

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

**TESIS**

*Ditulis untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan dalam  
Mendapatkan Gelar Magister Pendidikan*



**HENRI SAPUTRA  
NIM: 21199026**

**PROGRAM STUDI-S2 PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2023**

## ABSTRAK

**Henri Saputra (2023) : Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Kooperatif dengan Metode Latihan *Drill* dan Konsentrasi terhadap Kemampuan *Lay-Up Shoot* Atlet Bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru**

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 factorial 2x2, 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) terdapat perbedaan kemampuan *lay-up shoot* bolabasket atlet konsentrasi tinggi dengan metode latihan *drill* dan kooperatif; serta (4) tidak terdapat perbedaan yang signifikan *lay-up shoot* bolabasket atlet konsentrasi rendah dengan metode latihan *drill* dan kooperatif.

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

## ABSTRACT

**Henri Saputra (2023) :** *Differences in the Effect of Cooperative Training Methods with Drill and Concentration Training Methods on the Lay-Up Shoot Ability of Basketball Athletes at SMK Negeri 7 Pekanbaru*

*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 2x2. 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 difference in the lay-up shoot ability of high concentration basketball athletes with drill and cooperative training methods; and (4) there is no significant 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*

## PERSETUJUAN AKHIR TESIS

---

Nama Mahasiswa : Henri Saputra

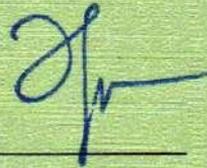
NIM : 21199026

Nama

Tanda Tangan

Tanggal

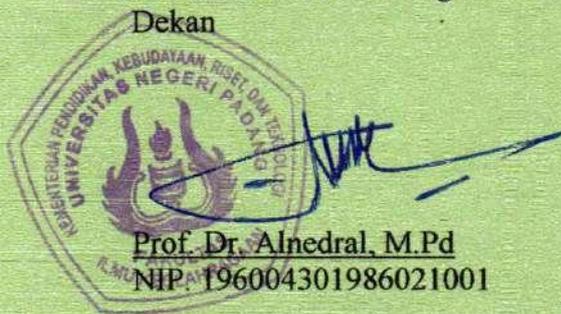
Dr. Hendri Neldi M.Kes.,AIFO  
NIP.196205201987031002  
Pembimbing



---

Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Dekan

Program Studi pendidikan olahraga s2  
koordinator



Prof. Dr. Alnedral, M.Pd  
NIP.196004301986021001



Dr. Damrah M.Pd  
NIP.196106071988031001

**PERSETUJUAN KOMISI**  
**UJIAN TESIS PENDIDIKAN OLAHIRAGA S2**

---

No	Nama	Tanda Tangan
1	<u>Dr. Hendri Neldi M. Kes., AIFO</u> (Ketua)	
2	<u>Dr. Ronni Yenes, M.Pd</u> (Anggota)	
3	<u>Dr. Damrah, M.Pd</u> (Anggota)	

**Mahasiswa:**

Nama : Henri Saputra  
NIM : 21199026  
Tanggal Ujian : 06 Februari 2023

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, berupa tesis dengan judul “Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Kooperatif dengan Metode Latihan *Drill* dan Konsentrasi terhadap Kemampuan *Lay-Up Shoot* Atlet Bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru” adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, arahan dari pembimbing
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 dicantumkan pada kepustakaan
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan 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, Januari 2023  
Yang Membuat Pernyataan



**Henri Saputra**  
NIM. 21199026

## KATA PENGANTAR

Ucapan *alhamdulillah* ke hadirat Allah *Subhanahu wa Ta'ala* yang telah memberikan nikmat dan rahmat-Nya kepada penulis hingga dapat menyelesaikan penelitian dengan judul “Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Kooperatif dengan Metode Latihan *Drill* dan Konsentrasi terhadap Kemampuan *Lay-Up Shoot* Atlet Bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru.” Tesis ini diajukan untuk melengkapi salah satu tugas dan syarat guna memperoleh gelar Magister Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Olahraga S2 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, Keberhasilan penulisan Tesis ini dipengaruhi oleh peran berbagai pihak terkait. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang dimaksud, diantaranya adalah:

