

## PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN KOOPERATIF DENGAN METODE LATIHAN *DRILL* DAN KONSENTRASI TERHADAP KEMAMPUAN *LAY-UP SHOOT* ATLET BOLABASKET SMK NEGERI 7 PEKANBARU

Henri Saputra<sup>1</sup>, Hendri Neldi<sup>2</sup>, Ronni Yenes<sup>3</sup>, Damrah<sup>4</sup>

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang  
henrisaputra171@yahoo.co.id

Sejarah Artikel Submit: 25 Desember 2022 Revision: 10 Januari 2022 Tersedia  
Daring: 31 Januari 2023

### Abstrak

Masalah penelitian adalah kurangnya kemampuan *lay-up shoot* atlet bolabasket SMKN 7 Pekanbaru, karena bola jarang masuk ring, dan masih kurangnya konsentrasi atlet ketika melakukan *lay-up shoot*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) perbedaan kemampuan *lay-up shoot* atlet yang dengan metode latihan kooperatif dan metode *drill*; (2) pengaruh interaksi antara metode latihan kooperatif dan metode *drill*; (3) perbedaan kemampuan *lay-up shoot* atlet konsentrasi tinggi dengan metode kooperatif dan *drill*; serta (4) perbedaan kemampuan *lay-up shoot* atlet konsentrasi rendah dengan metode kooperatif dan *drill*. Metode penelitian ini adalah metode penelitian eksperimen faktorial. Sampel penelitian yang ditetapkan adalah 40 orang atlet bolabasket SMKN 7 Pekanbaru. Instrumen penelitian yang digunakan untuk pengumpulan data penelitian adalah instrumen tes *lay-up shoot* bolabasket, dan instrumen tes konsentrasi. Data penelitian ini dianalisis dengan uji beda *one-way Anova* dan uji Tukey. Hasil penelitian adalah: (1) terdapat perbedaan kemampuan *lay-up shoot* bolabasket yang diberi perlakuan metode latihan *drill* dan metode latihan kooperatif; (2) terdapat pengaruh interaksi antara metode latihan kooperatif dan konsentrasi terhadap kemampuan *lay-up shoot* bolabasket; (3) tidak terdapat perbedaan kemampuan *lay-upshoot* bolabasket atlet konsentrasi tinggi dengan metode latihan *drill* dan kooperatif; serta (4) tidak terdapat perbedaan kemampuan *lay-upshoot* bolabasket atlet konsentrasi rendah dengan metode latihan *drill* dan kooperatif.

**Kata Kunci :** Metode Latihan *Drill*, Metode Latihan Kooperatif, Konsentrasi, Kemampuan *Lay-Up Shoot*

### Abstract

*The research problem is the lack of lay-up shoot ability of basketball athletes at SMKN 7 Pekanbaru, because the ball rarely enters the ring, and the athlete's lack of concentration when doing a lay-up shoot. This study aims to determine: (1) differences in the lay-up shoot ability of athletes using the cooperative training method and the drill method; (2) the effect of the interaction between the cooperative*

*training method and the drill method; (3) differences in lay-up shoot ability of high concentration athletes with cooperative and drill methods; and (4) differences in the lay-up shoot ability of low concentration athletes using cooperative and drill methods. This research method is a factorial experimental research method. The research sample was determined to be 40 basketball athletes at SMKN 7 Pekanbaru. The research instruments used for research data collection were the basketball lay-up shoot test instrument, and the concentration test instrument. The research data were analyzed using the one-way Anova differential test and the Tukey test. The results of the study were: (1) there was a difference in the lay-up shoot ability of the basketball treated with the drill training method and the cooperative training method; (2) there is an interaction effect between cooperative training methods and concentration on the ability to shoot lay-up basketball; (3) there is no difference in the lay-up shoot ability of high concentration basketball athletes with drill and cooperative training methods; and (4) there is no difference in the lay-up shoot ability of low-concentration basketball athletes with drill and cooperative training methods.*

**Keywords:** *Drill Practice Method, Cooperative Training Method, Concentration, Lay-Up Shoot Ability*

## **A. PENDAHULUAN**

Pentingnya aktivitas fisik pada kehidupan yang berkualitas perlu dilakukan setiap insan pada umumnya melalui eksklusif yang disiplin rajin dan pastinya ingin sehat dan bugar wajib berolahraga sangat rutin. Olahraga didefinisikan menjadi kegiatan kegiatan fisik sebagai akibatnya memungkinkan pelaksananya menerima kesehatan dan prestasi maksimal. Indonesia merupakan negara berkembang yang sedang membangkitkan kemajuan di berbagai aspek, antara lain pada aspek pendidikan jasmani dan olahraga. Di Indonesia selain olahraga pendidikan yang digaungkan juga adalah olahraga rekreasi sebagai upaya meningkatkan prestasi olahraga. Dalam Undang-undang No. 11 Tahun 2022 pasal 1 ayat 17 bahwa: “Prestasi adalah usaha kerja keras yang menghasilkan prestasi melalui kegiatan yang bersifat kompetitif yang dimenangkan dengan tim maupun individual”.

