

PENGARUH *SHOT GUN PASSING* DAN *CIRCLE PASSING* DALAM MENINGKATKAN KETERAMPILAN *PASSING* BOLABASKET

Nurdian Ahmad¹, Mecca Puspitaningsari²

^{1,2}Dosen Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan STKIP PGRI Jombang
nur.dian@stkipjb.ac.id

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh *shot gun passing* dan *circle passing* dalam meningkatkan keterampilan *passing* bolabasket pada mahasiswa STKIP PGRI Jombang. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen. Pada penelitian ini menggunakan sampel mahasiswa penjaskes angkat 2016 kelas A dan C yang berjumlah 63 mahasiswa. Sebanyak 32 mahasiswa diberi model latihan *shot gun passing* dan 31 mahasiswa lagi diberi model latihan *circle passing*. Hasil *Paired Sample T-test* menunjukkan pada kelompok *shot gun passing* nilai signifikansi 0,00, sedangkan pada kelompok *circle passing* nilai signifikansi 0,00 yang kurang dari nilai α (0,05) H_0 ditolak, dapat diartikan bahwa terdapat perbedaan pengaruh antara *pre-test* dan *post-test*. Sedangkan pada *independent sample* diperoleh nilai sig (2-tailed) sebesar $0,499 > 0,05$ dapat disimpulkan H_0 diterima yang berarti tidak ada perbedaan pengaruh yang signifikan model *shot gun passing* dan *circle passing* dalam meningkatkan keterampilan *passing* bolabasket. Akan tetapi nilai rata-rata kelompok *shot gun passing* lebih bagus daripada kelompok *circle passing* dalam meningkatkan keterampilan *passing* permainan bolabasket pada mahasiswa STKIP PGRI Jombang.

Kata Kunci: *Shot gun passing, circle passing, bolabasket.*

The aims of the research is to find out how much the effect of shot gun passing and circle passing to improve student's passing skills in STKIP PGRI Jombang. The method of this research is using quantitative with experiment method. The sample of this research used 2016 A and C class students of physical education who amount 63 students. There are 32 students were given shot gun passing training model and 31 students were given circle passing training model. The result of Paired Sample T-test showed that shot gun passing group got significant value 0.00 while the significant value of circle passing group is 0.00 less than alpha value (0.05) H_0 is rejected, could interpreted that there is difference influence between pre-test and post-test. While on the independent sample obtained significant value (2-tailed) amount $0.499 > 0.05$ it can be concluded that H_0 is accepted it means there is no difference significant influence on shot gun passing and circle passing model to improve passing skill of basketball. But the average of shot gun passing group better than circle passing group to improve student's passing skill of basketball in STKIP PGRI Jombang.

Keywords: *Shot gun passing, circle passing, basketball.*

PENDAHULUAN

Permainan bolabasket adalah permainan yang dimainkan oleh dua regu yang berlawanan mempunyai tujuan untuk memenangkan pertandingan. Permainan bolabasket juga melibatkan keterampilan yang harus diterapkan secara dinamis dan juga berulang-ulang. Aspek yang sangat penting dalam permainan bolabasket yaitu keterampilan atau sering disebut teknik. Teknik-teknik dasar dalam permainan bolabasket sebagai berikut: *ball handling, dribbling, passing, catching, shooting, rebounding (offense & defense), pivoting, setting screen, offensive moves (with & without the ball), defensive moves (slide*

step) (PERBASI, 2006:12). Sedangkan menurut Bakhit (2012) *basketball is considered one of the sports games which are include in the physical education approaches in schools that use a group of varios skill such as passing, receiving, dribbling and shooting*

