

**TINJAUAN KEMAMPUAN TEKNIK DASAR ATLET BOLA BASKET  
SISWA SMA PEMBANGUNAN LABORATORIUM  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Departemen Pendidikan Olahraga Sebagai  
Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



**OLEH:**

**ZULKIFLI  
NIM. 18086515**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLARHAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

2022

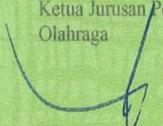
PERSETUJUAN SKRIPSI

TINJAUAN KEMAMPUAN TEKNIK DASAR ATLET BOLABASKET  
SISWA SMA PEMBANGUNAN LABORATORIUM  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG

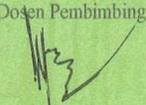
Nama : Zulkifli  
NIM : 18086515  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi  
Departemen : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2022

Mengetahui,  
Ketua Jurusan Pendidikan  
Olahraga

  
Drs. Zarwan, M.Kes  
NIP.1961123019988031003

Disetujui Oleh,  
Dosen Pembimbing

  
Drs. Nirwandi, M.Pd  
NIP. 195809141981021001

**HALAMAN PENGESAHAN LULUSAN SKRIBSI**

**Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang**

**Judul** : Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Atlet Bolabasket Siswa  
SMA Pembangunan Laboratorium Universitas Negeri  
Padang  
**Nama** : Zulkifli  
**NIM** : 18086515  
**Program Studi** : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi  
**Departemen** : Pendidikan Olahraga  
**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan

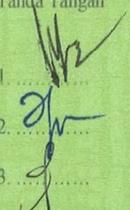
Padang, Agustus 2022

**Tim Penguji**

1. Ketua : Drs. H. Nirwandi, M.Pd  
2. Anggota : Dr Hendri Neldi, M. Kes. AIFO  
3. Anggota : Ibnu Andli Marta, S.Pd, M.Pd

**Tanda Tangan**

1. ....  
2. ....  
3. ....



## PERYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas berupa skripsi dengan judul "Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Atlet Bolabasket Siswa SMA Pembangunan Laboratorium UNP" adalah karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, arahan dari pembimbing.
3. Didalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dengan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyuapangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Agustus 2022

Yang membuat pernyataan



Zulkiffi

NIM 18086515

## ABSTRAK

**Zulkifli, (2022). : *Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Atlet Bola basket Siswa Sekolah Menengah Atas Pembangunan Laboratorium Universitas Negeri Padang.***

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya teknik dasar bola basket yang dimiliki oleh Atlet Bola basket Sekolah Menengah Atas laboratorium UNP. Kemampuan teknik dasar yang dimaksud adalah: kemampuan *shooting*, *dribbling* dan *passing*. Penelitian ini bertujuan untuk memotivasi atlet agar memperbaiki teknik mereka ke arah yang lebih baik lagi, dan juga berguna bagi sekolah untuk memberikan semangat dan motivasi agar Atlet Bola basket Sekolah Menengah Atas laboratorium UNP menjadi lebih berprestasi.

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah klub bola basket putra Sekolah Menengah Atas Pembangunan Laboratorium UNP yang berjumlah 15 pemain. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik Total sampling dengan jumlah sampel 15 pemain. Instrumen penelitian ini menggunakan rangkaian tes tingkat teknik dasar bermain bola basket yang meliputi, kemampuan *shooting*, *dribbling* dan *passing*. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode analisis statistik deskriptif.

Berdasarkan analisis statistik deskriptif, didapat hasil penelitian sebagai berikut: (1) Rata-rata kemampuan *shooting* yang dimiliki oleh Atlet adalah sebesar 18 atau masuk ke dalam klasifikasi “Sedang”. (2) Rata-rata kemampuan *dribbling* yang dimiliki oleh Atlet adalah sebesar 13,00 detik atau masuk ke dalam klasifikasi “Sedang”. (3) Rata-rata kemampuan *passing* yang dimiliki oleh Atlet adalah sebesar 21 atau masuk ke dalam klasifikasi “Sedang”. (4) Rata-rata kemampuan teknik dasar yang dimiliki oleh Atlet Bola basket Putra Sekolah Menengah Atas Pembangunan Laboratorium Universitas Negeri Padang adalah sebesar 6 point atau masuk ke dalam klasifikasi “Sedang”.