Demi tercapainya prestasi yang optimal perlu dilaksanakan *training* olahraga dengan menggunakan latihan yang teratur dan terprogram supaya mampu mengikuti jenjang kompetisi yang diadakan. Pembinaan olahraga sebagai tanggung jawab mulai

pusat hingga wilayah, melalui induk organisasi yang terdapat pada pusat dan wilayah buat membudayakan dan mengarahkannya supaya tercapai prestasi olahraga yang membanggakan antara lain prestasi olahraga nasional bolabasket.

Bolabasket salah satu dari banyaknya permainan olahraga yang sangat populer di mana olahraga ini sangat populer di luar negeri. Setiap pemain agar memenangkan pertandingan harus memasukan bola kedalam keranjang lawan guna mencetak poin (PERBASI, 2012). Menurut Muhajir (2016) olahraga yang kontak fisik langsung dengan pemain yang mana masing-masing tim berjumlah 5 orang. Pada permainan bolabasket dibutuhkan dominasi teknik dasar yang baik buat menerima gerakan yang efektif dan efisien.

Perkembangan bolabasket yang ada di Indonesia sangat pesat, dibuktikananya banyak bermunculan klub basket dari yang tingkat nasional maupun daerah. Kompetisi bolabasket sering diadakan pada jenjang pelajar, umum, junior, senior hingga kompetisi perguruan tinggi yang ditangani secara professional yaitu kompetisi bolabasket antar klub dalam taraf nasional atau IBL (*Indonesia Basketball League*). Banyaknya kompetisi yang terdapat diindonesia menghasilkan atlet baru akan bermunculan untuk kemampuan tingkat profesional.

Di-era modernisasi saat ini semua tim harus berlomba-lomba untuk memperbaiki strategi bermain baik fisik, teknik dan taktik dalam bolabasket (Martinez, 2011). Teknik dasar bolabasket diperlukan tanpa adanya penguasaan teknik dasar bolabasket mengakibatkan sering hilangnya kontrol atas bola (Rubiana, 2017). Selain teknik dasar seperti menembak, mengumpan, memantulkan dan *rebound*, pemain perlu menguasai aspek lain seperti kerja sama tim, disertai keterampilan dasar. Banyaknya aspek yang perlu dilihat menjadikan bola basket sebagai cabang olahraga dengan tingkat kompleksitas tersendiri (Varghesei, 2014). Sejalan dengan menggunakan pendapat Mohaimin Abdul dan Khisore (2014) teknik dalam permainan bolabakset ini sangat sukar untuk dimainkan karena jika tidak sering dan dilatih maka pemain baru akan mulai sangat kerepotan karena teknik dasar

ini harus dilatih secara konsisten. Kemampuan *shooting* merupakan kemampuan seorang buat melakukan tembakan kekeranjang guna memasukan bola secara akurat menurut permainan yang telah disepakati (Etno, 2017). Menurut Zambova (2012) pada latihan bolabasket latihan *shooting* adalah bagian terpenting berdasarkan seluruh sesi.

Olahraga bolabasket menentukan kemenangan berdasarkan poin yang dicetak. Kemampuan menembak pemain akhirnya menjadi penentu dalam olahraga bolabasket. Kemampuan menembak yang dilatih dari teknik dasar menembak melibatkan berbagai gerakan yaitu gerakan sistem manusia dan gerakan mekanis. Penguasaan setiap gerakan menjadikan *shooting* dapat tercipta dengan baik (Liu, 2014). Teknik dasar menembak ada beberapa jenis yaitu: 1) *Onehand set shoot*, 2) *Free throw*, 3) *Jump shoot*, 4) *Threepoint shoot*, 5) *Hook shoot*, 6) *Lay-Up Shoot*, 7) *runeer (Lay-up yang di perpanjang)*. Dari macam-macam teknik dasar *shooting* yang sering dilakukan dalam permaian bolabasket yaitu *lay-up shoot*, karena lebih mudah dalam memasukkan bolabasket ke keranjang sehingga lebih efektif untuk mendapatkan poin. *Lay-up shoot* merupakan salah satu *shooting* pada jarak yang sangat dekat sama ring dengan cara melompat langkah melempar. Tembakan *lay-up* sangat menguntungkan karena gerakannya yang bebas dilakukan pada langkah kaki kanan maupun kiri terlebih dahulu. *Lay-up* sendiri dapat diartikan serangan kilat (*fast break*). Selain teknik *lay-up shoot* tinggi badan dan kemampuan meloncat (*jumping*) pemain menjadi faktor utama dalam melakukan *layup shoot*.

*Lay-up shoot* dalam komponennya sangat sederhana dalam jurnal Eko Julianto (2018) semua pemain basket bisa melakukan *lay-up shoot* dengan keterampilannya masing-masing keterampilan tersebut meliputi lompatan yang tinggi, akurasi dan kelincahan yang baik. Memang *lay-up shoot* bagi pemain basket adalah hal yang dasar untuk mencetak poin yang paling mudah *lay-up shoot* sendiri membantu sedikit kegagalan saat *shooting* kedalam ring karena *lay-up shoot* dilakukan dengan cara terdekat dengan ring atau keranjang.

Tembakan yang sering dilakukan pada permainan bolabasket adalah tembakan *lay-up*. Dalam definisinya *lay-up* merupakan tembakan yang menggunakan metode *stepping* atau *dribbling* sambil melompat ke arah dekat keranjang. Tembakan ini selalu dipakai seorang pemain lantaran memiliki keunggulan yaitu tembakan yang dilakukan lebih dekat dan diuntungkan menggunakan langkah dan lompatan sebagai akibatnya lebih gampang pada mencetak poin atau memasukan bola kedalam keranjang.