Dari beberapa teknik dasar dalam bolabasket diatas, salah satu yang penting dimiliki pemain adalah teknik *passing* (mengumpan) karena *passing* adalah cara yang cepat untuk keberhasilan serangan. Sedangkan menurut Oliver (2007:35) *Passing* adalah salah satu kunci keberhasilan serangan sebuah tim dan sebuah unsur penentu tembakan-tembakan yang berpeluang besar mencetak angka. Selain itu *passing* juga penting agar bola tetap berada dipenguasaan dari lawan yang berusaha merebut. Kegunaan khusus dari *passing* adalah untuk mengalihkan bola dari daerah padat pemain, menggerakkan bola dengan cepat pada saat *fastbreak*, membangun permainan yang *offensive*, mengoper ke rekan yang sedang terbuka, serta mengoper dan memotong untuk melakukan tembakan sendiri (Wissel, 1996: 36). Pada dasarnya *passing* adalah memudahkan pemain untuk melakukan serangan yang membutuhkan kerja sama yang bagus antar pemain agar mencetak angka sebanyak-banyaknya dalam pertandingan. Sesuai pendapat Bazanov (2006) *The main aim of the offensive teamwork is to score points*

Passing bisa diawali dengan dengan menggunakan gerakan-gerakan tipuan, dengan cara berpura-pura mengarahkan bola ke arah teman dan setelah itu memberikan kelainan tema. Karena dengan melakukan gerakan tipuan lawan akan kesulitan untuk mengetahui arah bola. Hal ini sesuai pendapat (Vic, 2002: 25) penggunaan tipu ini paling efektif kalau dibantu dengan melangkah kesamping lawan, yang sedang mengawal ketat, dan melemparkan dengan satu tangan. Terkadang *passing* juga diawali dengan gerakan pura-pura *shooting* (menembak) agar lawan bisa tertipu dan dengan mudah bisa mencetak angka. Menurut (Kosasi, 2008) *passing* ada beberapa macam-macam dalam bolabasket, di antaranya adalah *chest pass, bounce pass, overhead pass, baseball pass, one hand push pass, hand of pass, hook pass, behind the back pass, under hand pass*

Ada beberapa macam latihan untuk meningkatkan keterampilan *passing* di antaranya adalah *Shot gun passing* dan *circle passing*. *Shot gun passing* terdiri dari dua tim dalam satu kelompok, tiap-tiap kelompok berhadapan dengan satu bola, melakukan *passing* setelah itu berjalan ke depan dan dikembalikan lagi dilakukan terus menerus sedangkan *circle passing* terdiri dari 1 kelompok tiap-tiap kelompok terdiri dari 4-6 pemain, salah satu anggota masing-masing kelompok masuk kedalam lingkaran dengan sebuah bola, anggota yang lain mengisi lingkaran, anggota yang berada didalam lingkaran melakukan *passing* ke anggota yang membentuk lingkaran setelah itu dikembalikan ke anggota yang berada di tengah dan dilakukan terus menerus. (Jeff & Joe, 2008:84)

Pada mahasiswa STKIP Jombang prodi pendidikan jasmani dan kesehatan pemahamannya tentang bolabasket sangatlah minim tidak hanya tentang pertandingan bolabasket, akan tetapi pemahaman tentang teknik dasar bolabasket sangatlah kurang. Disebabkan karena mahasiswa penjas basic dasar tidak hanya cabang bolabasket akan tetapi juga banyak dari cabang bola voli, sepak bola, futsal, pencak silat, karate dll. Hal ini menyebabkan lambatnya pemahaman khususnya tentang *passing* yang mengakibatkan kegiatan perkuliahan kurang efektif sehingga banyak kesalahan-kesalahan yang dilakukan mahasiswa seperti cara melempar bola, sasaran yang dituju, terlalu keras saat melempar dll.

