# EVALUASI TINGKAT KETERAMPILAN DASAR PEMAIN BOLA BASKET USIA 13 – 15 TAHUN DI KABUPATEN NGAWI

**Himawan Effendi, Aba Sandi Prayoga**
STKIP Modern Ngawi
himawaneffendi94@gmail.com

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk: 1) untuk mengetahui seberapa baik tingkat keterampilan dasar pemain bola basket usia 13-15 tahun di Kabupaten Ngawi; 2) ntuk menemukan kendala-kendala yang mempengaruhi tingkat keterampilan dasar pemain basket usia 13-15 tahun di Kabupaten Ngawi; 3) untuk menemukan solusi kendala-kendala yang mempengaruhi tingkat keterampilan dasar pemain basket usia 13-15 tahun di Kabupaten Ngawi.

Penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif kualitatif dengan menggunakan teori AHHPERD *Basketball Test*. Populasi dalam penelitian adalah pemain basket usia 13-15 tahun pada tingkat Sekolah Menengah Atas (SMP) di Kabupaten Ngawi. Sampel penelitian diambil secara *snowball sampling* dengan tujuan mendapatkan data yang dibutuhkan. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan *T-Score*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 1) sebanyak 1 orang (2,08%) dinyatakan sangat baik; 2) 3 orang (6,25%) dinyatakan baik, 12 orang (25%) dinyatakan cukup; 3) 18 orang (37,5%) dinyatakan kurang dan 4) 14 orang (29,17%) dinyatakan kurang sekali. Dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan dasar pemain bola basket usia 13-15 tahun di Kabupaten Ngawi masih kurang. Sehingga perlu dilakukan evaluasi lanjutan untuk meningkat keterampilan dasar pemain bola basket usia 13-15 tahun di Kabupaten Ngawi.

**Kata Kunci:** Tingkat keterampilan dasar, AAHPERD Basketball Test, pemain basket usia 13-15 tahun.

## PENDAHULUAN

Permainan bola basket merupakan salah satu cabang olahraga paling populer yang memiliki penggemar dari berbagai macam kalangan. Bola basket adalah suatu permainan yang dimainkan oleh dua regu dengan masing-masing regu beranggotakan 5 orang pemain. Tujuan permainan bola basket yaitu memasukkan bola ke keranjang lawan dan menjaga keranjang sendiri agar tidak kemasukan bola.

Untuk mendapatkan suatu tim bola basket yang handal, ada tiga faktor utama yang harus dipenuhi yaitu penguasaan teknik dasar (*fundamentals*), ketahanan fisik (*physical condition*), dan kerja sama (*pols and strategy*). Teknik dasar merupakan keterampilan-keterampilan pokok yang harus dikuasai untuk dapat berprestasi tinggi. Sehingga untuk mendapatkan gerakan efektif dan efisien dalam sebuah permainan bola basket diperlukan penguasaan teknik dasar yang baik meliputi: teknik melempar dan menangkap (*passing)*, teknik menggiring bola (*dribbling)*, dan teknik menembak (*shooting)*. Teknik dasar merupakan salah satu hal vital yang harus mendapatkan perhatian lebih agar

tercipta suatu permainan bola basket yang berkualitas.

Cabang olahraga bola basket merupakan cabang olahraga yang sangat memperhatikan data statistik dalam setiap pertandingannya, baik data statistik satu tim maupun setiap individu. Statistik pertandingan bola basket memiliki peran yang sangat penting bagi sebuah tim basket yaitu sebagai acuan dan bahan evaluasi bagi setiap pelatih agar mampu menentukan *treatment* atau porsi latihan yang tepat bagi para pemainnya.

Data statistik tersebut juga bisa dijadikan bahan dalam penentuan taktik permainan yang lebih efektif dan efisien pada pertandingan-pertandingan selanjutnya.

