah dilakukan oleh pemain dengan jumlah pelanggaran sebanyak lima kali. Maka, hukuman bagi pemain yang telah melakukan pelanggaran ini adalah keluar dari lapangan. Pelanggaran ini secara umum sama seperti pelanggaran kartu merah dalam pertandingan sepak bola.

Back ball adalah pelanggaran yang sederhana dan sering dilakukan oleh para pemain pemula. Bola yang digiring dari keranjang pertahanan menuju keranjang lawan tidak boleh digiring kembali ke keranjang pertahanan. Jika melakukan itu, pelanggaran ini akan dikenakan. Hukumannya, bola akan diberikan kepada tim lawan.

Blocking foul diberikan jika terlalu keras dalam melakukan pertahanan, terutama jika terlalu keras menghadang lawan. *Team foul* merupakan pelanggaran kolektif yang dilakukan oleh tim dan akan dicatat per *quarter*. Jika tim melakukan pelanggaran lebih dari 5 kali, setiap melakukan pelanggaran apa pun, tim lawan akan mendapatkan lemparan bebas.

Pushing diberikan berkaitan dengan kontak fisik yang selalu terjadi antar pemain basket, terutama dalam area pertahanan.

Mendorong tubuh lawan secara sengaja tanpa berkaitan dengan perebutan bola akan dikenakan pelanggaran ini. Hukumannya berupa peringatan langsung dari wasit.

Double dribble sama dengan pelanggaran sebelumnya, yaitu melakukan dua kali *dribbling* dalam satu langkah. Hukumannya pun sama, memberikan bola kepada tim lawan.

d. Keterampilan Dasar Bola Basket

Menurut Yolis Y. A. Djami (2018: 31) Basket adalah olahraga yang dimainkan oleh lima orang pemain setiap regu. Tujuan permainan ini adalah memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke jaring lawan dan berusaha agar lawan tidak memasukkan bola ke jaring kita. Permainan diawali dari tengah lapangan. Dua pemain saling berhadapan. Mereka berusaha menepis bola yang dilambungkan oleh wasit untuk kemudian diambil temannya. Tim yang menguasai bola menjadi penyerang, sementara yang satunya lagi disebut tim bertahan.

Berlatih basket haruslah dengan prinsip "PERBASI" yaitu: Permainan basket amat simpel/ sederhana. Kalau atau setiap orang yang ingin menguasai gerakan keterampilan bermain basket lalu berlatih dengan prinsip PERBASI tadi, maka pasti ia akan mampu menguasainya. Maksudnya, jangan menganggap basket susah. Sebab dengan menganggap begitu (simpler/ sederhana), kita akan rileks saat berlatih. Berlatih dalam keadaan rileks akan sangat menyenangkan dan tentunya dapat mencerna dengan baik.

Walaupun latihan dalam situasi rileks, bukan berarti santai alias asal-asalan. Latihan harus sungguh-sungguh serius. Dengan kesungguhan berlatih akan mempercepat kita menguasai skill tertentu, dalam bermain basket. Berikut beberapa keterampilan dasar dalam permainan bola basket menurut Yolis Y. A. Djami (2018: 28).

1) Sikap Berdiri

Sikap berdiri dalam bermain basket memungkinkan kita/pemain dapat bergerak secara cepat ke berbagai arah. Sikap berdiri yang

dimaksud adalah sebagai berikut: Posisi kaki selebar bahu, lutut agak ditekuk, berat badan berada di antara kedua kaki, badan tegap, dan pandangan ke depan. Bila sedang memegang bola, maka bola berada di dada (dekat dada) di bawah dagu. Cara memegang bola seperti ini disebut atau dikenal dengan *triple-threat position* - posisi tiga ancaman. Karena dengan posisi ini memungkinkan seorang pemain dapat melakukan tiga gerakan pilihan: Mengoper, mendribel, atau menembak.

2) Gerak Kaki

Setiap pemain dapat dengan bebas berlari ke seluruh penjuru lapangan sesukanya, tapi tidak di bolehkan berlari sambil memegang bola. Ini artinya perlu dipelajari skill basket yang khusus yaitu berhenti secara benar. Yaitu berhenti secara sah ketika menerima bola sambilbergerak, atau saat menggenggam bola di akhir suatu rentetan dribel.

Bayangkan bahwa Anda menerima bola saat kedua kaki sedang melayang (tidak menyentuh lantai). Maka kaki pertama yang mendarat adalah kaki terkuat untuk pivot. Kaki yang mendarat kemudian harus menekuk agar dap dapat mempertahankan keseimbangan. Kaki yang mendarat kemudian inilah yang dapat dipindahkan saat pivot. Ada juga cara berhenti dengan dua kaki bersamaan saat mendarat setelah menerima bola dalam keadaan melayang.

Pada kondisi ini, ada keuntungan yaitu kita dapat melakukan pivot dengan kaki mana pun sebagai poros sebelum memutuskan untuk mengoper, menembak, atau mendribel bola. Ingat bahwa sekali melakukan pivot dengan satu kaki tertentu, tidak dapat berganti untuk pivot dengan kaki yang lainnya. Cara mendarat yang aman adalah dengan kedua kaki kurang lebih selebar bahu dan lutut agak tekuk dan badan condong ke depan. Ini berfungsi untuk keseimbangan yang sempurna.