Dari latar belakang di atas peneliti tertarik memberikan bentuk variasi model *passing* dalam bolabasket yaitu *shot gun passing* dan *circle passing*. Kedua *passing* ini efektif untuk meningkatkan kemampuan *passing* karena keduanya membuat mahasiswa lebih aktif bergerak, sasaran yang dilempar juga bergerak sehingga mahasiswa lebih berkonsentrasi saat melakukan *passing* dan juga dapat mengatur tenaga saat melakukan *passing*. Berdasarkan paparan di atas maka peneliti tertarik untuk mengaplikasikan model latihan *shot gun passing* dan *circle passing* serta untuk membuktikan kedua model pelatihan

tersebut dapat memberikan pengaruh atau tidak dan untuk mendapatkan hasil seberapa besar perbedaan pengaruh *shot gun passing* dan *circle passing* dalam meningkatkan keterampilan *passing* pada mahasiswa STKIP PGRI Jombang jurusan pendidikan jasmani dan kesehatan angkatan 2016.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Sedangkan jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen adalah penelitian yang dilakukan secara ketat untuk mengetahui sebab akibat di antara variabel. Salah satu ciri utama dari penelitian eksperimen adalah adanya perlakuan (Maksum, 2012: 65). Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *two group pretest-posttest design*. Variabel dalam penelitian ini yaitu variabel bebas adalah model latihan *shot gun passing* dan *circle passing* sedangkan variabel terikat adalah keterampilan *passing* permainan bola basket. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa program studi pendidikan jasmani angkatan 2016 A, B dan C yang mengikuti mata kuliah bola basket. Dalam hal ini sampel diambil secara *cluster random sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2016 A dan C. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah *tes wall bounce* pada permainan bola basket Johnson dan Nelson (1986).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Diskripsi Kelompok Shot Gun Passing dan Circle Passing

Deskriptif data berdasarkan dari hasil tes dan pengukuran yang diperoleh dari kelompok model *shot gun passing* dan *circle passing* yang disajikan pada tabel dibawah yaitu meliputi *mean* (rata-rata), nilai maksimal, nilai minimal dan *standart deviasi*.

Tabel 1. Deskripsi Hasil Pelatihan Shot Gun Passing dan Circle Passing

	Kelompok Shot Gun Passing		Kelompok Circle Passing	
	<i>Pretest</i>	<i>posttest</i>	<i>pretest</i>	<i>posttest</i>
<i>Mean</i>	35,91	39,59	36,00	38,90
<i>Maximum</i>	43,00	46,00	43,00	44,00
<i>Minimum</i>	27,00	32,00	24,00	29,00
<i>Standar Deviasi</i>	4,475	4,435	3,890	3,553

Berdasarkan dari tabel 1 diatas dapat diketahui bahwa hasil keterampilan *passing* sebelum diberikan perlakuan model pelatihan *shot gun passing* dengan (*mean*) rata-rata *pre-test* sebesar 35,91, nilai terendah 27,00, tertinggi adalah 43,00 dan *standar deviasi* 4,475. Sedangkan sesudah diberikan perlakuan hasil dari rata-rata *post-test* sebesar 39,59, nilai terendah 32,00, nilai tertinggi 46,00 dan *standar deviasi* 4,435. Sedangkan pada kelompok yang diberi model pelatihan *circle passing* dengan (*mean*) rata-rata *pre-test* sebesar 36,00, nilai terendah adalah 24,00, nilai tertinggi adalah 43,00 dan *standar deviasi* 3,890. Sedangkan sesudah diberikan perlakuan hasil dari rata-rata *post-test* sebesar 38,90 nilai terendah 29,00, nilai tertinggi 44,00 dan *standar deviasi* 3,553.

Uji normalitas digunakan untuk melihat atau menguji apakah data yang diteliti berasal dari populasi yang mengikuti sebaran normal atau tidak, dan apabila ingin mengetahui data tersebut berdistribusi normal atau tidak maka dapat dilihat atau diuji dengan *Kolmogorov Smirnov*.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

Kelompok data	Nilai Asymp. Sig. (2-tailed)	Taraf Signifikan	Keputusan
<i>Pretest circle pass</i>	0,170	0,05	Normal
<i>Pretest shotgun pass</i>	0,100	0,05	Normal

