

**TINJAUAN TINGKAT KEMAMPUAN TEKNIK DASAR EKSTRAKURIKULER
BOLABASKET PUTRA DI SMA NEGERI 2 LUBUK BASUNG
KABUPATEN AGAM**

SKRIPSI

**Diajukan kepada tim penguji skripsi jurusan Kepelatihan untuk memenuhi sebagian
persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan**



**APRINALDO JUWANDA
14087035/2014**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2019**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

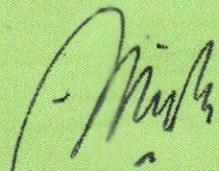
Judul : Tinjauan Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Ekstrakurikuler Bolabasket Putra di SMA Negeri 2 Lubuk Basung Kabupaten Agam

Nama : Aprinaldo Juwanda
Nim/BP : 14087035/2014
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan : Kepelatihan
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Padang, Juni 2019

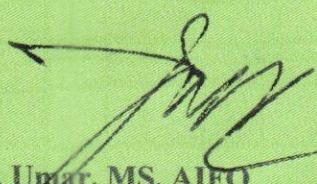
Disetujui Oleh:

Pembimbing



Drs. Hermanzoni M.Pd
NIP. 19610414 198603 1 007

Ketua Jurusan



Dr. Umar, MS. AIFO
NIP. 19610615 198703 1 003

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Aprinaldo Juwanda
NIM : 14087035/2014

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Skripsi Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
dengan judul

Tinjauan Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Ekstrakurikuler Bolabasket
Putra di SMA Negeri 2 Lubuk Basung Kabupaten Agam

Padang , Juni 2019

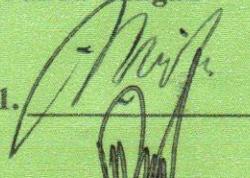
Nama

1. Ketua : Drs. Hermanzoni, M.Pd

2. Anggota : Dr. Ronni Yenes, S.Pd, M.Pd

3. Anggota : Sari Mariati, S.Si, M.Pd

Tanda Tangan

1. 

2. 

3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul "**Tinjauan Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Ekstrakurikuler Bolabasket Putra di SMA Negeri 2 Lubuk Basung Kabupaten Agam**" adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali 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 di cantumkan pada kepustakaan.
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, Juni 2019
Yang membuat pernyataan



Aprinaldo Juwanda
NIM. 14087035/2014

ABSTRAK

Aprinaldo Juwanda (2019): Tinjauan Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Ekstrakurikuler Bolabasket Putra di SMA Negeri 2 Lubuk Basung Kabupaten Agam

Masalah penelitian ini adalah masih rendahnya prestasi atlet bolabasket putra SMA Negeri 2 Lubuk Basung Kabupaten Agam. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimanakah kemampuan teknik dasar ekstrakurikuler bolabasket putra sma negeri 2 lubuk basung kabupaten agam.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yaitu mengenai kemampuan teknik dasar bolabasket siswa. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang mengikuti ekstrakurikuler basket di SMA Negeri 2 Lubuk Basung Tahun Ajaran 2018-2019 yang berjumlah 30 siswa. Sampel penelitian ini menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 15 siswa putra saja. Instrument dalam penelitian ini adalah: 1) Tes kemampuan memantulkan bola ke arah tembok (*Passing*) 2) Tes kemampuan menggiring bola (*Dribbling*), 3) tes kemampuan Menembakkan bola ke ring selama 1 menit. Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah teknik analisis deskriptif persentatif.

