

**HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KELINCAHAN  
TERHADAP *LAY UP SHOOT* ATLET BOLABASKET PUTRA  
KLUB *NEW LIGHT CITY* (NLC) IV KOTO  
KABUPATEN AGAM**

**SKRIPSI**

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



**OLEH:**

**AL FADIEL  
NIM.19086081**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLARAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2023**

## HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelincahan Terhadap Lay Up Shoot Atlet Bolabasket Putra Klub New Light City (NLC) IV Koto Kabupaten Agam

Nama : Al Fadiel

NIM : 19086081

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

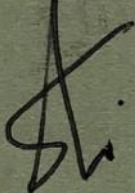
Departemen : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Mei 2023

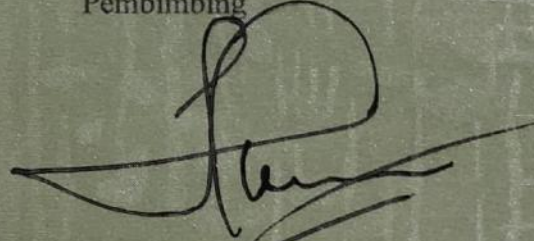
Disetujui Oleh:

Ketua Departemen Pendidikan Olahraga



Sepriadi, S.Si, M.Pd  
NIP.19890901 201404 1 002

Pembimbing



Drs. Jonni, M.Pd  
NIP.19600604 198602 1 001



## HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

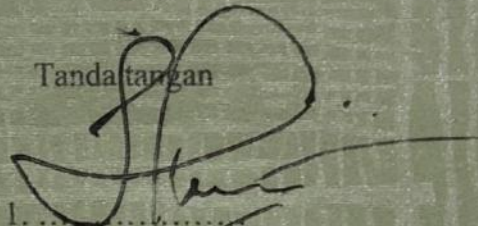
Judul : Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelelahan Terhadap Lay Up Shoot Atlet Bolabasket Putra Klub New Light City (NLC) IV Koto Kabupaten Agam  
Nama : Al Fadiel  
NIM : 19086081  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Departemen : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Mei 2023


### Tim Penguji

1. Ketua : Drs. Jonni, M.Pd
2. Anggota : Drs. Yaslindo, MS
3. Anggota : Frizki Amra, S.Pd, M.Pd

Tandatangan

1. 

2. 

3. 

## PERNYATAAN

Dengan ini penulis menyatakan bahwa Karya Skripsi ini merupakan hasil karya penulis, tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar keserjanaan di suatu perguruan tinggi manapun, dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah dituliskan atau diterbitkan oleh penulis lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini disebutkan dalam daftar Pustaka.

Apabila Karya Skripsi ini terbukti merupakan duplikasi ataupun plagiasi dari hasil karya penulis lain dengan sengaja mengajukan karya atau pendapat yang merupakan hasil karya penulis lain, maka penulis bersedia menerima sanksi akademik dan sanksi hukum yang berlaku.

Demikian Surat Pernyataan ini saya buat sebagai pertanggung jawaban ilmiah tanpa ada paksaan maupun tekanan dari pihak manapun juga.

Padang, Mei 2023

..... membuat pernyataan



Al Fadiel  
NIM 19086081

## ABSTRAK

**Al Fadiel.2023: “Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Lay Up Shoot Atlet Bolabasket Putra Klu New Light City (NLC) IV Koto Kabupaten Agam”.**

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya kemampuan Lay Up Shoot atlet bolabasket putra klub New Light City (NLC) IV Koto Kabupaten Agam. Masalah tersebut disebabkan karena rendahnya daya ledak otot tungkai dan kelincahan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan daya ledak otot tungkai dan kelincahan terhadap lay up shoot.

Jenis penelitian adalah korelasional. Populasi dalam penelitian ini atlet putra klub New Light City (NLC) IV Koto Kabupaten Agam yang masih aktif mengikuti latihan sebanyak 20 orang. Sampel diambil secara sensus sampling. Data diperoleh melalui daya ledak otot tungkai dengan tes Vertical Jump, Kelincahan Shuttle-Run dan kemampuan lay up shoot dengan tes lay up shoot. Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis korelasi sederhana dan korelasi ganda.

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa : 1) terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dengan kemampuan lay up shoot atlet bolabasket putra klub New Light City (NLC) IV Koto Kabupaten Agam. 2) Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan lay up shoot atlet bolabasket putra klub New Light City (NLC) IV Koto Kabupaten Agam. 3) Terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dan kelincahan terhadap kemampuan lay up shoot atlet bolabasket putra klub New Light City (NLC) IV Koto Kabupaten Agam.

