



**PENGEMBANGAN METODE LATIHAN *SHOOTING*  
*BASKETBALL* PADA SISWA SMK BINA UTAMA KENDAL  
2018**

**SKRIPSI**

diajukan dalam rangka penyelesaian studi Strata 1  
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan  
pada Universitas Negeri Semarang

oleh  
Muhammad Hibatul Wafi  
6301414086

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG  
2018**

## ABSTRAK

Muhammad Hibatul Wafi. 2018. Pengembangan Metode Latihan *Shooting Basketball* Pada Siswa SMK BINA UTAMA Kendal Tahun 2018. Skripsi Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga Universitas Negeri Semarang. Pembimbing Priyanto, S.Pd., M.Pd.

**Kata Kunci: Aplikasi, Pelatihan Menembak, Bolabasket.**

Permasalahan dalam penelitian ini adalah “Bagaimana hasil pengembangan kemampuan *shooting* pada pemian bolabasket berbasis aplikasi?”. Tujuan peneliti menciptakan model pembelajaran menembak bolabasket berbasis aplikasi.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian pengembangan, yaitu: (1) penelitian pendahuluan, pengumpulan informasi dan analisis kebutuhan, (2) pengembangan produk media pembelajaran perwasitan bolabasket berbasis aplikasi, (3) evaluasi dua ahli perwasitan bolabasket, (4) uji coba kelompok kecil (5 siswa), (5) revisi produk pertama, (6) uji coba kelompok besar (5 siswa), (7) revisi produk akhir, (8) perumusan naskah video, (9) produk akhir berbentuk buku dan aplikasi. Instrumen penelitian meliputi kuesioner sampel, dan kuesioner ahli perwasitan.

Hasil kuesioner evaluasi ahli sebelum uji coba kelompok kecil 73,30% (Baik), uji coba kelompok kecil 54,6% (Cukup Baik), kuesioner evaluasi ahli setelah uji coba kelompok kecil 80,86% (Baik), uji coba kelompok besar 82,6% (baik), kuesioner evaluasi ahli setelah uji coba kelompok besar 88,85% (Sangat Baik), dan Kuesioner penilaian setelah menjadi produk 96% (Sangat Baik).

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan pengembangan media pelatihan menembak bolabasket berbasis aplikasi dapat digunakan dan sangat baik. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu alternatif untuk berlatih menembak bolabasket yang lebih efektif dan efisien.

## ABSTRACT

Muhammad Hiabtul Wafi. 2018. Development of Basketball Shooting Training Method of student at Smk Bina Utama Kendal 2018. Skripsi Department of Coaching Sport Education Universitas Negeri Semarang. Mentor Priyanto, S.Pd., M.Pd.

**Keywords: Application, Training Shooting, Basketball**

The problem of this research is “ the result the development of shooting basketball player based in application”.

This research used development research method, which are: (1) preliminary research, collecting information and needs analysis, (2) development product of learning media in refereeing basketball based on application, (3) evaluation from two experts of basket ball referees, (4) trial by small group (5 students), (5) first product revision, (6) trial by big group (10 students), (7) last product revision, (8) formatting video script, (9) final product in book and VCD. The instrument of this research includes sample questionnaire and expert referee questionnaire.

The result of expert evaluation questionnaire before trial by small group is 73,30% (good), trial by small group is 54,6% (good enough), expert evaluation questionnaire after trial by big group is 82,6% (good), and assessment questionnaire after the final product is 96% (very good).

Based on the result of this research, the development of training was based on a basketball on an application that could be used and very well. The result of this study can be used as an alternative to practice more effective and efficient.

## PERNYATAAN

Dengan ini saya,

Nama : Muhammad Hibatul Wafi

Nim : 6301414086

Jurusan/ Prodi: Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya buat dengan judul "pengembangan metode latihan *shooting basketball* pada siswa SMK BINA UTAMA KENDAL Tahun 2018" benar – benar merupakan hasil karya saya sendiri. Semua kutipan baik secara langsung atau tidak langsung, baik diperoleh dari sumber kepustakaan atau sumber yang lainnya, telah disertakan keterangan mengenai identitas sumbernya sebagaimana norma dalam penulisan karya ilmiah.

Dengan demikian, apabila dikemudian hari pernyataan yang saya buat tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai hukum yang berlaku diwilayah Negara Republik Indonesia.

Semarang, 19 November 2018



Muhammad Hibatul Wafi  
NIM: 6301414086

## PERSETUJUAN

Skripsi ini telah di setujui oleh pembimbing untuk diajukan ke sidang panitia ujian skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang, pada :

Hari :

Tanggal :

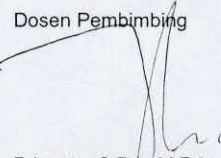
Semarang,

Mengetahui,  
Ketua Jurusan PKLO



*[Signature]*  
Soedjatmiko, M.Pd.  
NIP. 197208151997021001

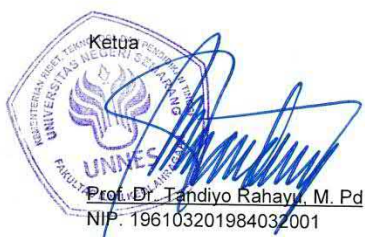
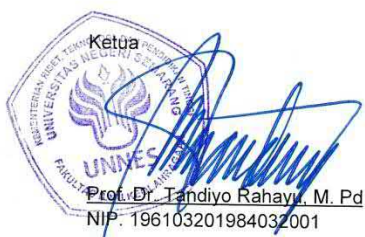
Dosen Pembimbing



Priyanto, S.Pd., M.Pd.  
NIP. 198006192005011002

## PENGESAHAN

Skripsi atas nama Muhammad Hibatul Wafi NIM 6301414086 Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga Judul PENGEMBANGAN METODE LATIHAN *SHOOTING BASKETBALL* PADA SISWA SMK BINA UTAMA KENDAL TAHUN 2018 telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada hari Kamis, tanggal 20 Desember 2018.

  
Ketua  
  
Prof. Dr. Fandiyo Rahayu, M. Pd  
NIP. 196103201984032001

Panitia Ujian

Sekretaris

  
Drs. Rubianto Hadi, M.Pd.  
NIP. 196302061988031001

Dewan Penguji

1. Soedjatmiko, M.Pd.  
NIP. 197208151997021001

(Anggota)

2. Drs. Margono, M.kes.  
NIP. 19601210198611000

(Anggota)

3. Priyanto S.Pd, M.Pd  
NIP. 198006192005011002

(Anggota)

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### **Motto:**

“kita belajar kesuksesan lebih banyak melalui kegagalan daripada kesuksesan kita sering kali menemukan apa yang akan terjadi,dengan menemukan apa yang terjadi; dan mungkin mereka yang tidak pernah melakukan kesalahan tidak akan menemukan penemuan”

*Samuel Miles*

### **Persembahan:**

1. Bapak (M.Aunur Rohim S.Pi) dan ibu (Sumarni Amd.Kep) yang selalu berdoa dan berjuang demi keberhasilan saya
2. Adikku (M Ramadhani Farizan Aqmar) yang ikut menyemangati dan mambantu menjadi model dalam pembuatan skripsi.
3. Teman Spesial yang selalu setia menyemangati dari dekat (Khansa Shofa Yunita)
4. Sahabat dan kawan-kawanku yang ikut mendukung dalam penyelesaian penulisan skripsi ini.
5. Teman-teman PKLO 2014

