

**TINGKAT KEMAMPUAN *LAY UP SHOOT* PADA
SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA
BASKET DI SMK ISTIQOMAH MUHAMMADIYAH 4
SAMARINDA**

SKRIPSI



Diajukan untuk Melengkapi Tugas dan Syarat Guna Mencapai Derajat Sarjana
Pendidikan pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas
Muhammadiyah Kalimantan Timur

Disusun Oleh:
Akhmad Rifaldi
NIM: 1911102422012

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

Proposal skripsi dengan judul “**Tingkat Kemampuan *Lay Up Shoot* Pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket Di SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda**” karya,

Nama : Akhmad Rifaldi

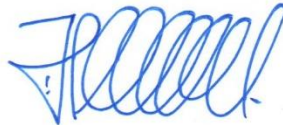
NIM : 1911102422012

Program Studi : S1 Pendidikan Olahraga

Telah disetujui oleh pembimbing untuk diajukan ke Seminar Hasil Skripsi.

Samarinda, 19 Juni 2023

Pembimbing



Nanda Alfian Mahardhika, S.Pd., M.Pd.

NIDN. 1117089101

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Akhmad Rifaldi

NIM : 1911102422012

Alamat: Jl. Pramuka III B

Dengan ini menyatakan bahwa :

- 1) Karya tulis saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar akademik baik di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur maupun di perguruan tinggi lain.
- 2) Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan dari Dosen Pembimbing Skripsi.
- 3) Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan judul buku aslinya dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
- 4) Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan tidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar akademik yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Samarinda, 06 Februari 2023

Yang membuat pernyataan,



Akhmad Rifaldi

NIM. 1911102422012



HALAMAN PENGESAHAN

**TINGKAT KEMAMPUAN LAY UP SHOOT PADA SISWA PESERTA
EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET DI SMK ISTIQOMAH
MUHAMMADIYAH 4 SAMARINDA**

**AKHMMAD RIFALDI
1911102422012**

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Olahraga, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Nanda Alfian Mahardhika, S.Pd., M.Pd.	Penguji 1		11-7-2023
Januar Abdilah Santoso, S.Pd., M.Or.	Penguji 2		6-7-2023

Samarinda, Juli 2023

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Dekan



Prof. Ali Saukah, M.A., Ph.D

NIDK. 8912620021

MOTTO

Dan (ingatlah) ketika Tuhanmu memaklumkan, "Sesungguhnya jika kamu bersyukur, niscaya Aku akan menambah (nikmat) kepadamu, tetapi jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka pasti azab-Ku sangat berat."

(QS. Ibrahim: 7)

"Percaya dan yakin pada diri sendiri, merupakan cara paling efektif untuk meraih kesuksesan."

PERSEMBAHAN

Skripsi ini, penulis persembahkan Kepada

- ❖ Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
- ❖ Program Studi S1 Pendidikan Olahraga
- ❖ SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda

ABSTRAK

Akhmad Rifaldi: Tingkat Kemampuan *Lay Up Shoot* Pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda. **Skripsi. Samarinda: Program Studi Pendidikan Olahraga, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, 2023.**

Tujuan dari penelitian ialah untuk mengetahui tingkat kemampuan *lay up shoot* siswa Ekstrakurikuler Bola Basket SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda. Penelitian ini mengadopsi metode deskripsi kuantitatif, mengacu pada indeks yang telah ditetapkan dan mengadopsi desain instrumen tes yang sudah ada. Populasi penelitian ialah seluruh siswa ekstrakurikuler bola basket SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda Samarinda berjumlah 13 siswa putra. Sampel penelitian menggunakan teknik total sampling. Hasil dalam penelitian ini yaitu menunjukkan kemampuan *lay up shoot* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda, 1 siswa masuk kategori sangat baik (8%), 3 siswa masuk kategori baik (23%), 6 siswa kategori sedang (46%), 2 siswa kategori kurang (15%), dan 1 siswa kategori kurangsekali (8%). Secara keseluruhan, siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket SMK Muhammadiyah 4 Samarinda memiliki kemampuan *layup shoot* tingkat sedang (46%) dengan skor rata-rata 9.