**Kata kunci: Daya Ledak Otot Tungkai, Kelincahan, Kemampuan Lay Up Shoot.**



## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya kepada kita semua, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul: “Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelincahan terhadap Kemampuan *Lay Up Shoot* Atlet Bolabasket Putra Klub New Light City (NLC) IV Koto Kabupaten Agam”.

Skripsi ini masih jauh dari kata Kesempurnaan dan berbagai kendala dalam pembuatannya, namun demikian penulis meminta kritikan dan saran untuk kesempurnaanskripsi ini.

Skripsi ini dibuat melengkap persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Dalam melaksanakan penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moral maupun material dari berbagai pihak. Untuk itu penulis Menyampaikan terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Ganefri, M.Pd, Ph. D Sebagai Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Prof. Dr. Alnedral, M.Pd selaku dekan fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Sepriadi, S.Si, M.Pd sebagai ketua Departemen Pendidikan Olahraga yang telah memberikan bantuan administrasi dan konsultasi dalam perkuliahan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Drs. Jonni, M.Pd sebagai pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, nasehat serta dukungan moral kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Drs. Yaslindo, MS dan Bapak Frizki Amra, S.Pd, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan masukan dan saran dalam skripsi ini.
6. Kepada seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah

memberikan ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan

7. Orangtua saya, Ayahanda Azria Dodi dan Ibunda Lonadaria yang sangat kucintai, yang banyak memberikan dukungan moral dan material serta bimbingan doanya yang tulus dan tak kunjung henti kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
8. Kepada teman-teman, pelatih dan atlet klub New Light City (NLC) IV Koto Kabupaten Agam yang telah memberikan bantuan berupa moril dan material.

Akhirnya penulis mengucapkan terimakasih banyak kepada semua pihak yang telah membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat untuk kita semua, Amin.

Padang, Mei 2023

Al Fadiel

## DAFTAR ISI

ABSTRAK .....	i
KATA PENGANTAR .....	iv
DAFTAR ISI .....	vi
DAFTAR TABEL .....	viii
DAFTAR GAMBAR .....	ix
DAFTAR LAMPIRAN .....	x
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Batasan Masalah .....	6
D. Rumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian .....	7
F. Manfaat Penelitian .....	8
BAB II TUJUAN PUSTAKA .....	9
A. Kajian Teori .....	9
B. Penelitian yang Relevan .....	18
C. Kerangka Konseptual .....	21
D. Hipotesis .....	23
BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....	24
A. Jenis Penelitian .....	24
B. Tempat dan waktu Penelitian .....	24
C. Populasi dan Sampel .....	24
D. Jenis dan Sumber Data .....	26
E. Defenisi Operasional .....	26
F. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan data .....	27
G. Teknik Pengambilan Data .....	35
H. Teknik Analisis Data .....	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	42
A. Deskripsi Data .....	42
B. Analisis Data Penelitian .....	42



C. Ujian Persyaratan Analisis .....	47
D. Hasil Penelitian .....	48
E. Pembahasan.....	50
BAB V PENUTUP.....	57
A. Kesimpulan .....	57
B. Saran .....	57
DAFTAR PUSTAKA .....	59

## DAFTAR TABEL

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Distribusi frekuensi data daya ledak otot tungkai.....	42
2. Distribusi frekuensi data kelincahan.....	44
3. Distribusi frekuensi data kemampuan lay up shoot.....	46
4. Rangkuman hasil uji normalitas data.....	47
5. Analisis korelasi product momen daya ledak otot tungkai.....	49
6. Analisis korelasi product momen kelincahan .....	49
7. Analisis korelasi product momen daya ledak otot tungkai.....	50

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Langkah Lay Up .....	12
2. Tembakan Lay Up Shoot .....	13
3. Gerakan Lay UP .....	14
4. Kerangka Konseptual.....	22
5. Tes Vertical Jump .....	29
6. Tes Lari Bolak Balik (Shuttle-Run).....	31
7. Tes Lay-Up Shoot.....	37
8. Pelaksanaan Pengambilan skor raihan Tes Vertical Jump .....	81
9. Pengambilan skor Tes Vertical Jump Lompatan Tertinggi .....	81
10. Pelaksanaan Pengambilan skor Tes Shuttle-Run.....	82
11. Pelaksanaan Pengambilan skor Tes Lay Up Shoot.....	82
12. Alat-Alat Penelitian yang digunakan dalam penelitian .....	83

