



**PENGEMBANGAN LATIHAN *SPEED DRIBBLE*  
MENGUNAKAN *PARACHUTE DRIBBLE* PADA  
PERMAINAN BOLABASKET**

**SKRIPSI**

Diajukan dalam rangka penyelesaian studi Strata 1

Untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan

Pada Universitas Negeri Semarang

oleh

**Indah Permata Sari**

**NIM. 6301416018**

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG  
2020**

## ABSTRAK

Indah Permata Sari. 2020. **Pengembangan Latihan Speed Dribble Menggunakan Parachute Dribble pada Permainan Bolabasket** . Skripsi. Pendidikan kepelatihan olahraga. Universitas Negeri Semarang. Priyanto.

Fakta di lapangan ketidakseimbangan antara proses latihan kemampuan *dribble* dengan kemampuan *dribble* pada permainan bolabasket, membuat lambatnya perkembangan kemampuan *dribble* setiap individu. Tujuan penelitian ini yaitu (1) mengembangkan alat *parachute dribble* (2) mengetahui penggunaan produk *parachute dribble* (3) mengetahui kelayakan produk *parachute dribble* sesuai penilaian validator.

Peneliti menggunakan metode penelitian *Research and Development*, dengan data kualitatif dan kuantitatif. Menggunakan 5 kategori. Hal ini dilakukan agar didapat data yang empiris dan untuk menghasilkan alat *Parachute Dribble* yang layak digunakan.

Hasil akhir pengembangan, alat dapat digunakan sebagai latihan mandiri dan dapat dikombinasikan dengan metode latihan yang lain. Hasil data skala kecil sebanyak 5 orang dari 3 aspek dan 26 pertanyaan diperoleh data sebesar 85,38% dan data skala besar dari 12 pengguna dengan 13 indikator alat yang telah dibuat oleh peneliti sebesar 88,07% dengan kategori baik.

Disimpulkan bahwa alat *Parachute Dribble* sebagai alat bantu latihan *speed dribble* bolabasket yang dibuat oleh peneliti layak dan diterima oleh pelatih dan pengguna. Persentase rata-rata dari semua aspek berdasarkan penilaian ahli sesuai bidangnya, didapat persentase 82,30%, maka telah memenuhi kriteria Baik, dengan adanya saran perbaikan pada warna *parachute* dan kategori beban yang ada.

Kata kunci : **Pengembangan, alat *Parachute Dribble*, teknik dasar, *speed dribble***

## ABSTRACT

Indah Permata Sari. 2020. **Development of Parachute Dribble for Increase Speed Dribble in Basketball**. Skripsi. Sports Coaching Education. State University of Semarang.Priyanto.

Fact in the field imbalance between the process of dribble ability exercises with dribble ability in the basketball, making slow development on individual dribble ability. The purpose of this research is (1) to develop the Parachute dribble tool (2) to determine the use of Parachute dribble (3) to identify parachute dribble product eligibility According to the validator rating.

Researchers use research and Development methods, with qualitative and quantitative data. Use 5 categories. This is done in order to obtain empirical data and to produce a well-qualified Parachute Dribble tool.

The end result of development, parachute can be used as self exercise and can be combined with other methods of exercise. Small data results as many as 5 people of 3 aspects and 26 questions acquired 85.38% data and large-scale data from 12 users with 13 indicators of tools that have been created by researchers by 88.07% with good categories.

It was concluded that the Parachute Dribble tool as a speed Dribble training aid that is created by researchers is worthy and accepted by coaches and users. The average percentage of all aspects based on expert assessment according to ability, gained a percentage of 82.30%, then fulfilled the criteria Good with suggestion from validator in parachute color and burdens that happened.

Keywords: **Development, Parachute Dribble, basic technique, speed Dribble**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul: "**Pengembangan Latihan *Speed Dribble* Menggunakan *Parachute Dribble* Pada Permainan Bolabasket**"

Disusun oleh:

Nama : Indah Permata Sari

NIM : 6301416018

Jurusan : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga S1

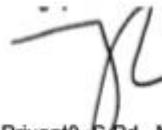
Telah disetujui dan disahkan oleh Pembimbing untuk diajukan pada Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada tanggal 19 Mei 2020.