## KATA PENGANTAR

Puji Tuhan penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengembangan Metode Latihan *Shooting Basketball* Pada Siswa Smk Bina Utama Kendal” Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi pada Program Sarjana Fakultas Ilmu Keolahragaan Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Universitas Negeri Semarang.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak mungkin terselesaikan dengan baik tanpa dukungan, bantuan, bimbingan, dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis dengan penuh ketulusan hati ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan untuk menyelesaikan studi di Universitas Negeri Semarang.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kelancaran administrasi dalam penyusunan skripsi ini.
3. Ketua dan Sekretaris Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan berbagai kemudahan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Priyanto, S.Pd, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu, bantuan, memberikan saran, nasehat, teguran, dukungan dan motivasi yang membangun sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Muhammad Aunur Rohim S.Pi.dan Ibu Sumarni Amd.Kep. (Orang Tua) tercinta, yang senantiasa mendo'akan, memberi kasih sayang, cinta, kesabaran, perhatian, motivasi, semangat, dan dukungan baik secara moril maupun materil yang tiada hentinya kepada penulis.
6. Adikku yang aku sayangi dan banggakan Muhammad Ramadhani Farizan Aqmar, yang telah memberikan do'a, dukungan dan mambantu pembuatan video selama penulis menyelesaikan skripsi dan menempuh pendidikan di Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Universitas Negeri Semarang.
7. Khansa Shofa Yunita yang selalu menjadi semangatku, senantiasa memberikan do'a, dukungan, motivasi, dan nasehat dalam menyelesaikan



skripsi di Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

8. Muhammad Iqbal yang sudah membantu sebagai sampel dalam video dalam menyelesaikan skripsi pada Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang
9. Seluruh siswa SMK BINA UTAMA Kendal yang telah bersedia menjadi sampel penelitian.
10. Terimakasih juga untuk teman-teman PPL, KKN, dan teman-teman PKLO angkatan 2014 atas do'a, dukungan dan semangat yang diberikan.
11. Serta terima Kasih kepada teman-taman Kontrakan yang sudah membantu dalam penelitian dan pembuatan video dan memberikan semangat serta doa untuk menyelesaikan skripsi pada Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang
12. Seluruh sahabat, saudara, teman, dan pihak-pihak yang sudah membantu dalam penulisan skripsi ini namun tidak bisa penulis sebutkan satu per satu. Terima kasih atas do'a, dukungan, semangat dan bantuan yang telah diberikan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, namun kiranya dapat menjadi satu sumbangan yang berarti dan penulis harapkan adanya saran dan kritik untuk perbaikan di masa mendatang. Semoga skripsi ini bermanfaat dan digunakan sebagai tambahan informasi bagi semua pihak yang membutuhkan.

Semarang, 2018

Penulis,

## DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL .....	i
ABSTRAK .....	ii
PERNYATAAN .....	iv
PERSETUJUAN .....	v
PENGESAHAN.....	vi
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Perumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Pengembangan .....	5
1.4 Manfaat pengembangan.....	6
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	6
1.4.2 Manfaat Praktis .....	6
1.5 Spesifikasi Produk.....	6
1.6 Pentingnya Pengembangan .....	7
1.6.1 Bagi Peneliti .....	7
1.6.2 Bagi Penelitian Lanjutan .....	7
1.6.3 Bagi Lembaga .....	7
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA BERPIKIR</b>	
2.1 Landasan Teori.....	8
2.2 Kerangka Berpikir .....	20
<b>BAB III METODE PENGEMBANGAN</b>	
3.1 Model Pengembangan.....	21
3.2 Prosedur Pengembangan.....	22
3.2.1 Analisis Kebutuhan .....	23
3.2.2 Pembuatan Produk Awal Media Pembelajaran Aplikasi Perwasitan .....	24
3.2.3 Uji Coba Produk .....	25
3.2.4 Revisi Produk Pertama .....	25
3.2.5 Uji Coba Kelompok Besar .....	25
3.2.6 Revisi Produk Akhir .....	25

3.2.7	Hasil Akhir .....	25
3.3	Uji Coba Produk .....	25
3.3.1	Desain Uji Coba .....	26
3.3.1.1	Uji Coba Kelompok Kecil .....	27
3.3.1.2	Uji Coba Kelompok Besar .....	27
3.3.2	Subjek Uji coba.....	27
3.4	Rancangan Produk .....	27
3.5	Jenis Data .....	28
3.6	Instrumen Pengumpulan Data .....	28
3.6.1	Lembar Evaluasi .....	30
3.6.2	Kuesioner Ahli .....	31
3.6.3	Kuesioner Sampel .....	31
3.6.4	Uji Validitas .....	31
3.7	Analisis Data .....	32
<b>BAB IV HASIL PENGEMBANGAN</b>		
4.1	Penyajian Data Uji Coba.....	33
4.2	Data Tinjauan Ahli Bidang Perwasitan Bolabasket .....	33
4.2.1	Kuesioner Ahli Bidang Perwasitan Bolabasket Sebelum Uji Coba Kelompok Kecil .....	33
4.2.2	Revisi Produk Awal Sebelum Uji Coba Kelompok Kecil .....	38
4.3	Hasil Data Uji Coba Kelompok Kecil.....	38
4.3.1	Hasil Kuesioner Uji Coba Kelompok Kecil .....	39
4.3.2	Uji Validitas Dan Reliabilitas Kuesioner Sampel Setelah Uji Coba Kelompok Kecil .....	40
4.4	Revisi Produk I .....	41
4.4.1	Kuesioner Ahli Perwasitan Bolabasket Setelah Uji Coba Kelompok Kecil .....	41
4.4.2	Revisi Produk I Setelah Uji Coba Kelompok Kecil .....	44
4.5	Uji Coba Kelompok Besar.....	46
4.6	Revisi Produk II .....	47
4.6.1	Kuesioner Ahli Perwasitan Bolabasket Setelah Uji Coba Kelompok Besar .....	47
4.6.2	Revisi Produk II Setelah Uji Coba Kelompok Besar .....	51
4.7	Penilaian Produk .....	51
4.7.1	Kuesioner Ahli Perwasitan Bolabasket Setelah Menjadi Produk .....	51
4.8	Prototipe Produk.....	55
<b>BAB V KAJIAN DAN SARAN</b>		
5.1	Kajian Prototipe Produk.....	65
5.1.1	Kelebihan Produk .....	68
	Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA.....		69
LAMPIRAN .....		70

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Skor Jawaban Kuesioner “Ya” dan “Tidak” .....	30
2. Klasifikasi Persentase .....	32
3. Data Hasil Penilaian 3 Ahli Bidang PelatihBolabasket Sebelum Uji Coba Kelompok Keci I.....	34
4. Hasil Revisi Produk Awal Sebelum Uji Coba Kelompok Kecil.....	38
5. Hasil Penilaian Uji Coba Kelompok Kecil .....	39
6. Uji Validitas Dan Reliabilitas Kuesioner Sampel Setelah Uji Coba Kelompok Kecil .....	40
7. Data Hasil Penilaian 3 Ahli Bidang PelatihBolabasket Setelah Uji Coba Kelompok Kecil.....	44
8. Hasil Revisi Produk I Setelah Uji Coba Kelompok Kecil .....	45
9. Hasil Penilaian Uji Coba Kelompok Besar .....	46
10. Data Hasil Penilaian 3 Ahli Bidang PelatihBolabasket Setelah Uji Coba Kelompok Besar .....	50
11. Hasil Revisi Produk II Setelah Uji Coba Kelompok Besar .....	51
12. Data Hasil Penilaian 3 Ahli Bidang PelatihBolabasket Setelah Menjadi Produk .....	54