1. Prof. Ganefri, Ph.D. selaku Rektor Universitas Negeri Padang Bapak
2. Prof. Dr. Alnedral, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan
3. Dr. Hendri Neldi, M.Kes., AIFO selaku pembimbing yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan dan arahnya dalam penulisan tesis ini
4. Dr. Damrah, M.Pd. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga S2 dan selaku penguji yang telah memberikan masukan dan perbaikan pada tesis penelitian ini
5. Dr. Ronni Yenes, M.Pd. dan selaku penguji yang telah memberikan masukan dan perbaikan terhadap penulisan tesis ini
6. Kepala SMK Negeri 7 Pekanbaru yang telah memberikan izin penelitian kepada penulis
7. Pelatih tim Bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru yang membantu dan memfasilitasi penulis dalam melakukan penelitian pada tim bolabasketnya
8. Tim Bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru yang telah bersedia menjadi sampel penelitian dan mengikuti instruksi peneliti dalam pengumpulan data hasil penelitian, sehingga tesis ini dapat diselesaikan sebagaimana mestinya

9. Kedua orang tua tercinta yang telah membesarkan dan mendidik penulis dengan baik, orang tua juga yang selalu mendoakan anak-anaknya agar selalu sukses dalam kehidupan, termasuk sukses dalam penyusunan dan penyelesaian tesis ini.
10. Isteri dan anak tercinta yang telah memberikan dukungan dan doanya kepada penulis
11. Pihak keluarga yang selalu memberikan motivasi dan selalu memberikan dukungan kepada penulis, sehingga selesainya penulisan tesis ini
12. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga S2 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, khususnya yang berasal dari kelompok belajar Pekanbaru karena selalu saling mendukung dalam hal perkuliahan dan bimbingan tesis ini.

Semoga segala bentuk bantuan, dukungan, motivasi, dan segala bentuk kebaikan oleh pihak tersebut di atas dan oleh pihak-pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, semoga mendapat balasan kebaikan di sisi Allah *Subhanahu wa Ta'ala*, *amin ya rabbal alamin*, Terakhir penulis mengharapkan kritik dan sarannya agar penulisan tesis ini menjadi lebih baik pada masa mendatang dan mudah-mudahan hasil penulisan tesis ini memberi manfaat bagi semua pihak.

Padang, Januari 2023

**Henri Saputra**  
NIM. 21199026

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>ABSTRAK</b> .....	ii
<b>PERSETUJUAN AKHIR TESIS</b> .....	iii
<b>PERSETUJUAN KOMISI UJIAN TESIS</b> .....	iv
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	v
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	x
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	7
C. Pembatasan Masalah .....	7
D. Perumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Kegunaan Hasil Penelitian .....	8
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Hakikat Teoritik .....	10
1. Pengertian Bolabasket .....	10
2. Metode Latihan Kooperatif .....	16
3. Metode Latihan <i>Drill</i> .....	22
4. Konsentrasi .....	26
B. Penelitian yang Relevan .....	30
C. Kerangka Konseptual .....	32
D. Hipotesis Penelitian .....	35