Mengetahui,  
Ketua Jurusan PKO



Sri Haryono, S.Pd, M.Or  
NIP. 19691113.199802.1.001

Dosen Pembimbing,



Priyanto, S.Pd., M.Pd  
NIP. 19800619.200501.1.002

## PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini, Saya :

Nama : Indah Permata Sari

NIM : 6301416018

Jurusan/Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Judul Skripsi : PENGEMBANGAN LATIHAN SPEED DRIBBLE  
MENGUNAKAN PARACHUTE DRIBBLE PADA  
PERMAINAN BOLABASKET

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak (plagiat) karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Bagian tulisan dalam skripsi ini yang merupakan kutipan dari karya ahli atau orang lain, telah diberi penjelasan sumber sesuai dengan tata cara pengutipan.

Apabila pernyataan saya tidak benar saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Negeri Semarang dan sanksi hukum sesuai ketentuan yang berlaku di wilayah Negara Republik Indonesia.

Semarang, 27 Mei 2020

Yang menyatakan,



Indah Permata Sari

NIM.6301416018

## PENGESAHAN

Skripsi atas nama Indah Permata Sari NIM 6301416018 Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga S-1 judul Pengembangan Latihan *Speed Dribble* Menggunakan *Parachute Dribble* pada Permainan Bolabasket telah dipertahankan di hadapan sidang panitia penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada hari : Rabu, tanggal 10 Juni 2020

### Panitia ujian

Ketua



Prof. Dr. Tandiyo Rahayu, M.Pd.  
NIP. 196103201984032001

Sekretaris

Sri Haryono, S.Pd., M.Or.  
NIP. 196911131998021001

### Dewan Penguji

1. Drs. Kriswantoro, M.Pd.  
NIP. 196106301987031003

2. Purwono Sidik Permono, S.Pd., M.Pd.  
NIP. 198803162015041002

3. Priyanto, S.Pd., M.Pd.  
NIP. 198006192005011000

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTTO

- Pengembangan latihan *speed dribble* menggunakan *parachute dribble* pada permainan bolabasket akan menjadi sarana prasarana untuk menunjang para pemain dalam meningkatkan kualitas teknik *dribble* ( Indah Permata Sari )
- Be a usefull person, thanksfull person and don't stop to tryin. ( Indah Permata Sari)

### PERSEMBAHAN

Skripsi ini peneliti persembahkan untuk:

1. Kepada Tuhan Yazng Maha Esa atas segala berkat dan karunia-Nya.
2. Kepada keluarga sebagai tanda bakti, hormat dan rasa terimakasih atas segala kesempatan saya persembahkan kepada Papa (Alm.Sunaryo), Mama (Nicken), Kakak (Alm.Surya R dan Atrin).
3. Semua teman-teman yang telah mendukung, memberi semangat, dan kerjasama sehingga dapat menyelesaikan tugas akhir dengan baik.
4. Universitas Negeri Semarang, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan jurusan Pendidikan kepelatihan olahraga.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa. Yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.

Keberhasilan penulis dalam menyusun skripsi yang berjudul “Pengembangan latihan *speed dribble* menggunakan *parachute dribble* pada permainan bolabasket” mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, sehingga pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan penulis menjadi mahasiswa UNNES.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan dorongan dan semangat untuk menyelesaikan skripsi.
4. Priyanto, S.Pd., M. Pd., selaku dosen pembimbing yang telah memberikan ilmu, petunjuk, dan motivasi untuk segera menyelesaikan skripsi.
5. Seluruh dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan pada khususnya dan dosen Universitas Negeri Semarang pada umumnya yang telah memberikan ilmunya kepada penulis.
6. Seluruh staf tata usaha Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan kemudahan dalam menyusun skripsi.