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Fase Persiapan dan <i>follow through</i> .....	13
2. Prosedur Pengembangan .....	23
3. Desain Uji Coba .....	26
4. Tampilan Utama Produk .....	56
5. Macam – Macam Menu.....	56
6. <i>Menu Easy</i> .....	57
7. <i>Level 1</i> .....	57
8. <i>Level 2</i> .....	58
9. <i>Level 3</i> .....	58
10. <i>Level 4</i> .....	59
11. <i>Menu Medium</i> .....	59
12. <i>Level 5</i> .....	60
13. <i>Level 6</i> .....	61
14. <i>Level 7</i> .....	61
15. <i>Level 8</i> .....	62
16. <i>Level 9</i> .....	62
17. <i>Level 10</i> .....	62
18. <i>Menu Hard</i> .....	62
19. <i>Level 11</i> .....	63
20. <i>Level 12</i> .....	63
21. <i>Level 13</i> .....	64
22. <i>Level 14</i> .....	64

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. SK Pembimbing .....	70
2. Surat Ijin Penelitian .....	71
3. Surat Keterangan Penelitian .....	72
4. Lembar Pernyataan Ahli 1 Pelatih Bolabasket .....	73
5. Lembar Pernyataan Ahli 2 Pelatih Bolabasket .....	74
6. Lembar Pernyataan Ahli 3 Pelatih Bolabasket .....	75
7. Foto Lisensi Dan Sertifikat Ahli Bolabasket .....	76
8. Instrumen Penilaian Ahli .....	78
9. Kuesioner Untuk Sampel .....	82
10. Penilaian 3 Ahli Bidang Bolabasket Sebelum Uji Coba Kelompok Kecil .....	84
11. Evaluasi Ahli Sebelum Uji Coba Kelompok Kecil .....	85
12. Hasil Penilaian Kuesioner Uji Coba Kelompok Kecil .....	86
13. Rekap Jumlah Sampel Kecil .....	87
14. Hasil Penilaian 3 Ahli Pelatih Bolabasket Setelah Uji Coba Kelompok Kecil .....	88
15. Uji Validitas Dan Reliabilitas Kuesioner Sampel Setelah Uji Coba Kelompok Kecil .....	89
16. Revisi Produk 1 Setelah Uji Coba Kelompok Kecil .....	90
17. Hasil Penilaian Kuesioner Uji Coba Kelompok Besar .....	91
18. Rekap Nilai Jumlah Sampel Besar .....	92
19. Hasil Penilaian 3 Ahli Bidang Pelatih Bolabasket Setelah Uji Coba Kelompok Besar .....	93
20. Hasil Revisi Produk 2 Setelah Uji Coba Kelompok Besar.....	94
21. Hasil Penilaian 3 Ahli Bidang Pelatih Bolabasket Setelah Menjadi Produk.....	95
22. Foto Waktu Penelitian Uji Kelompok Kecil Dan Besar.....	96
23. Foto Ahli Pelatih Bolabasket .....	99
23. Foto Hasil Produk Pengembangan .....	100

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Aktivitas olahraga dalam kegiatan manusia sangat penting karena melalui olahraga dapat dibentuk manusia yang sehat jasmani dan rohani serta mempunyai watak kepribadian, disiplin dan sportivitas yang pada akhirnya membentuk manusia yang berkualitas (Imam Sodikun 1992:2). Salah satu olahraga yang berkembang di Indonesia adalah bola basket. Permainan bolabasket pertama kali diciptakan oleh seorang pengajar dari *Springfield College*, Dr. James Naismith pada Desember 1891 di *Springfield, Massachusetts*. Naismith menciptakan permainan ini karena belum adanya aktivitas olahraga yang bias dilakukan di dalam ruangan (*indoor*) pada saat musim dingin. Bolabasket merupakan suatu permainan yang dimainkan secara beregu, dimana dalam masing-masing regu terdiri dari 5 orang pemain dengan tujuan mencetak angka kekeranjang lawan sebanyak-banyaknya dan mencegah lawan mencetak angka sehingga diakhir pertandingan memperoleh jumlah angka lebih banyak dari lawan. Dalam olahraga bola basket memiliki teknik-teknik dasar yang wajib dikuasai oleh atlet bola basket. Teknik dasar tersebut meliputi *shooting, passing, dribble dll* . Beberapa teknik dasar tersebut di bagi beberapa jenis misalnya saja teknik dasar *shooting* di bagi lagi menjadi *layup, hook shoot, dan jump shoot*.

Dalam olahraga bola basket terdapat teknik dasar *shooting*. *Shooting* dalam bola olahraga bola basket sekilas terlihat sederhana namun sebenarnya adalah teknik yang tergolong kompleks. Ada istilah berkaitan dengan teknik *shooting*

dalam permainan bola basket yang perlu dikenal sejak dini yaitu BEEF (*Balance, Eyes, Elbow, follow through*). (Danny kosasih.2008:47). Dalam melakukan *shooting* posisi badan harus seimbang dengan pandangan mata focus pada *ring* (keranjang), kemudian siku membentuk sudut siku-siku 90 derajat dan diakhiri dengan gerakan lanjutan (*follow through*). Dalam permainan bola basket setiap pemain yang akan melakukan *shooting* tidak akan selalu mendapatkan posisi ideal untuk menembak sehingga akan menambah tingkat kesulitan yang lebih dalam melakukan *shooting*.

*Shooting* merupakan gerakan yang paling digemari dalam olahraga permainan bola basket, karena dimana saat seorang pemain bola basket melakukan *shooting* dan bola tersebut masuk para penonton pasti akan bersorak bergumuruh. Dalam permainan bola basket penembak yang handal disebut *shooter*. *Shooting* memerlukan koordinasi gerak yang sangat baik. Agar menjadi seorang *shooter* yang baik, pemain harus dapat menikmati latihan *shooting*-nya. Sehingga pemain tersebut akan terus menerus melakukan latihan *shooting*-nya dengan tidak bosan. Dengan latihan yang tepat seorang pemain dapat menjadi seorang penembak yang handal dalam jangka waktu yang tidak terlalu lama. (Danny kosasih.2008:46).

