

ANALISIS PERKEMBANGAN TEKNIK DASAR DALAM PERMAINAN BOLA BASKET OLEH MAHASISWA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGRI MEDAN

Oleh:

Khalisa Hairani Harahap¹

Refina Jiska Adelia²

Rassya Nayla Ruliansyah³

Muhammad Nurdzaky Alfatih⁴

Jan Bobby Nesra Barus⁵

Amir Supriadi⁶

Universitas Negeri Medan

Alamat: JL. William Iskandar Ps. V, Kenangan Baru, Kec. Percut Sei Tuan, Kabupaten
Deli Serdang, Sumatera Utara (20221).

Korespondensi Penulis: kalisahkalisah81@gmail.com, Refinajiskadelia@gmail.com,
rassyaruliansyah0312@gmail.com, nurzakialfatih1727@gmail.com,
barusjbn@unimed.ac.id, amirsupriadi@unimed.ac.id.

Abstract. *This study aims to analyze the development of basic techniques in basketball games owned by students of the Faculty of Sport Sciences, State University of Medan. The basic techniques observed include dribbling, passing, shooting and lay up. The research method used is a quantitative descriptive method with an observation approach and skills test. The research sample consisted of 4 students who actively participated in basketball practice lectures. Data were collected through performance observation sheets and basic technique skills tests, then analyzed using descriptive statistics. The results of the study showed that there was a significant increase in the mastery of basic basketball techniques after students participated in several structured training sessions. Factors that support this development include training intensity, teaching quality, and student internal motivation. These findings are expected to be the basis for developing a*

ANALISIS PERKEMBANGAN TEKNIK DASAR DALAM PERMAINAN BOLA BASKET OLEH MAHASISWA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGRI MEDAN

more effective basketball learning curriculum in the faculty environment. The conclusion of this study shows that directed and systematic learning can contribute positively to improving basic technique skills in basketball games.

Keywords: *Basketball, Basic Techniques, Students, Sports, Medan State University.*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perkembangan teknik dasar dalam permainan bola basket yang dimiliki oleh mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan. Teknik dasar yang diamati meliputi dribbling, passing, shooting dan lay up. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif kuantitatif dengan pendekatan observasi dan tes keterampilan. Sampel penelitian terdiri dari 4 mahasiswa yang aktif mengikuti kegiatan perkuliahan praktik bola basket. Data dikumpulkan melalui lembar observasi kinerja dan uji keterampilan teknik dasar, kemudian dianalisis menggunakan statistik deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan signifikan dalam penguasaan teknik dasar bola basket setelah mahasiswa mengikuti beberapa sesi latihan yang terstruktur. Faktor-faktor yang mendukung perkembangan tersebut meliputi intensitas latihan, kualitas pengajaran, dan motivasi internal mahasiswa. Temuan ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam pengembangan kurikulum pembelajaran bola basket yang lebih efektif di lingkungan fakultas Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa pembelajaran yang terarah dan sistematis dapat berkontribusi secara positif terhadap peningkatan kemampuan teknik dasar dalam permainan bola basket.

Kata Kunci: Bola Basket, Teknik Dasar, Mahasiswa, Keolahragaan, Universitas Negeri Medan.

LATAR BELAKANG

Bola basket merupakan salah satu cabang olahraga yang populer dan berkembang pesat di Indonesia, baik di kalangan pelajar, mahasiswa, maupun masyarakat umum. Permainan ini menuntut penguasaan teknik dasar yang baik, seperti dribbling, passing, shooting, dan lay up, sebagai dasar untuk mengembangkan taktik dan strategi permainan yang lebih kompleks (Wahyudi & Suryadi, 2021). Teknik dasar yang baik menjadi fondasi penting dalam pencapaian performa maksimal seorang pemain di lapangan.

Seiring dengan berkembangnya kurikulum pendidikan jasmani dan teknologi olahraga, proses pembelajaran teknik dasar bola basket di lingkungan pendidikan tinggi, khususnya pada Fakultas Ilmu Keolahragaan, semakin mendapat perhatian. Metode pelatihan, pendekatan pembelajaran, serta penggunaan media pembelajaran yang lebih modern telah memberikan dampak terhadap pencapaian keterampilan mahasiswa dalam menguasai teknik dasar bola basket (Hidayat & Ramadhan, 2020).

