

## ABSTRAK

**Rival Makrifa Aryan. 2019. Tingkat Kemampuan *shooting Free Throw* atlet SMA Adabiah 2 Padang. Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang**

Masalah penelitian ini adalah masih belum maksimalnya kemampuan shooting *Free Throw* atlet bolabasket SMA Adabiah 2 Padang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimanakah kemampuan shooting *Free Throw* bolabasket atlet SMA Adabiah 2 Padang.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yaitu mengenai kemampuan shooting *Free Throw*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet bolabasket SMA adabiah Padang yang berjumlah 15 orang atlet. Sampel penelitian ini menggunakan *total sampling*, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 15 orang atlet. Instrument dalam penelitian ini adalah tes kemampuan dalam melakukan *shooting* dengan tujuan melihat kemampuan seorang pemain bolabasket dalam melakukan tembakan bebas (*shooting Free Throw*). Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah teknik analisis deskriptif persentatif.

Hasil penelitian ini adalah Rata-rata kemampuan shooting free throw atlet bolabasket SMA adabiah berada pada kategori sedang.