Keterampilan *Lay-up shoot* harus dikuasi setiap pemain bolabasket karena hal dasar untuk mencetak skor dengan cara yang paling mudah, maka dari itu perlu dikembangkan keterampilan *shooting* dengan beberapa metode latihan yang cocok agar kedepannya pemain dalam mencetak poin lebih mudah dan mendapat kemenangan maka dari itu perlunya metode latihan yang tepat guna *shooting* dengan *lay-up* maksimal.

Sudjana (2014) menyebutkan bahwa “Metode latihan biasanya digunakan untuk memperoleh keterampilan tergantung pada apa yang telah mereka pelajari”. Menurut Sagala (2014), “konsep ajar dengan *drill* atau konsep pembinaan ialah salah satu konsep pembelajaran atau melatih yang baik buat memberikan nilai tertentu”. Mahardika (2016) menjelaskan bahwa latihan *drill* sangat efektif dilakukan untuk meningkatkan latihan yang direncanakan. Selain itu hasil menunjukkan bahwa berlatih secara terus-menerus (*drill*) akan berguna bagi para pemain (Altfeld, dkk, 2017). Perlunya latihan *drill* dalam mengembangkan *shooting* khususnya *lay-up shoot* guna untuk memperbaiki komponen permainan yang bagus, jika *lay-up shoot* dilatih dengan cara terus menerus akan menjadikan kebiasaan sehingga dengan latihan *drill* keterampilan *lay-up shoot* bisa diperbaiki dengan baik dan benar setiap langkah lompat lalu *shooting* bagi para pemain.

Selain latihan *drill* untuk meningkatkan keterampilan *lay-up shoot* juga harus dilakukan dengan latihan Kooperatif, latihan Kooperatif sendiri Menurut Tampubolon (2014) Kooperatif dapat dijadikan “*positive interdependence*” dan

sama-sama pengertian antara setiap tim individual. Hal tersebut disebabkan oleh karakteristik pada permainan tim, yang masing-masing pemain mempunyai tugas bersama. Maka dari itu metode latihan kooperatif ini akan sangat baik jika dilakukan untuk melatih *lay-up shoot* pemain bolabasket.

Saat menggunakan *shooting* khususnya *lay-up shoot* juga perlu konsentrasi yang sangat tinggi karena gerakannya menggunakan biomotorik yang kompleks maka sangat perlu dilakukan latihan konsentrasi pada saat melakukan *shooting* sehingga target pada ring bolabasket bisa fokus memasukan bola. Dalam jurnal Uray Gustian (2016) fokus dan konsentrasi memiliki peranan yang penting ketika menjalani suatu pertandingan olahraga. Ini karena aktivitas olahraga tidak hanya berinteraksi dengan bagian tubuh manusia tetapi dengan seluruh proses psikofisik manusia.

Berdasarkan kajian yang telah dijabarkan diatas bahwa *lay-up* dalam permainan bolabasket memang hal dasar yang harus dikuasai pemain agar mampu memasukan bola ke dalam keranjang dan mendapatkan poin, namun tidak semudah yang dipikirkan bahwa *lay-up shoot* banyak komponen yang harus dikuasai dengan cara berlatih dengan sungguh-sungguh, dalam penelitian ini akan dikaji tentang bagaimana pentingnya peran metode latihan *drill* pada hasil *lay-up shoot* atlet, metode latihan kooperatif dengan hasil *lay-up shoot* dan yang terpenting konsentrasi pada hasil *lay-up shoot*.

SMK Negeri 7 Pekanbaru merupakan sekolah yang membina ekstrakurikuler untuk menggali potensi diri siswa guna sebagai wadah untuk mengembangkan katemampilan mereka. Setiap musim pertandingan ekstrakurikuler bolabasket sangat didukung oleh sekolah tersebut karena dari setiap tahunya mendapatkan prestasi dalam kejuaraan yang diikuti. Sarana dan prasarana disertai dengan *training* yang tepat selalu diberikan kepada anak didik sehingga mampu menciptakan atlet yang berkualitas dan akhirnya prestasi sekolah juga meningkat. Pelaksanaan ekstrakurikuler selalu diprogramkan sesuai dengan kebutuhan latihan dalam satu

minggu tiga kali yang biasanya ditentukan dan jam yang telah dipastikan sesuai jadwal yang telah disusun.

Berdasarkan hasil observasi penulis pada atlet bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru banyak atlet yang kemampuan *shooting* cukup baik, namun lain hal dengan kemampuan *lay-up shoot* yang kurang baik, karena lebih banyak *shooting* atlet yang masuk dibandingkan hasil *lay-up shoot*. Dimana sewaktu atlet melakukan *lay-up shoot* yang nampak masih kaku dengan kata lain langkah lompat dan lempar sebagai karakter *lay-up shoot* juga kurang, secara umum sudah bisa tetapi kadang kadang ada yang masih melenceng, ada atlet yang masih ragu ragu dalam melakukan *lay-up shoot* ada juga atlet dalam melakukan lompatan kurang maksimal, atlet yang memiliki postur yang tinggi kurang baik saat melakukan *lay-up shoot*, hal ini disebabkan karena kurangnya latihan secara rutin dan berulang-ulang. Latihan dapat membantu mengurangi kegagalan dalam melakukan *lay-up shoot*.