3) *Pivot*

Pivot artinya berporos atau bertumpu pada satu kaki untuk bergerak ke segala arah saat bola sedang digenggam. *Pivot* ada dua yaitu *referse* dan *front pivot*. *Referse pivot* adalah berputar ke arah belakang Misalnya, bertumpu dengan kaki kiri maka badan berputar dengan kaki kanan bergerak ke kiri dari belakang. Sedangkan. *Front pivot* adalah berputar ke arah depan. Seorang pemain harus belajar mengambil keuntungan dari gerakan *pivot* ini. Coba melatih *pivot*: Untuk berbalik ke arah ring setelah menerima bola, dengan melindungi atau mengamankan bola dari lawan yang lebih dekat - terdekat. Untuk menembak bola setelah melewati lawan. Ini akan berhasil, bila posisi lawan dibuat labil dengan *fake* (berlagak menembak).

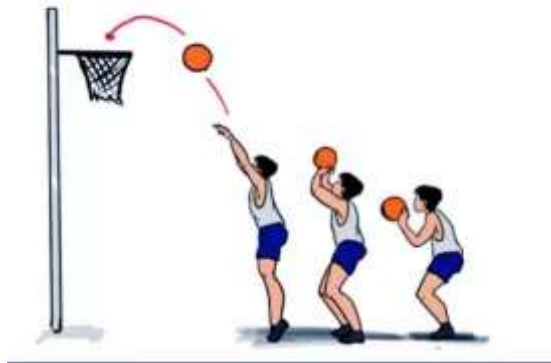
e. Teknik Dasar *Shooting* Bola Basket

Menurut Yolis Y. A. Djami (2018:31) *Shooting* atau menembak adalah gerakan mendorong bola ke arah *ring*/jaring untuk mencetak angka, baik dari posisi diam ataupun posisi sambil bergerak. Sebuah tim tidak akan mencetak angka kemenangan kalau tidak pernah menembak. Dengan kata lain, menembak merupakan langkah terbaik untuk menang. Jadi *shooting*/menembak adalah keterampilan yang terpenting dalam permainan bola basket. Kebanyakan pemain menembak dengan satu tangan, sedangkan tangan yang lainnya menjaga posisi dan keseimbangan bola sebelum ditembak atau dilepas. Berikut cara melakukan *shooting*/menembak yaitu :

1) Sebelum menembak

- a) Berdiri dengan kaki selebar bahu. Salah satu kaki agak ke depan. Gambangnya: Bila menembak dengan tangan kanan, kaki kanan diletakkan agak menonjol ke depan. Atau sebaliknya, tangan kiri yang dipakai untuk menembak maka kaki kiri berada agak di depan.

- b) Lutut agak ditekuk agar ada tenaga dorong. Saat melepaskan bola, lutut lurus setelah menolak dari posisi tekuk.
 - c) Bola dipegang kira-kira 10-15 cm di depan dada di bawah dagu.
 - d) Bola diletakkan di ujung telapak tangan atau di ruas jari terakhir. Jari-jari terbuka normal.
 - e) Bila menembak dengan tangan kanan maka telapak tangan kiri menempel rileks di sisi kiri bola. Jari jemari merenggang normal.
 - f) Siku tangan yang menembak diangkat ke atas depan bersama bola, sedangkan tangan yang lainnya menghadap ke sisi tangan yang menembak.
 - g) Pandangan ke arah jaring.
- 2) Saat menembak
- a) Bersamaan mendorong bola ke jaring. Kaki jinjit. Lutut diluruskan setelah menolak dari posisi tekuk.
 - b) Pergelangan tangan yang mendorong bola dipecut atau dihentak, siku tangan diluruskan.
 - c) Pandangan tetap ke arah jaring hingga bola mencapai ring (masuk ataupun keluar).
 - d) Jalannya bola parabol (setengah melengkung), berarti bola didorong ke atas depan. Bukan ke atas, bukan ke depan.
- 3) Setelah menembak/melepaskan bola
- a) Posisi kaki tetap selebar bahu, satu agak ke depan.
 - b) Lutut lurus/tegak rileks
 - c) Tangan yang menembak lurus agak ke atas/diagonal, jari-jari menggantung rileks.
 - d) Tangan lainnya tetap menekuk rileks diposisi semula.
 - e) Pandangan tetap ke depan.