<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Metode dan Desain Penelitian .....	36
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	37
C. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel .....	37
D. Rancangan Perlakuan .....	40
E. Teknik Pengumpulan Data .....	41
F. Teknik Analisis Data .....	46
G. Hipotesis Statistik .....	49
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data .....	50
B. Uji Prasyarat Analisis .....	61
C. Pengujian Hipotesis .....	62
D. Pembahasan Hasil Penelitian .....	69
E. Keterbatasan Penelitian .....	73
<b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	75
B. Implikasi .....	76
C. Saran .....	87
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>79</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	<b>84</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Kelebihan dan Kelemahan Metode Kooperatif .....	21
Tabel 2.2 Kelebihan dan Kelemahan Metode Latihan <i>Drill</i> .....	25
Tabel 3.1 Rancangan Penelitian Faktorial.....	37
Tabel 3.2 Pembagian Sampel Penelitian .....	40
Tabel 3.3 Norma Penilaian Tes Konsentrasi .....	44
Tabel 3.4 Norma Skala Likers .....	45
Tabel 4.1 Data Atlet Bolabasket SMK Negeri 7 yang Memiliki Konsentrasi Tinggi .....	51
Tabel 4.2 Data Atlet Bolabasket SMK Negeri 7 yang Memiliki Konsentrasi Tinggi .....	52
Tabel 4.3 Data Atlet Bolabasket SMK Negeri 7 yang Memiliki Konsentrasi Rendah .....	54
Tabel 4.4 Kemampuan <i>Lay-Up Shoot</i> Kelompok Metode Kooperatif dengan Konsentrasi Tinggi .....	55
Tabel 4.5 Kemampuan <i>Lay-Up Shoot</i> Kelompok Metode Kooperatif dengan Konsentrasi Rendah.....	57
Tabel 4.6 Kemampuan <i>Lay-Up Shoot</i> Kelompok Metode Latihan <i>Drill</i> dengan Konsentrasi Tinggi .....	58
Tabel 4.7 Kemampuan <i>Lay-Up Shoot</i> Kelompok Metode Latihan <i>Drill</i> dengan Konsentrasi Rendah .....	60
Tabel 4.8 Hasil Uji Normalitas Data Penelitian .....	61
Tabel 4.9 Hasil Uji Homogenitas Data Penelitian .....	62
Tabel 4.10 Hasil Uji Perbedaan Kemampuan <i>Lay-Up Shoot</i> Bolabasket dengan Perlakuan Metode Latihan Kooperatif dan Metode Latihan <i>Drill</i> ....	63
Tabel 4.11 Hasil Uji Pengaruh Metode Latihan Kooperatif dan Metode Latihan <i>Drill</i> terhadap Kemampuan <i>Lay-Up Shoot</i> Bolabasket .....	64

Tabel 4.12 Hasil Uji Perbedaan Kemampuan <i>Lay-Up Shoot</i> Atlet Konsetrasi Tinggi dengan Perlakuan Metode Latihan Kooperatif dan Metode Latihan <i>Drill</i> .....	67
Tabel 4.13 Hasil Uji Perbedaan Kemampuan <i>Lay-Up Shoot</i> Atlet Konsetrasi Rendah dengan Perlakuan Metode Latihan Kooperatif dan Metode Latihan <i>Drill</i> .....	69

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Mekanika Melakukan <i>Lay-up Shoot</i> .....	14
Gambar 2.2 <i>Lay-up Shoot</i> dengan <i>Underhand</i> .....	15
Gambar 2.3 <i>Lay-up Shoot</i> dengan <i>Overhand</i> .....	16
Gambar 3.1 <i>Grid Concentration Test</i> .....	42
Gambar 3.2 Contoh pengisian Tes <i>Grid Concentration</i> .....	43
Gambar 3.3 Pelaksanaan Tes <i>Lay-up</i> .....	45
Gambar 4.1 Data Konsentrasi Atlet Bolabasket SMK Negeri 7 .....	51
Gambar 4.2 Distribusi Data Atlet Bolabasket SMK Negeri 7 yang Memiliki Konsentrasi Tinggi .....	53
Gambar 4.3 Distribusi Data Atlet Bolabasket SMK Negeri 7 yang Memiliki Konsentrasi Rendah .....	54
Gambar 4.4 Distribusi Data Kemampuan <i>Lay-Up Shoot</i> Kelompok Metode Kooperatif dengan Konsentrasi Tinggi .....	56
Gambar 4.5 Distribusi Data Kemampuan <i>Lay-Up Shoot</i> Kelompok Metode Kooperatif dengan Konsentrasi Rendah .....	57
Gambar 4.6 Distribusi Data Kemampuan <i>Lay-Up Shoot</i> Kelompok Metode <i>Drill</i> dengan Konsentrasi Tinggi .....	59
Gambar 4.7 Distribusi Data Kemampuan <i>Lay-Up Shoot</i> Kelompok Metode <i>Drill</i> dengan Konsentrasi Rendah .....	60
Gambar 4.8 Interaksi Pemberian Perlakuan Metode Kooperatif dan Metode Latihan <i>Drill</i> terhadap Kemampuan <i>Lay-Up Shoot</i> .....	65