Bola basket merupakan permainan yang mempunyai gerakan yang *komplek*. Agar dapat melakukan gerakan –gerakan bola basket secara baik diperlukan kemampuan dasar fisik yang memadai. Dalam permainan bola basket merupakan gerakan gabungan yang terdiri dari jalan, lari, lompat, dan unsure kekuatan, kecepatan, ketepatan, kelenturandan lain-lain. Latihan atau yang biasa disebut *training* adalah proses yang sistematis dari kegiatan berlatih atau bekerja secara



berulang-ulang dengan kian hari kian bertambah jumlah beban latihan atau pekerjaannya. (Imam sodikun.1992:35)

*Medium shoot* merupakan tembakan yang dilakukan untuk mendapatkan 2 angka, idealnya. *Medium shoot* dilakukan di dalam area three point dan di luar area kotak terlarang *free throw*. Secara teknis tembakan ini dapat dilakukan dengan sikap berhenti maupun dengan lompatan di udara yang lebih dikenal dengan istilah *jump shoot*. *Medium shoot* bisa dikatakan sebagai alternatif yang bagus untuk mendapatkan poin karena jaraknya yang tidak terlalu jauh, berbeda dengan *three point shoot* dan ketika sudah tidak memungkinkan untuk melakukan *lay up shoot*. Kendala yang mungkin dihadapi ketika melakukan medium shoot adalah kurangnya konsentrasi pemain ketika melakukan shooting dan halangan dari pemain lawan yang akan menambah kesulitan dalam melakukan shoot.(PututYhudha Mahardi.2016)

Mayoritas pemain bola basket di Smk Bina Utama Kendal masih belum mempunyai tingkat akurasi dalam hal *shooting*. Padahal dalam permainan bola basket teknik *shooting* sangat penting didalam sebuah pertandingan . *Shooting* juga dapat berpengaruh dalam sebuah keberhasilan sebuah tim. Smk Bina Utama Kendal sendiri terbagi menjadi dua yaitu tim senior yang rata-rata diperkuat siswa kelas X sampai XII. Namun karena kelas XII sudah harus berkonsentrasi pada ujian nasional maka hanya tim junior yang rata-rata masih kelas X yang harus memperkuat tim sekolah. Tim junior yang terdiri dari siswa kelas X dan XI masih belum mempunyai pengalaman yang panjang, sehingga akurasi melakukan tembakan belum bagus. Selain itu latihan yang selama ini berjalan masih jarang dilakukan latihan menembak. Latihan menembak hanya dilaksanakan dalam masa transisi antara latihan satu dan lainnya.

Dari hasil observasi dalam kegiatan ekstrakurikuler bola basket yang telah dilaksanakan di Smk Bina Utama Kendal menunjukkan dalam latihan pemain Smk Bina Utama Kendal dalam melakukan *shooting*, baik itu di *zone medium shot* bahkan *three point* masih. Pemain Smk Bina Utama Kendal masih kurang dalam hal akurasi. Setelah bertanya kepada pelatih Smk Bina Utama Kendal tentang metode yang dipergunakan selama latihan, pelatih Smk Bina Utama Kendal masih menggunakan seperti media buku dan menggunakan *youtube* serta pengalamannya selama menjadi pemain dan melatih sebuah club maupun sekolah. Dimana pelatih harus mencari model latihan yang tepat bagi para pemainnya. Kelemahan menggunakan buku adalah pelatih harus membuka-buka buku lagi agar mengingat model latihan. Menggunakan buku juga dapat beresiko jika buku terkena air dapat mudah sobek dan buku juga rentang akan hilang. Menggunakan *youtube* juga terdapat kelemahan yaitu, *youtube* juga harus mencari lagi dengan menggunakan kata kunci. Tanpa kata kunci *youtube* hanya dapat memutar video yang di *recommend* secara otomatis oleh *youtube*,

Berdasarkan permasalahan di atas, peneliti bertujuan untuk memberikan suatu pengembangan yang nantinya akan mempermudah pemahaman para pemain bola basket smk bina utama Kendal. Suatu pengembangan yang berasal dari suatu *software*. *Software* ini dapat membantu pelatih dan pemain dalam memahami berbagai latihan *shooting* yang akan diberikan oleh pelatih dan dapat membantu pelatih agar mendapat berbagai variasi latihan *shooting* untuk para pemainnya. Dengan adanya aplikasi ini diharapkan juga akurasi tembakan para pemain smk bina utama kendal dapat menjadi lebih baik. Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul

## **“Pengembangan Metode Latihan *Shooting Basketball* Pada Siswa Smk Bina Utama Kendal Tahun 2018”**

### **1.2 Perumusan Masalah**

Berdasarkan judul di atas maka timbul suatu pemikiran permasalahan bagi peneliti untuk meneliti masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana hasil dari *Sitra basketball shooting* Berbasis Aplikasi ?

### **1.3 Tujuan Pengembangan**

Tujuan dari penelitian ini adalah mengembangkan pembelajaran bagi para atlet dan pelatih dengan metode latihan *Shooting* dengan *simple training basketball shooting* sehingga dapat membantu pemain dan pelatih lebih gampang dalam menyampaikan dan menangkap pola latihan *shooting* yang di terdapat dibukukan maupun yang terdapat pada *youtube*.

### **1.4 Manfaat Pengembangan**

Hasil yang akan didapat dari penelitian ini adalah akan memberikan sumbangan maupun manfaat baik secara teoritis maupun prektis. Adapun manfaat yang diharapkan dari ini adalah sebagai berikut:

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil yang akan didapat dari penelitian ini memberikan sumbangan maupun manfaat baik secara teoritis maupun praktik.

#### **1.4.2 Manfaat Prektis**

1. Bagi pelatih dapat sebagai pilihan dalam menyampaikan pola latihan *shooting* dan mempermudah untuk menjelaskan pemain tentang pola latihan.

2. Bagi pemain dapat melihat pola latihan yang disampaikan oleh pelatih. Agar sesuai dengan apa yang diinginkan oleh pelatih dan latihan tersebut benar-benar bermanfaat bagi para pemain dalam hal melakukan *shooting*.

### **1.5 Spesifikasi Produk**

Produk yang akan dihasilkan dalam penelitian ini berupa *software* yang berisikan tentang berbagai latihan-latihan *shooting* yang sebenarnya dilapangan dan dilakukan oleh pemain bola basket SMK Bina Utama Kendal. Pola latihan akan di video dan akan dikemas dalam bentuk aplikasi. Pola yang akan disimulasikan yaitu latihan *shooting* sebagai variasi sehingga pelatih dapat menerapkan berbagai latihan untuk pemainnya.

### **1.6 Pentingnya Pengembangan**

Pengembangan latihan *shooting* untuk dikembangkan mengingat teknologi sudah canggih, selain itu pola latihan *shooting* dengan menggunakan *board* dalam permainan bola basket masih banyak kelemahan dan kurang optimal untuk pengembangan pola latihan *shooting*.

Pemecahan masalah ini yang terkait pembelajaran bola basket ini diharapkan dapat pula meningkatkan akurasi tembakan. Sehingga melalui latihan *shooting* ini pemain dapat ditingkatkan dan dapat menciptakan seorang *shooter* yang bagus dan dapat berguna bagi kabupaten Kendal, Jawa Tengah, maupun tim nasional bola basket Indonesia.

#### **1.6.1 Bagi Peneliti**

1. Sebagai modal dalam menyusun skripsi untuk memperoleh gelar

2. keserjanaan bidang studi pendidikan kepelatihan olahraga, S1 (PKLO).
3. Sebagai bekal pengalaman dalam mengembangkan media pembelajaran berbasis aplikasi.