Kata kunci: *shooting*, *dribbling*, *passing*, *bola basket*

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadirat Allah SWT yang telah meninggikan derajat orang-orang yang beriman dan berilmu pengetahuan, atas berkat rahmat dan karunianya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Atlet Bola basket Siswa Sekolah Menengah Atas Pembangunan Laboratorium UNP”**. Shalawat beserta salam semoga disampaikan Allah SWT kepada Baginda Nabi Muhamad SAW Yang menjadi suri tauladan dalam setiap sikap dan tindakan kita sebagai seorang intelektual muslim.

Tujuan pembuatan skripsi ini adalah merupakan salah satu untuk melengkapi persyaratan dalam menyelesaikan Program S1 Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Penyelesaian skripsi ini tidak lepas dari dukungan, bantuan, bimbingan dan motivasi dari berbagai pihak baik secara moril maupun materi. Untuk semua itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Padang Bapak Prof. Ganefri, Ph.D
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Bapak Dr. Alnedral, M.Pd
3. Ketua Prodi Pendidikan Olahraga Bapak Drs. H. Zarwan, M.Kes
4. Bapak Drs. Nirwandi, M.Pd selaku pembimbing yang telah memberikan masukan serta arahan dalam penulisan skripsi ini.
5. Bapak Dr. Hendri Neldi, M.Kes.AIFO dan Bapak Ibnu Andli Marta, S.Pd, M.Pd yang telah memberikan masukan serta saran dalam penulisan skripsi ini.

6. Kepada Kedua Orang tua tercinta yang tidak pernah berhenti memberikan cinta, kasih sayang, semangat serta dukungannya baik moril maupun materi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Pihak Sekolah Menengah Atas Pembangunan Laboratorium Padang sebagai tempat penelitian
8. Rekan-rekan senasib dan seperjuangan yang telah memotivasi dan mendukung penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa laporan ini memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritikan dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan penulisan ini. Akhir kata penulis berharap semoga laporan ini dapat memberikan manfaat untuk para pembaca dan bagi diri penulis sendiri.

Padang, Juli 2022

Zulkifli

## DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL .....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Pembatasan Masalah.....	4
D. Rumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>7</b>
A. Kajian Teori .....	7
1. Permainan Bola basket .....	7
3. Kemampuan Teknik Passing.....	9
4. Kemampuan Teknik <i>Dribbling</i> .....	15
5. Kemampuan Teknik <i>Shooting</i> .....	20
B. Kerangka Konseptual.....	24
C. Pertanyaan Penelitian.....	25
<b>BAB III METOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>27</b>
A. Jenis Penelitian.....	27
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	27

C. Populasi dan Sampel .....	27
1. Populasi.....	27
2. Sampel.....	28
D. Defenisi Operasional.....	28
E. Instrumentasi Pengumpulan Data .....	29
F. Teknik Pengumpulan Data.....	33
G. Teknik Analisis Data.....	34
BAB IV.....	35
A. Deskripsi Data.....	35
1. Tes <i>Shooting</i> .....	35
2. Tes <i>Dribbling</i> .....	36
3. Tes <i>Passing</i> .....	38
4. Kemampuan Teknik Dasar Secara Keseluruhan.....	40
B. Pembahasan.....	42
1. Teknik <i>Shooting</i> .....	43
2. Teknik <i>Dribbling</i> .....	45
3. Teknik <i>Passing</i> .....	46
BAB V.....	48
A. Kesimpulan .....	48
B. Saran .....	48
DAFTAR PUSTAKA .....	50
LAMPIRAN.....	52

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
Gambar 1. Chest Pass.....	11
Gambar 2. Operan Pantul.....	13
Gambar 3. Operan Baseball .....	14
Gambar 4. Operan Atas Kepala .....	15
Gambar 5. Dribble.....	18
Gambar 6. Shooting .....	22
Gambar 7. Kerangka Konseptual .....	25
Gambar 8. Daerah sasaran pada tes passing.....	30
Gambar 9. Gambar lintasan pada tes dribbling.....	32
Gambar 10. Histogram data kemampuan shooting peserta kegiatan ekstrakurikuler bola basket.....	36
Gambar 11. Histogram data kemampuan dribbling peserta kegiatan ekstrakurikuler bola basket.....	38
Gambar 12. Histogram data kemampuan passing peserta kegiatan ekstrakurikuler bola basket.....	40
Gambar 13. Histogram data kemampuan teknik dasar peserta kegiatan ekstrakurikuler bola basket.....	41