## DAFTAR LAMPIRAN

		Halaman
Lampiran 1	Latihan pada Penelitian .....	84
Lampiran 2	Data Konsentrasi Atlet .....	96
Lampiran 3	Penentuan Kelompok dengan Perlakuan Metode Kooperatif dan Metode Drill .....	98
Lampiran 4	Kelompok Atlet Konsentrasi Tinggi .....	99
Lampiran 5	Kelompok Atlet Konsentrasi Rendah .....	100
Lampiran 6	Data Kemampuan <i>Lay-Up Shoot</i> Bolabasket dengan Metode Latihan Kooperatif.....	101
Lampiran 7	Data Kemampuan <i>Lay-Up Shoot</i> Bolabasket dengan Metode Latihan <i>Drill</i> .....	102
Lampiran 8	Data Kemampuan <i>Lay-Up Shoot</i> Bolabasket Atlet Konsentrasi Tinggi dengan Metode Latihan Kooperatif .....	103
Lampiran 9	Data Kemampuan <i>Lay-Up Shoot</i> Bolabasket Atlet Konsentrasi Tinggi dengan Metode Latihan <i>Drill</i> .....	104
Lampiran 10	Data Kemampuan <i>Lay-Up Shoot</i> Bolabasket Atlet Konsentrasi Rendah dengan Metode Latihan Kooperatif .....	105
Lampiran 11	Data Kemampuan <i>Lay-Up Shoot</i> Bolabasket Atlet Konsentrasi Rendah dengan Metode Latihan <i>Drill</i> .....	106
Lampiran 12	Data Hipotesis Penelitian .....	107
Lampiran 13	<i>Output</i> Uji Normalitas .....	108
Lampiran 14	<i>Output</i> Uji Homogenitas .....	109
Lampiran 15	<i>Output</i> Uji one way Anova .....	110
Lampiran 16	<i>Output</i> Uji Pengaruh .....	111
Lampiran 17	<i>Output</i> Uji Tukey .....	112
Lampiran 18	Nilai $F_{\text{tabel}}$ .....	113
Lampiran 19	Nilai $t_{\text{tabel}}$ .....	114

Lampiran 20	Surat Izin Penelitian .....	115
Lampiran 21	Surat Keterangan Menyelesaikan Penelitian .....	118
Lampiran 22	Dokumentasi Penelitian .....	119

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar belakang masalah**

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 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 olahraga yang sangat populer, di mana olahraga ini sangat populer di luar negeri. Tim agar memenangkan pertandingan harus memasukan bola kedalam keranjang lawan guna mencetak poin (PERBASI, 2012: 1). Menurut Muhajir (2016 : 11), 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 gerakan yang efektif dan efisien.

Perkembangan bolabasket yang ada di Indonesia perkembangannya sangat pesat, dibuktikan banyak bermunculan klub basket dari yang tingkat daerah maupun nasional. Kompetisi bolabasket sering diadakan pada jenjang pelajar, umum, junior, senior hingga kompetisi perguruan tinggi yang ditangani secara profesional yaitu kompetisi bolabasket antar klub dalam taraf nasional atau IBL (*Indonesia Basketball League*). Banyaknya kompetisi yang terdapat di Indonesia menghasilkan atlet baru 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, 2014:134). Sejalan dengan menggunakan pendapat (Mohaimin Abdul & Khisore, 2014: 94), teknik dalam permainan bolabasket ini sulit untuk dimainkan, jika tidak sering dan dilatih maka pemain baru akan sangat kesulitan karena teknik dasar harus dilatih secara konsisten. Kemampuan *shooting* merupakan kemampuan seorang untuk melakukan tembakan ke ring guna memasukan bola secara akurat menurut permainan yang telah disepakati (Etno, 2017). Menurut Zambova (2012: 87), pada latihan bolabasket latihan *shooting* adalah bagian terpenting berdasarkan seluruh latihan.