#### **1.6.2 Bagi Penelitian Lanjutan**

1. Sebagai dasar penelitian lebih lanjut.
2. Sebagai pertimbangan untuk peneliti pengembangan pelatihan *shooting* bolabasket berbasis aplikasi

#### **1.6.3 Bagi Lembaga**

1. Sebagai bahan latihan *shooting* di lingkungan smk bina utama kendal
2. Sebagai bahan informasi kepada mahasiswa tentang pengembangan pelatihan *shooting* bolabasket berbasis aplikasi.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA BERPIKIR**

#### **2.1 Landasan Teori**

Penelitian dan pengembangan biasanya disebut pengembangan berbasis penelitian (*research and development*) merupakan jenis penelitian yang sedang meningkat penggunaannya dalam pemecahan masalah praktis dalam dunia penelitian, utamanya penelitian pendidikan dan pembelajaran. Menurut Sugiyono (2010:407) penelitian pengembangan adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tersebut. Selanjutnya disebutkan bahwa prosedur penelitian dan pengembangan pada dasarnya terdiri dari dua tujuan utama, yaitu: (1) pengembangan produk, dan (2) menguji keefektifan produk dan mencapai tujuan. Suharsimi Arikunto (2010:7) mengatakan bahwa penelitian pengembangan atau penelitian *developmental* adalah penelitian yang mengadakan percobaan dan penyempurnaan. Sehingga dari pengertian dari pakar di atas dapat disimpulkan bahwa penelitian pengembangan merupakan penelitian yang melakukan percobaan dan penyempurnaan sehingga dapat memperdalam dan memperluas pengetahuan agar pengetahuan yang sudah ada dapat dikembangkan lagi.

##### **2.1.1 Penelitian Pengembangan**

Dalam bukunya, Sugiyono (2010:407) berpendapat bahwa, metode penelitian dan pengembangan adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tersebut. Untuk dapat menghasilkan produk tertentu digunakan penelitian yang bersifat analisis

kebutuhan dan untuk menguji keefektifan produk tersebut supaya dapat berfungsi di masyarakat luas, maka diperlukan penelitian untuk menguji keefektifan produk tersebut.

Dengan pengertian di atas, maka dapat di simpulkan bahwa penelitian pengembangan merupakan percobaan dan penyempurnaan suatu produk yang dilakukan penelitian agar dapat dipahami pengetahuannya untuk masyarakat luas dan dapat dikembangkan lagi

### **2.1.2 Peraturan dan Permainan Bolabasket**

Menurut (Toni Suryo Febrianto,2012) Di dalam buku Olahraga Pilihan Bola Basket, Imam Sodikun (1992:8) menyatakan bahwa: “Bolabasket adalah suatu permainan yang menggunakan bola besar, dimainkan oleh dua regu putra atau putri. Tiap regu berusaha untuk membuat angka sebanyak-banyaknya dengan memasukkan bola ke keranjang basket lawan, dan berusaha untuk mencegah pemain lawan memasukkan atau membuat angka. Dalam bermain, bola boleh dioper, dipantulkan ke lantai, dilempar atau digiring ke segala arah dalam lapangan permainan. Dalam peraturan permainan bolabasket waktu yang diberikan 4 x 10 menit dalam satu pertandingan dengan masa istirahat 2 menit pada pergantian quarter pertama dan ketiga, dan 5 menit pada pergantian babak kedua. Setiap pemain dan official dilarang melakukan kesalahan dan pelanggaran. Lapangan basket terdiri dari tanah atau lantai semen maupun lantai papan atau kayu, dibatasi oleh garis dengan lebar 5 cm yang berbentuk empat persegi panjang berukuran panjang lapangan 28 meter dan lebar lapangan 15 meter serta dilengkapi dengan keranjang atau basket untuk memasukkan bola”.

Bola basket adalah permainan yang membutuhkan kerja sama antar satu tim. Sehingga setiap pemain harus dapat menguasai teknik dasar bola basket yang baik. Oleh karena itu, bola basket termasuk dalam olahraga beregu. Tujuan dalam permainan adalah memasukkan bola ke dalam keranjang atau biasa disebut *Ring*. Dalam permainan bola basket tidak terdapat batasan mencetak poin. Poin yang di dapatkan berdasarkan posisi pemain tersebut memasukan bola pad daerah yang telah dितentukan nilai poinnya.

Penguasa teknik dasar pada bola basket itu merupakan hal yang sangat penting. Dengan menguasai teknik dasar bola basket merupakan salah satu hal yang utama dalam mencapai sebuah prestasi. Imam sodikun mengtakan bahwa “penguasaan teknik dasar dalam permainan bola basket harus di dahulukan”. Adapun teknik dasar yang harus dikuasi dalam permaian bola basket :

- a. Teknik melempar atau menangkap (*passing*)
- b. Teknik menggiring bola (*dribble*)
- c. Tekink menembak (*shooting*)
- d. Teknik olah kaki (*footwork*)
- e. Teknik lay up
- f. Teknik rebound

Apabila keenam teknik dasar tersebut telah dikuasai dengan baik oleh pemain basket, dengan otomatis pemain tersebut dapat bermain bola basket dengan baik. Salah satu tugas seorang yang pertama dan utama adalah mengajarkan pemain bagaimana cara melatih keenam teknik dasar tersebut. Dengan berlatih terus menerus maka prestasi akan mengikuti dengan seiringan waktu. Dengan memperbanyak *Drill* dalam latihan dapat membuat pemain akan



menjadi terbiasa dengan keenam teknik dasar tersebut dan menjadi sebuah otomatisasi.

### **2.1.3 Pengertian Menembak (*shooting*) dalam Permainan Bolabasket**

Tembakan adalah *skill* dasar bola basket yang paling dikenal dan paling digemari. Karena setiap pemain pasti punya naluri untuk mencetak skor. Tembakan adalah daya tarik bagi pemain untuk bermain bola basket, demikian juga daya tarik penonton untuk menikmati permainan bola basket (Danny Kosasih, 2008:46)

Menembak merupakan teknik dasar yang penting dan harus dikuasai oleh setiap pemain olahraga bolabasket untuk memperbaiki keterampilan atau *skill* dalam melakukan tembakan. Hal ini sesuai dengan tujuan dari permainan olahraga bolabasket yaitu menciptakan tembakan untuk memperoleh angka dalam setiap pertandingan. Menurut Hal Wissel (2000:43) "Shooting (menembak) adalah keahlian yang sangat penting di dalam olahraga basket. Teknik dasar seperti operan, dribbling, bertahan, dan rebounding mungkin mengantarkan anda memperoleh peluang besar membuat skor, tapi tetap saja anda harus mampu melakukan tembakan. Sebetulnya, menembak dapat menutupi kelemahan teknik dasar lainnya.