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
Tabel 1. Populasi Atlet Putra Bola basket Sekolah Menengah Atas Pembangunan Laboratorium Universitas Negeri Padang.....	28
Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kemampuan Shooting .....	35
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kemampuan Dribbling .....	37
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kemampuan Passing .....	39
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Kemampuan Teknik Dasar Bola basket .....	40

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Perkembangan olahraga yang semakin pesat pada saat ini membutuhkan penangan dan persiapan yang matang. Hal ini perlu dilakukan agar cita-cita anak bangsa menjadi seutuhnya manusia yang sehat jasmani dan rohani melalui olahraga. Untuk mewujudkan cita-cita tersebut perlu melakukan berbagai pembinaan terhadap berbagai cabang olahraga prestasi salah satunya adalah bola basket, penggemar pada bola basket ini berasal dari segala usia terutama pada kalangan pelajar dan mahasiswa bisa merasakan bahwa bola basket adalah olahraga yang menyenangkan, kompetitif, mendidik, menghibur, dan menyehatkan.

Secara umum, kegiatan olahraga memiliki bermacam-macam tujuan, tergantung dari keinginan pelakunya. Jika seseorang ingin berprestasi pada suatu cabang olahraga tertentu, maka orang tersebut harus melakukan kegiatan pembinaan olahraga prestasi sesuai dengan olahraga yang disukainya. Undang-Undang RI No.3 Tahun 2005, tentang sistem keolahragaan nasional pasal 20 ayat 3 yang berbunyi :  
“Olahraga prestasi dilaksanakan melalui proses pembinaan dan pengembangan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan”.

Permainan Bola basket merupakan permainan yang dimainkan oleh 2 tim. Masing-Masing tim terdiri dari 5 pemain dan masing-masing tim

berusaha untuk memasukkan bola ke dalam keranjang untuk mencetak angka seban-  
yak mungkin dan mencegah lawan untuk mencetak angka. Nirwandi dkk.  
(2018) mengatakan bahwa Bola basket adalah  
“menghasilkan skor (nilai) dengan memasukkan bola ke keranjang (basket)  
mencegah tim lain melakukan hal serupa”. Dapat disimpulkan bola basket  
adalah suatu permainan yang dimainkan untuk mencari nilai dengan cara  
memasukkan bola ke dalam keranjang dan mencegah tim lawan mencuri nilai.

Permainan Bola basket merupakan olahraga yang memiliki aktivitas  
gerak yang menuntut berbagai keterampilan, teknik, dan taktik disamping  
kondisi fisik yang baik dan prima bagi prilakunya, tidak lupa keberanian  
untuk berbuat.  
kepercayaan akan kemampuan diri sendiri dan kerja sama tim yang baik. Teknik me-  
nurut Syafrudin.

(2012) dapat diartikan sebagai cara, misalnya teknik *shooting* (menembak) bola da-  
lam permainan Bola basket.

Teknik dasar Bola basket merupakan penguasaan keterampilan gerak di  
dalam permainan Bola basket yang merupakan suatu landasan dalam usaha  
mencapai prestasi yang optimal. Teknik dasar bermain bola basket salah satu  
yang harus dikuasai adalah teknik dasar mengoper bola (*passing*)  
karena tanpa *passing* tidak ada peluang untuk mencetak poin., (*dribbling*) suatu  
teknik yang dimana seseorang pemain membawa bola lebih dari satu  
langkah asalakan bola tetap dipantulkan ke lantai dan menjaga dari  
rampasan lawan.

Madri (2019) Mengemukakan bahwa “*dribbling* merupakan bentuk gerakan membawabolayangdisyahkanolehperaturan”, (*shooting*) merupakan teknik dasar yang fungsinya untuk menghasilkan skor dan memenagkan pertandingan degan mencari poin. Menurut Kosasih. (2008), shooting adalah ”skill dasar Bolabasketyang paling dikenal dan digemari, karena setiap pemain mempunyai naluriuntuk mencetak skor”.

Sekolah Menengah Atas Pembangunan Laboratorium,Olahraga Bolabasket merupakan Olahraga yang digemari bagi siswa SMA Pembangunan Laboratorium. Kegiatan pengembangan diri ini dibimbing oleh guru penjasorkes dan dilaksanakan 3 kali dalam seminggu yaitu hari selasa, jum’at dan miggu. Tempat latihan dilakukan lapangan basket SMA Pembangunan.