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Data mentah hasil pengukuran daya ledak otot tungkai ( $X_1$ ) .....	61
2. Data mentah hasil pengukuran kelincahan ( $X_2$ ) .....	63
3. Data mentah hasil kemampuan lay up shoot(Y).....	64
4. Data mentah hasil pengukuran daya ledak otot tungkai ( $X_1$ ), Kelincahan ( $X_2$ ) dengan kemampuan lay up shoot (Y) .....	65
5. Uji normalitas daya ledak otot tungkai ( $X_1$ ).....	66
6. Uji normalitas koordinasi mata-tangan ( $X_2$ ).....	67
7. Uji normalitas kemampuan lay up shoot(Y).....	68
8. Pengujian hipotesis Pertama .....	69
9. Uji signifikan koefisien korelasi daya ledak otot tungkai ( $X_1$ ) dengan kemampuan lay up shoot (Y).....	70
10. Pengujian hipotesis Kedua.....	72
11. Uji signifikan koefisien korelasi Kelincahan ( $X_2$ ) dengan kemampuan lay up shoot (Y) .....	73
12. Korelasi $X_1$ dan $X_2$ .....	75
13. Uji Signifikan Koefisien Korelasi Kemampuan Daya Ledak Otot tungkai ( $X_1$ ) Dengan Kelincahan ( $X_2$ ).....	76
14. Hipotesis Ketiga .....	77
15. Tabel kritis L untuk uji lilifors.....	79
16. Tabel r .....	80
17. Tabel distribusi nilai t .....	81
18. Tabel F .....	82
19. Dokumentasi penelitian .....	83



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Olahraga merupakan suatu kegiatan fisik yang dapat mengoptimalkan perkembangan tubuh melalui gerakan-gerakan yang didasari dengan gerak otot. Olahraga dilakukan manusia dengan tujuan untuk memiliki tubuh yang sehat dan bugar, sehingga dapat melakukan kegiatan sehari-hari dengan baik. Sampai saat ini olahraga yang telah memberikan kontribusi yang positif dan nyata bagi peningkatan kesehatan masyarakat. Kegiatan olahraga banyak faktor pendukung yang mempengaruhi untuk mendapatkan prestasi, Seperti: kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental. Sampai sekarang ini olahraga telah memberikan kontribusi yang positif dan nyata bagi kesehatan masyarakat. Selain itu, olahraga juga turut berperan dalam peningkatan kemampuan bangsa dalam melaksanakan sistem pembangunan yang berkelanjutan.

Olahraga bolabasket merupakan olahraga yang bermanfaat bagi kesehatan karena seseorang yang bermain bolabasket, hampir seluruh bagian tubuhnya bergerak aktif baik kaki maupun tangan sehingga dapat meningkatkan kesegaran jasmani. Akibat perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (*iptek*) pada masa sekarang ini, bermain bolabasket bukan saja merupakan olahraga semata, tetapi juga merupakan salah satu cabang yang banyak digemari oleh masyarakat untuk kesegaran jasmani dan untuk prestasi. Bahwasanya, hal ini ditegaskan dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Pasal 4 yang berbunyi:

Keolahragaan bertujuan memelihara dan meningkatkan kesejahteraan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai akhlak mulia, sportifitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat kekuatan Nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa.

Dalam upaya mewujudkan dan meningkatkan sumber daya manusia Indonesia khususnya di bidang olahraga bolabasket, hal terpenting yang dapat kita lakukan adalah dengan memberikan perhatian, pembinaan dan pengembangan olahraga bolabasket, dengan demikian diharapkan nantinya atlet mampu berprestasi. Permainan bolabasket di samping memiliki teknik, taktik, dan mental yang baik tapi juga diperlukan kondisi fisik yang baik pada atletnya. Salah satu olahraga yang membutuhkan aktivitas fisik adalah olahraga bolabasket. Kadafi & Irsyada (dalam Khakiki & Wahyudi 2022:218) berpendapat bahwa “Pada dasarnya faktor penting meraih prestasi untuk olahraga yaitu kondisi fisik, di dalam penguasaan teknik dan taktik”. Agar dapat melakukan permainan bolabasket dengan baik, seseorang harus menguasai teknik-teknik dasar bermain bolabasket dengan baik secara individu seperti dribble dengan baik, passing yang baik dan juga shooting yang baik.

Diperlukan penguasaan teknik dasar yang baik dari masing-masing individu agar dapat memperoleh kemenangan team, tetapi kemampuan setiap individu juga mempengaruhi kemenangan team, dari beberapa macam teknik dasar bolabasket teknik yang sangat perlu dikuasai adalah teknik menembak, karena tujuan dari permainan bolabasket adalah mencetak angka atau poin sebanyak-banyaknya dan salah satu cara efektif mencetak point itu dengan tembakan ke dalam ring.

