

**HUBUNGAN POWER OTOT LENGAN DAN KOORDINASI
MATA – TANGAN TERHADAP KEMAMPUAN PASSING PADA
PEMAIN BOLABASKET SMAN 1 SUNGAI GERINGGING
KABUPATEN PADANG PARIAMAN**

SKRIPSI

*Diajukan sebagai salah satu persyaratan guna memperoleh
gelar sarjana strata satu (S1)*



Oleh:

ELIZA PEBRIA SYAHMA

NIM 06773

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2012**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Hubungan *Power* Otot Lengan Dan Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Kemampuan *Passing* Pada Pemain Bolabasket SMAN 1 Sungai Geringging Kabupaten Padang Pariaman

Nama : Eliza Pebria Syahma
Nim : 06773
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang , Juli 2012

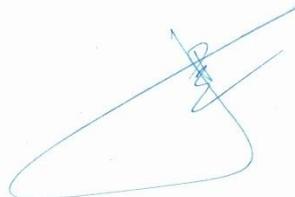
DISAHKAN OLEH

Pembimbing I



Drs. Nirwandi, M.Pd
NIP. 19580914 198102 1 001

Pembimbing II



Dra. Pitnawati, M.Pd
NIP. 19590513 198403 2 002

Mengetahui
Ketua Jurusan



Drs. Yulifri, M.Pd
NIP. 19590705 198503 1 002

PENGESAHAN

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

Judul : Hubungan Power Otot Lengan Dan Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Kemampuan Passing SMAN 1 Sungai Geringging Kabupaten Padang pariaman

Nama : Eliza Pebria Syahma

NIM : 06773

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, juli 2012

Tim Penguji

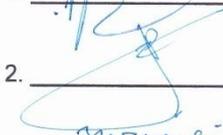
Nama

Tanda Tangan

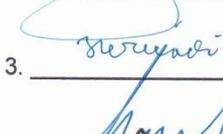
1. Drs.Nirwandi,M.Pd

1. 

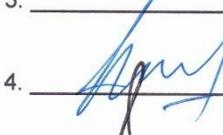
2. Dra.Pitnawati,M.Pd

2. 

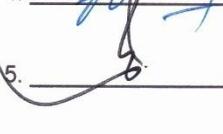
3. Drs. Willadi Rasyid M.Pd

3. 
Willadi

4. Drs. Yulifri, M.Pd

4. 

5. Drs. Zarwan, M.Kes

5. 