Hasil penelitian ini adalah: 1) Rata-rata kemampuan teknik dasar *Passing* dan *controll* atlet Bolabasket putra SMA Negeri 2 Lubuk Basung Kabupaten Agam tergolong dalam kategori sedang. 2) Rata-rata kemampuan teknik dasar *dribbling* atlet Bolabasket putra SMA Negeri 2 Lubuk Basung Kabupaten Agam tergolong dalam kategori sedang. 3) Rata-rata kemampuan teknik dasar *Shooting* atlet Bolabasket putra SMA Negeri 2 Lubuk Basung Kabupaten Agam berada pada kategori sedang. 4) Rata-rata kemampuan teknik dasar bermain bolabasket atlet Bolabasket putra SMA Negeri 2 Lubuk Basung Kabupaten Agam secara keseluruhan berada pada kategori sedang.

KATA PENGANTAR



Puji syukur peneliti ucapkan kehadirat Allah SWT, Tuhan semesta alam yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Tinjauan Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Ekstrakurikuler Bolabasket Putra di SMA Negeri 2 Lubuk Basung Kabupaten Agam”**. Skripsi ini dibuat untuk memenuhi persyaratan tugas Akhir pada Jurusan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Penulisan skripsi Penelitian ini tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik berupa moril maupun materil. Untuk itu peneliti menyampaikan terima kasih kepada:

1. Orang tua penulis yang telah memberikan semangat serta dorongan kepada penulis dalam memnyelesaikan proposal penelitian ini.
2. Bapak Drs. Hermanzoni, M.Pd selaku penasehat akademik sekaligus pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, pikiran dan kesabaran untuk membimbing peneliti.
3. Bapak Dr. Ronni Yenes S.Pd, M.Pd dan Sari Mariyati S.Si, M.Pd selaku dosen pembahas yang telah memberikan kritik dan saran demi kesempurnaan skripsi ini.
4. Rekan-rekan mahasiswa seperjuanga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang dan khususnya jurusan kepelatihan BP 2014 yang selalu bersama saat menimba ilmu di Universitas Negeri Padang.

Semoga bantuan, bimbingan dan arahan yang telah diberikan mendapat balasan pahala dari Allah SWT. Peneliti menyadari dalam penulisan proposal ini masih banyak terdapat kekurangan, untuk kesempurnaan proposal ini, maka dengan kerendahan hati peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak. Atas masukan dan saran yang diberikan penulis haturkan terima kasih.

Padang, April 2019

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Kegunaan Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori.....	8
1. Permainan Bolabasket	8
2. Hakikat Permainan Bolabasket	9
3. Hakikat Keterampilan Dasar Permainan Bolabasket	15
4. Karakteristik Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA)	18
5. Pengertian Ekstrakurikuler.....	21
B. Penelitian yang Relevan.....	22
C. Kerangka Konseptual	23
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	26
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	26
C. Populasi dan Sampel Penelitian	27
D. Instrumentasi dan Teknik Pengumpulan Data	27
E. Teknik Analisis Data.....	31

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data.....	33
1. Teknik <i>Passing</i>	33
2. <i>Dribbling</i>	34
3. <i>Shooting</i>	36
B. Analisis Data	37
C. Pembahasan.....	38