7. Pemain IKK Bolabasket 2017 dan Pemain Klub bolabasket HOOPS Kota Magelang yang telah membantu dalam penelitian uji skala kecil dan uji skala besar.
8. Teman-teman PKO 2016 yang menjadi rekan belajar selama perkuliahan dan sebagai salah satu motivator.
9. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian yang penulis tidak bisa sebutkan satu per satu.

Atas segala bantuan dan pengorbanan yang telah diberikan kepada penulis, semoga menambah timbangan amal baik di akhirat kelak dan mendapatkan balasan dari Allah SWT.

Akhirnya, penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pembaca.

Semarang, 27 Mei 2020

Penulis,

## DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
ABSTRACT .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
PERNYATAAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL .....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	6
1.3 Tujuan Penelitian .....	6
1.4 Manfaat Penelitian .....	7
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	7
1.4.2 Manfaat Praktis .....	7
1.5 Pentingnya Pengembangan.....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA BERFIKIR .....	9
2.1 Landasan Teori .....	9
2.1.1 Hakikat Teknik <i>Dribbling</i> Bolabasket.....	10
2.1.2 <i>Speed Dribble</i> .....	15
2.1.3 Hakikat Latihan .....	16
2.1.4 IPTEK (ILMU PENGETAHUAN DAN TEKNOLOGI).....	17
2.1.5 Alat <i>Parachute Dribble</i> .....	18
2.2 Penelitian yang Relevan .....	19
2.3 Kerangka Berpikir .....	20
BAB III METODE PENGEMBANGAN .....	22
3.1 Model Pengembangan.....	22
3.2 Prosedur Pengembangan.....	23
3.3 Uji Coba Produk.....	25
3.3.1 Desain Uji Coba Produk .....	25
3.3.2 Subjek Uji Coba .....	27

3.4	Rancangan Produk .....	27
3.4.1	Desain Pembuatan .....	27
3.4.2	Desain Produk .....	27
3.5	Jenis Data .....	28
3.6	Instrumen Penelitian .....	28
3.7	Teknik Analisis Data .....	31
BAB IV	HASIL PENGEMBANGAN .....	33
4.1	Validasi Ahli.....	33
4.2	Data Validasi Ahli.....	35
4.2.1	Uji Validitas Dan Reliabilitas Kuesioner Ahli .....	36
4.3	Revisi Produk.....	37
4.4	Penyajian Data Uji Coba Skala Kecil .....	38
4.4.1	Uji Validitas Dan Reliabilitas Kuesioner Sampel.....	40
4.5	Hasil Analisis Data Uji Coba Skala Kecil.....	42
4.6	Penyajian Data Uji Coba Skala Besar .....	42
4.7	Hasil Analisis Data Uji Coba Skala Besar .....	44
4.8	Prototipe Produk .....	44
4.9	Pembahasan.....	48
BAB V	KAJIAN DAN SARAN.....	52
5.1	Kajian Prototipe Produk.....	52
5.2	Saran.....	54
5.2.1	Saran Pemanfaatan.....	54
5.2.2	Diseminasi.....	54
5.2.3	Pengembangan Lebih Lanjut.....	54
	DAFTAR PUSTAKA .....	56
	LAMPIRAN .....	58

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.3 Kisi-kisi Instrumen Evaluasi Ahli .....	29
3.4 Kisi-kisi Instrumen Evaluasi Pemain .....	30
3.5 Ketentuan Pemberian Skor .....	31
3.6 Klasifikasi Persentase .....	32
4.1 Hasil Data Validasi Ahli .....	35
4.2 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuisisioner Ahli .....	36
4.3 Data Hasil Uji coba Kelompok Kecil .....	38
4.4 Uji Validitas dan Reliabilitas Kuisisioner Pemain .....	40
4.5 Data Hasil Uji Coba Kelompok Besar .....	43
4.6 Spesifikasi Alat <i>Parachute Dribble</i> .....	45