Gambar 2.9
Shooting Bola Basket

Sumber: <http://www.penasorkes.com/2019/04/10-teknik-shooting-menembak-dalam-bola.html>

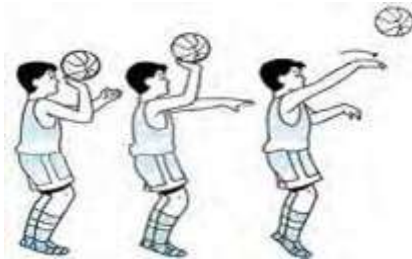
Berikut beberapa teknik *shooting*/menembak dalam permainan bola basket Menurut Saichudin dan Sayyid Agil Rifqy Munawar (2019: 26).

a) *One Hand Set Shoot*

One-hand set shoot atau yang mudahnya disebut dengan *set shoot* merupakan salah satu tembakan dalam bola basket di mana dalam pelaksanaannya tidak disertai dengan lompatan. Berikut pelaksanaannya:

- (1) Pegang bola di depan dada. Lihat target (*ring*).
- (2) Pada saat memegang bola, telapak tangan kanan diletakkan di bagian tengah bola, sedangkan tangan kiri digunakan untuk menyeimbangkan bola (Sebaliknya jika kidal).
- (3) Lutut agak ditekuk, untuk menambah kekuatan saat menembak.
- (4) Angkat bola di depan kepala. Lemparkan bola ke ring saat bola di depan dahi menggunakan tangan kanan, tangan kiri hanya digunakan sebagai penyeimbang bola.
- (5) Saat melemparkan bola, gerakan badan ke atas mengikuti alur bola saat melempar.

- (6) Saat bola lepas dari telapak tangan, usahakan pergelangan tangan mengikuti alur bola dengan mengarahkan ke bawah agar bola memiliki rotasi.



Gambar 2.10
One Hand Set Shoot

Sumber: Saichudin, Sayyid Agil Rifqy Munawar (2019: 26)

One-hand set shoot biasanya dilakukan oleh pemain bola basket pada jarak yang dekat dengan *ring* karena memang tidak membutuhkan tenaga yang lebih sehingga tidak disertai dengan melompat. Salah satu jenis tembakan basket yang termasuk dalam tembakan *one-hand set shoot* ini adalah tembakan *free throw*.

b) *Free Throw*

Free throw merupakan salah satu jenis tembakan dalam yang relatif mudah dalam bola basket. Hal ini dikarenakan dalam pelaksanaannya pemain tidak ada gangguan dari lawan pada jarak tiga meter dari *ring*. *Free throw* diberikan apabila terdapat pemain yang dilanggar dalam posisi akan melakukan *shoot* atau sudah *team foul*. Jika seorang pemain berhasil memasukkan bola ke dalam ring pada tembakan *free throw*, akan menghasilkan satu angka saja. Keuntungan dari tembakan *free throw* dibandingkan dengan tembakan lainnya yakni saat melakukan tembakan, seorang pemain tidak ada gangguan dari lawan jadi pemain dapat berkonsentrasi penuh untuk melakukan tembakan. Berikut pelaksanaannya:

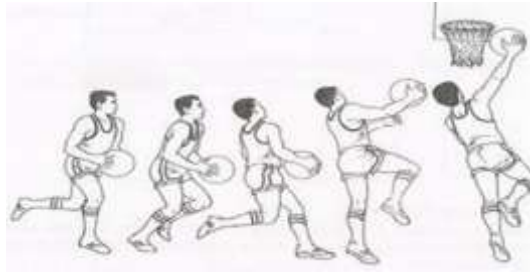
- 1) Pegang bola di depan dada.
- 2) Lihat garis *free throw*. Lihat target (*ring*).

- 3) Pada saat memegang bola, telapak tangan kanan diletakkan di bagian tengah bola, sedangkan tangan kiri digunakan untuk menyeimbangkan bola (Sebaliknya jika kidal).
- 4) Lutut agak ditekuk, untuk menambah kekuatan saat menembak.
- 5) Angkat bola di depan kepala.
- 6) Lemparkan bola ke *ring* saat bola di depan dahi menggunakan tangan kanan, tangan kiri hanya digunakan sebagai penyeimbang bola.
- 7) Saat melemparkan bola, gerakan badan ke atas mengikuti alur bola saat melempar (tanpa melompat).
- 8) Saat bola lepas dari telapak tangan, usahakan pergelangan tangan mengikuti alur bola dengan mengarahkan ke bawah agar bola memiliki rotasi.

c) *Lay-Up*

Jenis tembakan *lay-up* merupakan salah satu teknik yang sangat sulit. Karena jenis tembakan ini memerlukan koordinasi tangan dan kaki, jika tidak pemain yang melakukan *lay-up* bisa diberikan pelanggaran. *Lay-up* merupakan salah satu *shooting* dalam bola basket yang dalam pelaksanaannya diharuskan melakukan *two step* dan *hop*. Pemain juga harus mengontrol kecepatan saat akan melakukan *lay-up* karena sering kali pemain melakukan *lay-up* yang di iringi dengan *drive* yang cepat. Berikut pelaksanaannya:

- (1) Lihat target.
- (2) Lari dan bawa bola menggunakan dua tangan.
- (3) Setelah dekat dengan *ring*, lakukan gerakan *two step* dan *hop*.
- (4) *Two step* yang dimaksud yaitu dua langkah kaki secara bergantian lalu *hop* yaitu menembak dengan cara memasukkan bola dengan meletakkan bola ke dalam *ring*.