Pengukuran tingkat keterampilan peserta didik pada rentang usia 13-15 tahun dimana itu merupakan usia emas produktif masih jarang dilakukan. Terlebih lagi Kabupaten Ngawi sebagai salah satu daerah yang juga memperhatikan dan memiliki tim basket daerah memiliki potensi yang sangat besar untuk memiliki tim yang handal untuk generasi selanjutnya.

Terlebih lagi, banyak sekali peserta didik yang telah memahami dan memiliki minat bakat dalam permainan bola basket terutama di sekolah mereka masing-masing. Namun, ternyata belum pernah dilaksanakan penelitian berupa evaluasi mengenai tingkat keterampilan dasar pemain basket pada rentang usia 13-15 tahun dikalangan peserta didik di Kabupaten Ngawi. Hasil evaluasi ini bisa menjadi modal awal pengembangan tim basket daerah yang siap bertanding dan mencetak prestasi hebat yang mampu mengharumkan nama Kabupaten Ngawi sendiri.

Berdasarkan pernyataan diatas, peneliti ingin melakukan penelitian untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat keterampilan dasar pemainan bola basket diusia 13-15 tahun di Kabupaten Ngawi yang merupakan salah satu kabupaten di Provinsi Jawa Timur yang turut mengembangkan tim binaan basket kabupaten dengan baik.

Tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah sebagai berikut: 1) untuk mengetahui seberapa baik tingkat keterampilan dasar pemain bola basket usia 13-15 tahun di Kabupaten Ngawi, 2) untuk menemukan kendala-kendala yang mempengaruhi tingkat keterampilan dasar pemain basket usia 13-15 tahun di Kabupaten Ngawi dan 3) untuk menemukan solusi kendala-kendala yang mempengaruhi tingkat keterampilan dasar pemain basket usia 13-15 tahun di Kabupaten Ngawi.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif yaitu mengenai evaluasi tingkat keterampilan dasar pemain bola basket usia 13-15 tahun di Kabupaten Ngawi. Untuk mengetahui data secara nyata, tes yang digunakan adalah AAHPERD *Basketball Skill Test* (*American Alliance for Health Physical Education, Recreation, and Dance*) (Pratama, 2015;7) yang terdiri dari 3 (tiga) macam tes dasar yaitu *passing test, control driblling test,* dan *speed spot shooting test*.

Sesuai dengan pendekatan dan jenis penelitian ini, maka data yang dikumpulkan adalah hasil tes pengukuran keterampilan dasar bermain basket yang meliputi tes dasar *passing, driblling,* dan *shooting*. Jenis data yang digunakan adalah data primer yaitu data yang dikumpulkan langsung oleh peneliti dari sumber data yang ada.

Sumber data dalam penelitian ini adalah pemain bola basket usia 13-15 tahun yang berasal dari beberapa Sekolah Menengah Pertama (SMP) di Kabupaten Ngawi. Sumber data diambil dari klub-klub basket sekolah yang dijadikan tempat pengambilan data. Subjek dipilih dengan menggunakan teknik bola salju (*snowball sampling*).

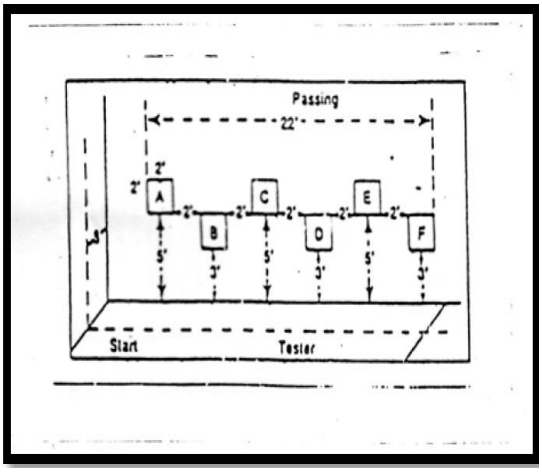
Subjek penelitian ini adalah pemain bola baske usia 13-15 tahun di Kabupaten Ngawi. Jumlah subjek dalam penelitian ini berjumlah 48 orang yang terdiri dari 24 pemain bola basket putra dan 24 pemain bola basket putri dari dua sekolah yaitu SMP Negeri 1 Ngawi dan SMP Negeri 2 Ngawi. Subjek penelitian diambil dari tim basket inti sekolah.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan tes dan pengukuran secara langsung serta menggunakan angket untuk mengevaluasi kendala-kendala yang mempengaruhi keterampilan dasar pemain basket usia 13-15 tahun di Kabupaten Ngawi. Untuk memastikan keabsahan data maka dilakukan triangulasi data.