Kata Kunci: *Kemampuan, Lay Up Shoot, Ekstrakurikuler, Bola Basket*

ABSTRACT

Akhmad Rifaldi: *Lay Up Shoot Ability Level for Students Participating in the Basketball Extracurricular Vocational School of Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda.* **Skripsi. Samarinda: Program Studi Pendidikan Olahraga, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, 2023.**

The purpose of this study was to determine the level of lay-up shooting ability of students at SMK Extracurricular Basketball Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda. This study adopts a quantitative description method, refers to a predetermined index, and adopts an existing instrument test design. The research population was all basketball extracurricular students at SMA Negeri Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda Samarinda, totaling 13 male students. The sample used in this study was a total sampling of 13 students. This study shows lay up shooting abilities of students who take part the basketball extracurricular at SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda, 1 student is the very good category (8%), 3 students are in a good category (23%), the average is 6 students. minor category (46%), 2 students in the minor category (15%), and 1 student in the very minor category (8%). Overall, students who take part in the basketball extracurricular at SMK Muhammadiyah 4 Samarinda have moderate layup shooting skills (46%) with an average score of 9.

Keywords: *Skills, Lay Up Shoot, Extracurriculars, Basketball*

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmatnya. Sehingga peneliti dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Tingkat Kemampuan Teknik *Lay Up Shoot* Pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket Di SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda” Skripsi ini disusun sebagai persyaratan meraih gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi S1 Pendidikan Olahraga, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

Dalam penyelesaian studi dan penulisan skripsi ini, penulis banyak memperoleh bantuan baik pengajaran, bimbingan dan arahan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Untuk itu penulis menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Bapak Prof. Bambang Setiaji yang telah memberikan kesempatan untuk menempuh perkuliahan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Bapak Prof. Ali Saukah, M.A., Ph.D yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga (POR), Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Bapak Nanda Alfian Mahardhika, S.Pd., M.Pd.
4. Bapak Julianur, S.Pd., M.Pd sebagai Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan, saran-saran selama menempuh perkuliahan.
5. Bapak Nanda Alian Mahardhika, S.Pd., M.Pd selaku pembimbing skripsi yang telah dengan ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik dalam menyelesaikan skripsi.
6. Kedua orang tua saya yang selalu mendoakan kesuksesan, keselamatan dan memberikan motivasi serta semangat dalam menempuh pendidikan.
7. Nur Hazizah yang selalu mendukung saya untuk Menyelesaikan skripsi.
8. Seluruh Staff Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yang telah memberikan ilmu dan informasi yang bermanfaat.

9. Teman-teman mahasiswa Pendidikan Olahraga 2019, terima kasih kebersamaanya selama ini.
10. Untuk almamaterku Pendidikan Olahraga Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
11. Semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga skripsi ini tetap terlaksana.

Semoga segala bantuan yang diberikan mendapat imbalan yang melimpah dari allah SWT. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun selalu di harapkan demi perbaikan-perbaikan pada masa yang akan datang. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi yang membutuhkan.

Samarinda, 06 Februari 2023

Penulis

DAFTAR ISI

SKRIPSI	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN TEORI	7
A. Kajian Pustaka.....	7
1. Hakikat Permainan Bola Basket.....	7
2. Sarana dan Prasarana Bola basket.....	9
3. Hakikat Teknik Dasar Bola basket.....	12
4. <i>Lay Up Shoot</i>	15
5. Hakikat Ekstrakurikuler	20
B. Penelitian Relevan	21
C. Kerangka Berpikir	23
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	25
A. Desain Penelitian	25
B. Definisi Operasional Variabel	25
C. Populasi dan Sampel.....	25