Gambar 2. 11 Tembakan *Lay up*

Sumber: Saichudin, Sayyid Agil Rifqy Munawar (2019: 28)

Lay-up merupakan jenis tembakan yang efektif karena saat pelepasan bola dilakukan sedekat-dekatnya dengan *ring*.

d) *Runner*

Runner merupakan jenis tembakan pada bola basket yang pelaksanaannya hampir sama dengan *lay-up*. Namun bedanya pelepasan bola sedikit lebih jauh dari *ring* dan pelepasan bola tembakan *runner* saat pelepasan dilakukan di atas dahi. Akurasi yang dihasilkan oleh tembakan *runner* cenderung lebih kecil dari *lay up*, karena *runner* merupakan tembakan yang dibarengi dengan berlari yang kemudian melepaskan tembakan ke dalam ring dengan jarak yang lebih jauh. Sehingga kontrol kecepatan bola sangat harus diperhatikan. Berikut pelaksanaannya:

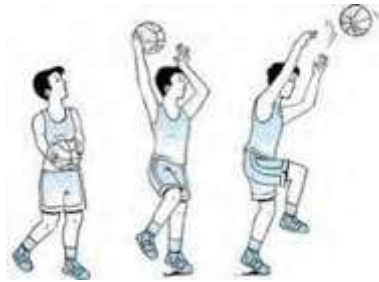
- (1) Lihat target.
- (2) Lari dan bawa bola menggunakan dua tangan.
- (3) Melakukan *two step* dan hop.
- (4) *Shooting* bola dengan posisi lemparan di atas kepala, seperti saat melakukan *set shoot*.

e) *Hook Shoot*

Hook shoot adalah tembakan yang dilakukan dari samping dengan satu tangan di mana jarak antara orang yang menghadang dan pemain bisa lebih jauh. *Hook shoot* merupakan tembakan yang sangat penting dalam penyerangan jarak dekat didaerah lawan yang mempunyai pertahanan yang ketat. Keunggulan dari *hook shoot*

yaitu tembakan ini sulit dihalangi oleh pemain lawan. Sudut lemparan yang dihasilkan tembakan *hook shoot* relatif besar sehingga akan lebih susah di *block* pemain lawan. Tembakan ini biasanya dilakukan dengan penjagaan yang ketat dari lawan, dan posisi pemain yang akan menembak membelakangi ring. Berikut rangkaian pelaksanaan *hook shot*:

- (1) Lihat target.
- (2) Bawa bola menggunakan dua tangan.
- (3) Gunakan langkah *two step* dan *hop*.
- (4) *Shoot* bola ke dalam *ring* dengan posisi badan hampir sama dengan *runner*, namun posisi lengan saat melakukan *hook* berbeda dengan *runner*.
- (5) Posisi lengan saat melakukan *hook* berada di samping badan.



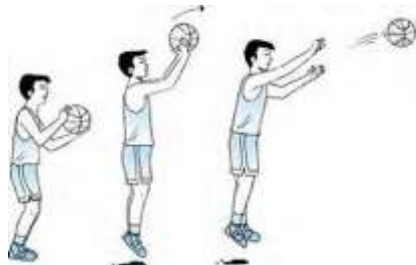
Gambar 2. 12 Hook Shoot

Sumber: Saichudin, Sayyid Agil Rifqy Munawar (2019: 30)

f) *Jump Shoot*

Seperti halnya namanya, *jump shoot* merupakan sebuah tembakan yang dalam pelaksanaannya dibarengi dengan lompatan. Lompatan yang dilakukan untuk menambah daya dorong kepada bola sehingga menghasilkan kecepatan bola yang lebih besar. Selain itu lompatan juga bertujuan untuk mengelabui lawan yang mencoba menghalangi saat melakukan tembakan. Dengan melakukan sebuah lompatan, pemain lawan yang mencoba menghalangi akan sulit untuk menggapai bola sehingga bola tidak bisa di *block*. Berikut pelaksanaan *jump shoot*:

- (1) Lihat target (*ring*).
- (2) Pada saat memegang bola, telapak tangan kanan diletakkan di bagian tengah bola, sedangkan tangan kiri digunakan untuk menyeimbangkan bola (Sebaliknya jika kidal).
- (3) Lutut agak ditekuk, untuk menambah kekuatan saat menembak.
- (4) Angkat bola di depan kepala.
- (5) Lemparkan bola ke ring saat bola di depan dahi menggunakan tangan kanan, tangan kiri hanya digunakan sebagai penyeimbang bola.
- (6) Saat melemparkan bola, di ikuti dengan melompat.
- (7) Saat bola lepas dari telapak tangan, usahakan pergelangan tangan mengikuti alur bola dengan mengarahkan ke bawah agar bola memiliki rotasi.
- (8) Pendaratan menggunakan dua kaki



Gambar 2. 13 *Jump Shoot*

Sumber: Saichudin, Sayyid Agil Rifqy Munawar (2019: 31)

Jump shoot merupakan jenis tembakan dengan rata-rata frekuensi paling banyak dilakukan dalam permainan bola basket, yakni sebesar 70% . *Shooting three point* merupakan salah satu jenis *jump shoot* dalam bola basket.