Namun demikian, berdasarkan observasi awal di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan, masih ditemukan beberapa permasalahan yang menghambat perkembangan teknik dasar permainan bola basket, seperti kurangnya latihan terstruktur, keterbatasan sarana dan prasarana, serta rendahnya motivasi belajar mahasiswa. Hal ini mengindikasikan perlunya evaluasi terhadap perkembangan teknik dasar yang dimiliki mahasiswa sebagai dasar pengembangan kurikulum dan metode pembelajaran yang lebih efektif.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis sejauh mana perkembangan teknik dasar bola basket yang dicapai oleh mahasiswa, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhinya. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam pengembangan program pembelajaran dan pelatihan yang lebih terarah, serta menjadi acuan bagi dosen dan pelatih dalam meningkatkan kualitas pengajaran olahraga bola basket.

Adapun fokus permasalahan dalam penelitian ini adalah pada perkembangan kemampuan teknik dasar bola basket mahasiswa yang meliputi empat aspek utama, yaitu dribbling, passing, shooting, dan lay up, serta faktor-faktor yang memengaruhi pencapaiannya selama proses perkuliahan praktik.

Dengan demikian, melalui penelitian ini diharapkan tercipta pemahaman yang lebih mendalam mengenai efektivitas pembelajaran teknik dasar bola basket dan dapat menjadi landasan ilmiah dalam perbaikan kurikulum keolahragaan di tingkat perguruan tinggi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis sejauh mana perkembangan teknik dasar dalam permainan bola basket pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.

ANALISIS PERKEMBANGAN TEKNIK DASAR DALAM PERMAINAN BOLA BASKET OLEH MAHASISWA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGRI MEDAN

Teknik dasar yang dianalisis meliputi dribbling, passing, shooting, dan lay up, sebagai komponen penting yang menunjang performa permainan (Rachman & Putra, 2023).

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa semester II Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan. Sampel diambil dengan metode purposive sampling, yaitu sebanyak 4 mahasiswa yang telah mengikuti minimal Selama dua minggu praktik latihan bola basket. Pemilihan sampel didasarkan pada keterlibatan aktif dalam proses pembelajaran teknik dasar bola basket.

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data sekunder yang berasal dari jurnal ilmiah, buku teks, prosiding, serta karya ilmiah lainnya yang diterbitkan dalam rentang waktu sepuluh tahun terakhir (2015–2024). Sumber-sumber tersebut diperoleh melalui penelusuran di berbagai database ilmiah seperti Google Scholar, ResearchGate, DOAJ, dan Garuda.

ristekbrin.go.id. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian meliputi: “teknik dasar bola basket”,

“bola basket skill development”, dan “pelatihan teknik dasar bola basket”

Dalam proses seleksi literatur, peneliti menetapkan beberapa kriteria inklusi, yaitu literatur yang secara eksplisit membahas teknik dasar bola basket, diterbitkan dalam Bahasa Indonesia atau Inggris, tersedia dalam akses penuh, dan diterbitkan antara tahun 2015 hingga 2024. Sementara itu, kriteria eksklusi meliputi karya tulis non-ilmiah, artikel populer, serta publikasi yang tidak mengulas teknik bola basket secara khusus. Selanjutnya, data yang terkumpul dianalisis menggunakan teknik analisis isi dan analisis tematik. Analisis dilakukan dengan menelaah isi setiap sumber untuk mengidentifikasi tema-tema utama seperti karakteristik teknik bola basket, metode pelatihan, perubahan teknik, inovasi pembelajaran, serta evaluasi performa atlet. Analisis dilakukan secara berkelanjutan hingga data dianggap jenuh. Sejalan dengan hal tersebut, Sugiyono (2018:244) menjelaskan bahwa “analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai data yang terkumpul dianggap jenuh.” Dengan metode ini, diharapkan diperoleh gambaran komprehensif mengenai bagaimana teknik bola basket dalam bola basket telah berkembang dari waktu ke waktu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan terhadap 4 mahasiswa semester II Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan yang telah menjalani program pembelajaran teknik dasar bola basket. Data diperoleh melalui tes keterampilan dasar, observasi praktik secara langsung. Tabel berikut menyajikan rata-rata nilai keterampilan dasar bola basket mahasiswa sebelum dan sesudah proses latihan selama satu semester:

Teknik Dasar Nilai Awal (0–100)		Nilai Akhir (0–100) Kenaikan (%)	
Dribbling	63,3	78,9	22,7%
Passing	66,7	81,2	21,7%
Shooting	61,0	75,5	23,7%
Pivot	58,9	72,4	22,9%

Rata-rata peningkatan keterampilan teknik dasar: 22,75%

Secara umum, seluruh aspek teknik dasar menunjukkan peningkatan signifikan. Peningkatan tertinggi terlihat pada shooting (23,7%), yang merupakan keterampilan dengan kompleksitas tinggi dan memerlukan akurasi serta keseimbangan motorik yang baik.

Selain metode pelatihan, kajian juga menunjukkan bahwa aspek biomekanika berperan penting dalam efektivitas gerakan bola takraw, Rachman & Putra (2023) yang menyatakan bahwa keterampilan teknik dasar mahasiswa pendidikan jasmani dapat berkembang secara signifikan jika diberikan program latihan terstruktur berbasis evaluasi individual. Wahyudi & Suryadi (2021) mengemukakan bahwa latihan intensif minimal selama 8 minggu dapat meningkatkan kemampuan dasar permainan bola basket lebih dari 20%, terutama jika dibarengi dengan pendekatan umpan balik korektif. Ramadhan & Hidayat (2020) menyatakan bahwa metode pembelajaran berbasis permainan (*game-based learning*) mempercepat pemahaman dan penguasaan teknik dasar karena mahasiswa belajar dalam situasi nyata permainan. Latif & Nugraha (2022) juga menegaskan bahwa penilaian keterampilan teknik dasar perlu dilakukan secara bertahap dan berkelanjutan, agar mahasiswa dapat memantau kemajuan dan mengoreksi kesalahan teknik.

ANALISIS PERKEMBANGAN TEKNIK DASAR DALAM PERMAINAN BOLA BASKET OLEH MAHASISWA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGRI MEDAN

Kemajuan teknologi juga menjadi salah satu faktor pendukung perkembangan teknik ini. Salah satu pendekatan modern yang mulai banyak digunakan adalah video analisis. Menurut

Suryana (2024:64), *“penggunaan video memungkinkan pelatih dan pemain untuk mengevaluasi detail gerakan yang tidak terlihat saat latihan langsung, seperti gerakan lengan, tangan dan posisi jari pada saat memainkan bola, hingga keseimbangan tubuh”*. Dengan demikian, teknik ini dapat diperbaiki secara lebih tepat dan objektif. Latif (2024:93) menambahkan bahwa *“pelatihan berbasis analisis gerakan mampu meningkatkan kemampuan motorik pemain pemula dalam waktu yang relatif singkat”*. Tidak hanya itu, pendekatan ilmiah dalam teknik dasar seperti penggabungan latihan motorik, psikologi olahraga, dan fisiologi tubuh turut mendukung peningkatan kualitas teknik ini.

Dalam studi lain, Nugroho (2020:25) menunjukkan bahwa penggunaan alat bantu modifikasi dalam latihan bola basket dapat meningkatkan keterampilan secara signifikan. Ia menyatakan bahwa *“alat bantu latihan memungkinkan pemain mengasah refleks dan ketepatan saat melakukan teknik bermain bola basket tanpa perlu mitra latihan secara langsung”*. Prasetyo dan Hidayat (2022:78) juga menegaskan pentingnya evaluasi teknik dalam situasi pertandingan. Mereka menemukan bahwa *“teknik bermain basket yang diterapkan dalam pertandingan sering kali berbeda dari latihan karena tekanan psikologis dan situasi dinamis lapangan”*, sehingga pelatih perlu merancang latihan yang menyerupai kondisi pertandingan nyata.