Kemampuan suatu regu di dalam melakukan tembakan akan sangat mempengaruhi hasil yang dicapai dalam suatu pertandingan. Menembak merupakan sasaran akhir setiap pemain dalam sebuah pertandingan. Keberhasilan suatu tim dalam pertandingan selalu ditentukan oleh keberhasilan di dalam

menembak, oleh karena itu unsur menembak merupakan teknik dasar yang harus dipelajari dengan baik dan benar serta harus selalu ditingkatkan keterampilannya dengan latihan (Imam Sodikun, 1992:70)

menembak merupakan gerakan yang kompleks yang menggunakan bagian beberapa tubuh seperti posisi kaki, pinggang, bahu, kelenturan pergelangan dan jari-jari tangan. Dalam melakukan *shooting* terdapat beberapa fase yang meliputi fase persiapan, fase pelaksanaan dan fase *follow through* :

#### **2.1.3.1 Fase Persiapan**

Fase persiapan merupakan tahap awal yang harus dikuasai oleh seorang pemain bola basket. Persiapan yang baik merupakan modal yang sangat berpengaruh terhadap tembakan yang akan dilakukan. Fase persiapan menurut Wissel Hal (2000:48) meliputi :

- a. Lihat target
- b. Kaki terentang selebar bahu
- c. Jari kaki lurus
- d. Lutut dilenturkan dan agak ditekuk
- e. Bahu dirilekskan
- f. Tangan yang tidak menembak menyeimbangkan bola
- g. Tangan yang untuk menembak diletakkan di belakang bagian bawahbola
- h. Jari-jari tangan rileks dan dibuka lebar
- i. Siku masuk ke dalam
- j. Bola diletakkan di antara telinga dan bahu

#### **2.1.3.2 Fase Pelaksanaan**

Pada fase pelaksanaan ini terdapat sikap-sikap dengan urutan sebagai berikut :

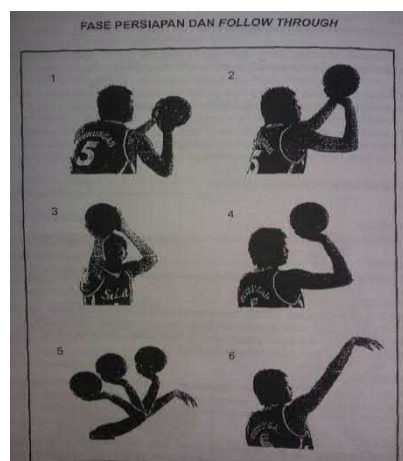
- a. Lihat target

- b. Rentangkan kaki, punggung dan bahu
- c. Rentangkan siku
- d. Hentakkan tungkai ke atas dilanjutkan dengan melenturkan pergelangan dan jari-jari ke depan
- e. Lepaskan ibu jari
- f. Tangan penyeimbang pada bola sampai terlepas
- g. Irama gerakan dilakukan secara seimbang

### 2.1.3.3 Fase *Follow Through*

Pada fase ini terdapat suatu gerakan dan sikap dengan urutan sebagai berikut:

- a. Lihat target
- b. Lengan terlentang
- c. Jari telunjuk pada target
- d. Telapak tangan ke bawah saat shooting
- e. Seimbangkan dengan telapak tangan ke atas



Gambar fase persiapan dan *follow through*

Sumber (DannyKosasih, 2008:49)

## 2.2 Latihan

Latihan adalah suatu kegiatan mengulang-ulang gerakan yang benar sampai memperoleh gerakan yang disebut terampil. Dalam permainan bola basket gerakan yang di maksud adalah melakukan unsur-unsur tersebut tidak berdiri sendiri namun merupakan gabungan atau kombinasi gerakan yang kompleks, misalnya *mendribble*, menangkap, langkah *lay-up* dan terakhir menembak, atau kombinasi gerakan yang lain. (Imam sodikun.1992:45). Latihan diperlukan dalam permainan bola basket. Agar pemain lebih terbiasa dengan gerakan-gerakan yang terdapat pada permainan bola basket. Untuk meraih sebuah prestasi yang maksimal dibutuhkan latihan yang sangat keras. Karena persaingan dalam permainan bola basket sangatlah ketat. Dalam latihan *shooting* terdapat banyak pilihan untuk melatih akurasi *shooting*, misalnya *wall shooting*, *On-Your-Back Shooting*,

### 2.2.1 Wall Shooting

Metode latihan *shooting* dengan menggunakan *wall shooting* dapat membantu memperbaiki *shooting* agar bola yang dilepaskan bias membentuk sudut parabola yaitu 30 derajat dari garis *verticali* dan 60 derajat terhadap garis *horizontal*, dengan sudut tembakan tersebut akan menghasilkan lintasan bola yang parabol. Menurut Way dan Alexander marion bahwa konsistensi, ketinggian, kecepatan rilis, dan akurasi adalah kunci sukses untuk menembak termasuk busur atau sudut tembakan (Priyanto.2012)

, Semakin tinggi bola dilepaskan, semakin sedikit waktu itu di udara sebelum mencapai keranjang. ketinggian puncak yang lebih tinggi dari rilis akan

memberikan bola sudut lebih besar dari pendekatan ke keranjang, dan kesempatan lebih besar untuk memasukan bola.

### **2.2.2 Hand soff shooting drill**

Latihan *hands-off shooting drill* bertujuan untuk melatih menembak dengan variasi *hand-off*. Latihan *shooting* ini juga bertujuan melatih kerja sama antar pemain. Pemain di bagi menjadi 4, 2 di atas dan 2 di sayap di bagi sayap kanan dan sayap kiri, 2 pemain di atas akan menggiring bola ke arah sayap dan melakukan *hand-off* sedangkan saat pemain di atas melakukan *hand-off* pemain sayap memotong lalu langsung melakukan tembakan .

### **2.2.3 Chair Shooting (menembak dari kursi)**

Menembak dari kursi meningkatkan konsentrasi anda dalam mengangkat bola ke ring dan meluruskan siku pada fase *follow through*, latihan ini memperbaiki jarak tembak dan membantu pemain yang memiliki kecenderungan melempar bola. Duduk di kursi memanfaatkan punggung, bahu dan siku lurus penuh untuk memberikan daya pada saat menembak. (hal Wissel.2000:55)

### **2.2.4 Bank Jump shot warm up (pemanasan untuk bank jump shot)**

Latihan *the bank jump shot* sama dengan latihan *jump shot warm up* kecuali bahwa anda menembak dari sudut 45 derajat dari setiap arah keranjang. Mulai dengan siku seimbang pada sudut 45 derajat dengan papan yaitu, jarak antara kotak dan tengah-tengah pada lane. Jarak tepi sudut melebar ketika anda bergerak keluar disebut (*45 degree funnel/cerobong 45 derajat*). Pada *bank shot* tujukan bola pada puncak sudut *boks* sudut kotak dari papan.

### **2.2.5 Screen Shooting**

Latihan *screen shooting* ini dapat melatih kerjasama sama antar pemain untuk mendapatkan ruang untuk menembak kearah ring. *Screen shooting* biasanya dilakukan 2-3 orang untuk melakukannya. Pemain *offensive* akan mem-*blok* seorang pemain *defensive* untuk membebaskan pemain *offensive* lain sehingga mendapatkan ruang untuk melakukan *shooting* yang lebih terbuka.

### **2.2.6 Shooting With Partner**

Latihan *Shooting with partner* (menembak kearah teman) memnuat pemain akan lebih berkonsentrasi kearah target yang dituju. Latihan ini dilakukan oleh 2 orang yang saling berhadapan, lalu pemain akan melakukan *shooting* kearah temannya berdiri dan temannya akan menangkap bola, setelah itu akan melakukan gerakan sama.

### **2.2.7 Give and Go Shooting**

*Give and GO* adalah dasar basket kuno yang sampai sekarang sangat berguna baik dalam pertandingan maupun latihan. *Give and Go* mampu melatih *skill passing*, pergerakan tanpa bola, kerjasama dan lain-lain. Setiap pemain basket yang bagus haruslah menguasai taktik ini secara insting.