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	45
B. Saran.....	45

DAFTAR PUSTAKA	47
-----------------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Norma Penilaian <i>Passing, Dribble, Shooting</i>	31
2. Norma Penilaian Nilai Keterampilan Bermain Bolabaskert	32
3. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar <i>Passing</i> bolabasket atlet Bolabasket putra SMA Negeri 2 Lubuk Basung Kabupaten Agam	33
4. Distribusi Frekuensi Teknik dasar <i>Dribbling</i> bolabasket atlet Bolabasket putra SMA Negeri 2 Lubuk Basung Kabupaten Agam	34
5. Distribusi Frekuensi Teknik dasar <i>Shooting</i> bolabasket atlet Bolabasket putra SMA Negeri 2 Lubuk Basung Kabupaten Agam	36
6. Hasil Analisis Data kemampuan Teknik Dasar Atlet Bolabasket Putra SMA Negeri 2 Lubuk Basung Kabupaten Agam.....	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Ukuran Lapangan Permainan.....	11
2. <i>Passing Dada</i>	16
3. <i>Dribbling</i>	17
4. <i>Shooting</i>	18
5. Pemahaman Konsep Kerangka Berfikir.....	25
6. Instrumen memantulkan bola ke tembok	28
7. Lintasan untuk menggiring	28
8. Instrumen menembakkan bola dan Tes Memasukkan Bola ke dalam Ring Basket	29
9. Histogram Frekuensi teknik dasar <i>Passing</i> Bolabasket putra SMA Negeri 2 Lubuk Basung Kabupaten Agam	34
10. Histogram Distibusi Teknik dasar <i>Dribbling</i> bolabasket atlet Bolabasket putra SMA Negeri 2 Lubuk Basung Kabupaten Agam	36
11. Histogram Distibusi Data Teknik dasar <i>Shooting</i> bolabasket atlet Bolabasket putra SMA Negeri 2 Lubuk Basung Kabupaten Agam.....	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Mentah Penelitian	49
2. T-Score <i>Passing</i> Bolabasket SMA Negeri 2 Lubuk Basung Kabupaten Agam	50
3. T-Score <i>Dribbling</i> Bolabasket SMA Negeri 2 Lubuk Basung Kabupaten Agam	51
4. T-Score <i>Shooting</i> Bolabasket SMA Negeri 2 Lubuk Basung Kabupaten Agam	52
5. Analisis Data Deskriptif Persentatif	53
6. Dokumentasi Penelitian	55

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan sebuah kegiatan yang dilakukan di lingkungan sekolah baik formal maupun non formal, selain itu pendidikan juga sangat berpengaruh pada kualitas sumber daya manusia. Berdasarkan rumusan dalam undang-undang tentang sistem pendidikan nasional No.20 tahun 2003 pasal 1 tentang sistem pendidikan nasional, yang dimaksud dengan pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara.

Pendidikan di Indonesia dimulai dari sekolah tingkat dasar SD, menengah SMP sampai SMA, dan Perguruan Tinggi. Sekolah merupakan tempat menimba ilmu pengetahuan dan teknologi, ilmu agama dan pendidikan olahraga serta untuk meningkatkan potensi diri. Pendidikan olahraga sangat dibutuhkan di sekolah guna menciptakan kesehatan, kesegaran jasmani, dan membantu siswa mengembangkan minat dan bakatnya dalam bidang olahraga. Dalam Undang-Undang RI No. 3 tahun 2005 pasal 25 ayat 4 tentang Sistem Keolahragaan Nasional "Pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan dilaksanakan dengan memperhatikan potensi, kemampuan, minat, bakat peserta didik secara menyeluruh, baik melalui kegiatan intrakurikuler maupun ekstrakurikuler". Dari

penjelasan di atas pendidikan khususnya dilingkungan sekolah terdiri dari berbagai kurikulum yang dikembangkan, salah satu mata pembelajaran untuk pengembangan pengetahuan, keterampilan dan kreativitas tersebut yaitu pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan hidup aktif dan sikap sportif melalui kegiatan jasmani (Depdiknas, 2003: 2). Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan mempunyai dua aspek yang mendukung seperti kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler yang sekarang disebut pengembangan diri. Kegiatan intrakurikuler diatur oleh sekolah sesuai kurikulum sekolah, sedangkan pengembangan diri untuk meningkatkan prestasi siswa didapat di ekstrakurikuler pada luar jam sekolah.