2. Konsep Modifikasi Media Pembelajaran

a. Pengertian Modifikasi

Menurut Dini Rosmidi (2013: 49) dengan melakukan modifikasi fasilitas pembelajaran maupun media pembelajaran pendidikan jasmani tidak akan mengurangi aktifitas siswa dalam mengikuti pembelajaran

pendidikan jasmani. Malahan sebaliknya, karena siswa akan lebih banyak difasilitasi untuk lebih banyak bergerak serta riang gembira dalam bentuk kegiatan dalam bentuk pendekatan bermain. Banyaknya jumlah cabang olahraga dan ragam *skill*, sehingga mustahil apabila para guru pendidikan jasmani sanggup mengajar sesuai dengan tujuannya. Untuk itu, sangat perlu dilakukan pengembangan dan modifikasi permainan dan olahraga. Modifikasi adalah cara mengubah bentuk sebuah barang dari yang kurang menarik menjadi lebih menarik tanpa menghilangkan fungsi aslinya, serta menampilkan bentuk yang lebih bagus. Kehadiran modifikasi dalam pendidikan jasmani salah satunya karena akibat banyak guru pendidikan jasmani yang mengeluh kekurangan peralatan dan fasilitas untuk memperoleh pembelajaran penjas kes.

Modifikasi sangat dibutuhkan guru dalam proses kegiatan belajar mengajar. Hal ini sangat membantu guru dalam proses belajar mengajar. Dengan melakukan modifikasi, guru penjas akan menyajikan materi pelajaran yang sulit menjadi lebih mudah dan disederhanakan tanpa harus takut kehilangan makna dan apa yang akan diberikan. Anak akan lebih leluasa bergerak dalam berbagai situasi dan kondisi yang dimodifikasi. Modifikasi merupakan salah satu usaha yang dapat dilakukan para guru agar pembelajaran dapat berjalan dengan lancar.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa modifikasi alat adalah kreatifitas guru dalam membuat alat untuk melaksanakan pembelajaran dengan terbatasnya sarana prasarana yang tersedia di sekolah. Modifikasi alat juga menimbulkan atau memunculkan kesenangan dalam diri peserta didik, karena dalam modifikasi permainan tidak ada aturan yang pasti jadi setiap pembelajaran dari minggu ke minggu bisa di rubah sesuai dengan kondisi dan situasi di lapangan.

b. Media Pembelajaran

Menurut Andi Kristanto (2016: 6) media pembelajaran adalah segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan (bahan

pembelajaran), sehingga dapat merangsang perhatian, minat, pikiran, dan perasaan siswa dalam kegiatan belajar untuk mencapai tujuan belajar. Setiap media pembelajaran merupakan suatu sarana yang digunakan untuk mencapai tujuan pembelajaran. Menurut Azhar Arsyad (2014: 1) belajar adalah suatu proses yang kompleks yang terjadi pada diri setiap orang sepanjang hidupnya. Proses belajar itu terjadi karena adanya interaksi antara seseorang dengan lingkungannya. Oleh karena itu, belajar dapat terjadi kapan saja dan di mana saja. Salah satu pertanda bahwa seseorang itu telah belajar adalah adanya perubahan tingkah laku pada diri orang itu yang mungkin disebabkan oleh terjadinya perubahan pada tingkat pengetahuan, keterampilan, atau sikapnya.

Apabila proses belajar itu diselenggarakan secara formal di sekolah-sekolah, tidak lain ini dimaksudkan untuk mengarahkan perubahan pada diri siswa secara terencana, baik dalam aspek pengetahuan, keterampilan, maupun sikap. Interaksi yang terjadi selama proses belajar tersebut dipengaruhi oleh lingkungannya, yang antara lain terdiri atas murid, guru, petugas perpustakaan, kepala sekolah, bahan atau materi pelajaran (buku, modul, selebaran, majalah, rekaman video atau audio, dan yang sejenisnya), dan berbagai sumber belajar dan fasilitas (proyektor overhead, perekam pita audio dan video, radio, televisi, komputer, perpustakaan, laboratorium, pusat sumber belajar, dan lain-lain).

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi semakin mendorong upaya-upaya pembaruan dalam pemanfaatan hasil-hasil teknologi dalam proses belajar. Para guru dituntut agar mampu menggunakan alat-alat yang dapat disediakan oleh sekolah, dan tidak tertutup kemungkinan bahwa alat tersebut sesuai dengan perkembangan dan tuntutan zaman. Guru sekarang- -kurangnya dapat menggunakan alat yang murah dan efisien yang meskipun sederhana dan bersahaja, tetapi merupakan keharusan dalam upaya mencapai tujuan pengajaran yang diharapkan. Di samping mampu menggunakan alat-alat yang tersedia,

guru juga dituntut untuk dapat mengembangkan keterampilan membuat media pembelajaran yang akan digunakannya apabila media tersebut belum tersedia.