Data dalam penelitian ini diperoleh dengan melakukan tiga tes sesuai dengan teori mengukur keterampilan dasar bola basket AAHPERD *Basketball Skill Test* yaitu:

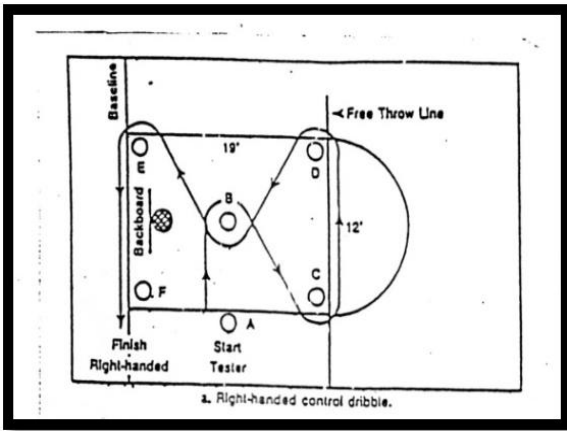
1. **Keterampilan dasar melempar bola (*passing test*)**

Tujuan dari tes ini yaitu untuk mengukur keterampilan pemain bola basket dalam mengoper dan menangkap bola basket secara akurat dalam keadaan bergerak. Tes pengukuran keterampilan dasar *passing* ini dilakukan pada sebuah dinding tembok tanpa halangan dengan panjang ukuran mendatar 30 kaki atau 9,14 meter. Tugas dari subjek penelitian yaitu melakukan operan dan berusaha untuk mengenai enam buah sasaran berbentuk bujur sangkat berukuran 2x2 kaki atau 60cm x 60cm. Keenam sasaran memiliki jarak bervariasi antara 3 kaki (90 cm) dan 5 kaki (1,5 meter) dari lantai. Subjek penelitian melakukan operan di belakang batas berjarak 8 feet (2,4 meter) dari tembok/sasaran.




2. **Keterampilan dasar menggiring bola (*control dribbling test*)**

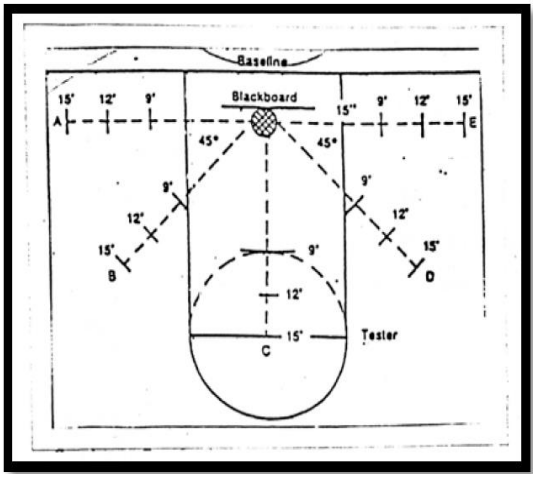
Tujuan dilakukannya tes keterampilan dasar menggiring bola atau *dribbling* adalah untuk mengukur keterampilan pemain bola basket dalam mengolah bola dalam keadaan bergerak. Tes *dribbling* dilakukan dengan menggunakan setengah lapangan bola basket atau dilakukan didaerah bersyarat atau *key hole*. Subjek penelitian melakukan *dribbling* bola basket mengikuti arahan yang diberikan oleh peneliti seperti membentuk angka 8.



a. Right-handed control dribble.