1. Populasi	25
3. Sampel	26
D. Lokasi dan Waktu Penelitian	26
E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	26
F. Teknik Analisis Data	31
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	33
A. Hasil Penelitian.....	33
1. Deskripsi Pelaksanaan Tes	33
2. Deskripsi Analisis Data Hasil	33
3. Deskripsi Data Penelitian Kemampuan <i>Lay Up Shoot</i>	33
4. Hasil Penelitian Kemampuan Tembakan <i>Lay Up Shoot</i>	35
B. Pembahasan	40
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	42
A. Kesimpulan.....	42
B. Implikasi Hasil Penelitian.....	42
DAFTAR PUSTAKA	44
LAMPIRAN.....	47



HALAMAN PENGESAHAN

**TINGKAT KEMAMPUAN *LAY UP SHOOT* PADA SISWA PESERTA
EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET DI SMK ISTIQOMAH
MUHAMMADIYAH 4 SAMARINDA**

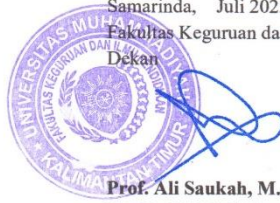
AKHMMAD RIFALDI
1911102422012

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Olahraga, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Nanda Alfian Mahardhika, S.Pd., M.Pd.	Penguji 1		11-7-2023
Januar Abdilah Santoso, S.Pd., M.Or.	Penguji 2		6-7-2023

Samarinda, Juli 2023
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Dekan



Prof. Ali Saukah, M.A., Ph.D
NIDK. 8912620021

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Instrumen Teknik <i>Lay Up Shoot</i>	27
Tabel 2. Lembar Penilaian Tes <i>Lay Up Shoot</i>	28
Tabel 3. Fase Persiapan <i>Lay Up Shoot</i>	29
Tabel 4. Fase Pelaksanaan <i>Lay Up Shoot</i>	29
Tabel 5. Fase <i>Follow Through</i>	30
Tabel 6. Hasil Tembakan.....	30
Tabel 7. Kategori T Skor.....	32
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Kemampuan <i>Lay Up Shoot</i> Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket Di SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda .	34
Tabel 9. Rentangan Norma dan Kategori.....	35
Tabel 10. Tingkat Kemampuan Teknik Dasar <i>Lay Up Shoot</i> Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket Di SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda .	36
Tabel 11. Hasil <i>Lay Up Shoot</i> Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket Di SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda	37
Tabel 12. Tingkat Kemampuan <i>Lay Up Shoot</i> Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket Di SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda.....	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Lapangan Bola Basket.....	9
Gambar 2. Jarak Area Hukuman.....	10
Gambar 3. Jarak Tinggi Ring Bola Basket.....	10
Gambar 4. Papan Pantul Bola Basket	11
Gambar 5. Bola Basket	11
Gambar 6. Gerakan <i>Lay Up Shoot</i>	17
Gambar 7. Fase Persiapan.....	18
Gambar 8. Fase Pelaksanaan.....	19
Gambar 9. Fase <i>Follow Through</i>	20
Gambar 10. Kerangka Berpikir.....	24
Gambar 11. Pelaksanaan Tes Tembakan <i>Lay Up Shoot</i>	31
Gambar 12. Histogram Distribusi Frekuensi Kemampuan <i>Lay Up Shoot</i>	34
Gambar 13. Histogram Tingkat Kemampuan Teknik Dasar <i>Lay Up Shoot</i>	36
Gambar 14. Histogram Hasil Tembakan <i>Lay Up Shoot</i> Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket Di SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda .	38
Gambar 15. Histogram Tingkat Kemampuan <i>Lay Up Shoot</i> Siswa.....	39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Melakukan Observasi.....	47
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian.....	49
Lampiran 3. Surat Keterangan SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda ...	51
Lampiran 4. Surat Persetujuan Tim Penguji Proposal Skripsi.....	52
Lampiran 5. Lembar Konsultasi.....	53
Lampiran 6. Hasil Pengambilan Nilai.....	55
Lampiran 7. Perhitungan Data.....	56
Lampiran 8. Surat Keterangan Validasi.....	57
Lampiran 9. Biodata Penilai.....	58
Lampiran 10. Dokumentasi.....	60
Lampiran 11. Hasil Tes Tunitin.....	62