Dengan demikian, dapat disimpulkan menurut Azhar Arsyad (2014:2) bahwa media adalah bagian yang tidak terpisahkan dari proses belajar mengajar demi tercapainya tujuan pendidikan pada umumnya dan tujuan pembelajaran di sekolah pada khususnya.

c. Pembelajaran *Shooting* Bola Basket Melalui Modifikasi Media Pembelajaran

Modifikasi media pembelajaran yang digunakan berupa modifikasi alat. Modifikasi digunakan sebagai salah satu alternatif pendekatan dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang dilakukan dengan berbagai pertimbangan. Beberapa komponen yang dapat dimodifikasi sebagai pendekatan dalam pembelajaran pendidikan jasmani diantaranya yaitu ukuran, berat atau bentuk peralatan yang digunakan, lapangan permainan, waktu bermain atau lamanya permainan, peraturan permainan, dan jumlah permainan (Rahayu: 2016: 180).

Jadi peneliti akan melukan penelitian melalui modifikasi sebuah *ring* dengan ukuran standar yang bisa dibawa dan dipindahkan dengan ketinggian yang disesuaikan (direndahkan) dari ukuran ketinggian standarnya dengan ukuran papan pantul yang diperkecil dan jarak untuk *shooting* bola basket di kurangi lebih dekat, agar lebih mudah untuk siswa kelas X IPS 3 SMA Negeri I Bonti Kabupaten Sanggau melaksanakan kegiatan *shooting* bola basket.



Gambar 2.14 Ring Basket Dimodifikasi

(Sumber:<https://www.google.com/search?q=ring+basket+pakai+kayu.html>)

d. Modifikasi Alat Ring Basket

a. Persiapan Alat dan Material Pembuatan Ring Basket

Alat dan material yang digunakan untuk pembuatan ring basket yaitu:

- 1) Kayu
- 2) Ring basket dari besi
- 3) Meteran
- 4) Penggaris
- 5) Palu
- 6) Paku
- 7) Baut
- 8) Cat
- 9) Kuas
- 10) Gergaji ataupun Shinso
- 11) Lakban
- 12) Bor Listrik
- 13) Gerinda



Gambar 2.15
Material Pembuatan Ring Basket.

b. Memotong dan Mengukur Kayu

Kayu diukur terlebih dahulu dengan panjang 2,3 meter. Setelah itu kayu dipotong menjadi 2 bagian. Bagian atas berukuran 1,3 meter dan bagian bawah berukuran 1 meter.



Gambar 2.16
Pengukuran Dan Pemetongan Kayu

c. Membuat Tiang Kaki Pada Ring Basket

Pembuatan tiang kaki pada ring basket menggunakan kayu. Kayu dipotong menjadi 8 bagian dengan ukuran 30 cm setiap kayu. Setelah kayu dipotong, kayu tersebut di satukan dan dipaku menjadi berbentuk kerucut. Tujuan pembuatan tiang kaki pada ring ini agar pada saat digunakan ring bisa berdiri tegak dan bisa dipindah-pindahkan.



Gambar 2.17
Tiang Kaki Ring Basket

d. Pembuatan Papan Pantul Ring Basket

Pembuatan papan pantul ring basket menggunakan tripek dan dibuatkan kerangka menggunakan kayu agar tetap kokoh jika terkena benturan bola basket pada saat melakukan *shooting* bola basket. Ukuran papan pantul tersebut dengan lebar 60 cm dan tinggi 40 cm. Pembuatan garis pada papan pantul menggunakan lem lakban. Karena lem lakban mudah dan kuat lengket dan juga mempermudah pembuatan garis pada papan pantul.



Gambar 2.18
Pembuatan Papan Pantul Dan Garis Papan Pantul.

e. Pemasangan Ring Basket

Pemasangan ring basket menggunakan baut dengan melubangi kayu dan ring. Pemasangan ring pada bagian kayu dengan tinggi 2 m. Ring yang digunakan dengan ukuran standar diameternya 45 cm.



Gambar 2.19
Pemasangan Ring Basket

f. Pemasangan Jaring

Pemasangan jaring pada ring basket dengan panjang jaring 0,45 meter.



Gambar 2.20
Pemasangan Jaring Pada Ring Basket

g. Pengecatan Ring Basket



Gambar 2.21
Pengecatan Ring Basket

h. Ring Basket yang Telah Dimodifikasi

Ring basket dengan tinggi dari tanah 2 meter dengan papan pantul lebar 60 cm dan tinggi 40 cm dan diameter ring 45 cm. Ring tersebut dibagi menjadi dua bagian dipisahkan. Agar mempermudah pada saat membawa dan menyimpannya. Jika akan menggunakan ring tersebut sambungkan bagian kaki ring dan bagian atas ring menggunakan baut pada tengah ring untuk menyatukan ring agar bisa berdiri.



Gambar 2.22
Ring Basket Portabel Yang Belum Disambung



Gambar 2.23
Ring Basket Portabel yang Sudah Disambung

B. Kajian Yang Relevan

Berdasarkan penelitian relevan yang telah diperoleh dengan analisis data dan pengujian hipotesis, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut.