### 3. Keterampilan dasar menembak bola (*Speed Spot Shooting Test*)

Tujuan dilakukan tes *shooting* bola basket adalah untuk mengukur keterampilan dasar menebakkan bola basket dengan cepat dari posisi-posisi tertentu yang telah ditentukan untuk melihat kelincahan pemain bola baskset dalam mengolah bola. Tes *shooting* dilakukan di setengah lapangan dari lapangan bola basket yang memiliki papan pantul. Setengah lapangan dibuat dengan menggunakan 5 buah tanda dengan panjang sekitar 2 feet atau 60 cm dan lebar 1 feet atau 30 cm. Kelima tanda tersebut berjarak 12 feet (3,6 meter) dari keranjang ring untuk mengukur keterampilan dasar pemain bola basket dengan jenjang usia 12-15 tahun atau yang berada dijenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP).




## HASIL DAN PEMBAHASAN

Untuk mengukur keterampilan dasar bermain bola basket pemain bola basket usia 13-15 tahun di Kabupaten Ngawi, dilakukan pengkategorian menjadi lima kriteria yaitu sangat baik, baik, cukup baik, kurang baik, dan sangat kurang baik.

Setelah dilakukan perhitungan hasil penelitian diperoleh nilai maksimum sebesar 102,6 dan nilai minimum 4,48. Rerata diperoleh sebesar 49,60. Masing-masing skor atau nilai mentah diperoleh dari pelaksanaan tiga (3) kali kesempatan pada setiap item tesnya yaitu *passing test, control dribbling test, dan speed spot shooting test*. Ketiga tes ini merupakan rangkaian *battery test* sehingga harus berurutan pelaksanaannya.

### 1. Hasil pengolahan keseluruhan data

Setelah diperoleh *T-Score* dari keseluruhan skor atau nilai mentah kemudian dikategorikan dengan menggunakan rumus yang telah ditentukan.

| No | Kategori | Rentang Skor | Jlh | (%) |
|---|---|---|---|---|
| 1 | Sangat Baik | 98, 04 – 117,64 | 1 | 2,08 |
| 2 | Baik | 78,43 – 98,03 | 3 | 6,25 |
| 3 | Cukup | 58,82 – 78,42 | 12 | 25 |
| 4 | Kurang | 39,21 – 58,81 | 18 | 37,5 |
| 5 | Kurang Sekali | 19,6 – 39,20 | 14 | 29,1 |
| **Jumlah** | | | **48** | **100** |

Berdasarkan tabel di atas diperoleh tingkat keterampilan dasar bermain bola basket pemain bola basket usia 13-15

tahun di Kabupaten Ngawi sebanyak 1 orang (2,08%) dinyatakan sangat baik, 3 orang (6,25%) dinyatakan baik, 12 orang (25%) dinyatakan cukup , 18 orang (37,5%) dinyatakan kurang dan 14 orang (29,17%) dinyatakan kurang sekali.

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tingkat kemampuan secara umum pemain basket usia 13-15 tahun di Kabupaten Ngawi sangatlah beragam. Perbandingan atau rentang nilai antara yang sangat baik, baik hingga kurang sekali cukup tinggi. Pemain bola basket dengan penguasaan keterampilan dasar bermain bola basket sangat baik hanya 1 pemain dan baik hanya 3 orang pemain. Sedangkan 44 orang pemain lainnya masuk dalam kategori cukup, kurang, dan kurang sekali.

Hal ini menunjukkan bahwa tingkat keterampilan dasar bermain bola basket para pemain muda di Kabupaten Ngawi masihlah kurang. Hal ini tentu dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti kondisi fisik, mental dan tingkat latihan yang kurang maksimal. Sehingga hasil tes pengukuran ini telah membuktikan bahwa meskipun tingkat terampilan dasar bermain bola basket yaitu *passing*, *dribbling*, dan *shooting* merupakan hal dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain basket, namun masih banyak yang belum menguasainya dengan baik. Hal ini perlu di evaluasi lagi oleh setiap pelatih.