Kelompok data	Nilai Asymp. Sig. (2-tailed)	Taraf Signifikan	Keputusan
<i>Posttest circle pass</i>	0,116	0,05	Normal
<i>Posttest shotgun pass</i>	0,080	0,05	Normal

Berdasarkan dari tabel 2 diatas dapat diketahui bahwa nilai signifikan dari masing-masing variabel yaitu: *Pre-test hot gun passing* 0,170, *post-test shot gun passing* 0,100, *pre-testcircle passing* 0,115, *post-testcircle passing*. Untuk pengujian normalitas signifikansi seluruh variabel lebih besar dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa pada data variabel *pre-testshot gun passing*, *post-testshot gun passing*, *pre-testcircle passing*, *post-testcircle passing*, dari data-data diatas berdistribusi normal dengan kesimpulan H0 diterima.

Uji Homogenitas

Uji homogenitas bertujuan untuk melihat bahwa dalam kedua data atau lebih kelompok data berasal dari sampel populasi yang memiliki varians yang sama. Kehomogenan dapat dipenuhi jika membandingkan taraf signifikansi = 0,05 dengan nilai signifikansi pada statistik *Based on Mean*, dengan aturan apabila nilai signifikansi > 0,05 maka varians setiap sampel homogen. Hasil uji homogenitas data dilihat pada tabel-tabel di bawah ini:

Tabel 3. Uji Homogenitas Kelompok *Shot Gun Passing*, dan *Circle Passing*

Data Yang Diuji	Nilai Signifikansi	Taraf Signifikansi	Keputusan
<i>Pretest_Posttest_Circlepass</i>	0,979	0,05	Homogen
<i>Pretest_Posttest_Shotgunpass</i>	0,614	0,05	Homogen
<i>Pretest_Antar_Kelompok</i>	0,209	0,05	Homogen
<i>Posttest_Antar_Kelompok</i>	0,220	0,05	Homogen

Dari tabel 3 di atas dapat dilihat bahwa nilai Signifikansi dari *pre-testpost-testcircle passing* 0,979, *pre-testpost-testshot gun passing* 0,614, *pre-test antar kelompok* 0,209, dan *post-test antar kelompok* 0,220 lebih besar dari pada = 0,05 (5%). Jadi, hasil di atas dapat disimpulkan bahwa varians pada tiap kelompok berasal dari populasi yang adalah sama atau homogen dengan kesimpulan H0 diterima.

Pengujian Hipotesis

Paired Sample T-test adalah teknik analisa statistik yang dipakai untuk melihat ada tidaknya perbedaan mean dari dua kelompok sampel yang berpasangan. Sampel berpasangan yang dimaksud yaitu sampel yang digunakan sama dalam pengujian tetapi sampel tersebut dilakukan dua kali dalam waktu yang berbeda. Dalam hal ini, yang diuji adalah data dari *pretest* dan *posttest* tes keterampilan *passingwall bounce*. Hasil dari analisis data adalah sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Uji Beda (*Paired Sample T-test*)

Kelompok Yang Diuji	Nilai t_{hitung}	Nilai t_{tabel}	Sig. (2-tailed)	Taraf Signifikansi ()	Keterangan
Kelompok <i>shot gun passing</i>	13,241	1,6955	0,00	0,05	H ₀ ditolak
Kelompok <i>Circle Passing</i>	18,627	1,6972	0,00	0,05	H ₀ ditolak

Pengujian pengaruh model *shot gun passing* dalam meningkatkan keterampilan *passing*.

Dalam melakukan pengujian secara satu sisi (*one-tailed*), maka keputusannya adalah apabila $t_{hitung} > t_{tabel}$ atau maka H₀ ditolak dan H₁ diterima, begitu juga sebaliknya. Dengan tingkat signifikansi = 0,05 dan derajat bebas (*df: degree of freedom*) = $n-1$ dan nilai yang digunakan adalah 0,05 dan $df = 31$ ($32 - 1$), maka besarnya t_{tabel} adalah 1,6955. Berdasarkan tabel 4.4 diatas maka $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($18,627 > 1,6955$) maka H₀ ditolak.