1. Hasil penelitian Kristianus Guntur Nim 411610037 yang berjudul “Upaya Meningkatkan Kemampuan *Shooting* Bola Basket Dengan Modifikasi Media Pembelajaran Pada Siswa Kelas XI IPS 2 SMA Negeri 1 Putusibau”. Berdasarkan analisis data kondisi awal prasiklus ketuntasan belajar pada siswa kelas XI IPS 2 Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Putusibau mengalami peningkatan di mana hasil dari belajar prasiklus yang tuntas 23,33%, kemudian ada peningkatan hasil belajar dari prasiklus ke siklus I menjadi 43,33%, dan ada peningkatan Kembali pada siklus II yang tuntas yang tuntas sebesar 83,33%.
2. Hasil penelitian dalam jurnal Heri Rustanto (2017) yang berjudul “Meningkatkan Pembelajaran *Shooting* Bola Basket Dengan Menggunakan Media Gambar”. Penelitian bertujuan untuk meningkatkan pembelajaran *shooting* bola basket dengan menggunakan media gambar pada siswa kelas VIII G SMP Negeri 2 Ngabang. Metode yang digunakan adalah penelitan

tindakan kelas (PTK). Berdasarkan hasil penelitian terdapat peningkatan pembelajaran *shooting* dengan menggunakan media gambar dalam permainan bola basket pada siswa kelas VIII G Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Ngabang. Pelaksanaan pembelajaran melalui media gambar untuk meningkatkan pembelajaran *shooting* permainan bola basket yang dilakukan guru telah dilaksanakan dengan baik. Hasil pembelajaran *shooting* bola basket dengan menggunakan media gambar setelah dilaksanakan siklus I dengan KKM 75. Dari 37 siswa, 16 siswa telah mencapai ketuntasan dengan presentasi 43,24% dan 21 siswa belum mencapai kriteria ketuntasan dengan persentasi 56,75%. Peningkatan pembelajaran melalui media gambar untuk meningkatkan pembelajaran *shooting* permainan bola basket pada siswa kelas VIII G Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Ngabang. Hasil pembelajaran *shooting* bola basket dengan menggunakan media gambar pada siswa kelas VIII G Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Ngabang setelah dilaksanakan siklus II dengan KKM 75 dari 37 siswa, 32 siswa memperoleh hasil mencapai ketuntasan 86,48%, dan 5 siswa memperoleh hasil dibawah ketuntasan yang ditetapkan yaitu 13,51%. Pratindakan ketuntasan belajar mencapai 32,42%, pada tindakan siklus I ketuntasan belajar mencapai 43,24%, dan pada tindakan siklus II ketuntasan belajar mencapai 82,49% dengan KKM 75. Terdapat peningkatan pada pembelajaran *shooting* bola basket dengan menggunakan media gambar pada siswa kelas VIII G SMP 2 Ngabang. Diakses dari :

<https://journal.ikipgriptk.ac.id/index.php/olahraga/article/view/668>

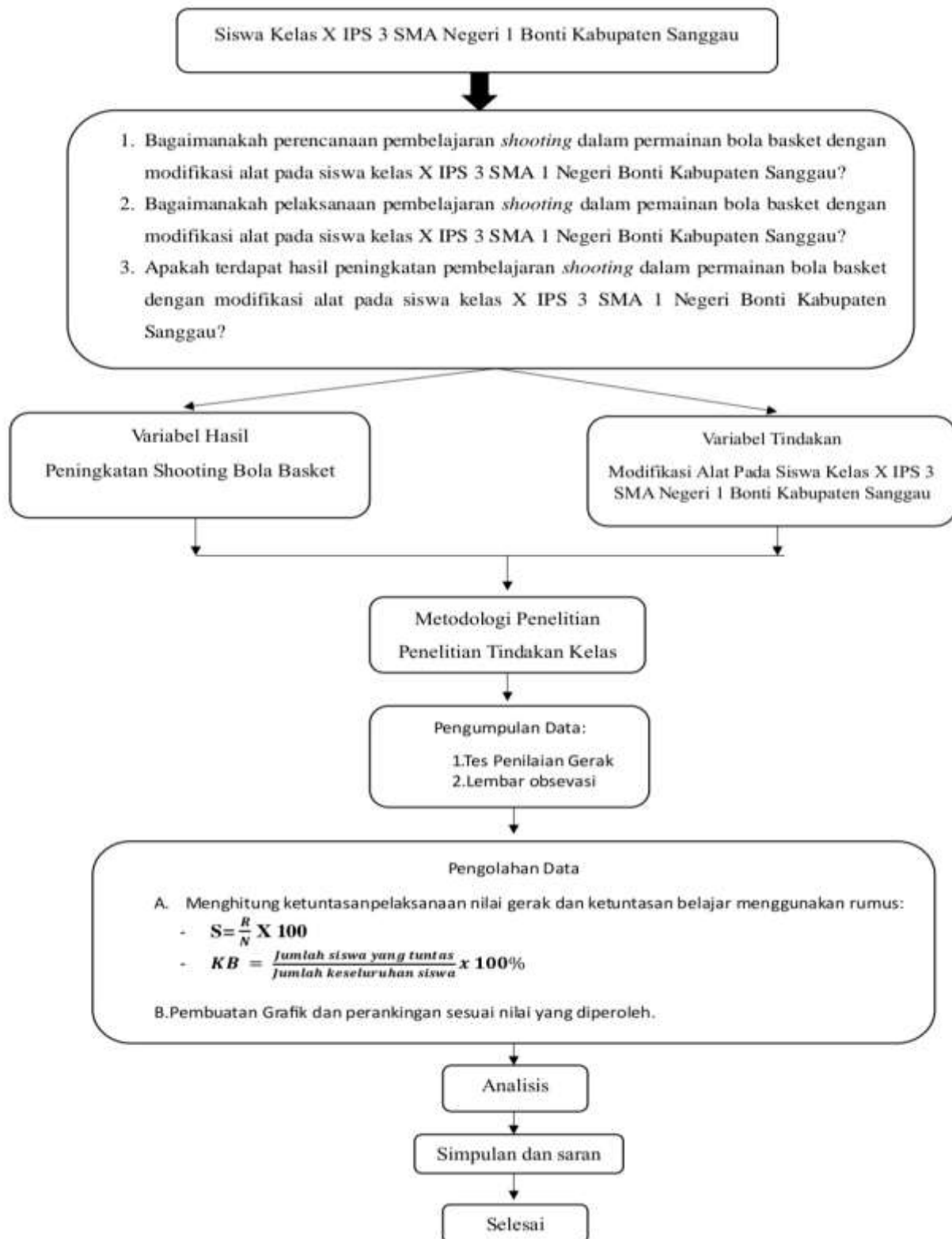
3. Hasil penelitian dalam jurnal Santosa (2019) yang berjudul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Shooting* Bola Basket Melalui Penerapan Modifikasi Sarana Pembelajaran Pada Kelas X MIA 1 SMA Negeri 1 Pujut Nusa Tenggara Barat”. Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan diperoleh simpulan bahwa peningkatan kualitas berupa proses pembelajaran dan juga kemampuan melakukan gerak dasar *shooting* bola basket yang dapat dilihat dari hasil belajar siswa yang mengalami peningkatan dari sebelum tindakan hingga akhir siklus terakhir, dalam penelitian ini adalah