**2. Hasil pengolahan skor masing-masing tes keterampilan dasar bermain bola basket.**

***a. Passing test***

Hasil dari pengolahan data mentah diperoleh mean sebesar 9,52; skor tertinggi sebesar 11; skor terendah sebesar 8; dan jumlah skor keseluruhan adalah 457. Kemudian setelah diubah ke dalam *T-Score* diperoleh hasil sebagai berikut: mean sebesar 50,00; skor tertinggi sebesar 77,41; skor terendah sebesar 21,85; jumlah *T-Score passing* keseluruhan adalah 2400,74.

| No | Kategori | Rentang Skor | Jlh | (%) |
|---|---|---|---|---|
| 1 | Sangat Baik | 66,33 – 77,44 | 3 | 6,25 |
| 2 | Baik | 55,21 – 66,32 | 23 | 47,92 |
| 3 | Cukup | 44,09 – 55,20 | 0 | 0 |
| 4 | Kurang | 32,97 – 44,08 | 18 | 37,50 |
| 5 | Kurang Sekali | 21,85 – 32,96 | 4 | 8,33 |
| **Jumlah** | | | **48** | **100** |

Berdasarkan tabel kategori di atas diperoleh tingkat keterampilan dasar *passing* pemain bola basket usia 13-15 tahun di Kabupaten Ngawi sebanyak 3 orang (6,25%) dinyatakan sangat baik, 23 orang (47,92%) dinyatakan baik, 18 orang (37,50%) dinyatakan kurang, dan 4 orang (8,33%) dinyatakan kurang sekali.

Dari hasil pengukuran tes *passing* yang disuguhkan dalam tabel diatas dapat dilihat bahwa jumlah pemain yang mendapatkan nilai sangat baik dan baik cukup tinggi yaitu mencapai 26 orang pemain. Pemain yang mendapatkan nilai cukup dalam pengukuran ini sama sekali tidak ada. Sedangkan pemain yang mendapatkan nilai kurang dan kurang sekali juga cukup tinggi yaitu 22 orang pemain.

Melalui gambaran tersebut, dapat dilihat bahwa ada rentang tingkat kemampuan *passing* yang cukup signifikan diantara para pemain, dimana jumlah pemain yang mampu mendapatkan skor sangat

baik dan baik hampir sama dengan jumlah pemain yang kurang atau kurang sekali dalam melakukan *passing*. Hal ini juga berpotensi besar dipengaruhi oleh kondisi fisik, kondisi mental, dan kemampuan *real* mereka, karena mereka merupakan pemain muda yang baru terjun kedalam dunia basket.

### *b. Control dribble test*

Hasil dari pengolahan data mentah diperoleh mean sebesar 4,6; skor tertinggi sebesar 5; skor terendah sebesar 3; jumlah skor keseluruhan adalah 220. Kemudian setelah diubah ke dalam *T-Score* diperoleh hasil sebagai berikut: mean sebesar 49,6; skor tertinggi sebesar 58,89; skor terendah sebesar 14,44; jumlah *T-Score control dribble test* keseluruhan adalah 2382,22.

| No | Kategori | Rentang Skor | Jlh | (%) |
|---|---|---|---|---|
| 1 | Sangat Baik | 50,14 – 59,03 | 33 | 68,75 |
| 2 | Baik | 41,24 – 50,13 | 0 | 0 |
| 3 | Cukup | 32,34 – 41,23 | 10 | 20,83 |
| 4 | Kurang | 23,34 – 32,23 | 0 | 0 |
| 5 | Kurang Sekali | 14,44 – 23,33 | 5 | 10,42 |
| **Jumlah** | | | **48** | **100** |

Berdasarkan tabel kategori di atas diperoleh tingkat keterampilan dasar *control dribble* sebanyak 33 orang (68,75%) dinyatakan sangat baik, 10 orang (20,83%) dinyatakan cukup, dan 5 orang (10,42%) dinyatakan kurang sekali.

