

**“KONTRIBUSI DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KEPERCAYAAN DIRI
TERHADAP KEMAMPUAN *JUMP SHOOT* ATLET BOLABASKET
PUTRA KLUB BATAVIA KOTA PADANG”**

SKRIPSI

*Diajukan kepada tim penguji skripsi Jurusan Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahragaan sebagai salah satu persyaratan memperoleh
gelar memperoleh gelar Sarjana Olahraga(S.Or)*



**OLEH:
ASA FADEL JEFSY
16089184/2016**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
DEPARTEMEN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2021**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

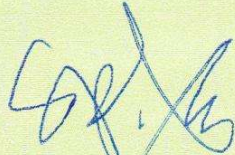
Judul : **Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Kepercayaan Diri terhadap Kemampuan *Jump Shoot* Atlet Bolabasket Putra Klub Batavia Kota Padang**

Nama : **Asa Fadel Jefsy**
Nim/BP : **16089184/2016**
Program Studi : **Ilmu Keolahragaan**
Departemen : **Kesehatan dan Rekreasi**
Fakultas : **Fakultas Ilmu Keolahragaan**

Padang, Desember 2021

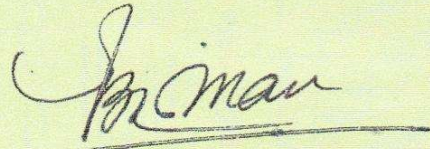
Disetujui Oleh:

Ketua Departemen



Dr. M. Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd
NIP. 19790704 200901 2 004

Pembimbing



Prof. Dr. Bafirman, HB, M.Kes. AIFO
NIP. 19591104 198510 1 001

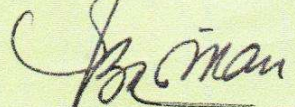
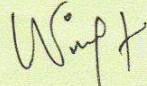
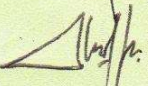
PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Asa Fadel Jefsy
NIM : 16089184/2016

**Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Skripsi Program Studi Ilmu Keolahragaan
Departemen Kesehatan dan Rekreasi
Universitas Negeri Padang
dengan judul**

**Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Kepercayaan Diri terhadap
Kemampuan *Jump Shoot* Atlet Bolabasket Putra
Klub Batavia Kota Padang**

Padang, Desember 2021

Nama	Tanda Tangan
1. Ketua : Prof. Dr. Bafirman, HB, M.Kes. AIFO	1. 
2. Anggota : Windo Wiria Dinata, S.Pd, M.Pd	2. 
3. Anggota : Alimuddin, M.Or	3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Kepercayaan Diri terhadap Kemampuan *Jump Shoot* Atlet Bolabasket Putra Klub Batavia Kota Padang” adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing dan kontributor.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan di cantumkan pada kepastakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam 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, Oktober 2022
Yang membuat pernyataan



Asa Fadel Jefsy
NIM : 16089184/2016

ABSTRAK

Asa Fadel Jefsy. 2021. Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Kepercayaan Diri terhadap Kemampuan *Jump Shoot* Atlet Bolabasket Putra Klub Batavia Kota Padang.

Permasalahan dalam penelitian ini adalah masih rendahnya kemampuan *jump shoot* yang dimiliki atlet bolabasket putra klub Batavia Kota Padang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi daya ledak otot tungkai dan kepercayaan diri terhadap kemampuan *jump shoot* pada atlet bolabasket putra klub Batavia Kota Padang, secara sendiri-sendiri maupun secara bersama-sama.

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet bolabasket putra klub Batavia Kota Padang yang berjumlah 28 orang. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara *purposive sampling*, dengan jumlah sampel yang digunakan sebanyak 11 orang. Data dikumpulkan dengan menggunakan instrumen *test vertical jump* untuk mengukur daya ledak otot tungkai, angket untuk mengukur kepercayaan diri dan untuk mengukur kemampuan *jump shoot* menggunakan *speed spot shooting tes*. Data yang diperoleh di analisis dengan metode korelasi *product moment* dan analisis korelasi ganda. Untuk mengetahui besarnya kontribusi menggunakan koefisien *determinan*.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa: (1) daya ledak otot tungkai memiliki kontribusi sebesar 64,1% terhadap kemampuan *jump shoot*. (2) kepercayaan diri memiliki kontribusi sebesar 66,6% terhadap *jump shoot*. (3) daya ledak otot tungkai dan kepercayaan diri memiliki kontribusi sebesar 88,6% terhadap kemampuan *jump shoot*.