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 <i>Control Dribble</i> .....	12
2.2 <i>Speed Dribble</i> .....	12
2.3 <i>Spin Dribble</i> .....	13
2.4 <i>Change of Pace Dribble</i> .....	13
2.5 <i>Retreat Dribble</i> .....	13
2.6 <i>Crossover Dribble</i> .....	14
2.7 <i>Inside Out Dribble</i> .....	14
2.8 <i>Behind the Back Dribble</i> .....	15
2.9 <i>Paranet Pelari</i> .....	18
2.10 <i>Resistance Band</i> .....	19
3.1 <i>Langkah-Langkah RnD</i> .....	25
3.2 <i>Straight Speed Dribble</i> .....	26
3.3 <i>Crossover Dribble Manuver</i> .....	26
3.4 <i>Speed Dribble Corner End Line to Corner End Line</i> .....	27
3.5 <i>Gambar Kerangka Berfikir</i> .....	20

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Usulan Topik Skripsi .....	58
2. Surat Keputusan Dosen Pembimbing .....	59
3. Pengesahan Proposal Skripsi .....	60
4. Surat Izin Penelitian .....	61
5. Surat Balasan Penelitian .....	62
6. Dokumentasi .....	63
7. Lisensi Pelatih .....	66
8. Data Kuisisioner Pengguna .....	68
9. Penilaian Ahli .....	68
10. Angket Penilaian Ahli .....	70
11. Angket Penilaian Pemain .....	79
12. Daftar Hadir .....	83
13. Buku Panduan .....	85
14. <i>Packaging</i> Produk <i>Parachute Dribble</i> .....	101

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Permainan bolabasket adalah permainan yang menggunakan bola besar yang dimainkan secara beregu yang terdiri dari dua tim yang beranggotakan masing-masing lima orang, baik putra maupun putri yang saling bertanding dan berusaha untuk mencetak poin dengan memasukkan bola ke dalam ring lawan dan mencegah lawan memasukkan bola untuk mendapat poin. Tim yang mendapat nilai paling banyak yang menjadi pemenangnya. Permainan bolabasket adalah cabang olahraga yang banyak diminati oleh para remaja (Imam Sodikun,1992:8). Terbukti dengan banyaknya pertandingan olahraga dari tingkat pelajar baik SD, SMP, SMA/SMK, hingga tingkat Perguruan Tinggi, baik dari lingkup regional ataupun nasional yang bertujuan untuk meningkatkan prestasi pemain.

Bolabasket merupakan permainan yang memiliki unsur gerak kompleks yang terdiri dari gabungan berjalan, lari dan lompat serta gabungan dari unsur kekuatan, kecepatan, ketepatan, kelentukan. Menjadi seorang pemain bolabasket yang baik juga harus menguasai teknik-teknik dasar permainan bolabasket. Menurut Hal Wissel (2000:2), teknik dasar olahraga bolabasket terdiri dari : (1) *Footwork* (gerakan kaki), (2) *Shooting* (menembak), (3) *Passing* (operan/lemparan) dan menangkap, (4) *Dribble* (mengiring bola), (5) *Rebound* (Usaha untuk mendapatkan bola), (6) Bergerak dengan bola, (7) *Body control* (penguasaan tubuh), dan (8) *Guarding* (bertahan).

Pendapat lain juga mengatakan bahwa teknik dasar bolabasket dibagi menjadi 7 macam yakni (1). lempar tangkap bola (*passing*), (2). memantulkan bola (*dribbling*), (3). menembak bola kering basket (*Shooting*), (4). berputar badan (*Pivot*), (5). olah kaki (*Footwork*), (6). Melompat (*Jumping*), dan (7). gerak tipu dengan bola atau tidak dengan bola (*fakes and fints*) oleh Akros Abidin (dalam Moh Ali Ridho, 1999: 45). Faktor-faktor seperti “kondisi fisik, teknik dan taktik yang saling berkaitan” mempengaruhi setiap prestasi olahraga yang diartikan sebagai bentuk pengaruh langsung Syafruddin (dalam Romadhon, 2012: 57).