Perkembangan olahraga di Indonesia semakin meningkat, banyak cabang olahraga yang dipertandingkan dari tingkat daerahingga tingkat nasional kususnya olahraga bolabasket semisal *NationalBasketball League* (NBL), *Women's National Basketball League* (WNBL),*Developmental Basketball League* (DBL), *Junior Basketball League* (JRBL), Liga Mahasiswa (LIMA), Pekan Olahraga Daerah (PORDA), PekanOlahraga Nasional (PON), dan masih banyak lagi. Olahraga bolabasket tidakhanya digemari oleh orang dewasa, namun juga oleh anak-anak, mulai dari anak Sekolah Dasar sampai Sekolah Menengah Atas (Dinata, 2008). Oleh sebab itu,olahraga bolabasket menjadi salah satu ekstrakulikuler yang diminati disekolah . Bolabasket adalah salah satu olahraga paling populer di Indonesia yang menyenangkan, kompetitif, mendidik, menghibur, dan menyehatkan. Melalui kegiatan olahraga bolabasket

penggemarnya banyak memperoleh manfaat khususnya dalam pertumbuhan fisik, mental dan sosial.Pada dasarnya permainan bolabasket adalah permainan yang dilakukan secara beregu dan kemenangan dalam suatu tim ditentukan oleh selisih jumlah *point*.

Bolabasket yaitu olahraga yang dimainkan oleh laki-laki maupun perempuan yang terdiri dari dua tim yang saling menyerang untuk memasukan bola ke dalam keranjang (basket) musuh. Setiap tim terdiri dari 5orang yaitu *Point Guard*, *Shoting Guard*, *Small Forward*, *Power Forward*, dan *Center*. Luas lapangan permainan bola basket 28 m x 15 m dapat terbuatdari lantai, ubin, maupun papan. Permainan bola basket dapat dilakukan dilapangan *indoor* atau *outdoor*.Seorang atlet bolabasket selain harus menguasai teknik dasar dan taktik, juga harus memiliki kondisi fisik yang baik seperti kekuatan, kecepatan, kelincahan, kelentukan, koordinasi, daya tahan, daya ledak, keseimbangan, dan ketepatan dalam penguasaan lapangan. Baik itu dalam menggiring, melempar, bahkan mempertahankan dan mencegah bola dari serangan lawan, karena kondisi fisik merupakan komponen utama untuk melakukan gerakan dalam olahraga. Semua kompenen dalam olahrga bolabasket tersebut harus dilatih secara berkelanjutan, karena teknik dan semua unsur fisik harus signifikan dengan semua gerakan yang dilakukan dalam permainan bolabasket, demi menciptakan seorang atlet profesional dan tangguh. Ekstrakurikuler bolabasket adalah merupakan salah satu ekstrakulikuler yang digemari oleh siswa SMA Negeri 2 Lubuk Basung, terbukti dengan setiap tahunnyabanyak peminat dari siswa baru yang masuk ke ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 2 Lubuk Basung.Team bolabasket SMA

Negeri 2 Lubuk Basung yang merupakan siswa-siswi yang mengambil ekstrakurikuler bolabasket adalah salah satu yang terbaik di SMA Negeri 2 Lubuk Basung. Prestasi yang telah mereka raih, salah satunya pada juara I dan runner-up open turnamen basketball SMA Negeri 2 Lubuk basung tahun 2012- 2013 dan 2015-2018, pada team putra meraih juara I IAIN Cup Batu Sangkar di tahun 2013 dan juara II IDC Cup tahun 2014 .

Namun pada dua tahun berikutnya sampai sekarang, prestasi tim bolabasket SMA Negeri 2 Lubuk Basung mulai menurun dibandingkan pada tahun 2013-2014. Buktinya pada kejuaraan berikutnya hanya sampai pada babak penyisihan saja. Banyak penyebab yang mengakibatkan menurunnya prestasi tim bolabasket SMA Negeri 2 Lubuk Basung, yang paling menonjol adalah rendahnya kemampuan teknik dasar atlit dalam melakukan *dribble, passing dan shooting*. Ini dibuktikan dalam pertandingan banyak kemampuan teknik dasar siswa SMA Negeri 2 Lubuk Basung yang rendah. Apabila rendahnya kemampuan teknik dasar siswa terjadi pada setiap kompetisi serta hal ini dibiarkan terus-menerus, maka prestasi tim bolabasket SMA Negeri 2 Lubuk Basung yang diharapkan untuk mencapai prestasi puncak akan sulit tercapai serta akan selalu gagal dalam meraih prestasi maksimal dalam dalam tiap kejuaraan yang diikutinya. Untuk mengatasi permasalahan di atas, pelatih harus menciptakan suasana latihan yang kondusif terhadap kemampuan teknik dasar sehingga siswa menguasai teknik dasar dengan baik. Oleh sebab itu upaya peningkatan dalam kemampuan bermain bolabasket di SMA Negeri 2 Lubuk Basung dilakukan dengan memberikan berbagai kegiatan dalam ekstrakurikuler bolabasket diantaranya diberikan berbagai macam latihan