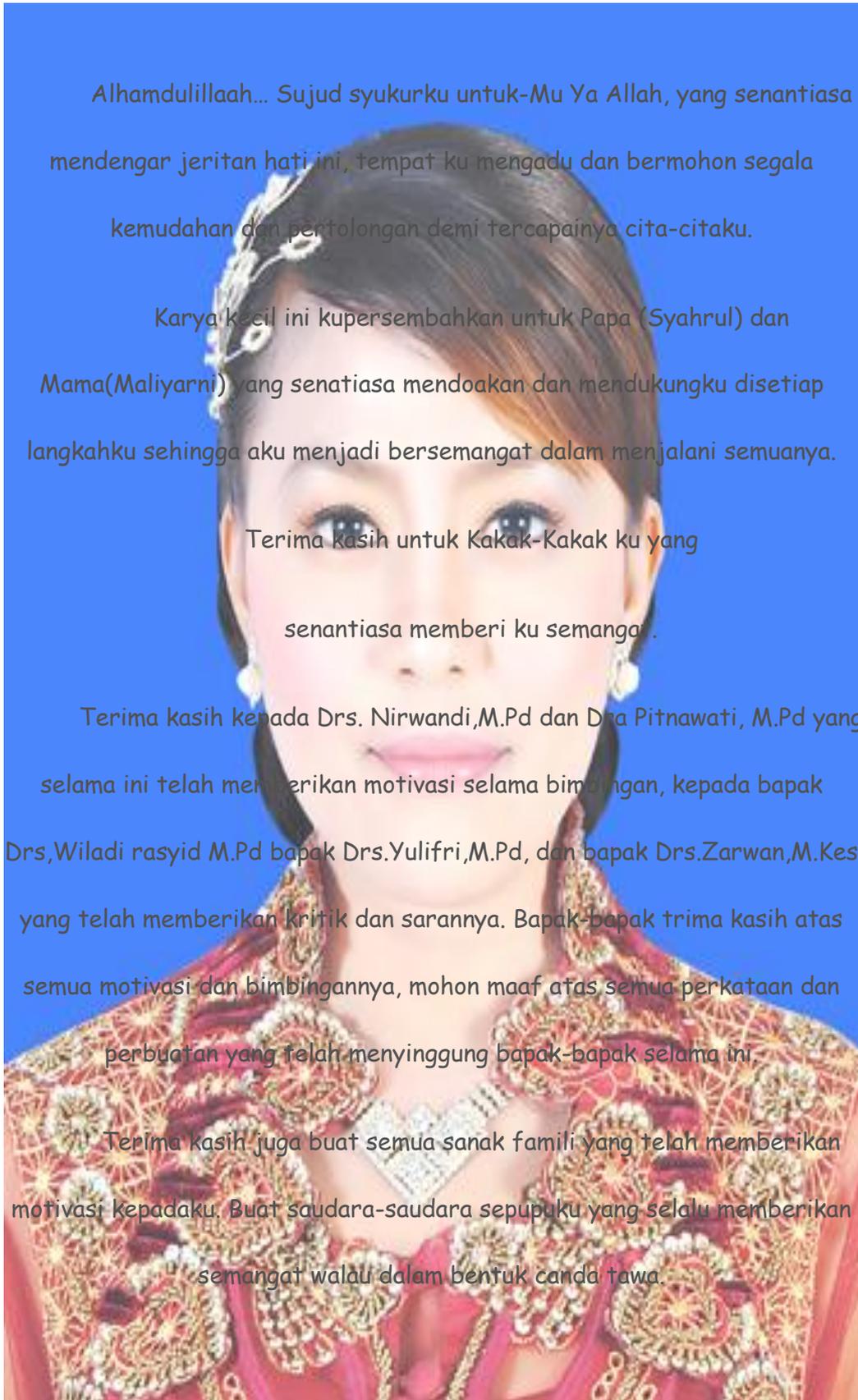
Alhamdulillah... Sujud syukurku untuk-Mu Ya Allah, yang senantiasa mendengar jeritan hati ini, tempat ku mengadu dan bermohon segala kemudahan dan pertolongan demi tercapainya cita-citaku.

Karya kecil ini kupersembahkan untuk Papa (Syahrul) dan Mama(Maliyarni) yang senantiasa mendoakan dan mendukungku disetiap langkahku sehingga aku menjadi bersemangat dalam menjalani semuanya.

Terima kasih untuk Kakak-Kakak ku yang senantiasa memberi ku semangat.

Terima kasih kepada Drs. Nirwandi,M.Pd dan Dra Pitnawati, M.Pd yang selama ini telah memberikan motivasi selama bimbingan, kepada bapak Drs,Wiladi rasyid M.Pd bapak Drs.Yulifri,M.Pd, dan bapak Drs.Zarwan,M.Kes yang telah memberikan kritik dan sarannya. Bapak-bapak trima kasih atas semua motivasi dan bimbingannya, mohon maaf atas semua perkataan dan perbuatan yang telah menyinggung bapak-bapak selama ini.

Terima kasih juga buat semua sanak famili yang telah memberikan motivasi kepadaku. Buat saudara-saudara sepupuku yang selalu memberikan semangat walau dalam bentuk canda tawa.