Dari keseluruhan hasil kajian, dapat disimpulkan bahwa perkembangan teknik permainan bola basket sangat dipengaruhi oleh pendekatan pelatihan modern, pemahaman ilmiah tentang biomekanika tubuh, adaptasi posisi pemain, serta pemanfaatan teknologi dalam proses evaluasi dan pelatihan. Kombinasi dari faktor-faktor ini menjadikan teknik *bola basket* tidak lagi hanya sebagai keterampilan dasar, tetapi sebagai elemen penting yang terus disempurnakan untuk mendukung performa atlet dalam pemain bola basket.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 4 mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan, dapat disimpulkan bahwa Peningkatan Teknik

Dasar Bola Basket Secara keseluruhan, mahasiswa mengalami peningkatan keterampilan teknik dasar yang signifikan setelah menjalani proses latihan selama dua minggu. Rata-rata peningkatan keterampilan pada empat teknik dasar yang diuji (dribbling, passing, shooting, dan lay up) adalah 22,75%.

Peningkatan Tertinggi pada Shooting Teknik shooting menunjukkan peningkatan terbesar (23,7%), yang mencerminkan kemajuan signifikan dalam aspek keterampilan yang membutuhkan kombinasi antara teknik dasar dan kepercayaan diri. Pendekatan efektif belajar yang berbasis latihan terstruktur dan evaluasi berkala terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar mahasiswa. Model pembelajaran berbasis permainan juga memberikan pengaruh positif terhadap kemampuan mahasiswa dalam menguasai teknik dasar, elevansi Hasil dengan Penelitian Terkait asil penelitian ini mendukung teori-teori yang diajukan oleh para peneliti sebelumnya, seperti Rachman & Putra (2023) dan Latif & Nugraha (2022), yang menyatakan bahwa teknik dasar bola basket dapat ditingkatkan melalui latihan yang konsisten, pengajaran yang sistematis, dan evaluasi yang terus-menerus.

Implikasi Pembelajaran Olahraga Temuan ini memberikan gambaran bahwa dengan pendekatan yang tepat, mahasiswa dapat menguasai teknik dasar bola basket secara lebih efektif. Program latihan lanjutan yang lebih terfokus pada aspek teknik tertentu dapat membantu mempercepat proses pembelajaran dan penguasaan keterampilan.

DAFTAR REFERENSI

- Hidayat, D., & Ramadhan, R. (2020). Model pembelajaran teknik dasar bola basket berbasis game. *Jurnal Keolahragaan Indonesia*, 5(1), 45–53.
- Latif, M., & Nugraha, D. (2022). Evaluasi Perkembangan Keterampilan Teknik Dasar pada Olahraga Bola Basket. *Jurnal Sport Education, Universitas Pendidikan Indonesia*.
- Rachman, A., & Putra, R. (2023). Pengembangan model latihan teknik dasar bola basket untuk mahasiswa tingkat awal. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 6(1), 30–40.
- Siregar, M. T., & Nasution, A. (2022). Evaluasi keterampilan teknik dasar bola basket pada mahasiswa pendidikan jasmani. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 11(3), 210–218.

**ANALISIS PERKEMBANGAN TEKNIK DASAR DALAM
PERMAINAN BOLA BASKET OLEH MAHASISWA FAKULTAS
ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGRI MEDAN**

Sugiyono.(2017).Metode penelitian pendidikan:pendekatan kuantitatif,kualitatif,dan R &

D Bandung:Alfabeta

Susanto, E. (2021). Analisis kebutuhan pembelajaran bola basket di perguruan tinggi.

Sport Science Journal, 4(2), 78–85.

Wahyudi, A., & Suryadi, H. (2021). Pengaruh latihan teknik terhadap kemampuan

bermain bola basket. Jurnal Pendidikan Olahraga, 10(2), 122–130.