Kata kunci: daya ledak otot tungkai, kepercayaan diri, *jump shoot*.

KATA PENGANTAR



Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul **“Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kepercayaan Diri Terhadap Kemampuan *Jump Shoot* Atlet Bola Basket Putra Klub Batavia Kota Padang”**.

Penulisan ini diajukan memenuhi salah satu syarat dalam memperoleh gelar sarjana pendidikan (Strata Satu) pada Jurusan Ilmu Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam penulisan skripsi penelitian ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Alnedral, M.Pd, selaku dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Dr. M. Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd selaku ketua jurusan ilmu olahraga Universitas Negeri Padang. Bapak Endang Sepdanius, S.Si, M.Or selaku sekretaris jurusan Ilmu Olahraga Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Prof. Dr. Bafirman, HB, M.kes. AIFO. selaku pembimbing yang telah memberikan arahan dan bimbingan dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Bapak Windo Wiria Dinata, M.Pd dan Alimuddin, M,Or selaku tim penguji yang telah memberikan pengarahan, sumbangan pikiran dalam penulisan Skripsi ini.

5. Seluruh Bapak/Ibu staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Semoga bantuan, bimbingan dan petunjuk Bapak/Ibu dan teman-teman yang telah berikan menjadi amal ibadah dan mendapat balasan yang berlipat ganda dari Allah SWT.

Akhirnya penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak luput dari kesalahan. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak.

Padang, November 2022

Asa Fadel Jefsy
Nim: 16089184

DAFTAR ISI

ABSTRAK	0
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Pembatasan Masalah	8
D. Rumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian.....	9
F. Manfaat Penelitian.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Kajian Teoritis.....	11
1. Bola Basket	11
2. <i>Shooting</i>	14
3. <i>Jump Shoot</i>	16
4. Daya Ledak Otot Tungkai	18
5. Kepercayaan Diri.....	21
B. Kerangka Konseptual	28
C. Hipotesis Penelitian.....	29
BAB III METODELOGI PENELITIAN	31
A. Jenis Penelitian	31
B. Defenisi Operasional	31
C. Waktu dan Tempat Penelitian	32
D. Populasi dan Sampel	32
1. Populasi	32
2. Sampel.....	33
E. Jenis dan Sumber Data	33
1. Jenis Data	33
2. Sumber Data.....	34
F. Instrumen Penelitian.....	34
1. Tes Daya Ledak Otot Tungkai	34
2. Kisi - Kisi Kepercayaan Diri	36
3. <i>Jump Shoot</i>	38
G. Teknik Analisi Data	39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	43
A. Hasil Penelitian	43
1. Deskripsi Data Penelitian	43
2. Pengujian Prasyarat Analisis	47
3. Pengujian Hipotesis.....	51
B. Pembahasan.....	56

1. Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kemampuan <i>Jump Shoot</i>	56
2. Kontribusi Kepercayaan Diri Terhadap Kemampuan <i>Jump Shoot</i>	57
3. Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Kepercayaan Diri Terhadap Kemampuan <i>Jump Shoot</i>	59
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	62
A. Kesimpulan.....	62
B. Saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA	64
LAMPIRAN	66

DAFTAR TABEL

Table 3. 1 Jumlah Atlet	33
Table 3. 2 Kisi-Kisi Angket	37
Table 4. 1 Distribusi Frekuensi Data Daya Ledak Otot Tungkai.....	43
Table 4. 2 Distribusi Frekuensi Percaya Diri	45
Table 4. 3 Distribusi Frekuensi <i>Jump Shoot</i>	46
Table 4. 4 Rangkuman Hasil Uji Normalitas	48
Table 4. 5 Rangkuman Hasil Uji Linearitas.....	49
Table 4. 6 Rangkuman Uji Hipotesis antara X1 dan Y	52
Table 4. 7 Rangkuman Uji Hipotesis antara X2 dan Y	53
Table 4. 8 Rangkuman Uji Hipotesis antara X1,X2 dan Y	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Fase persiapan dalam <i>shooting</i>	15
Gambar 2. 2 Fase persiapan dalam <i>shooting</i>	16
Gambar 2. 3 Fase persiapan <i>jump shoot</i>	18
Gambar 2. 4 Kerangka konseptual	29
Gambar 3. 1 <i>Vertical Jump</i>	35
Gambar 4. 1 Histogram Daya Ledak Otot Tungkai	44
Gambar 4. 2 Histogram Percaya diri.....	46