Buat sahabat-sahabat seperjuang satu kos, (Tempoa raya no 15) yang tak bisa disebutkan satu persatu, susah senang kito arungi basamo, ku harap persahabatan kito selalu tagores di hati ,

Teristimewa buat Ipunk syaiful rezzasikumbang yang selalu meberikan arahan dan (dari bimbingan sampai kompre yang slalu kasih semangat ucuk Q kok nangis...semangat nya mana?...makasi ya sayank smangat nya).

Buat ami alias emi rahaemi(baa manggalau wak baliak,,,bisuak kalau kapadang jan lupu baik an sambal jariang ibu,jan mangopi juo...beko jadi ungu-ungku karipuik,acok lo bagadang,kok kantuik gadang-gadang), Ani(balaki lah lae) , Yandri, Radman(blajar bahasa minang yang bagus yaaaa.....,Eka,Pekok,Rolly(makasi sahabat Q sayang takana waktu kuliah acok ngantar jemput) adika,rezky,ryan,Hendri,dan ntua keluarga Lokal C NR nan ma yang ndk tasabuik namo nyo harap dimaklumi....ndak tamuek di karate doh.....

terimakasih atas canda tawanya walaupun manyakikan hati, tapi itu bana yang ambo senang dari kalian sadonyo, mantap..... serta untuk semua pihak yang telah terlibat,

thanks for all.

ABSTRAK

Eliza Pebria Syahma. Hubungan Power Otot Lengan dan Koordinasi Mata Tangan terhadap Kemampuan Passing Pemain Bola Basket SMA N 1 Sungai Geringging Kabupaten Padang Pariaman

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya Kemampuan Passing Pemain Bola Basket SMA N 1 Sungai Geringging Kabupaten Padang Pariaman. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi antara Power otot lengan dan koordinasi mata tangan terhadap Kemampuan Passing Pemain Bola Basket SMA N 1 Sungai Geringging Kabupaten Padang Pariaman.

Metode penelitian ini adalah metode korelasional. Populasi penelitian ini seluruh Pemain Bola Basket SMA N 1 Sungai Geringging Kabupaten Padang Pariaman yang terdaftar dan ikut latihan yang berjumlah 35 orang yang terdiri dari 25 orang putra dan 18 orang putri, sedangkan sampel diambil secara *purposive sampling* sehingga diperoleh sampel dengan jumlah 25 orang pemain. Tempat pelaksanaan penelitian adalah di lapangan basket SMA N 1 Sungai Geringging Kabupaten Padang Pariaman, adapun waktu penelitian adalah bulan Desember 2011. Data Power otot lengan menggunakan tes, *two Hand medicine ball put* (Jhonson dan Nelson 1986:217) koordinasi mata tangan diambil dengan menggunakan tes *koordinasi mata tangan* (Haag dan Dassel, 1981:2) dan Kemampuan Passing diambil dengan melakukan *tes Passing* (Yunus 1992:302) Teknik analisis data penelitian ini menggunakan teknik analisis korelasi ganda dan terakhir dilanjutkan dengan uji kontribusi.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa: (1). Terdapat kontribusi antara Power otot lengan dengan Kemampuan Passing, diperoleh yaitu sebesar 35.50%. (2) Terdapat kontribusi antara koordinasi mata tangan dengan Kemampuan Passing, diperoleh yaitu sebesar 37.63%. (3) Terdapat kontribusi antara Power otot lengan dan koordinasi mata tangan secara bersama-sama dengan Kemampuan Passing Pemain Bola Basket SMA N 1 Sungai Geringging Kabupaten Padang Pariaman yaitu sebesar 67.69%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa Power otot lengan dan koordinasi mata-tangan berkontribusi secara signifikan terhadap Kemampuan Passing Pemain Bola Basket SMA N 1 Sungai Geringging Kabupaten Padang Pariaman.