### **2.2.8 Chese Down Shooting**

*Chese down* adalah salah satu bentuk latihan yang dapat melatih kecepatan sekaligus konsentrasi saat akan melakukan finishing melakukan layup saat di ikuti oleh pemain *defensive*. Latihan ini dapat dilakukan oleh 2 pemain atau lebih dan dapat dilakukan dengan  $\frac{1}{2}$  lapangan maupun 1 lapangan.

### **2.2.9 Pressure Shooting**

*Pressure Shooting basketball* adalah bentuk latihan untuk pemain bola basket untuk meningkatkan tingkat akurasi dalam menembak dan konsentrasi yang lebih karena mereka akan melakukan *shooting* dengan target tertentu dan dalam waktu yang ditentukan. Jika pemain tidak mencapai target dalam waktu yang di tentukan pemain akan mendapat sanksi yang diberikan oleh pelatih.

### **2.2.10 Pick n Roll**

Pick n roll adalah salah satu taktik dalam permainan olahraga bolabasket dimana pemain bolabasket melakukan *screen*. *Gerakan pick n roll* hampir sama dengan gerakan latihan *screen shooting*, namun terdapat gerakan tambahan yaitu pemain yang melakukan *screen* melakukan gerakan *roll* dan pemain tersebut yang akan menyelesaikannya

### **2.2.11 Weave Shooting**

*Waeve shooting* adalah salah satu bentuk latihan dalam bola basket. Latihan ini dapat melatih pemain dalam kerjasama untuk mendapat ruang dan membingungkan lawan agar mendapat mencetak angka dengan memasukkan bola ke arah *ring*.

### **2.2.12 Star Shooting**

*Star shooting* merupakan salah satu bentuk latihan dasar untuk pemain bola basket. Latihan ini berguna agar *follow through* pemain menjadi baik. Gerakan *star shooting* hanyalah melakukan gerakan shooting dengan bola hanya diarah arah kepala.

### 2.3 Teknologi

Kata teknologi secara harfiah berasal dari bahasa latin "*texere*" yang berarti menyusun atau membangun. Sehingga istilah teknologi seharusnya tidak terbatas pada penggunaan mesin, meskipun dalam arti sempit hal tersebut sering digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Roger (1983) teknologi adalah suatu rancangan (*desain*) untuk alat bantu tindakan yang mengurangi ketidakpastian dalam hubungan sebab akibat dalam mencapai suatu hal yang diinginkan. Jacques Ellul (1967) mengartikan teknologi sebagai keseluruhan metode yang secara rasional mengarah dan memiliki ciri efisiensi dalam setiap kegiatan manusia. (Erlisa Dwi Ananda.2011)

Dalam perkembangan teknologi membuat kegiatan olahraga menjadi tidak berat. Berbagai alat bantu, mulai dari baju yang menyerap keringat, hingga sepatu yang ringan digunakan. Hal tersebut menjadi pendukung untuk mencapai prestasi yang maksimal atau pencapaian rekor di suatu cabang. Dengan adanya teknologi dalam bidang olahraga bertujuan untuk mempermudah atlet, pelatih, dan orang yang berhubungan dengan dunia olahraga. Namun teknologi mempunyai dampak *negative* bagi olahraga, misalnya biaya alat yang berteknologi biasanya mempunyai harga yang mahal dan dapat membuat para atlet menjadi malas karena terlalu tergantung pada alat bantu berteknologi .

Perkembangan teknologi yang lain adalah sekarang sudah tercipta sebuah alat komunikasi yang pintar (*smartphone*). Didalam *smartphone* pada sekarang sudah banyak fitur-fitur (*aplikasi*) yang sudah memudahkan penggunaannya baik dalam hal memasak, mencari informasi, mencari teman, berkomunikasi jarak jauh dan sampai dalam olahraga dan dapat di akses (*download*) pada *playstore* atau



*searching google*. Selain *smartphone* juga sekarang sudah terdapat laptop, fungsi laptop ini hampir sama dengan *smartphone* hanya saja terdapat kelebihan dan kelemahan dari masing-masing produk.

### **2.3.1 Aplikasi**

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), pengertian aplikasi yaitu perangkat lunak adalah suatu subkelas perangkat lunak komputer yang memanfaatkan kemampuan komputer langsung untuk melakukan suatu tugas yang diinginkan pengguna.

Aplikasi pelatihan *shooting* ini digunakan untuk mempermudah cara latihan *shooting*. Aplikasi ini juga dapat membantu pelatih untuk memberikan intruksi latihan disaat pelatih ingin melatih para pemainnya untuk meningkatkan akurasi *shooting* bolabasket, namun terkadang pelatih tidak dapat hadir untuk mendampingi latihan para pemain dan pemain bingung harus latihan seperti apa dan terkadang pemain hanya melakukan latihan seseka mereka . Dengan adanya aplikasi *SITRA shooting basketball* ini pelatih hanya tinggal berkomunikasi dengan para pemain dan mengintruksikan pemain untuk melihat aplikasi *SITRA Shooting Basketball* ini dan pemain hanya tinggal melakukan dan masalah pelatih dapat di atasi dan pemain tidak bingung harus latihan seperti apa.

### **2.4 Kerangka Berfikir**

Berdasarkan hasil *observasi* penulis saat melihat latihan di Smk bina utama Kendal penulis melihat bahwa para pemain bola basket Smk bina utama Kendal masih menggunakan *board* dalam latihan untuk sehari-hari. Pelatih masih

menggunakan buku dan masih menggunakan *youtube* sebagai variasi dalam latihan. Metode yang digunakan oleh pelatih dalam latihan adalah dengan metode ceramah dan sedikit mencontohkan kepada pemain. Metode ini kurang efektif karena para pemain sulit untuk mengerti pola latihan yang diberikan oleh pelatih. Pengembangan media pembelajaran mengenai latihan *shooting* untuk bola basket akan mempermudah para pemain dalam mengikuti latihan. Hasil pengembangan ini akan dikemas dalam bentuk aplikasi yang akan diberikan berbagai variasi latihan *shooting*. Media pembelajaran latihan *shooting* akan diuji cobakan kepada para pemain bola basket Smk bina utama Kendal Dengan ini diharapkan dengan aplikasi ini diharapkan para pemain Smk bina utama Kendal dapat melakukan *shooting* dengan baik.

## BAB V

### KAJIAN DAN SARAN

#### 5.1 Kajian Prototipe Produk

Bolabasket merupakan olahraga beregu yang menjadi salah satu yang banyak diminati oleh berbagai kalangan. Mulai dari tua, muda, pelajar, mahasiswa, karyawan dan baik itu dari dalam negeri sampai luar negeri banyak yang menyukai dan memainkan olahraga bola basket. Sebagai bukti, telah banyak klub bolabasket yang sudah berdiri mulai dari pemula sampai professional. Oleh karena itu olahraga bola basket mempunyai perhatian yang besar dari kalangan masyarakat dan di setiap diterseleenggara *event* bolabasket tidak akan sepi penonton berbagai umur.