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Daftar Nama <i>testee</i>	66
Lampiran 2 Data Mentah <i>Vertical Jump</i>	67
Lampiran 3 Hasil Validasi Angket.....	68
Lampiran 4 Angket Sebelum Validasi.....	69
Lampiran 5 Angket Setelah Valid.....	71
Lampiran 6 Data Mentah Kepercayaan Diri.....	72
Lampiran 7 Data Mentah <i>Jump Shoot</i>	73
Lampiran 8 Pengujian Normalitas.....	74
Lampiran 9 Pengujian Linearitas.....	75
Lampiran 10 Pengujian Heterokedisitas.....	76
Lampiran 11 Pengujian Multikolinearitas.....	77
Lampiran 12 Pengujian Hipotesis Pertama.....	78
Lampiran 13 Pengujian Hipotesis Kedua.....	79
Lampiran 14 Pengujian Hipotesis Ketiga.....	80
Lampiran 15 Tabel dari harga kritik dari Product-Moment.....	81
Lampiran 16 Daftar Luas Dibawah Lengkungan Normal Standar Dari 0 ke z.....	82
Lampiran 17 Tabel Persentil Untuk Distribusi t.....	83
Lampiran 18 Nilai Kritis Distribusi F.....	84
Lampiran 19 Dokumentasi <i>Vertical Jump Shoot</i>	86
Lampiran 20 Dokumentasi <i>Jump Shoot</i>	87
Lampiran 21 Dokumentasi Bersama Sampel Penelitian.....	88
Lampiran 22 Surat Izin Penelitian.....	89
Lampiran 23 Balasan Surat Penelitian.....	90

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Peranan olahraga dalam peningkatan kesehatan badan dan pembinaan prestasi semakin lama semakin memegang peranan penting. Dengan olahraga keharuman nama bangsa dapat ditingkatkan. Semua negara mencoba meningkatkan prestasi olahraganya untuk dapat ikut serta dalam pertandingan- pertandingan olahraga bertaraf internasional.

Dinata (2008:52) Olahraga pada hakekatnya merupakan kegiatan fisik dan psikis yang dilandasi semangat perjuangan melawan diri sendiri, orang lain atau unsur alam. Jika dipertandingkan harus dilaksanakan secara sportif sehingga merupakan sarana untuk membentuk kepribadian dalam rangka meningkatkan kualitas hidup yang lebih luhur.

Sehubungan dengan hal itu, UU. RI No. 11 Tahun 2022 tentang Ruang Lingkup Olahraga Bab V ketentuan umum pasal 20 ayat 3 menjelaskan bahwa “Olahraga Prestasi adalah Olahraga yang membina dan mengembangkan Olahragawan secara terencana, sistematis, terpadu, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi Keolahragaan.”. Di samping itu dengan berolahraga kita juga bisa berprestasi. Maka perlu ditingkatkan latihan secara teratur untuk tercapainya prestasi yang membanggakan.

Peningkatan prestasi dalam setiap cabang olahraga merupakan sesuatu hal yang diperbincangkan dan dipermasalahkan sepanjang hidup manusia,

bahkan selama olahraga itu dikenal sebagai kebutuhan hidup. Peningkatan prestasi olahraga bersifat progresif, artinya setiap fase waktu selalu berubah dan cenderung meningkat seiring perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, hal yang sama juga terjadi pada cabang olahraga bola basket.

Permainan bola basket merupakan salah satu cabang olahraga yang cukup populer di dunia, hal ini dapat dilihat dari banyaknya klub-klub bola basket baik yang dikelola secara amatir maupun profesional. Salah satu cabang olahraga yang digemari oleh masyarakat umum khususnya kaum muda adalah bola basket, dalam olahraga bola basket pemain dituntut untuk selalu bergerak sambil melakukan gerakan teknik-teknik dasar bola basket dan berusaha memasukan bola kering lawan sebanyak-banyaknya tanpa mendapat gangguan dan menjaga lawan agar tidak memasukan bola kedalam ring. Bola basket merupakan permainan dengan gerakan yang kompleks yaitu gabungan dari jalan, lari dan lompat serta unsur kekuatan, kecepatan, ketepatan, kelentukan, keseimbangan, dan terdapat juga faktor-faktor lain seperti taktik, psikis dan lain-lain.