Kata kunci: Power Otot Lengan, Koordinasi Mata Tangan, dan Kemampuan Passing

KATA PENGANTAR

Berkat rahmat Allah SWT, penyusunan skripsi ini yang diberi judul **“Hubungan Power Otot Lengan dan Koordinasi Mata-Tangan terhadap Kemampuan Passing Pemain Bola Basket SMA N 1 Sungai Geringging Kabupaten Padang Pariaman”** dapat diselesaikan dengan baik. Kegunaan skripsi ini adalah sebagai salah satu persyaratan bagi penulis untuk menamatkan perkuliahan dengan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Jurusan Kepeleatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Penyusunan skripsi ini juga melibatkan berbagai pihak yang telah memberikan bantuan, bimbingan, motivasi dan waktu bagi penulis. Oleh karenanya, pada lembaran ini penulis mengucapkan terima kasih yang tiada terhingga kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Z. Mawardi Efendi, M.Pd, selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Drs. H. Arsil, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan.
3. Bapak Drs. Yulifri, M.Pd, selaku Ketua Jurusan Kepeleatihan Olahraga.
4. Bapak Drs. Nirwandi, M.Pd selaku pembimbing I sekaligus Penasehat Akademik (PA) dan Ibu Dra. Pitnawati, M.Pd selaku Pembimbing II.
5. Bapak Drs. Willadi Rasyid M.Pd, Bapak Drs. Yulifri, M.Pd, dan Bapak Drs. Zarwan, M.Kes selaku tim penguji.
6. Bapak/Ibu Staf Pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

7. Kepala sekolah SMA N 1 Sungan Geringging Kabupaten Padang Pariaman
8. Kedua orangtua tercinta yang telah memberikan banyak dukungan moral dan materil serta do'a yang tulus dan ikhlas sehingga anaknya berhasil mencapai sukses dan menggapai cita-cita.
9. Teman-teman dekat dan teman-teman sejawat sesama mahasiswa FIK UNP.
10. Keluarga, kerabat dekat yang telah banyak membantu dengan tulus hati untuk keberhasilanku.

Semoga Allah SWT membalas bantuan, bimbingan, motivasi, dan waktu yang telah Bapak/Ibu/Sdr/i sekalian dengan limpahan pahala yang berlipat ganda. Semoga juga pengetahuan yang telah Bapak/Ibu berikan dalam proses perkuliahan dijadikan Allah SWT sebagai ilmu bermanfaat.

Terakhir, penulis menyadari bahwa penulis sebagai manusia biasa tentu tidak luput dari berbagai salah dan khilaf, baik dari segi isi, metode, maupun penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, saran dari Bapak/Ibu Tim penguji dan berbagai pihak lainnya akan penulis jadikan sebagai masukan untuk penyempurnaan skripsi ini.

Padang, Mei 2012

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR GRAFIK	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	6
F. Kegunaan Penelitian	6
BAB II KAJIAN TEORITIS	
A. Kajian Teori	8
1. Olahraga Permainan Bolabasket	8
2. Power Otot Lengan	10
3. Koordinasi Mata – Tangan	14
4. Hakekat Kemampuan <i>Passing</i> pada Pemain Bolabasket	20

B. Kerangka Konseptual.....	34
C. Hipotesis	35

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	37
B. Tempat dan Waktu Penelitian	37
C. Populasi dan Sampel	37
D. Jenis dan Sumber Data	38
E. Instrumen Penelitian dan Alat Pengumpul Data	39
F. Teknik Analisa Data	44

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data.....	46
B. Pengujian Persyaratan Analisis.....	50
C. Pembahasan.....	55