*Dribble* atau menggiring bola adalah membawa lari bola ke segala arah sesuai dengan peraturan yang ada (Nuril Ahmadi, 2007:17). (Wissel H, 2000:95) mengatakan *Dribble* sebagai salah satu cara membawa bola ke segala arah dengan cara memantulkannya kelantai lapangan. Menurut Jon Oliver (2007:21), bahwa menggiring bola yang baik di samping harus bisa dengan tangan kanan dan kiri juga dipengaruhi oleh kecepatan dan kelincahan dalam merubah arah tanpa harus melihat bola. Di dalam buku yang diterbitkan Danny Kosasih (2009:38) disebutkan bahwa menggiring bola adalah gerakan yang harus menuju pada ring lawan, tetapi menggiring bola juga dapat menjadi salah satu cara untuk mengatur pemain lain agar mendapatkan ruang untuk mencetak skor. Menggiring bola dilakukan dengan kekuatan dari siku, pergelangan tangan, telapak tangan, jari-jari, dan sedikit bantuan dari bahu. Jari harus selalu rileks namun tegas menekan bola.

*Dribbling* mempunyai keunggulan sendiri yaitu memudahkan pada serangan *fast break* (serangan balik cepat setelah posisi terserang), menerobos pertahanan lawan dan mengendalikan permainan. Teknik tersebut sangat penting dan utama dalam permainan bolabasket, karena teknik tersebut menjadi teknik dasar untuk melakukan teknik lanjutan lainnya seperti *passing*, *shooting*, *guarding*. Seperti

yang diungkapkan oleh Tennyson (dalam Krause JV, et al, 2011:8), sebagai berikut: *“This fundamental basketball skill is very important because it is primary way of moving the ball around, particularly when passing isn’t a better option and there’s no lane available for clean shoot”*. Uraian tersebut menerangkan bahwa menggiring (*dribble*) sangat penting karena merupakan cara utama dalam menggerakkan bola, terutama ketika mengoper (*passing*) bukanlah pilihan yang lebih baik dan tidak ruang terbuka untuk melakukan tembakan.

Menurut Annisa Nurssantika (dalam Triano R, 2010), beberapa cara menggiring menggunakan satu tangan dalam bolabasket yaitu: kontrol bola (*control dribble*), membawa bola dengan cepat (*speed dribble*), tipuan dribble (*in out dribble*), menyilangkan bola (*crossover dribble*), tipuan dengan mengubah arah gerak lawan (*hesitation dribble*), mengubah arah menggiring bola dengan teknik melewati pada belakang tubuh dan antara tungkai kaki (*behind the back dribble and between the legs dribble*), menggiring bola dengan gerakan memutar badan (*spin move*), dan tipuan menggiring bola dengan menarik mundur kebelakang dan melakukan teknik selanjutnya untuk melewati lawan (*back-up dribble and crossover*).

Sukintaka ( dalam Isa Khusnawan, 1992:30) mengatakan bahwa ada dua jenis menggiring bolabasket yaitu: menggiring bola tinggi dan menggiring bola rendah. Perbedaannya terletak pada waktu dan tujuan penggunaan *dribble* tersebut. Menggiring bola tinggi berguna untuk meminimalkan giringan bola yang lebih efektif digunakan pada saat serangan serangan cepat (*fast break*), sedangkan menggiring bola rendah berguna untuk melakukan penetrasi atau menyusup pada pertahanan lawan dan juga berfungsi untuk mengontrol tempo jalannya pertandingan.

Menurut Jon Oliver (2007: 21), Menggiring bola yang baik adalah menggiring bola dengan menggunakan tangan kanan maupun kiri yang juga dipengaruhi oleh kecepatan dan kelincahan dalam merubah arah tanpa harus melihat bola. Untuk meningkatkan keterampilan gerakan menggiring bola haruslah memiliki jarak langkah yang bertenaga serta harus mampu menjaga frekuensi langkah agar tetap cepat sebagai permainan bolabasket yang efektif Greg Britenham (dalam Moh Ali Ridho, 2002: 24). Dengan demikian jelas bahwa kecepatan dan kelincahan merupakan faktor yang penting dalam menunjang keterampilan menggiring bola dalam permainan olahraga bolabasket.