teknik dasar, sehingga siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket mampu mengaplikasikan materi dalam kegiatan ekstrakurikuler bolabsaket.

Berdasarkan observasi dan pengalaman praktek lapangan yang saya lakukan di SMA Negeri 2 Lubuk Basung terdapat satu pelatih ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Lubuk Basung. Hasil percakapan dengan siswa SMA Negeri 2 Lubuk Basung, siswa lebih tertarik dan antusias mengikuti latihan ekstrakurikuler dengan pelatih yang memberikan contoh langsung gerakan serta teknik kepada siswa dan banyak melakukan berbagai variasi latihan, dengan begitu siswa cepat mengerti dan tidak jemu dalam mengikuti latihan. Metode dalam berbagai variasi latihan tersebut sangat perlu digunakan dalam proses kegiatan ekstrakurikuler dengan berbagai pertimbangan fisiologis maupun psikologis.

Dari uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian pada permasalahan ini. Oleh sebab itu penulis hanya melihat tingkat kemampuan teknik dasar yang meliputi *Shooting*, *Dribbling* dan *Passing* pada ekstrakurikuler basket putra di di SMA Negeri 2 Lubuk Basung Kabupaten Agam.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah penulis uraikan di atas, maka masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Kualitas pelatih yang berbeda sehingga kegiatan ekstrakurikuler tidak berjalan dengan baik.
2. Belum mencukupinya fasilitas sarana dan prasarana yang menunjang kegiatan ekstrakurikuler sehingga membatasi kemampuan siswa dalam melakukan kegiatan ekstrakurikuler bolabasket.

3. Tingkat kemampuan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket.
4. Teknik dasar bolabasket

C. Pembatasan Masalah

Permasalahan pada penelitian ini perlu dibatasi agar masalah yang dikaji lebih fokus dan tidak terlalu luas. Adapun permasalahan dalam penelitian ini dibatasipada Tingkat Kemampuan teknik dasar yang meliputi *Shooting*, *Dribbling* dan *Passing*siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 2 Lubuk BasungKabupaten Agam.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan batasan masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: Seberapa besar tingkat kemampuan teknik dasar bolabasket siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 2Lubuk Basung?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan:
Untuk mengetahui tingkat keterampilan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 3Lubuk Basung 2018/2019.

F. Kegunaan Penelitian

Sesuai dengan tujuan dalam penelitian ini nantinya diharapkan dapatbermanfaat untuk:

1. Penulis, sebagai syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan Strata Satu (S1) Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Atlet, sebagai informasi dan pengetahuan tentang keterampilan teknik dasar atlet SMA Negeri 2 Lubuk Basung.
3. Pelatih, sebagai bahan masukan untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar atlet basket SMA Negeri 2 Lubuk Basung.
4. Perpustakaan, sebagai bahan bacaan untuk menambah ilmu pengetahuan dan dapat mengungkap informasi yang bermanfaat terutama dalam bidang teori kepelatihan dan teori gerak sebagai pengetahuan yang diperlukan dalam pembinaan olahraga.
5. *Civitas* akademika, untuk memperkaya disiplin ilmu kepelatihan dalam bidang keolahragaan, sekaligus sebagai pengembangan wawasan dalam memperluas kajian dalam Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
6. Para peneliti selanjutnya, sebagai acuan melakukan penelitian yang baru.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang studi kemampuan teknik dasar Bolabasket pada atlet Bolabasket putra SMA Negeri 2 Lubuk Basung Kabupaten Agam yang dilakukan terhadap 15 orang atlet Bolabasket, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Rata-rata kemampuan teknik dasar *Passing* dan *controll* atlet Bolabasket putra SMA Negeri 2 Lubuk Basung Kabupaten Agam tergolong dalam kategori sedang.
2. Rata-rata kemampuan teknik dasar *dribling* atlet Bolabasket putra SMA Negeri 2 Lubuk Basung Kabupaten Agam tergolong dalam kategori sedang.
3. Rata-rata kemampuan teknik dasar *Shooting* atlet Bolabasket putra SMA Negeri 2 Lubuk Basung Kabupaten Agam berada pada kategori sedang.
4. Rata-rata kemampuan teknik dasar bermain bolabasket atlet Bolabasket putra SMA Negeri 2 Lubuk Basung Kabupaten Agam secara keseluruhan berada pada kategori sedang.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas maka penulis dapat memberikan saran sebagai berikut:

1. Pelatih Bolabasket, agar memberikan tambahan hari latihan, sehingga atlet lebih sering melakukan latihan teknik dasar Bolabasket dan keterampilan teknik dasar atlet Bolabasket dapat ditingkatkan.

2. Atlet agar lebih disiplin dan rajin mengikuti latihan teknik dasar Bolabasket, sehingga lebih terampil dan tidak banyak melakukan kesalahan dalam mempelajari teknik dasar Bolabasket.
3. Guru PJOK, agar dapat memberikan pembelajaran tentang teknik dasar Bolabasket di sekolah, guna meningkatkan keterampilan teknik dasar Bolabasket siswa di sekolah.
4. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu masukan dan literatur bagi peneliti berikutnya dengan menggunakan sampel yang lebih besar.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Nuril. (2007). *Permaian Bolabasket*. Surakarta: Era Intermedia.
- Baharuddin. (2009). *Pendidikan dan Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta;Ar-Ruzz Media.
- Buku Panduan. (2014). *Penulisan Tugas Akhir/Skripsi Universitas Negeri Padang*. Departemen Pendidikan Nasional UNP.
- Fardi, Adnan. (1999). *Bolabasket Dasar*.Padang: FIK UNP.
- Hartono, A., dan Sunarto. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. JakartaRineka Cipta.
- Ishartiwi (2009). Model Inkkusif layanan Khusus Pembinaan Siswa Cerdas Istimewa/ Berbakat Istimewa Berbasis Sumber Daya Daerah. *Jurnal Pendidikan Khusus*. Vol. 5 No. 2, pp 1-11.
- Imanudin, Imam. 2008. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sodikun, Imam. 1992. *Olahraga Pilihan Bola Basket*. Jakarta: Depdikbub Dirjen Pendidikan Tinggi.
- Kosasih, Danny. (2008). *Fundamental Basketball*. Semarang: CV. Elwas Offset.
- Ngatman, 2001. *Petunjuk Praktikum Tes dan Pengukuran*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Oliver Jon. 2004. *Dasar-dasar Bola Basket*. Jakarta: Pakar Raya.
- PERBASI. (2012). Buku PERBASI (Terjemahan *Official Basketball Rules FIBA2012*). Jakarta: Pengurus Besar Persatuan Bolabasket Seluruh Indonesia.
- Izzaty, Rita Eka, dkk. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Rudiansyah, Eko dkk. (2014). Upaya Meningkatkan *Shooting Free Throw* Permainan Bolabasket dengan Metode *Strength* pada Siswa Kelas X Akutansi 2 SMK NEGERI 1 Nanga Pinoh. *Jurnal pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi* 1 (1): 64-68.