Olahraga bolabasket menentukan kemenangan berdasarkan poin yang dicetak. Kemampuan menembak pemain 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, 2014:2). 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*. Dari macam-macam teknik dasar *shooting* yang sering dilakukan dalam permainan 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, melangkah dan melempar. Tembakan *lay-up* sangat menguntungkan karena gerakannya yang bebas dilakukan pada langkah kaki kanan maupun kiri terlebih dahulu, Selain teknik *lay-up shoot* tinggi badan dan kemampuan meloncat (*jumping*) pemain menjadi faktor utama dalam melakukan *lay-up 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. *Lay-up shoot* bagi pemain basket merupakan hal yang dasar untuk mencetak poin yang paling mudah *lay-up shoot* sendiri membantu sedikit kegagalan saat *shooting* ke keranjang, karena *lay-up shoot* dilakukan dengan cara terdekat dengan ring.

Tembakan yang sering dilakukan pada permainan bolabasket adalah tembakan *lay-up*. Dalam definisinya *lay-up* merupakan tembakan yang menggunakan *dribbling* sambil melompat ke arah dekat ke ring. Tembakan ini selalu dipakai pemain lantaran memiliki keunggulan yaitu tembakan yang dilakukan lebih dekat dan diuntungkan menggunakan langkah dan lompatan lebih gampang dalam 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 (2014:86) menyebutkan bahwa “Metode latihan biasanya digunakan untuk memperoleh keterampilan tergantung pada apa yang telah mereka pelajari”. Menurut Sagala (2014:217) “konsep ajar dengan *drill* atau konsep pembinaan ialah salah satu konsep pembelajaran atau melatih yang baik buat memberikan nilai tertentu”. Mahardika (2016: 9) 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: 95). 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, karena aktivitas olahraga tidak hanya berinteraksi dengan bagian tubuh manusia tetapi dengan seluruh proses psikofisik manusia.

Berdasarkan pengertian 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 kooperatif pada hasil *lay-up shoot* atlet, metode latihan *drill* 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 katerampilan mereka. Setiap pertandingan bolabasket sangat didukung oleh sekolah karena dari setiap tahunya mendapatkan prestasi dalam kejuaraan yang diikuti. Sarana dan prasarana disertai dengan latihan 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 disesuaikan jadwal yang telah disusun.

Berdasarkan hasil observasi penulis pada atlet bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru bahwa banyak atlet memiliki kemampuan *shooting* cukup baik, namun kemampuan *lay-up shoot* yang dimiliki masih kurang baik. Hal itu diketahui dari percobaan *shooting* dan *lay-up shot*, dimana *shooting* lebih banyak masuk ke keranjang dibandingkan *lay-up shoot*. Misalnya dari sepuluh kali percobaan, diperoleh enam kali *shooting* masuk ke ring, tetapi *lay-up shoot* hanya tiga atau empat yang masuk ke ring. Kondisi tersebut menyatakan masih kurangnya *lay-up shoot* bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru.

Diketahui bahwa 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 ada yang masih tidak maksimal.

Ada atlet yang masih ragu ragu dalam melakukan *lay-up shoot* ada juga atlet dalam melakukan lompatan kurang maksimal, 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 saat mendekati ring.

Faktor yang sangat berpengaruh terhadap kemampuan *lay-up shoot* dari beberapa faktor yang diuraikan di atas, diduga faktor kurangnya latihan kooperatif dengan latihan *drill* dan 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, 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 ke keranjang bisa fokus dan sesuai target. Untuk itu penulis tertarik ingin mengetahui “Perbedaan pengaruh metode latihan kooperatif dengan metode latihan *drill* dan konsentrasi terhadap kemampuan *lay-up shoot* atlet bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru.”