Disamping itu, berdasarkan nilai signifikansi 0,00 yang kurang dari nilai α (0,05) dapat dikatakan bahwa peneliti memiliki keyakinan bahwa secara parsial ada pengaruh yang signifikan antara (sebelum-sesudah) model *shot gun passing* dalam meningkatkan keterampilan *passing* pada permainan bolabasket, dapat juga dikatakan ada peningkatan keterampilan *passing* sebelum dan sesudah diberikan pelatihan pada masing-masing kelompok tersebut.

Pengujian pengaruh model Circle Passing dalam meningkatkan keterampilan passing.

Dalam melakukan pengujian secara satu sisi (*one-tailed*), maka keputusannya adalah apabila $t_{hitung} > t_{tabel}$ atau maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, begitu juga sebaliknya. Dengan tingkat signifikansi = 0,05 dan derajat bebas (*df: degree of freedom*) = $n - 1$ dan nilai yang digunakan adalah 0,05 dan $df = 30$ ($31 - 1$), maka besarnya t_{tabel} adalah 1,6972. Berdasarkan tabel 4.5 diatas maka $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($13,241 > 1,6972$) maka H_0 ditolak.

Disamping itu, berdasarkan nilai signifikansi 0,00 yang kurang dari nilai α (0,05) dapat dikatakan bahwa peneliti memiliki keyakinan bahwa secara parsial ada pengaruh yang signifikan antara (sebelum-sesudah) model *Circle Passing* dalam meningkatkan keterampilan *passing* pada permainan bolabasket, atau dapat juga dikatakan ada peningkatan keterampilan *passing* sebelum dan sesudah diberikan pelatihan pada masing-masing kelompok tersebut.

Hasil Uji-t (independent sample) antara shot gun passing dan Circle Passing terhadap keterampilan passing

Table 5. Hasil Uji-t (*independent sample*)

Data Yang Diuji	Sig. (2-tailed)	Taraf Signifikansi	Keputusan
Posttest_Antar_Kelompok	,499	0,05	H_0 diterima

Berdasarkan hasil analisis seperti pada tabel 5 tersebut diperoleh nilai *sig (2-tailed)* sebesar $0,499 > 0,005$. Maka dengan hasil itu dapat di simpulkan bahwa, H_0 diterima yang berarti tidak ada perbedaan yang signifikan antara hasil *post test* dari kedua kelompok tersebut terhadap keterampilan *passing* bolabasket.

Berdasarkan uraian bab sebelumnya dapat diketahui bahwa model pelatihan *shot gun passing* dapat memberikan pengaruh yang cukup signifikan dalam meningkatkan keterampilan *passing* pada permainan bolabasket. Melalui pendapat (Jeff and Joe, 2008:84) bahwa *Shot gun passing* merupakan model *passing* yang bagus untuk meningkatkan keterampilan dan ketepatan pada permainan bolabasket, karena model *passing* ini dilakukan dengan berjalan tidak hanya diam di tempat, meskipun sasaran yang dilakukan hanya satu sasaran akan tetapi *passing* ini sangat membutuhkan kordinasi tangan–mata, kemampuan berkomunikasi dan juga fokus pada sasaran. Oleh karena itu dapat diartikan jika model pelatihan *shot gun passing* menjadi salah satu pelatihan yang cocok untuk meningkatkan keterampilan *passing* pada permainan bolabasket

Dalam pelatihan *shot gun passing* juga sangat membutuhkan kecepatan dalam melakukan *passing* karena pentingnya kecepatan akan membuat peluang melakukan *fast breaks* dan berpeluang besar untuk mencetak *point* hal ini sesuai pendapat (Gore, 2000). *Basketball is a game of continuously changing tempo, requiring speed acceleration, explosive movements such as rebounding, passing, jump shooting, fast breaks and high speed play*