Secara konsentrasi pemain cenderung bingung saat mau melakukan *shooting* ke ring, seharusnya ditembakkan justru sebaliknya diumpun ke temannya sehingga kesempatan saat mendapatkan poin jadi tidak maksimal. Kejadian yang sering terlihat oleh peneliti pada saat latihan menjadikan peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut mengenai gerakan *lay-up* yang dilakukan oleh pemain. Hasilnya ketepatan lemparan pemain ternyata kurang yang akhirnya kesempatan dalam mencetak angka juga semakin kecil. Hal lainnya yang terlihat oleh peneliti adalah gerakan *lay-up* pemain ternyata menempatkan bola jauh dari keranjang disertai lemparan yang keras menjadikan bola memantul keras pada waktu mendekati ring.

Faktor yang sangat berpengaruh terhadap kemampuan *lay-up shoot* dari beberapa faktor yang diuraikan di atas, diduga faktor kurangnya latihan *drill* dan latihan kooperatif dengan konsentrasi sangat dibutuhkan saat melakukan *shooting* ke daerah lawan. Dengan melalui latihan *drill* dengan skala rutin dan berulang-ulang akan secara otomatis atlet melakukan gerakan *lay-up* dengan baik dan benar, dan pada latihan kooperatif atlet bisa mengevaluasi setiap gerakan saat melakukan

kesalahan pada tim saat latihan bersama, maka dari itu *lay-up* juga sangat butuh konsentrasi yang sangat tinggi sehingga tujuan awal ingin memasukan bola kekeranjang bisa fokus dan sesuai target.

## **B. METODE PENELITIAN**

Metode yang dipakai pada penelitian ini merupakan metode eksperimen faktorial menggunakan *treatment*. Penentuan desain merujuk dalam pendapat Sudjana, yaitu unit-unit eksperimen dikelompokkan pada sel demikian sebagai akibatnya unit-unit eksperimen pada pada sel ini sejenis unit eksperimen pada pada sel sama menggunakan perlakuan yang sedang diteliti (Sudjana. 20014). Selain itu Fraenkel & Wallen (2009) mengungkapkan faktorial desain merupakan desain penelitian menggunakan memodifikasi menurut *posttest-only control* atau *pretest-posttest control* kelompok dan peneliti menambahkan variabel lain.

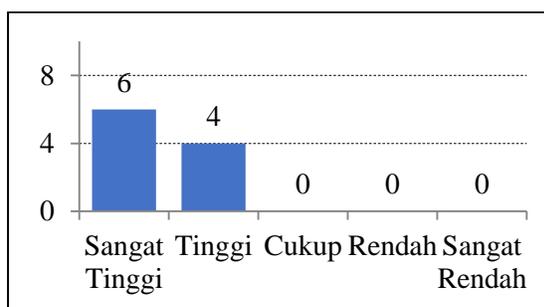
Menurut Erli Barlian (2016) bahwa penelitian *causal comparative* adalah untuk mengkaji hubungan sebab akibat dengan membandingkan kelompok-kelompok, kelompok dalam penelitian ini dimaksud yaitu  $A_1B_1$  disebut kelompok latihan metode kooperatif dengan konsentrasi tinggi,  $A_1B_2$  disebut kelompok latihan metode kooperatif dengan konsentrasi rendah.  $A_2B_1$  disebut kelompok latihan metode *drill* dengan konsentrasi tinggi,  $A_2B_2$  disebut kelompok latihan metode *drill* dengan konsentrasi rendah.

Desain Penelitian menggunakan dua kelompok untuk memperoleh *treatment* berbeda, yaitu pemberian metode latihan kooperatif dan metode latihan *drill*. Desain penelitian juga ditegaskan dengan bukti bentuk penelitian. Sampel diambil dari atlet laki-laki Bolabasket SMK Negeri 7 Kota Pekanbaru, yaitu 40 orang. Maka pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik total sampling (sampel jenuh), dimana seluruh populasi dijadikan sampel (Sugiyono, 2012).

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian yang berjudul perbedaan pengaruh metode latihan kooperatif, metode latihan *drill*, dan konsentrasi terhadap kemampuan *lay-up shoot* atlet bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru ini adalah penelitian eksperimen faktorial. Dimana yang menjadi perlakuan (*treatment*) adalah metode latihan kooperatif dan metode latihan *drill*. Tidak ada penilaian terkait perlakuan tersebut, karena yang dilihat adalah hasil dari kedua perlakuan tersebut, yaitu kemampuan *lay-up shoot* atlet setelah mengikuti perlakuan. Sehingga data yang dideskripsikan dalam penelitian ini adalah data kemampuan *lay-up shoot*. Dimana data kemampuan tersebut terbagi ke dalam empat kelompok atlet seperti berikut ini:

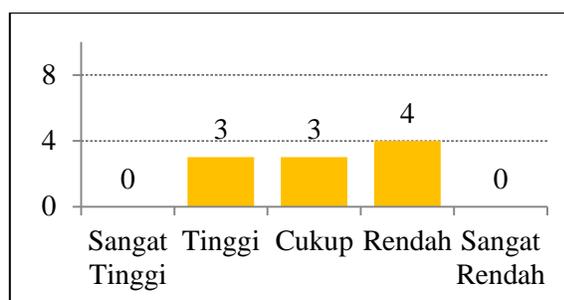
Setelah diberikan perlakuan metode latihan kooperatif, maka data kemampuan *lay-up shoot* atlet dengan konsentrasi tinggi adalah bervariasi, dari lima kategori penilaian kemampuan *lay-up shoot* yang ditetapkan, kemampuan *lay-up shoot* atlet SMKN 7 Pekanbaru hanya terdistribusi pada dua kategori penilaian. Lebih jelasnya mengenai kemampuan *lay-up shoot* dapat dilihat pada gambar berikut.