Saat ini teknologi tidak dapat dipisahkan dari kehidupan sehari-hari, dan hampir pada seluruh bidang teknologi memiliki peranan yang sangat penting untuk mendukung kemajuan dan pengembangan tak terkecuali dalam pencapaian prestasi, hal ini didukung oleh pendapat dari Roy Suryo (dalam Isa Khusnawan : 2013) bahwa “pencetak prestasi olahraga saat ini tidak hanya bisa berdasarkan bakat olahraga saja, namun juga wajib dipadukan dengan teknologi sains”. Maka selain dengan melatih kemampuan dasar dengan cara manual, dengan adanya perkembangan IPTEK saat ini, perlu adanya alat bantu yang khusus digunakan untuk mengasah kemampuan secara spesifik, seperti penggunaan mesin bola pelontar untuk mengasah kemampuan *shooting* atlet, penggunaan *bleep test* dalam tes kemampuan *vo2max* dan dalam hal ini yang belum ada adalah pengembangan untuk mengasah kemampuan *speed dribble*.

Bedasarkan hasil pengamatan yang dilakukan selama ini, minimnya aplikasi dan alat bantu dalam melakukan latihan kemampuan *dribbling*, terutama dalam mengasah kemampuan *speed dribble* yang menyebabkan atlet tidak efektif dan efisien dalam melakukan teknik *dribble* saat bertanding. Banyak atlet yang

melakukan kesalahan dengan *dribble* yang tergesa-gesa dan akhirnya menyebabkan terebutnya bola oleh lawan ataupun lawan yang lebih dulu siap dalam posisi menjaga. Teknik ini sebenarnya adalah dasar bagi teknik selanjutnya, terutama saat kita dalam posisi menyerang dan ingin mencetak poin dengan cepat. Seperti yang telah dikemukakan di awal bahwa, teknik dasar *dribble* adalah teknik yang penting dan sangat berkontribusi terutama dalam permainan cepat. Berdasarkan wawancara tentang kesulitan melakukan *dribble* dengan cepat, dikarenakan kurangnya metode dan ketidakseimbangan latihan *speed dribble* dengan latihan kemampuan yang lain.

Berdasarkan paparan diatas, peneliti bermaksud untuk mengembangkan parasut sebagai alat bantu dalam latihan *speed dribble*, menguji cobakan pengembangan penelitian alat bantu *parachute*, dan menguji kelayakan produk sebagai salah satu alat untuk latihan *speed dribble* agar lebih efektif dan efisien. Dengan dasar tersebut peneliti mengambil judul penelitian “pengembangan latihan *speed dribble* menggunakan *parachute dribble*”. Dengan adanya alat ini, diharapkan dapat memberikan inovasi baru terkait metode latihan *dribble* yang lebih menyenangkan dan tepat sasaran. Seperti halnya pada olahraga atletik, dalam latihan untuk mencapai VO2max mereka menggunakan parasut untuk meningkatkan kemampuan daya ledak, dan pada pemain di NBA dan trainer bolabasket mereka juga memanfaatkan *resistance band* yang digunakan untuk menahan beban atlet dalam melatih kemampuan *dribble*. Pada penggunaan *resistance band*, atlet ditahan oleh trainer atau dikaitkan pada tembok untuk melakukan latihan *dribble*. Latihan tersebut biasa dilakukan dengan repetisi waktu dan dilakukan pada atlet pemula atau saat *off season*.

Dalam latihan JRNBA terdapat latihan serupa yang dimana menggunakan metode, seorang atlet melakukan *dribble* hingga mencapai satu lapangan dengan sasaran atau target saat dia melakukan *dribble* dia harus mendahului bolabasket yang telah di gelindingkan oleh pelatih atau temannya yang dilakukan dalam kurun waktu yang bersama-sama.