Degan demikian sekolah ini memiliki pemain yang berprestasi hal ini dapat di lihat dari banyaknya kejuaraan-kejuaran tingkat SMA/SMA se kota Padang yang diikuti pemain basket putra Sekolah Menengah Atas Pembaguan sering masuk babak semi finnal pada dahulunya. Akan tetapi masi rendahnya kemampuan teknik dasar atlet bola basket putra SMA Pembangunan Laboratorium dan sampi tahun 2018 masi jarang mendapatkan juara karean sering kalah di babak peyelisihan grub, hal itu dapat disebabkan beberapa faktor. Rendahnya kempuan teknik dasar atlet,motivasi atlet,kondisi fisik,sarana dan parasarana dan belatih. Informasi ini penulis dapatkan dari hasil wawancara degan bapak Aseb sebagai wakil kurikulum dan guru olahraga.

Dari beberapa pertemuan latihan dengan Sekolah Menengah Atas Pembangunan Laboratorium penulis tertarik untuk melakukan penelitian di klub Bolabasket Sekolah Menengah Atas Pembangunan Laboratorium. Agar hasil dari penelitian nantinya berguna untuk memotifasi atlet untuk memperbiki teknik mereka ke arah yang lebih baik lagi, dan berguna bagi sekolah untuk lebih memberikan semangat dan motifasi agar klub Bolabasket Sekolah Menengah Atas Pembangunan Laboratorium menjadi berprestari lagi.

#### **B. Identifikasi Masalah.**

Seperti yang telah diuraikan dalam latar belakang masalah, bahwa kemampuan teknik dasar pemain Bola basket putra Sekolah Menengah Atas Pemabaguan banyak faktor yang mempengaruhinya, maka pada bagian ini dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Teknik Dasar (*Passing, dribbling, shooting*)
2. Motivasi atlet
3. Kondisi fisik
4. Sarana dan parasarana
5. Pelatih

#### **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat banyaknya faktor yang ikut berperan dalam meraih prestasi bagi Sekolah Menengah Atas Pembangunan Laboratorium Universitas Negerai Padang dan terlalu luasnya pemasalahan yang diteliti serta keterbatasan penulis, maka dalam penelitian ini tidak semua faktor yang

teridentifikasi di atas dapat diteliti, penulis hanya memebatasi pada masalah keterampilan teknik dasar pemain Bolabasket saja

1. *Dribble*
2. *Passing*
3. *Shooting*

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut

1. Bagaimana Kemampuan teknik *Dribbling* Bolabasket siswa Sekolah Menengah Atas Pembangunan Laboratorium Universitas Negeri Padang ?
2. Bagaimana Kemampuan teknik *Passing* Bolabasket siswa Sekolah Menengah Atas Pembangunan Laboratorium Universitas Negeri Padang ?
3. Bagaimana Kemampuan teknik *Shooting* Bolabasket siswa Sekolah Menengah Atas Pembangunan Laboratorium Universitas Negeri Padang ?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah, tersebut maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui.

1. Kemampuan teknik dasar *Passing* atlet putra Sekolah Menengah Atas Pembangunan Laboratorium Universitas Negeri Padang.
2. Kemampuan teknik dasar *Dribble* atlet putra Sekolah Menengah Atas

Pembangunan Laboratorium Universitas Negeri Padang.

3. Kemampuan teknik dasar *Shooting* atlet putra Sekolah Menengah Atas  
Pembangunan Laboratorium Universitas Negeri Padang.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan dan proses melatih di lapangan. Selain itu penelitian ini dapat memberikan manfaat yaitu:

1. Bagi penulis, penelitian ini untuk mendapatkan gelar serjana Pendidikan Olahraga di Fakultas Ilmu Keolahrgaan UNP.
2. Bagi guru, Penelitian ini memberikan informasi atau acuan atau pedoman untuk mengetahui teknik dasar dalam pembelajaran bola basket.
3. Bagi pelatih bola basket sebagai bahan masukan dalam meningkatkan kemampuan teknik dasar bola basket bagi atlet Putra SMA Pembangunan Laboratorium UNP
4. Sebagai bahan masukan bagi para peneliti selanjutnya yang ingin meneliti masalah yang sama lebih mendalam.
5. Sebagai bahan bacaan di perpustakaan Falkultas Ilmu Keolhrgan UNP.