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	62
B. Saran.....	63

DAFTAR PUSTAKA	64
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN.....	66
----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian	38
2. Norma Tes Two Han Medicine Ball Put	41
3. Distribusi Frekuensi Data Power Otot Lengan	46
4. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata Tangan	48
5. Distribusi Frekuensi Kemampuan Passing.....	49
6. Uji Normalitas.....	51
7. Hasil Analisis Korelasi antara Power Otot Lengan (X_1) dan Kemampuan Passing(Y)	52
8. Hasil Analisis Korelasi antara Koordinasi Mata Tangan (X_2) dengan Kemampuan Passing(Y).....	53
9. Hasil Analisis Korelasi Ganda antara Power Otot Lengan dan Koordinasi Mata Tangan secara bersama-sama dengan Kemampuan Passing	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Struktur Anatomi Otot Lengan	13
2. Bentuk Pelaksanaan <i>Chess Pass</i>	25
3. Bentuk Pelaksanaan <i>Bounce Pass</i>	26
4. Bentuk Pelaksanaan <i>Two Handed Overhead Pass</i>	28
5. Bentuk Pelaksanaan <i>Base ball Pass</i>	30
6. Bentuk Pelaksanaan <i>Shuffle Pass</i>	31
7. Bentuk Pelaksanaan <i>Dribble Pass</i>	32
8. Bentuk Pelaksanaan <i>Behind The Back Pass</i>	33
9. Kerangka Konseptual	35
10. Tes <i>Two Hand Medicine Ball Put</i>	41
11. <i>Ball weirfen Und-Fangen Test</i>	42
12. Lapangan Tes Lempar Tangkap Bola Ke Diding.....	44

DAFTAR GRAFIK

Grafik	Halaman
1. Histogram Frekuensi Data Power Otot Lengan	47
2. Histogram Frekuensi Data Koordinasi Mata Tangan.....	48
3. Histogram Frekuensi Data Kemampuan Passing	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Hasil Penelitian Power Otot Lengan (X_1), Koordinasi Mata Tangan (X_2), dan Kemampuan Passing(Y) Pemain Bola Basket SMA N 1 Sungai Geringging Kabupaten Padang Pariaman.....	66
2. Uji Normalitas Power Otot Lengan.....	67
3. Uji Normalitas Koordinasi Mata Tangan	69
4. Uji Normalitas Kemampuan Passing.....	71
5. T-Score Data Hasil Penelitian	73
6. Uji Hipotesis.....	74
7. Dokumentasi Penelitian.....	79
8. Surat Izin Penelitian Dari FIK – UNP.....	87
9. Surat Rekomendasi Dari Kesbangpol Padang-Pariaman.....	88
10. Surat Telah Melakukan Penelitian Dari SMA N 1 Sungai-Geringging Kabupaten Padang-Pariaman.....	89

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pemerintah Indonesia dewasa ini sedang giat melaksanakan berbagai program pembangunan, diantaranya adalah bidang olahraga. Bidang olahraga mendapat perhatian serius terutama sekali pada upaya penyelenggaraan dan pembinaan atlet. Penyelenggaraan kegiatan-kegiatan olahraga ini bertujuan untuk mendidik atlet menuju peningkatan kualitas hidup yang lebih luhur, menjunjung nilai-nilai sportifitas, disiplin, dan dapat membina persatuan bangsa.

Hal ini terdapat dalam UU RI No. 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional (2005: 6) yang menyatakan bahwa:

“Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaraan jasmani, prestasi, kualitas hidup manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportifitas, disiplin dan membina persatuan bangsa, memperkuat per-tahanan nasional, serta mengangkat martabat bangsa”.

Olahraga bolabasket merupakan olahraga yang besar manfaatnya, karena apabila seseorang bermain bolabasket, maka seluruh tubuhnya bergerak aktif, sebab seluruh tubuhnya baik kaki maupun tangannya harus selalu bergerak mengikuti alur lajunya bola dalam permainan sehingga dapat meningkatkan kesegaran jasmani pemainnya. Akibat perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) pada masa sekarang ini, bermain bola basket bukan saja merupakan olahraga semata, tetapi juga merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak digemari oleh masyarakat untuk tujuan rekreasi, kesegaran jasmani dan untuk prestasi.