## **B. Identifikasi masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas terdapat banyak variabel yang diduga berpengaruh terhadap permasalahan *lay-up shoot* atlet bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru, yaitu:

1. Metode komando
2. Metode *drill*
3. Metode *inquiri*
4. Metode latihan kooperatif
5. Metode tugas
6. Motivasi
7. Konsentrasi
8. Dukungan orang tua

## **C. Pembatasan masalah**

Memperhatikan identifikasi masalah diatas cukup banyak variabel yang mungkin mempengaruhi kemampuan *lay-up shoot* pada atlet bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru. Mengingat kemampuan pengalaman waktu yang dimiliki peneliti mempersempit variabel penelitian, yaitu:

1. Sebagai variabel terikat dibatasi oleh kemampuan *lay-up shoot* tim SMK Negeri 7 Pekanbaru.
2. Sebagai variabel bebas utama (*maineffect*) adalah metode latihan kooperatif dan latihan *drill*.
3. Sebagai variabel bebas *anibul* (*simple effect*) adalah konsentrasi.
4. Untuk analisisnya hanya pada atlet bola basket SMK Negeri 7 Pekanbaru.

## **D. Perumusan masalah**

Dari permasalahan diatas peneliti ingin merumuskan masalah penelitian sebagai berikut :

1. Apakah terdapat perbedaan kemampuan *lay-up shoot* atlet bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru diberi perlakuan metode latihan kooperatif dan metode latihan *drill*.

2. Apakah terdapat pengaruh interaksi antara metode latihan kooperatif dan metode latihan *drill* terhadap kemampuan *lay-up shoot* atlet bolabasket tim SMK Negeri 7 Pekanbaru.
3. Apakah terdapat perbedaan kemampuan *lay-up shoot* atlet bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru yang memiliki konsentrasi tinggi dengan metode kooperatif dan metode latihan *drill*.
4. Apakah terdapat perbedaan kemampuan *lay-up shoot* atlet bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru yang memiliki konsentrasi rendah dengan metode kooperatif dan metode latihan *drill*.

#### **E. Tujuan penelitian**

Berdasarkan perumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Perbedaan kemampuan *lay-up shoot* atlet bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru diberi perlakuan metode latihan kooperatif dan metode latihan *drill*.
2. Pengaruh interaksi antara metode latihan kooperatif dan metode *drill* terhadap kemampuan *lay-up Shoot* atlet bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru.
3. Perbedaan kemampuan *lay-up shoot* atlet bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru yang memiliki konsentrasi tinggi dengan metode kooperatif dan metode latihan *drill*.
4. Perbedaan kemampuan *lay-up shoot* atlet bolabasket SMK Negeri 7 Pekanbaru yang memiliki konsentrasi rendah dengan metode kooperatif dan metode latihan *drill*.

#### **F. Kegunaan hasil penelitian**

Manfaat dalam penelitian ini diharapkan berguna bagi:

1. Pelatih : Sebagai dasar pengambilan keputusan dalam melakukan latihan utamanya aspek kondisi fisik serta mampu menyiapkan metode latihan kooperatif dengan metode latihan *drill* dan konsentrasi dalam *lay-up shoot* sesuai kondisi atlet.

2. Atlet : Sebagai bahan masukan untuk dapat meningkatkan kemampuan performa atlet itu sendiri dan meningkatkan kondisi fisik dan keterampilan dalam bermain bolabasket.
3. Peneliti: Sebagai bahan penambah pengetahuan dan pemahaman terhadap hal-hal peningkatan keterampilan dan mental atlet.
4. Penelitian yang akan datang: Sebagai bahan referensi dan patokan dalam penelitian yang melibatkan banyak sampel dan variabel yang akan dikembangkan.