Mencapai prestasi dalam olahraga bola basket tidaklah mudah, keberhasilan itu tidak hanya dipengaruhi oleh faktor *eksternal* yang berupa dana, gizi, pelatih, keluarga dan lingkungan, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor *internal* yang terdiri dari fisik, teknik, taktik dan mental. Menurut Madri (2016:1), menyatakan “Pada bola basket, semakin baik seorang atlet dapat melakukan berbagai teknik yang mendasari permainan seperti *dribbling*, *shooting*, *passing* dan sebagainya, semakin memiliki peluang untuk sukses”.

Permainan bola basket terdapat teknik-teknik dasar yaitu *dribbling*, *passing* dan *shooting*, dari semua teknik dasar, *shooting* merupakan teknik yang penting karena untuk memperoleh point atau nilai dilakukan dengan cara memasukan bola kedalam ring basket. Kemenangan suatu regu dalam permainan selalu ditentukan oleh keberhasilan dalam *finishing* akan tetapi untuk melakukan *finishing* yang baik dibutuhkan kerjasama tim yang baik, dengan demikian dapat dibayangkan bagaimana pemain berusaha untuk mencetak point sebanyak banyaknya keberhasilan dalam melakukan *shooting* dipengaruhi oleh kemampuan fisik, taktik, teknik, dan mental.

Olahraga bola basket juga memiliki beberapa teknik *shooting* salah satunya yaitu teknik *jump shoot*, dimana *jump shoot* itu adalah salah satu teknik yang di gunakan untuk mencetak angka teknik ini sangat sering di gunakan karna dapat menyulitkan lawan untuk menjaga saat atlet sedang melakukan *shooting*. Untuk menghasilkan *jump shoot* yang tepat tentunya tidak terlepas dari kontribusi yang diberikan oleh daya ledak otot tungkai dan kepercayaan diri sehingga nantinya diharapkan dengan *jump shoot* yang tepat dan kuat bisa menghasilkan angka dengan masuknya bola ke ring ketika *jump shoot*. Karena *jump shoot* telah menjadi salah satu serangan untuk menambah point tim yang bertujuan untuk meraih kemenangan. Banyak teknik-teknik dalam bola basket yang di ciptakan dengan tujuan untuk menyulitkan lawan untuk menjaga pemain agar tidak menghasilkan poin, teknik *jump shoot* yang bisa digunakan sehingga mendapatkan angka untuk memperoleh poin dalam suatu pertandingan, pada atlet pemula bola basket, teknik jump shot

merupakan teknik yang sulit untuk dipelajari gerakannya dan jarang dilakukan. Teknik tersebut memerlukan koordinasi gerak kaki dan tangan yang baik dan membutuhkan latihan yang disiplin. Pada permainan bola basket apabila seorang pemain menguasai teknik jump shot dengan baik pada posisi disegala tempat, maka dalam pertandingan pemain tersebut merupakan ancaman bagi lawan dalam mencetak angka pada setiap saat.

Jump shoot sangat memerlukan ketepatan, daya ledak otot tungkai, dan kepercayaan diri yang baik juga, sehingga nantinya pada saat bermain atau bertanding salah satu bentuk untuk menambah poin dari sebuah tim. *Jump shoot* yang baik adalah *jump shoot* yang langsung menghasilkan angka atau tepat langsung masuk ke dalam ring. Untuk menghasilkan teknik *jump shoot* yang tepat tentu tidak terlepas dari beberapa faktor yaitu keseimbangan, daya ledak otot lengan, daya ledak otot tungkai, koordinasi gerakan tangan, dan kepercayaan diri terhadap bola yang di *shooting*.

Pada umumnya setiap cabang olahraga membutuhkan daya ledak otot tungkai, tidak terkecuali olahraga bola basket lebih khusus pada *shooting*, adapun fungsi daya ledak otot tungkai dalam olahraga bola basket khususnya *shooting* adalah sebagai sumber kekuatan untuk gerakan kaki atau lebih spesifik lagi dapat dikatakan sebagai penggerak untuk tolakan melompat disaat akan melakukan *shooting*, daya ledak otot tungkai dapat didefinisikan sebagai suatu kemampuan dari kelompok otot untuk menghasilkan kerja dalam waktu yang sangat cepat, daya ledak otot tungkai sangat penting dalam melakukan *jump shoot*, kerena untuk dapat melompat setinggi mungki

mendekati keranjang setinggi 305 cm dibutuhkan daya otot tungkai yang baik. Setiap aktivitas olahraga, otot merupakan komponen tubuh yang dominan dan tidak dapat dipisahkan. Semua gerakan yang dilakukan oleh manusia karena adanya otot, tulang, persendian, ligamen, serta tendon sehingga gerakan dapat terjadi melalui gerakan tarikan otot serta jumlah serabut otot yang diaktifkan. Daya ledak merupakan salah satu elemen kondisi fisik yang banyak dibutuhkan dalam olahraga.