Permainan bolabasket merupakan permainan yang dimainkan oleh lima orang dalam tiap tim. Didalam permainan bolabasket diperlukan teknik, taktik dan strategi : memantulkan bola kelantai (*Dribbling*), operan (*Passing*), tembakan (*Shooting*), menghalangi (*Blocking out*), menempel lawan (*Screening*) dan pertahanan. Teknik dasar dalam permainan bolabasket harus dimiliki oleh seorang pemain basket supaya bisa mencapai prestasi yang diinginkan. Teknik *Passing* merupakan salah satu ciri dari kerjasama yang membutuhkan komunikasi dan kerjasama yang baik antara pemain.

Memang dalam peningkatan prestasi olahraga bolabasket merupakan cabang olahraga yang sangat rumit dan kompleks, karena sangat banyak faktor yang mempengaruhi untuk mencapai prestasi yang maksimal. Bolabasket merupakan permainan dengan menggunakan tangan dan kaki, seperti halnya sepakbola, bolabasket juga mempunyai ide permainan yakni memasukkan bola sebanyak mungkin ke ring basket lawan dan mempertahankan ring basket sendiri dari ancaman lawan. Oleh sebab itu, seorang yang ingin menjadi pemain bolabasket, yang utama harus menguasai teknik *passing* secara mahir yang mana merupakan teknik dasar dalam menyusun serangan sebelum terjadinya kesempatan *shooting* (Wawan Eko Yulianto, 2007: 102)

Sesuai dengan tujuannya, olahraga bolabasket menuntut gerakan cepat dan gesit yang dilakukan terus-menerus dalam 4 babak. Oleh karena itu, untuk memenuhi hal tersebut atlet harus memiliki kondisi fisik yang

bagus seperti : daya tahan, kekuatan, kecepatan dan stamina yang tinggi serta *power* dan koordinasi yang baik sekali. Selain itu, pemain bolabasket juga harus menguasai teknik bermain seperti *passing*, *dribbling* bola, *pivot* dan *shooting* bola ke ring basket lawan. Kemudian didukung oleh pengadaan sarana dan prasarana yang lengkap dan memadai serta program latihan yang telah disusun secara terencana (Amber, 1982: 10)

Setelah melihat kutipan mengenai komponen-komponen kondisi fisik dan teknik diatas, maka penelitian beranggapan bahwa kondisi fisik dan teknik merupakan unsur penting dalam olahraga bolabasket. Diantarnya unsur kondisi fisik tersebut adalah *power* otot lengan dan koordinasi gerakan, sedangkan unsur teknik yang sangat berperan penting adalah *Passing*.

Selanjutnya berdasarkan pengamatan yang penulis lakukan, terlihat dengan jelas bahwa perkembangan permainan tim bolabasket SMAN 1 Sungai geringging Kabupaten Padang Pariaman dalam tiap-tiap pertandingan banyak sekali mengalami kegagalan dalam melakukan *passing*. Sehingga menjadi kendala dalam melakukan serangan kepada lawan dan akan menimbulkan kegagalan dalam menyusun serangan. Melakukan *passing* kepada rekan satu tim itu bertujuan untuk menyusun serangan sebelum melakukan *shooting* ke ring basket lawan. Kesalahan-kesalahan dalam melakukan *passing* ini terlihat disaat melakukan pertandingan, uji coba maupun disaat latihan. Diantaranya kesalahan-kesalahan itu berupa lambatnya atlet dalam melakukan *passing*, lemahnya

bola *passing* yang diberikan terhadap teman, terkadang bola yang di *passing* tidak sampai ke tujuan, tidak tepat sasaran, bahkan dapat ditangkap oleh lawan. Semua itu diakibatkan kurangnya kemampuan *power* otot lengan yang mereka miliki dan kurang baiknya koordinasi gerakan masing-masing atlet yang dilakukan terhadap teknik *passing* bola dalam permainan atau dengan arti lain disebabkan oleh tidak mendukungnya unsur kemampuan *power* otot lengan, kekuatan otot lengan, konsentrasi, koordinasi gerakan, emosional, dan koordinasi mata – tangan saat menguasai teknik *passing* pada saat pertandingan, sehingga mempengaruhi tempo permainan dan kualitas permainan.