Sedangkan model latihan *circle passing* juga berpengaruh cukup signifikan dalam meningkatkan keterampilan *passing* pada permainan bolabasket hal ini sesuai pendapat (Jeff and Joe, 2008:84) *Circle passing* merupakan salah *passing* yang bagus untuk meningkatkan keterampilan *passing*. Karena model *passing* ini tidak hanya menentukan satu

tujuan melainkan ada 3-5 sasaran yang harus dituju. *Passing* ini juga sangat membutuhkan koordinasi tangan–mata. Tujuan *passing* ini adalah untuk meningkatkan kerjasama tim selain itu juga meningkatkan fokus, mental dan fisik yang diperlukan dalam pemain bolabasket. sesuai pendapat pendapat Holfle dan Payne (1997), menjelaskan *assists are an indicator of teamwork, and give more opportunities to score an win*

SIMPULAN

Simpulan dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan model latihan *shot gun passing* dan *circle passing* dalam meningkatkan keterampilan *passing* pada permainan bolabasket, dapat dilihat dari nilai signifikansi *shot gun passing* dan *circle passing* yang kurang dari nilai *alpha* (0,05). Akan tetapi tidak ada perbedaan yang signifikan model latihan *shot gun passing* dan *circle passing*. Nilai *mean* dalam meningkatkan keterampilan *passing* permainan bolabasket kelompok *shot gun passing* lebih besar daripada kelompok *circle passing* menunjukkan bahwa rata-rata keterampilan *passing* kelompok *shot gun passing* lebih bagus daripada kelompok *circle passing* dalam permainan bolabasket. Keterbatasan antara lain model pelatihan yang digunakan hanya *shot gun passing* dan *circle passing* dalam meningkatkan keterampilan *passing* permainan bolabasket. Oleh karena itu adanya keterbatasan dalam penelitian ini maka disarankan pada penelitian selanjutnya dapat menggunakan model pelatihan *passing* yang lain seperti *pass and switch* ataupun *clap passing drill* dalam meningkatkan keterampilan *passing* pada permainan bolabasket agar hasil dalam penelitian tersebut dapat menambah wawasan untuk para mahasiswa, dosen pengampu mata kuliah bolabasket ataupun pelatih yang ingin meningkatkan prestasi di bidang olahraga khususnya permainan bolabasket.

DAFTAR PUSTAKA

- Amber, V. (2012). *Petunjuk Untuk Pelatih Dan Pemain Bolabasket*. Pioner Jaya: Bandung.
- Bakhtit, A.R. (2011). "The Sentimental Side Effect on Organizing Basketball Program". *IDOSI publications*. 4(1): 01-06.
- Bazanov, B., Vohandu, P., & Haljand, R. (2006). *Trends in Offensive Team Activity in Basketball*. Tallin University: Tallin
- Gore, C. (2000). *Physiological Tests For Elite Athletes*. Champaign Illinois: Human Kinetics
- Hofler, R.A., & Payne, J.E. (1997). Measuring Efficiency In The National Basket Association. *Econ let. Jurnal Of Econometrics Letters* 55(2).293-299.
- Jeff & Haefner, J. (2008). *60 Fun Basketball Drill and Games for youth coaches*. Breakthrough basketball. LLC.
- Jonson, B.L.&Nelson, J.K. (1986). *Practical Measurement for Evaluation in Physical Education*. McMillan Publishing Company: New York.
- Kosasi, D.(2008). *Fundamental Basketball (First Step to Win)*. Karangturi Media: Semarang.
- Maksum, A. (2012). *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Unesa University Press: Surabaya.
- PB PERBASI. (2006). *Panduan Pelatihan Pelatih/Wasit dan Juri Cabang Olahraga Bolabasket*. Surabaya.
- Wissel, H. (1996). *Bola Basket*. PT Rajagrafindo Persada: Jakarta.