Salah satu teknik *shooting* yang penting dikuasai adalah *lay up shoot*. *Lay up shoot* adalah cara melakukan *shooting* yang gerakannya sangat kompleks dan seharusnya menjadi teknik *shooting* pertama yang harus dipelajari atau dilatih. Pada awalnya terlihat tidak mudah untuk melakukan, karena banyak atlet yang kesulitan melakukan *lay up shoot* dengan benar. Banyak siswa yang belum mampu dan mengandalkan *lay up shoot*, hal ini disebabkan karena siswa belum menguasai dengan benar teknik dasar tersebut sehingga dalam melakukan *shooting* sangat jarang melakukan *lay up shooting*.

Selain penguasaan kemampuan teknik dasar yang baik, namun untuk dapat berprestasi dalam cabang olahraga pada umumnya terlebih khusus dalam cabang olahraga bolabasket, setiap pemain maupun siswa perlu memiliki komponen kondisi fisik yang baik pula. Adapun kondisi fisik dalam olahraga antara lain: Kecepatan, kelentukan, keseimbangan, kekuatan, *power* (daya ledak), kelincahan, daya tahan, koordinasi, dan lain sebagainya. Namun dalam melakukan teknik *lay up shooting* dalam permainan bolabasket, komponen kondisi fisik yang dominan dibutuhkan adalah kelincahan dan daya ledak otot tungkai.

*Lay up shoot* bisa dilakukan dengan baik jika pemain tersebut memiliki kelincahan dan daya ledak otot tungkai. Daya ledak otot tungkai dapat membantu pemain melakukan *lay up shoot*, dengan melompat setinggi mungkin dan cepat mudah untuk mendekati ring basket lawan.

Daya ledak otot tungkai dan kelincahan memberikan kontribusi positif dalam melakukan teknik *lay up shoot* yang baik. Dalam melakukan *lay up shoot*

sebaiknya tidak hanya mengandalkan awalan dalam melakukan *lay up shoot*, tetapi melompat dengan cepat dan tinggi agar hasil *shooting* tidak dapat diantisipasi oleh pemain lawan dan akan mempermudah tim dalam memperoleh poin dengan memasukkan bola ke keranjang lawan sebanyak mungkin.

Teknik gerakan dalam *lay up shoot* tersebut memiliki hubungan yang kuat dengan kemampuan daya ledak otot tungkai dan kecepatan. Dimana Daya ledak otot tungkai berguna saat melakukan lompatan untuk memasukkan bola ke dalam ring, sedangkan kelincahan berguna menghindari dari cegahan lawan dengan mengubah arah sambil atau posisi tubuh sambil *mendribble* bola untuk mencari tempat yang kosong agar bisa melakukan gerakan *lay up shoot*, jadi jelas bahwa kedua komponen tersebut sangat dibutuhkan dalam melakukan *lay up shoot*, agar teknik tersebut dapat direalisasikan dengan gerakan yang baik.

Klub bolabasket *New Light City* (NLC) IV Koto Kab. Agamberdiri pada tahun 2002 dan diperbaharui terakhir pada tanggal 23 juli 2022 dibawah pimpinan Bapak Welly Rizki Putra langsung dilatih oleh Bapak Welly. Klub ini cukup diperhitungkan dalam setiap event yang di ikuti. seperti pada saat Festival Olahraga UIN Bukittinggi meraih juara 2, dan Turnament antar pelajar Se- Agam meraih juara 2. Akan tetapi pada Event SMA N 5 Bukittinggi yang dilaksanakan bulan 22 oktober 2022 dilapangan SMA N5 Bukittinggi prestasi klub *New Light City* mengalami penurunan, dapat dilihat dari klub *New Light City* mengalami kekalahan yang disebabkan oleh kesalahan tim *New light City* sendiri seperti saat melakukan *lay up shoot* banyak pemain yang melakukan kesalahan dalam melakukan teknik. Ini seharusnya menjadi evaluasi bagi tim



New Light City (NLC) IV Koto Kabupaten Agam.