Dari tabel diatas sudah jelas bahwa kemampuan *dribbling* para pemain bola basket usia 13-15 tahun di Kabupaten Ngawi mayoritas sudah sangat baik yaitu sebesar 68,75%. Meskipun masih ada pemain yang mendapatkan skor kurang sekali yaitu sebanyak 5 orang yang disebabkan posisi kuda-kuda ketika *dribbling* yang masih kurang. Mereka masih mampu belajar dan berlatih lagi agar memiliki kemampuan *dribbling* yang baik dan benar sehingga mereka mampu bermain bola basket dengan baik nantinya.

Kemampuan *dribbling* para pemain muda tersebut juga sudah bisa dijadikan salah satu modal awal untuk menjadi pemain bola basket yang lebih baik dan professional. Mereka masih memiliki cukup banyak waktu untuk mengasah kemampuan *dribbling* mereka dengan pola-pola latihan yang akan diberikan oleh pelatih mereka.

### *c. Speed spot shooting test*

Hasil dari pengolahan data mentah diperoleh mean sebesar 4,4; skor tertinggi sebesar 7; skor terendah sebesar 3; dan jumlah skor keseluruhan adalah 211. Kemudian setelah diubah ke dalam *T-Score* diperoleh hasil sebagai berikut: median sebesar 50,0; skor tertinggi sebesar 76,26; skor terendah sebesar 35,86; jumlah *T-Score speed spot shoot* keseluruhan adalah 2397,98.

| No | Kategori | Rentang Skor | Jlh | (%) |
|---|---|---|---|---|
| 1 | Sangat Baik | 68,21 – 76,29 | 1 | 2,08 |
| 2 | Baik | 60,12 – 68,20 | 6 | 12,50 |
| 3 | Cukup | 52,03 – 60,11 | 12 | 25 |
| 4 | Kurang | 43,95 – 52,03 | 21 | 43,75 |
| 5 | Kurang Sekali | 35,86 – 43,94 | 8 | 16,67 |
| **Jumlah** | | | **48** | **100** |

Berdasarkan tabel kategori di atas diperoleh tingkat keterampilan dasar

*shooting* pemain basket usia 13-15 tahun di Kabupaten Ngawi sebanyak 1 orang (2,08%) dinyatakan sangat baik, 6 orang (12,50%) dinyatakan baik, 12 orang (25%) dinyatakan cukup, 21 orang (43,75%) dinyatakan kurang dan 8 orang (16,67%) dinyatakan kurang sekali.

Kemampuan *shooting* atau memasukkan bola kedalam keranjang lawan merupakan salah satu keterampilan dasar bermain bola basket yang wajib dikuasai oleh setiap pemain basket. Seharusnya kemampuan *shooting* para pemain bola basket tidak boleh lebih buruk dibandingkan dua kemampuan lainnya yaitu *passing* dan *dribbling*.

Dari tabel dan histogram diatas terlihat jelas bahwa kemampuan mayoritas pemain masih kurang. Hanya 7 dari 48 pemain yang mendapatkan skor sangat baik dan baik. Ini menunjukkan bahwa mayoritas kemampuan *shooting* para pemain muda di Kabupaten Ngawi sangatlah kurang. Ini memerlukan peran pelatih dan komitmen dari para pemain itu sendiri untuk meningkatkan keterampilan *shooting* mereka yang tentunya akan memberikan banyak poin plus ketika mereka telah menjadi pemain bola basket di tim unggulan sekolah maupun menjadi wakil Kabupaten Ngawi dalam pertandingan-pertandingan bola basket

Agar dapat bermain bola basket yang benar dan baik, seorang pemain bola basket harus menguasai teknik keterampilan dasar bermain bola baske yaitu *passing*, *dribbling*, dan *shooting*. Suatu tim basket baik sekolah maupun tim kabupaten yang para pemainnya dapat menguasai teknik keterampilan dasar bermain bola basket dengan baik akan dapat menampilkan permainan yang maksimal dan tentu mampu mencapai hasil yang sesuai yaitu skor tinggi dan kemenangan. Oleh karena itu teknik keterampilan dasar bermain bola basket sangat penting untuk dikuasai setiap pemain bola basket, terlebih lagi oleh para pemain muda diusia emas mereka untuk mengembangkan diri dan menguasai dasar bermain sebagai modal menjadi pemain bola basket profesional.