Selain itu atlet harus memiliki kepercayaan diri yang bagus agar lebih fokus dan berani dalam mengambil keputusan melakukan *jump shoot* disamping dituntut kemampuan fisik juga sangat dipengaruhi oleh faktor psikis. Hal ini secara jelas dapat dilihat pada seorang atlet yang akan melakukan tembakan ke keranjang yang apabila terjadi gangguan terhadap psikisnya maka besar kemungkinan tembakan tersebut tidak akan berhasil. Akan tetapi, apabila seorang atlet mempunyai kekuatan psikis yang stabil, maka besar kemungkinan tembakan tersebut akan berhasil, dengan kurangnya kepercayaan diri dari atlet hal ini dapat membuat *shooting jump shot* tersebut tidak tepat sasaran atau menyia-nyaiakan kesempatan untuk melakukan *shooting*. Penulis melihat kurangnya kekuatan otot tungkai dan kepercayaan diri atlet klub bola basket Batavia Kota Padang dilihat dari sering terjadinya *airball* atau bola tidak masuk ke dalam ring dan hal ini menyebabkan kerugian kepada tim. Selain itu terdapat faktor eksternal yaitu faktor dari luar atlet yaitu sarana dan prasarana pada klub bola basket Batavia Kota Padang kurang memadai, dilihat dari lapangan yang berada di luar (*outdoor*) yang sering

sekali latihan terganggu karena cuaca kurang baik dan masih minimnya penunjang latihan seperti kurangnya bola saat latihan. Faktor *internal* yaitu faktor yang berasal dari dalam diri atlet itu sendiri dengan segala potensi yang dimilikinya. Keberhasilan prestasi yang ditunjukkan atau ditampilkan seorang atlet dalam suatu kompetisi terutama ditentukan dan dipengaruhi oleh kemampuan fisik, taktik, teknik, dan mental.

Klub Batavia Kota Padang merupakan salah satu klub bola basket dari sekian banyak klub bola basket yang tumbuh dan berkembang di Kota Padang. Klub bola basket Batavia Kota Padang berlatih dengan frekuensi latihan 3 kali seminggu yaitu pada hari Selasa, Rabu dan Minggu. Pemain yang berlatih di Klub bola basket Batavia Kota Padang adalah pemain dengan usia berkisar 15-23 tahun. Beberapa prestasi klub bola basket Batavia Kota Padang yang pernah diperoleh yaitu, kejuaraan invitasi bola basket kelompok umur (K.U) 20 tahun putra dan putri di Sijunjung pada tahun 2015 putra tidak memperoleh juara dan putri memperoleh juara 3, kejuaraan Pekan Olahraga Kota di Kota Padang kelompok umur (K.U) 19 tahun 2015 putra tidak memperoleh medali dan putri memperoleh medali perak, Piala Walikota Solok di Kota tahun 2017 Solok memperoleh juara 1 untuk putri dan untuk tahun 2018-2019 tidak ada prestasi. Terjadinya penurunan prestasi klub bola basket Batavia Kota Padang setiap serangan yang dilakukan oleh pemain bola basket sering mengalami kegagalan terutama saat melakukan *jump shoot* sehingga bola tidak tepat sasaran dan akurat. Kesalahan-kesalahan itu terjadi karena pemain tidak percaya diri untuk melakukan *jump shoot* ke daerah lawan.

Apabila hal ini dibiarkan maka prestasi atlet klub bola basket Batavia Kota Padang akan terus menurun dan sulit untuk berkembang dan maju, apabila pemain tidak memiliki *jump shoot* yang baik diduga atlet bola basket klub Batavia Kota Padang tidak dapat bermain dengan baik dan juga sulit untuk meraih prestasi yang diinginkan.