Gambar 1. Distribusi Data Kemampuan *Lay-Up Shoot* Kelompok Metode Latihan Kooperatif dengan Konsentrasi Tinggi

Distribusi kemampuan *lay-up shoot* atlet bolabasket konsentrasi tinggi di SMKN 7 Pekanbaru setelah belajar dengan metode latihan kooperatif, diperoleh bahwa sebagian besar atlet memiliki kemampuan *lay-up shoot* bolabasket yang sangat tinggi, dan sebagian kecil memiliki kemampuan *lay-up shoot* bolabasket yang tinggi, tidak ada atlet yang memiliki kemampuan *lay-up shoot* atlet dengan kategori cukup, rendah dan sangat rendah.

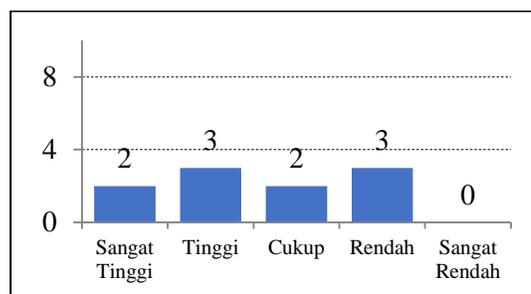
Terdapat keunikan pada atlet dengan konsentrasi rendah setelah latihan dengan metode kooperatif. Walaupun atlet memiliki konsentrasi rendah, tetapi terdapat atlet yang memperoleh kategori penilaian kemampuan *lay-up shoot* yang tinggi. Lebih jelasnya mengenai kemampuan atlet konsentrasi rendah setelah diberikan perlakuan metode kooperatif, dapat dilihat pada gambar berikut ini.



Gambar 2. Distribusi Data Kemampuan *Lay-Up Shoot* Kelompok Metode Kooperatif dengan Konsentrasi Rendah

Data pada Gambar 2 menunjukkan bahwa sebagian besar atlet konsentrasi rendah memiliki kemampuan *lay-up shoot* yang tinggi, dan diikuti oleh kemampuan *lay-up shoot* yang cukup. Sebagian lainnya memiliki kemampuan *lay-up shoot* yang rendah, dan tidak yang memiliki kemampuan yang sangat rendah.

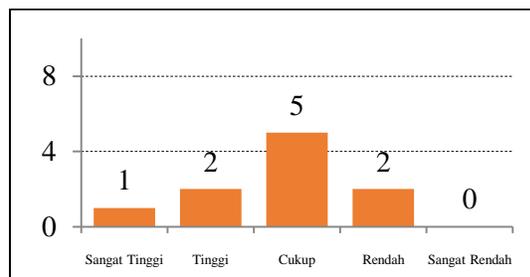
Atlet bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru yang memiliki konsentrasi tinggi kemudian diberikan perlakuan metode latihan *drill* dalam latihan *lay-up shoot*. Hasil kemampuan *lay-up shoot* atlet dengan konsentrasi tinggi tersebar pada penilaian sangat tinggi, tinggi, cukup dan rendah. Lebih jelasnya mengenai kemampuan *lay-up shoot* atlet konsentrasi tinggi, dapat dilihat pada gambar berikut ini.



Gambar 3. Distribusi Data Kemampuan *Lay-Up Shoot* Kelompok Metode *Drill* dengan Konsentrasi Tinggi

Berdasarkan gambar 3 tersebut, bahwa sebagian besar atlet dengan konsentrasi tinggi setelah latihan dengan metode *drill* memperoleh kategori kemampuan *lay-up shoot* yang sangat tinggi, tinggi dan cukup, dan rendah, tetapi tidak ada atlet yang memiliki kemampuan *lay-up shoot* yang sangat rendah.

Kemampuan *lay-up shoot* atlet bolabasket SMKN 7 Pekanbaru yang memiliki konsentrasi rendah dalam pembelajaran metode latihan *drill* hanya tercapai pada empat kategori penilaian, dan terdapat satu atlet dengan kemampuan *lay-up shoot* yang sangat tinggi. Lebih jelasnya dapat dilihat gambar berikut.



Gambar 4. Distribusi Data Kemampuan *Lay-Up Shoot* Kelompok Metode Latihan *Drill* dengan Konsentrasi Rendah

Terlihat dari Gambar 4 tersebut, bahwa sebagian besar kemampuan *lay-up shoot* atlet bolabasket SMKN 7 Pekanbaru yang memiliki konsentrasi rendah dalam pembelajaran metode latihan *drill* adalah berkategori cukup, kemudian sebagian lainnya berkategori tinggi dan rendah, dan hanya satu orang yang memiliki kategori penilaian kemampuan yang sangat tinggi.