Berdasarkan hasil penelitian teknik keterampilan dasar bermain bola basket usia 13-15 tahun di Kabupaten Ngawi diperoleh nilai tertinggi sebesar 102, 46 dan nilai terendah sebesar 4,48. Diperoleh pula nilai rata-rata sebesar 49,60. Berdasarkan hasil penelitian teknik keterampilan dasar pemain bola basket usia 13-15 tahun di Kabupaten Ngawi, sebanyak 1 orang (2,08%) dinyatakan sangat baik, 3 orang (6,25%) dinyatakan baik, 12 orang (25%) dinyatakan cukup, 18 orang (37,5%) dinyatakan kurang dan 14 orang (29,17%) dinyatakan kurang sekali.

Berdasarkan uraian dari hasil pengukuran tes teknik keterampilan dasar bermain bola basket untuk para pemain bola basket usia 13-15 tahun di Kabupaten Ngawi dapat diperoleh gambaran bahwa kemampuan setiap pemain bola basket berbeda, terutama dalam aspek penguasaan teknik kemampuan dasar bermain bola basket yang seharusnya dikuasai cukup baik oleh setiap pemain yang memiliki *interst* yang cukup besar dalam permainan bola basket. Oleh karena itu, peneliti juga mencari kendala-kendala yang menjadikan para pemain bola basket muda ini kurang menguasai teknik kemampuan dasar bermain bola basket.

Peneliti juga melakukan evaluasi hasil penelitian serta hasil angket untuk menemukan solusi yang tepat dan terbaik dalam upaya meningkatkan

penguasaan teknik keterampilan dasar bermain bola basket. Dari hasil penelitian ini, dapat diperoleh beberapa faktor yang mempengaruhi penguasaan teknik keterampilan dasar bermain bola basket mereka masih kurang baik dan maksimal. Beberapa faktor kendala tersebut adalah sebagai berikut:

1. Minat atau *interest* dalam bermain bola basket yang masih kurang.

Hal ini terjadi karena ketika usia 13-15 tahun atau masih dalam jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) secara psikolgi mereka masih belum matang dan minat serta pikiran mereka mudah dipengaruhi oleh banyak hal disekitarnya, terutama bersinggungan dengan beban belajar di sekolah maupun kegiatan lain diluar sekolah.

2. Faktor kondisi fisik

Kondisi fisik seperti kekuatan, daya tahan, kecepatan dan kelincahan sangat mempengaruhi hasil tes pengukuran para pemain bola basket tersebut. Setiap pemain bola basket juga memiliki aktivitas-aktivitas luar yang berbeda, ini juga mempengaruhi kondisi fisik mereka. Kemampuan fisik sangat mempengaruhi penampilan atau peforma seorang pemain bola basket baik disaat berlatih maupun bertanding. Keterampilan dasar yang sudah dikuasai tidak akan maksimal apabila kondisi fisik seorang pemain tidak baik.

3. Faktor Latihan

Latihan merupakan upaya untuk meningkatkan keterampilan dan bakat yang dimiliki oleh setiap pemain bola basket. Latihan secara teratur dan terukur tentu akan memberikan hasil maksimal pada penampilan bermain bola basket. Latihan yang terjadwal akan membantu melatih kedisiplinan serta mampu menjadi acuan progres setiap pemain. Tetapi masih banyak pemain bola basket karena faktor internal (minat dan semangat) ataupun faktor eksternal (ada kegiatan lain yang lebih penting prioritasnya) yang menyebabkan seorang pemain bola basket tidak bisa datang dan mengikuti program latihan yang telah ditentukan secara rutin.