Olahraga bolabasket yang merupakan olahraga beregu yang dimainkan oleh lima orang dengan tujuan mencetak angka kearah lawan sebanyak-banyaknya. Karena pemenang dalam permainan bola basket ditentukan oleh jumlah *point* yang diperoleh dalam sebuah tim. Dan untuk mendapatkan *point* tersebut pemain harus memasukkan bola kearah ring lawan. Untuk memasukan bola kearah ring, didalam bola basket terdapat teknik yang wajib dikuasi oleh pemain bolabasket yaitu *shooting* (menembak). Banyak pelatih yang melatih pemainnya dengan hanya bermodalkan sebuah pengalamannya semasa menjadi pemain. Dan tidak sedikit para pelatih juga masih mengguna cara tradisional dengan cara membaca buku-buku mengenai *shooting*. Oleh karena saat latihan sering kali pemain melakukan kesalahan dikarenakan pemain tidak paham maksud dan yang diinginkan oleh pelatih.

Pengembangan media *SITRA Shooting basketball* dengan model aplikasi dapat memudahkan pemain untuk belajar memahami tentang materi latihan yang diberikan oleh pelatih, yang dikemas dalam bentuk yang lebih modern sehingga lebih efektif dan efisien. Pengembangan *SITRA Shooting basketball* terdapat berbagai menu mulai dari yang dasar sampai kompleks. Karena pada Sekolah Menengah Atas (SMA) terutama peserta didik baru, tidak semua peserta didik baru mempunyai dasar bola basket. Tidak sedikit para peserta didik baru merintis karir mereka sebagai pemain bola basket mulai dari bangku SMA. Oleh karena itu produk ini bias memberikan gambaran bagi mereka supaya dapat mengikuti pola latihan yang diberikan oleh pelatih. Produk ini sebelumnya juga telah ditinjau oleh 3 ahli pelatih bolabasket. Ketiga ahli perwasitan bolabasket yaitu Didik Novianto pelatih *licence (C)*, Ary Mukhammad Kholidin pelatih *licence (C)*, dan Mandra pelatih *licence (C)*. Ketiga ahli tersebut mendukung dengan adanya penelitian yang dibuat oleh penulis, karena ketiga ahli ini juga melihat masih banyaknya kesalahan yang dibuat pemain baik saat latihan maupun pertandingan

Pengembangan media *SITRA Shooting basketball* dengan model aplikasi ini juga melalui tahapan-tahapan tertentu yang meliputi tinjauan ahli bidang pelatih bolabasket, uji coba kelompok kecil (5 sampel) dan uji coba kelompok besar (10 sampel). Tahapan-tahapan tersebut dilakukan untuk memastikan bahwa pengembangan media *SITRA Shooting basketball* dengan model aplikasi ini benar-benar layak digunakan sebagai salah satu alternatif untuk meminimalkan kesalahan pemain dalam pengambilan melakukan *shooting*.

Terdapat beberapa revisi yang diberikan ahli bidang perwasitan bolabasket terhadap produk sebelum dilakukan uji coba kelompok kecil, antara lain:

1. Sampel yang berada di video harus seragam dan memakai pakaian basket karena ini produk tentang bolabasket.
2. Pada video *wall shooting* ada awalan jongkok, saya mau coba di tambah dengan awalan dengan duduk di kursi
3. Urutan video masih acak-acakan, di rapikan biar gampang untuk mencarinya.

Beberapa revisi yang diberikan para ahli bidang bolabasket terhadap produk yang dikembangkan penulis setelah uji coba kelompok kecil, antara lain:

1. Keterangan video yang belum ada, di kasih keterangan berupa anak panah atau kata berjalan biar semakin dimengerti.
2. Pada video *star shooting* pemain menembak kearah ring, seharusnya jangan kearah ring di tembak keatas saja dan gerakan awalnya jump stop arah ring jangan memutar
3. Pada video di potong, tidak usah dipotong kalo emang temanya *pressure shooting* denga durasi waktu 1 menit.

Revisi yang diberikan para ahli bidang bolabasket terhadap produk yang dikembangkan penulis setelah uji coba kelompok besar, yaitu:

1. Perurutannya masih ada yang salah diurutkan lagi mulai yang paling dasar..
2. Petunjuknya sudah bagus hanya saja ditambah selain kata berjalan.
3. Video diulang biar tambah jelas menambah durasi tidak masalah.

Menurut para ahli perwasitan bolabasket, pengembangan media pembelajaran perwasitan dengan model aplikasi sudah baik dan sesuai dengan prinsip perwasitan bolabasket. Persentase rata-rata keseluruhan dari penilaian 3 ahli perwasitan bolabasket sebelum uji coba kelompok kecil sebesar 73,30% dan setelah uji coba kelompok besar sebesar 80,86%. Kesimpulan dari hasil data

tersebut adalah pengembangan media pembelajaran perwasitan dengan menggunakan model aplikasi layak untuk digunakan sebagai alternatif untuk meminimalkan kesalahan wasit dalam pengambilan keputusan.

### 5.1.1 Kelebihan Produk

1. Dengan menampilkan video – video kejadian akan lebih mudah dipahami.
2. *Shooting* dapat meningkat dan pemain semakin paham berbagai bentuk latihan *Shooting*.
3. Produk yang dikemas dalam bentuk aplikasi dapat di instal di *handphone* maupun laptop jadi dapat di pelajari setiap saat.

### 5.2 Saran

Pada bagian ini dikemukakan beberapa saran sehubungan dengan produk yang dikembangkan. Supaya penelitian yang akan datang bisa lebih baik lagi, beberapa saran yang diberikan penulis adalah:

1. Macam – macam video diperbanyak supaya wawasan lebih luas.
2. Pengembangan *aplikasi* ini hanya sampai pada pembuatan produk, sebaiknya dikembangkan lagi dengan melakukan penelitian mengenai efektivitas produk.

Demikian saran-saran terhadap pemanfaatan, diseminasi maupun pengembangan produk lebih lanjut terhadap *SITRA Shooting Basketball* dengan model aplikasi pelatihan *shooting* bolabasket.

## DAFTAR PUSTAKA

- Danny Kosasih. (2008). *Fndamental Basketball*. Penerbit : karmedia..
- Imam Sodikun. (1992). *Olahraga Pilihan Bolabasket*. Surakarta: Cetakan Pertama. Era Intermedia.
- Priyanto. 2012. Pengaruh Metode Latihan *Wall shooting* dan Mata Tertutup Terhadap Hasil *Shooting free Throw*. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*. 2(2): 103-106
- Ismail Darimi. *Teknologi Informasi Dan Komunikasi Sebagai Media Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Efektif*. *Jurnal Pendidikan Teknologi Informasi*. 1(2): 111-121
- Nicholas Riandika Paramaditya. *Pengembangan Kemampuan Sinyal foul Pada Wasit Bolabasket Berbasis Aplikasi(studi pengembangan pada mahasiswa IKK bolabasket PKLO FIK UNNES Tahun 2018)* Universitas Negeri Semarang
- Saifudin Anzwar.(1997). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Chaidar Husain. *Pemanfaatan Teknologi Dan Komunikasi dalam Pembelajaran Di SMA Muhammadiyah Tarakan*. 2(2):184-192
- Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek* IV. Jakarta: Bina Aksara.
- Wissel. (1996). *Bolabasket: Langkah untuk sukses (Bagus Pribadi. Terjemahan)*. Jakarta: PT Raja Gravindo Persada. Buku asli diterbitkan Tahun (1994).