Berdasarkan hasil hitung dari uji normalitas data dengan aplikasi SPSS, diperoleh nilai *Asymp. Sig* sebesar 0,619. Nilai *Asymp. Sig* tersebut lebih besar dari nilai  $\alpha$  ( $0,619 > 0,05$ ). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa semua data penelitian ini berdistribusi normal. Kemudian dari hasil hitung uji homogenitas dengan aplikasi SPSS, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,088, dimana nilai signifikansi tersebut lebih besar dari nilai  $\alpha = 0,05$  ( $0,088 > 0,05$ ). Dengan demikian data penelitian ini berdistribusi normal adalah homogen.

Berdasarkan hipotesis penelitian yang telah ditetapkan, bahwa penelitian eksperimen faktorial ini terdiri atas empat hipotesis penelitian. Dimana hipotesis

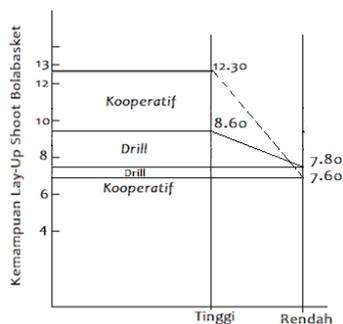
penelitian ini diuji dengan uji beda parametrik *one way Anova*, dan uji lanjutan untuk mengetahui nilai bedanya menggunakan uji Tukey. Kedua pengujian tersebut menggunakan aplikasi *SPSS for windows*. Adapun hasil pengujiannya adalah sebagai berikut:

1. Terdapat Perbedaan Kemampuan *Lay-Up Shoot* Bolabasket Tim SMK Negeri 7 Pekanbaru yang Diberikan Perlakuan Metode Latihan Kooperatif dan Metode Latihan *Drill*

Melalui hasil perhitungan tes *one way Anova*, diperoleh nilai  $F_{hitung}$  sebesar 5,718. Kemudian nilai  $F_{tabel}$  untuk 40 orang sampel tersebut adalah 4,098. Sehingga nilai  $F_{hitung}$  lebih besar dari pada nilai  $F_{tabel}$  ( $4,154 > 4,098$ ). Besarnya nilai  $F_{hitung}$  membuktikan bahwa terdapat perbedaan kemampuan *lay-up shoot* bolabasket pada atlet yang diberikan perlakuan metode latihan kooperatif dengan atlet yang diberikan perlakuan metode *drill*.

2. Terdapat Pengaruh Interaksi antara Metode Latihan Kooperatif dan Metode Latihan *Drill* terhadap Kemampuan *Lay-Up Shoot* Bolabasket Tim SMK Negeri 7 Pekanbaru

Melalui hasil hitung, diketahui nilai  $t_{hitung}$  lebih besar dari nilai  $t_{tabel}$  ( $3,642 > 2,093$ ). Artinya terdapat pengaruh metode latihan kooperatif dan metode latihan *drill* terhadap kemampuan *lay-up shoot* bolabasket atlet SMK Negeri 7 Pekanbaru. Kemudian signifikansi hasil hitung dari nilai  $t$  adalah 0,002. Nilai tersebut lebih kecil dari nilai  $\alpha$  ( $0,002 < 0,05$ ). Dengan demikian, terjadi pengaruh signifikan dari penerapan metode latihan kooperatif dan metode latihan *drill* terhadap kemampuan *lay-up shoot* bolabasket atlet SMK Negeri 7 Pekanbaru.



Keterangan:

- = Konsentrasi Atlet
- - - - - = Pendekatan Pembelajaran

Gambar 5. Interaksi Pemberian Perlakuan Metode Kooperatif dan Metode Latihan Drill terhadap Kemampuan Lay-Up Shoot

Gambar tersebut memperlihatkan daya pembeda yang signifikan antara pengaruh metode kooperatif yang diberikan pada atlet yang memiliki konsentrasi tinggi dari yang diberikan pada kelompok atlet yang memiliki konsentrasi rendah. Demikian juga sebaliknya ada perbedaan antara pengaruh metode drill yang diberikan pada kelompok atlet yang memiliki konsentrasi tinggi dengan yang diberikan pada kelompok atlet yang memiliki konsentrasi rendah.

Baik itu pada atlet yang memiliki konsentrasi tinggi maupun rendah, penggunaan metode latihan kooperatif mencapai hasil yang lebih tinggi dibandingkan dengan penggunaan metode latihan drill. Hal tersebut mengindikasikan bahwa latihan dengan metode kooperatif dapat menghasilkan kemampuan lay-up shoot lebih baik pada atlet bolabasket SMKN 7 Pekanbaru.

3. Terdapat Perbedaan Kemampuan Lay-Up Shoot Bolabasket Tim SMK Negeri 7 Pekanbaru yang Memiliki Konsentrasi Tinggi dengan Metode Latihan Kooperatif dan Metode Latihan Drill

Berdasarkan hasil hitung pengujian *one way Anova* dari nilai  $F_{hitung}$  dan nilai signifikansinya. Nilai  $F_{hitung}$  yang diperoleh adalah 15,306 dengan

signifikansi 0,001. Nilai tersebut menunjukkan bahwa nilai  $F_{hitung}$  lebih besar dari nilai  $F_{tabel}$  ( $15,306 > 4,414$ ). Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa terdapat perbedaan kemampuan *lay-up shoot* atlet konsentrasi tinggi dengan perlakuan metode latihan kooperatif dan metode latihan *drill*. Kemudian hasil hitung signifikansinya lebih besar dari nilai  $\alpha$  ( $0,001 < 0,05$ ). Artinya, tidak terdapat perbedaan signifikan antara kemampuan *lay-up shoot* atlet konsentrasi tinggi dengan perlakuan metode latihan kooperatif dan kemampuan *lay-up shoot* atlet konsentrasi tinggi dengan metode latihan *drill*. Hal itu diperkuat oleh nilai signifikansi Tukey sebesar 0,03, dimana nilai tersebut lebih kecil dari 0,05, yaitu terdapat perbedaan kemampuan *lay-up shoot* atlet konsentrasi tinggi dengan perlakuan metode latihan kooperatif dan metode latihan *drill*.