Dari uraian beberapa kendala diatas yang mempengaruhi penguasaan teknik keterampilan dasar para pemain bola basket usia 13-15 tahun, peneliti menemukan beberapa solusi untuk membantu meningkatkan penguasaan teknik keterampilan dasar bermain bola basket para pemain muda tersebu, yaitu sebagai berikut:

1. Pelatih tim berusaha untuk meningkatkan mental/psikis serta *interest* para pemain bola basket untuk lebih mencintai dan berkeinginan untuk menguasai semua teknik dasar dan teknik lanjutan sehingga para pemain bola basket tersebut lebih semangat untuk mengikuti program dan pola latihan yang telah disusun oleh pelatih tim.

2. Pelatih tim melakukan penekanan latihan terhadap penguasan teknik keterampilan dasar bermain bola basket. Hal ini sangat perlu dilakukan karena usia 13-15 tahun merupakan usia emas untuk menguasai teknik keterampilan dasar bermain bola basket yang akan menjadi pondasi atau modal bermain basket ketika di Sekolah Menengah Atas (SMA) atau jenjang profesional.

## KESIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan dasar pemain bola basket usia 13-15 tahun di Kabupaten Ngawi masih kurang. Sehingga perlu dilakukan evaluasi lanjutan untuk meningkat keterampilan dasar pemain bola basket usia 13-15 tahun di Kabupaten Ngawi.

Dari data penunjang yaitu angket yang diberikan kepada 48 pemain bola basket usia 13-15 tahun di Kabupaten Ngawi, ditemukan beberapa kendala yang memberikan sedikit banyak pengaruh terhadap tingkat keterampilan dasar bermain bola basket mereka. Kendala-kendala tersebut diantaranya yaitu minat atau *interest* dalam bermain bola basket yang masih kurang, faktor kondisi fisik pemain yang beraneka ragam dan faktor latihan yang mereka ikuti apakah sudah teratur dan rutin seperti yang telah disusun oleh pelatih mereka.

Dari kendala-kendala yang ditemukan, peneliti memberika beberapa saran untuk mengatasi kendala-kendala tersebut diantara lain adalah pelatih tim berusaha untuk lebih meningkatkan mental atau psikis serta *interet* para anak didiknya untuk lebih mencintai pemainan bola basket dan meningkatkan keinginan untuk menguasai semua keterampilan dasar bermain bola basket, serta peneliti menyarankan kepada pelatih tim untuk melakukan penekanan latihan terhadap penguasaan teknik keterampilan dasar bermain bola basket ini.

## DAFTAR PUSTAKA

Prasetyo, Dedi Wahyu (2013). *Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bolabasket Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Di SMP Negeri 3 Pendak*. Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Yogyakarta.

Pratama, Riyan (2015). "Perbandingan Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bola Basket Menggunakan AAPHERD Basketball Test Dan Tes STO". *Seminar Nasiional Pendidikan Olahraga (SEMNASPOR)*. Universitas Bina Darma Palembang. 2015

Santoso, Jimmy (2012). *Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bola Basket Peserta Ekstrakulikuler Putra Sekolah Menengah Pertama Negeri Satu Kalasan*. Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.

Sukma, Erwin Tri (2013). *Upaya Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar Basket Melalui Variasi Latihan Siswa Ekstrakurikuler SMAN 1 Sintang*. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tanjungpura Pontianak.

Wicaksana, Bambang Cahya (2018). *Tingkat Keterampilan Bermain Sepak Bola Pada Siswa Ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta*. Tugas Akhir Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.

Zulvantra, Ivan Prathama (2018). *Tingkat Pemahaman Mahasiswa PJKR PLT UNY Terhadap Alat Evaluasi yang Digunakan Guru Pendidikan Jasmani*. Tugas Akhir Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.