Pada saat observasi dan wawancara di lapangan penulis melihat banyaknya atlet yang gagal melakukan *jump shoot* sehingga terjadinya kerugian atau hilangnya kesempatan mencetak poin. Pada saat wawancara dengan pelatih pun banyak atletnya yang kurang baik dalam melakukan *jump shoot* seperti kurang maksimalnya lompatan dan kurang percaya diri saat akan melakukan *jump shoot* itu sendiri, seperti adanya peluang untuk melakukan *jump shoot* tetapi atlet ragu untuk melakukannya karena kurangnya kepercayaan diri atlet tersebut. Begitupun hasil dari wawancara dari atlet putra klub Batavia Kota Padang itu sendiri banyak atlet yang ragu untuk melakukan *jump shoot* karena atlet takut saat melakukan *jump shoot* bola tidak sampai kering dan tidak masuk, terkadang atlet juga tidak yakin dengan kemampuan dirinya sehingga atlet tidak berani untuk melakukan *jump shoot*. Sedangkan poin yang dihasilkan sendiri banyak dari *lay up* dan hanya sedikit poin yang dihasilkan dari *jump shoot*, karena rata-rata *jump shoot* yang dilakukan oleh atlet pada setiap kesempatan jarang masuk. Seperti yang dapat kita ketahui bahwa untuk melakukan *jump shoot* itu sendiri diperlukannya faktor fisik dan faktor psikis yang baik seperti daya ledak otot tungkai dan kepercayaan diri.

Berdasarkan realita diatas penulis melihat kurangnya kemampuan *jump shoot* atlet bola basket klub Batavia Kota Padang oleh sebab itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “**Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kepercayaan Diri Terhadap Kemampuan *Jump Shoot* Atlet Bola Basket Putra Klub Batavia Kota Padang**”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka penulis dapat mengidentifikasi masalah yang berkaitan dengan judul di atas sebagai berikut:

1. Kurang maksimal nya atlet dalam melakukan *jump shoot*.
2. Masih banyak nya atlet yang kurang percaya dari melakukan *jump shoot*.
3. Keseimbangan yang kurang baik dalam melakukan *jump shoot*.
4. Kurang baik nya teknik dalam melakukan *jump shoot*.
5. Terlalu tergesa-gesa dalam melakukan *jump shoot*.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya permasalahan yang ditemukan pada saat melakukan pengamatan, sehingga penulis memutuskan untuk membatasi permasalahan tersebut. Agar penelitian ini dapat berjalan sesuai dengan waktunya, dengan demikian masalah yang akan diteliti penulis batasi pada: Kontribusi daya ledak otot tungkai dan kepercayaan diri terhadap kemampuan *jump shoot* atlet bola basket putra klub Batavia Kota Padang.

D. Rumusan Masalah

Sesuai dengan pembatasan masalah di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Seberapa besar kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *jump shoot* pada atlet Bola Basket putra Klub Batavia Kota Padang?
2. Seberapa besar kontribusi kepercayaan diri terhadap kemampuan *jump shoot* pada atlet Bola Basket putra Klub Batavia Kota Padang?
3. Seberapa besar kontribusi daya ledak otot tungkai dan kepercayaan diri secara bersama-sama terhadap kemampuan *jump shoot* pada atlet Bola Basket putra Klub Batavia Kota Padang?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan latar belakang masalah dan perumusan masalah maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap *jump shoot* atlet bola basket putra Klub Batavia Kota Padang.
2. Untuk mengetahui kontribusi kepercayaan diri terhadap kemampuan *jump shoot* pada atlet bola basket putra Klub Batavia Kota Padang.
3. Untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot tungkai dan kepercayaan diri terhadap kemampuan *jump shoot* pada atlet bola basket putra Klub Batavia Kota Padang.

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan tujuan penelitian seperti yang dikemukakan terlebih dahulu dan memperhatikan masalah penelitian, maka diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat:

1. Penulis sebagai syarat untuk mendapatkan Gelar Sarjana Olahraga di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Bahan bacaan bagi mahasiswa di perpustakaan, khususnya perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Jurusan, sebagai bahan perbandingan dan masukan bagi penelitian selanjutnya.
4. Fakultas, sebagai bahan masukan untuk menentukan arah dan kebijakan dalam usaha meningkatkan mutu pendidikan.
5. Bagi pelatih dan atlet agar di jadikan pedoman latihan untuk meningkatkan *jump shoot* dan prestasinya.