4. Terdapat Perbedaan Kemampuan *Lay-Up Shoot* Bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru yang Memiliki Konsentrasi Rendah dengan Metode Latihan Kooperatif dan Metode Latihan *Drill*

Diketahui bahwa hasil tes menunjukkan nilai  $F_{hitung}$  lebih kecil dari nilai  $F_{tabel}$  ( $0,042 > 4,414$ ). Hal itu menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan kemampuan *lay-up shoot* atlet konsentrasi rendah dengan perlakuan metode latihan kooperatif dan metode latihan *drill*. Dimana nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar dari 0,05, artinya tidak terdapat perbedaan yang signifikan. Perbedaan tersebut diperkuat oleh nilai signifikansi Tukey yang juga lebih besar dari pada taraf signifikansi 0,05 ( $0,997 > 0,05$ ).

Perbedaan hasil latihan kedua metode latihan (metode kooperatif dan metode *drill*) tersebut dilakukan dengan uji parametrik *one way anova* dan uji lanjutan berupa uji Tukey. Dimana penelitian eksperimen faktorial ini menghasilkan empat hipotesis penelitian.

1. Terdapat perbedaan kemampuan *lay-up shoot* tim bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru yang diberikan perlakuan metode latihan kooperatif dan metode latihan *drill* diterima, karena metode latihan kooperatif atlet tidak hanya

latihan dengan instruksi pelatih, tetapi juga dapat berlatih dengan teman kelompoknya hingga atlet memiliki mampu melakukan *lay-up shoot* dengan baik. Sehingga kemampuan yang dihasilkan metode kooperatif dan metode latihan *drill* berbeda.

2. Terdapat pengaruh interaksi antara metode latihan kooperatif dan metode latihan *drill* terhadap kemampuan *lay-up shoot* tim bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru diterima, karena metode latihan kooperatif dan metode latihan *drill* sama-sama metode untuk melatih kemampuan atlet, sehingga kedua metode tersebut berpengaruh terhadap kemampuan *lay-up shoot* bolabasket. Namun terdapat interaksi antara tara metode latihan kooperatif dan metode latihan *drill*, karena kemampuan *lay-up shoot* metode latihan *drill* konsentrasi tinggi lebih tinggi dibandingkan kemampuan *lay-up shoot* atlet dengan metode latihan kooperatif konsentrasi rendah.

Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Nur Daviq (2019) membuktikan ada pengaruh yang signifikan antara hubungan metode latihan terhadap prestasi tembakan free-throw ( $F_{hitung} = 4,31 > F_{tabel} = 4,26$ ). Kemudian Reganandra Veri Pradana (2019) juga membuktikan bahwa metode pembelajaran kooperatif berpengaruh terhadap peningkatan *lay-up shooting* murid kelas dua SMKM 1 Trenggalek 2018/2019.

3. Terdapat perbedaan kemampuan *lay-up shoot* tim bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru yang memiliki konsentrasi tinggi dengan metode latihan kooperatif dan metode latihan *drill* diterima, walaupun atlet konsentrasi tinggi sama-sama diberikan metode latihan, tetapi metode kooperatif memiliki nilai kemampuan lebih tinggi. Karena atlet dengan perlakuan kooperatif mendapatkan kemudahan belajar, tidak hanya melalui pelatih tetapi juga dengan temannya.
4. Terdapat perbedaan kemampuan *lay-up shoot* tim bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru yang memiliki konsentrasi rendah dengan metode latihan

kooperatif dan metode latihan *drill* ditolak. Sama halnya seperti atlet konsentrasi tinggi, terdapat perbedaan rata-rata kemampuan atlet konsentrasi rendah dengan metode kooperatif dan metode *drill*, tetapi perbedaan terjadi tidak signifikan. Sehingga hasil pengujian menunjukkan tidak adanya perbedaan hasil perlakuan pada level konsentrasi atlet yang sama.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh kesimpulan bahwa kemampuan *lay-up shoot* bolabasket dengan perlakuan metode kooperatif lebih baik dibandingkan dengan perlakuan metode *drill*, karena rata-rata kemampuan *lay-up shoot* bolabasket dengan metode kooperatif lebih tinggi dibandingkan rata-rata kemampuan *lay-up shoot* bolabasket metode *drill* ( $9,95 > 8,20$ ). Melalui tujuan penelitian, diperoleh bahwa:

1. Terdapat perbedaan kemampuan *lay-up shoot* tim bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru yang diberikan perlakuan metode latihan kooperatif dan metode latihan *drill*. Hal itu diketahui dari nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,05 ( $0,049 < 0,05$ ). Artinya, metode latihan *drill* dan metode latihan kooperatif memiliki dampak yang berbeda bagi peningkatan kemampuan *lay-up shoot* bolabasket atlet bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru.
2. Terdapat pengaruh interaksi antara metode latihan kooperatif dan metode latihan *drill* terhadap kemampuan *lay-up shoot* tim bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru. Karena kemampuan *lay-up shoot* atlet konsentrasi tinggi dengan metode *drill* lebih tinggi dibandingkan atlet konsentrasi rendah dengan metode kooperatif. Sedangkan kemampuan *lay-up shoot* atlet konsentrasi rendah dengan metode kooperatif lebih tinggi dibandingkan kemampuan *lay-up shoot* atlet konsentrasi rendah dengan perlakuan metode latihan
3. Terdapat perbedaan kemampuan *lay-up shoot* tim bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru yang memiliki konsentrasi tinggi dengan metode latihan kooperatif dan metode latihan *drill*. Karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ( $0,001$

> 0,05). Dengan demikian, kemampuan *lay-up shoot* atlet yang latihan dengan metode kooperatif lebih baik dibandingkan dengan metode latihan *drill*.

4. Tidak terdapat perbedaan kemampuan *lay-up shoot* tim bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru yang memiliki konsentrasi rendah dengan metode latihan kooperatif dan metode latihan *drill*. Karena nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 ( $0,840 > 0,05$ ). Dengan demikian, atlet dengan konsentrasi sama-sama rendah tidak terdapat memiliki perbedaan kemampuan *lay-up shoot* yang signifikan, walaupun diberikan perlakuan metode latihan yang berbeda.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Altfeld, M., Georg Behrens, B., dkk (2011). *Hiv 2011. Medizin Fokus Verlag*.  
www.hivbook.com
- Barlian, Eri. 2016. *Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Padang: Sukabina Press.
- Eko Julianto, Sukirno, S., & Giartama, G. (2018). *Pengaruh Latihan Single Leg Stride Jump Terhadap Hasil Lay Up Shoot Siswa Putra Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Bola Basket Di Smp Negeri 1 Indralaya* (Doctoral dissertation, Sriwijaya University).
- Etno, S. (2017). *Hubungan Daya Ledak Tungkai Dengan Kemampuan Jump Shoot Pada Permainan Bolabasket Siswa SMA Negeri 4 Makassar*. *Jurnal Competitor*. 2(3): 24.
- Gustian R. (2016). *Campak pada Anak*. Volume 43 Nomor 3
- Liu, B. (2014). *Research on Basketball Shooting Techniques Best Parameter Based On Numerical Simulation and Matlab Simulation*. *Jurnal of Chemical and Pharmaceutical Research*. 6(1): 34-40.
- Mahardika, N. (2016). *Pengembangan Program Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kemampuan Siswa dalam Mengelola Stres*. *Jurnal Konseling Gusjigang*, (Online), Vol. 2, No.1 (dipublikasikan Juni 2016).
- Mohaimin, Abdul, & Kishore, Y. (2014). *Pengembangan Model Latihan Kombinasi Dribbling, Passing, dan Shooting Peserta Ekstrakurikuler*
- Muhajir, M. dkk. (2016). *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*. Jakarta: Erlangga. *Bolabasket di SMP Negeri 2 Kota Malang*. *Jurnal Pendidikan Jasmani*. 26(2): 351-364.
- Muh Daviq Nur (2019). *Pengaruh Metode Latihan Dan Konsentrasi Terhadap Hasil Shooting Free Throw Pada Permainan Bolabasket Putri Ekstrakurikuler Di SMA Negeri Mayong*. Universitas Negeri Semarang
- PERBASI. (2012). *Peraturan Resmi Bolabasket*. Jakarta.

- Reganandra Veri Pradana (2019). *Pengaruh Metode Pembelajaran Kooperatif Learning Tipe Jigsaw Terhadap Peningkatan Lay Up Shoot Bolabasket Pada Siswa Kelas 2 Smkm 1 Trenggalek 2018/2019*. Universitas Nusantara PGRI Kediri.
- Rubiana, I. (2017). *Pengaruh pembelajaran shooting (free throw) dengan alat bantu rentangan tali terhadap hasil shooting (free throw) dalam permainan bolabasket*. *Jurnal Siliwangi*, 3(2), 248–257.
- Sagala, S. 2014. *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta. (Hal. 217)
- Sudjana, N. 2014. *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo. (hal. 84)
- Sugiyono, (2012). *Pengaruh Model Pembelajaran dan Koordinasi Terhadap Kemampuan Shooting Bolabasket*. *Jurnal Gelanggang Remaja*. 2(1): 108-119.
- Tampubolon Saur. (2014). *Penelitian Tindakan Kelas Sebagai Pengembangan Profesi Pendidik dan Keilmuan*. Jakarta: Erlangga.
- Undang-undang Republik Indoensia Nomor 11 Tahun 2022 tentang Keolahragaan.
- Varghese. V, & Tang H. (2014). *Using Molekular Representation to aid student understanding of stereomical concepts*. *Journal of Chemical Education*, 87 (12), hlm. 1425-1429.
- Zambova, D. (2012). *An Efficiency Shooting Program for Youth Basketball Players*. *Sport Gogia*, (Online), 8(1): 87-92.