Berdasarkan observasi yang dilakukan di Klub *New Light City* (NLC) IV Koto Kab. Agam, penulis menemukan banyak siswa yang melakukan masalah dalam kegiatan pembelajaran bola basket khususnya untuk *lay up shoot*. Adapun kesalahannya yaitu kurang memaksimalkan lompatan serta tidak memperhatikan langkah saat akan mengambil awalan atau *step* saat melakukan *lay up shoot* artinya saat melakukan lompatan terakhir untuk memasukkan bola ke keranjang siswa tidak melompat tinggi, sehingga bola terkadang hanya mengenai ring saja. Kemudian siswa masih terlihat agak kaku, kurang cepat dan tepat pada saat akan melewati lawan ataupun pada saat melakukan penyerangan.

Hal itulah yang menyebabkan kurangnya kelincahan yang terdapat pada siswa. Kelincahan dan daya ledak mempunyai pengaruh yang cukup besar terhadap teknik dasar bermain bolabasket. Ini dikarenakan dalam keterampilan dasar bermain bolabasket dibutuhkan faktor pendukung seperti kelincahan yang digunakan pada saat menggiring bola atau melewati lawan, power tungkai pada saat melakukan *lay up*, dengan adanya kedua faktor tersebut diharapkan siswa memiliki keterampilan dasar bermain bola basket yang baik pula, namun pada kenyataan siswa yang mengikuti kegiatan latihan di Klub *New Light City* (NLC) IV Koto Kab. Agam, kurang memperhatikan pengaruh kelincahan, daya ledak otot tungkai dan tinggi badan terhadap keterampilan dasar pemain bola basket, sehingga pada saat bermain hasil yang didapatkan kurang maksimal dan memuaskan.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka permasalahan dapat diidentifikasi sebagai berikut:

- a. Daya ledak otot tungkai atlet.
- b. Kelincahan (*Agility*) atlet.
- c. Keterampilan *Lay Up* Atlet.
- d. Daya ledak otot lengan atlet.
- e. Kecepatan atlet.
- f. Penguasaan teknik atlet.

## **C. Batasan Masalah**

Mengingat banyaknya permasalahan yang ada dan keterbatasan waktu, dana dan kemampuan, maka pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah:

- a. Daya ledak otot tungkai atlet bolabasket putra *New Light City* (NLC) IV Koto, Kab. Agam.
- b. Kelincahan atlet bolabasket putra *New Light City* (NLC) IV Koto, Kab. Agam
- c. Keterampilan *lay up* atlet bolabasket putra *New Light City* (NLC) IV Koto, Kab. Agam.

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

Berdasarkan pembatasan masalah yang dikemukakan di atas, maka masalahnya dapat dirumuskan yaitu:

1. Adakah hubungan antara daya ledak otot tungkai terhadap keterampilan *layup shoot* atlet bolabasket *New Light City* (NLC) IV Koto, Kab. Agam?
2. Adakah hubungan antara kelincahan terhadap keterampilan *lay up shoot* atlet bolabasket *New Light City* (NLC) IV Koto, Kab. Agam?
3. Adakah hubungan antara daya ledak otot tungkai dan kelincahan terhadap keterampilan *lay up shoot* atlet bolabasket *New Light City* (NLC) IV Koto, Kab. Agam?

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

Sesuai dengan permasalahan diatas yang telah diuraikan, tujuan penelitian yang hendak dicapai adalah:

1. Untuk mengetahui daya ledak otot tungkai atlet bolabasket *New Light City* (NLC) IV Koto, Kab. Agam.
2. Untuk mengetahui kelincahan atlet bolabasket *New Light City* (NLC) IV Koto, Kab. Agam.
3. Untuk mengetahui hubungan daya ledak otot tungkai dan kelincahan terhadap *lay up shoot* atlet bolabasket *New Light City* (NLC) IV Koto, Kab. Agam.

## **F. Manfaat Penelitian**

Adapun kegunaan dan manfaat penelitian ini bagi:

1. Bagi peneliti, untuk memenuhi salah satu syarat bagi penulis dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Bagi pelatih, dapat memberikan kemudahan dalam memantau keefektifan dan perkembangan atlet guna untuk meningkatkan kualitas atlet pada cabang olahraga bolabasket di Club New Light City (NCL).
3. Bagi atlet, dapat meningkatkan motivasi dalam berlatih agar lebih terpacu ketika melakukan kegiatan latihan untuk meningkatkan prestasi. Digunakan sebagai petunjuk dalam memperbaiki pelaksana olahraga bolabasket di Club New Light City (NCL). Sehingga meningkatkan prestasi didalam olahraga bolabasket.
4. Hasil penelitian diharapkan dapat meningkatkan kualitas pelayanan pendidikan di dinas pendidikan setempat.
5. Menambah khazanah pengetahuan tentang bolabasket pada khususnya bagipara pelatih.