akhir siklus II. Sebelum pelaksanaan tindakan, siswa yang berhasil tuntas menurut kriteria ketuntasan minimal dengan nilai 70 untuk hasil belajar *shooting* bola basket adalah sebanyak 14 siswa atau sekitar 38,89%. Setelah diberi perlakuan berupa penerapan modifikasi sarana pembelajaran, maka didapat nilai pada akhir siklus I yaitu siswa yang berhasil tuntas meningkat menjadi 23 siswa atau sebesar 63.89%. Titik tertinggi peningkatan hasil belajar *shooting* bola basket pada penelitian ini adalah pada akhir siklus II, dimana hasil belajar siswa telah melebihi target indikator keberhasilan siswa yang telah ditetapkan. Siswa yang mampu mencapai kriteria ketuntasan minimal sebanyak 30 siswa atau sebesar 83.33%. Dengan demikian, penelitian tindakan kelas yang telah dilakukan pada siswa kelas X MIA 1 SMA Negeri 1 Pujut Kecamatan Pujut Kabupaten Lombok Tengah dalam upaya meningkatkan meningkatkan hasil belajar *shooting* bola basket dengan menerapkan modifikasi sarana pembelajaran telah berhasil meningkatkan hasil belajar *shooting* bola basket. Diakses dari :

<https://journal.rekarta.co.id/index.php/jrip/article/download/123/216/622>

C. Kerangka Berpikir

Menurut Uma Sekaran (Dalam Sugiono, 2022:95) kerangka berpikir merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting. Menurut Sugiono (2022:95) kerangka berpikir ini merupakan penjelasan sementara terhadap gejala-gejala yang menjadi objek permasalahan. Jadi kerangka berpikir merupakan sintesa tentang hubungan antar variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah dideskripsikan. Berdasarkan teori-teori yang telah dideskripsikan tersebut, selanjutnya dianalisis secara kritis dan sistematis, sehingga menghasilkan sintesa tentang hubungan antar variabel yang diteliti. Adapun gambar dari kerangka berpikir sebagai berikut:



Gambar 2. 24: Kerangka Berpikir

D. Hipotesis Tindakan

Dalam penelitian perlu dirumuskan suatu hipotesis sebagai jawaban atau dugaan sementara terhadap permasalahan yang diperoleh dari penelitian yang akan dilaksanakan. Menurut Sugiono (2022:99) bahwa hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa hipotesis adalah jawaban sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Jadi hipotesis juga dapat dinyatakan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian, belum jawaban yang empirik.

Hipotesis tersebut ada kemungkinan ditolak dan ada kemungkinan diterima. Hal ini tergantung dari perhitungan statistik untuk menjawabnya. Kriteria Penerimaan dan Penolakan hipotesis sesuai dengan tujuan dari penelitian ini, yaitu untuk mengetahui peningkatan pembelajaran *shooting* dengan modifikasi alat pada siswa kelas X IPS 3 Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Bonti, maka hipotesis yang diajukan adalah melalui modifikasi alat dapat peningkatan hasil belajar *shooting* bola basket pada siswa kelas X IPS 3 Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Bonti Kabupaten Sanggau.