Seorang pemain bola basket untuk bisa melakukan gerakan *passing* bola dengan cepat dan tepat serta gerakan yang benar harus didukung oleh kemampuan otot lengan dan koordinasi gerakan yang baik sehingga bola dapat dikontrol dengan baik sampai pada tujuan tanpa harus kehilangan bola atau gagal dalam menyusun serangan.

Bertolak dari uraian diatas maka tampaklah permasalahan yang akan diteliti, bahwa dalam olahraga bolabasket unsur *power* otot lengan dan koordinasi gerakan mempengaruhi kemampuan *passing* bolabasket tim SMAN 1 Sungai Geringging Kabupaten Padang Pariaman oleh sebab itu peneliti tertarik untuk mengetahui peranan *power* otot lengan dan koordinasi dengan kemampuan *passing* pada pemain bolabasket SMAN 1 Sungai Geringging Kabupaten Padang Pariaman

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah diatas dapat diidentifikasi beberapa hal yang berkaitan dengan kemampuan *passing* pada pemain bola basket SMAN 1 Sungai Geringging Kabupaten Padang Pariaman diantaranya, yaitu :

1. *Power* otot lengan.
2. Kekuatan otot lengan.
3. Konsentrasi.
4. Koordinasi gerak.
5. Emosional pemain pada saat melakukan *passing*.
6. Koordinasi mata-tangan
7. Penguasaan teknik.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya permasalahan yang dikemukakan pada identifikasi masalah diatas dan tidak mungkin semuanya akan diteliti secara bersama, oleh sebab itu penelitian ini hanya dibatasi pada

1. *Power* otot lengan.
2. Koordinasi mata-tangan.

D. Perumusan Masalah

Sesuai dengan pembatasan masalah diatas maka dalam penelitian ini dikemukakan perumusan masalah sebagai berikut :

1. Apakah terdapat hubungan *power* otot lengan dengan kemampuan *passing* pada pemain bolabasket SMAN 1 Sungai Geringging Kabupaten Padang pariaman?

2. Apakah koordinasi mata-tangan berhubungan dengan kemampuan *passing* pada pemain bolabasket SMAN 1 Sungai Geringging Kabupaten Padang pariaman?
3. Apakah *power* otot lengan dan koordinasi mata-tangan secara bersama-sama berhubungan dengan kemampuan *passing* pada pemain bolabasket SMAN 1 Sungai Geringging Kabupaten Padang pariaman?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. hubungan *power* otot lengan dengan kemampuan *passing* pada pemain bolabasket SMAN 1 Sungai Geringging Kabupaten Padang pariaman?
2. Koordinasi mata-tangan dengan kemampuan *passing* pada pemain bolabasket SMAN 1 Sungai Geringging Kabupaten Padang Pariaman?
3. Hubungan *power* otot lengan dan koordinasi mata-tangan secara bersama-sama dengan kemampuan *passing* pada pemain bola basket SMAN 1 Sungai Geringging Kabupaten Padang Pariaman?

F. Kegunaan Penelitian

Sesuai dengan tujuan dalam penelitian ini nantinya diharapkan berguna sebagai bahan masukan yang berarti yaitu :

1. Peneliti, sebagai syarat bagi penulis dalam memperoleh gelar sarjana pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
2. Mahasiswa, sebagai bahan bacaan di perpustakaan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

3. Peneliti selanjutnya, sebagai referensi dalam meneliti kajian yang sama secara lebih mendalam.
 4. Pelatih, sebagai bahan pertimbangan dalam pelaksanaan latihan bolabasket pada pemain SMAN 1 Sungai Geringging Kabupaten Padang Pariaman.
- Lembaga FIK UNP, sebagai sarana menambah koleksi karya-karya ilmiah dalam bentuk skripsi.