Pemanfaatan alat modifikasi ini diharapkan bisa digunakan secara maksimal oleh pelatih dalam memberikan materi dan dapat digunakan oleh para atlet untuk mengembangkan dan mencapai prestasi puncak. Dari permasalahan ini, peneliti melakukan pengembangan modifikasi berupa parasut yang digunakan pada saat latihan permainan bolabasket, terutama saat *dribble* agar lebih efektif dan efisien.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bedasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang ada, maka rumusan masalah yang akan dikaji oleh peneliti berkaitan dengan pengembangan *speed dribble* dengan *parachute dribble* dalam permainan bolabasket yaitu :

- (1) Bagaimana mengembangkan parasut sebagai alat bantu dalam latihan *speed dribble* dalam permainan bolabasket ?
- (2) Bagaimana penggunaan parasut dalam latihan *speed dribble* ?
- (3) Bagaimana kelayakan produk parasut bedasarkan penilaian oleh para validator ?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini antara lain :

- (1) Mengembangkan parasut sebagai alat bantu dalam latihan *speed dribble* dalam permainan bolabasket.
- (2) Mengetahui penggunaan parasut dalam latihan *speed dribble*

(3) Mengetahui kelayakan produk parasut berdasarkan penilaian oleh para validator

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat sebagai salah satu acuan yang memiliki objek penelitian yang sama dan dapat menarik minat peneliti lain untuk mengadakan penelitian yang lebih luas dan mendalam tentang permasalahan yang berhubungan dengan olahraga khususnya bolabasket.

##### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Manfaat yang dapat diambil dari hasil penelitian ini bagi pemain, pelatih, guru, dan para peminat olahraga bolabasket pada khususnya, diharapkan dapat digunakan sebagai pedoman atau salah satu variasi dalam pemberian materi saat latihan atau mengajarkan *speed dribble* kepada atlet dan memberikan metode latihan baru bagi atlet agar tidak merasa bosan atau jenuh dalam melakukan latihan. Selain itu diharapkan dapat meningkatkan prestasi pada bolabasket yang lebih efektif dan efisien. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangan positif pada pengembangan ilmu pengetahuan dan teori kepelatihan cabang olahraga bolabasket, khususnya dalam *speed dribble* untuk mengembangkan kemampuan *dribble* atlet.

#### **1.5 Pentingnya Pengembangan**

Kemajuan teknologi saat ini telah memberi pengaruh yang besar terhadap perkembangan dunia dan segala bentuk aktifitas manusia. Dalam berbagai hal dan segala bidang, IPTEK mempunyai nilai lebih yang harus mampu kita manfaatkan terutama pada olahraga dalam hal pengembangan atau inovasi, yang harus selalu

dilakukan secara terus menerus agar tercapai olahraga yang lebih efektif, efisien dan baik serta peningkatan prestasi puncak atlet.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA BERFIKIR**

#### **2.1 Landasan Teori**

Menurut Imam Sodikun (1992:8) bolabasket merupakan olahraga permainan yang menggunakan bola besar, dimainkan dengan tangan. Bola boleh dioper (dilempar ke teman), dipantulkan ke lantai (ditempat atau sambil berjalan) dan tujuannya adalah memasukkan bola ke basket lawan. Permainan dilakukan oleh dua regu masing-masing terdiri dari 5 pemain, setiap regu berusaha memasukkan bola ke keranjang lawan dan menjaga (mencegah) keranjangnya sendiri kemasukan sedikit mungkin. Bolabasket adalah olahraga bola besar yang dimainkan 5 orang untuk setiap regunya dan bola harus dipantulkan sambil berlari atau berjalan, atau dapat dioperkan teman seregunya dengan sasaran akhir yaitu memasukkan bola ke keranjang (basket) lawan di samping itu harus berusaha dan menjaga agar keranjang (basket)nya tidak kemasukan bola, serta regu yang mencetak angka (score) terbanyak adalah sebagai pemenang Machfud Irsyada (dalam Romadhon, 2000: 15). Menurut Dedy Sumiyarsono (dalam Romadhon, 2002: 1) bahwa dasar bermain bolabasket dengan cara lempar tangkap, menggiring dan menembak dengan luas lapangan 28 m x 15 m dapat terbuat dari tanah, lantai, dan papan yang dikeraskan.

Menurut Danny Kosasih (2009:2) menyatakan bahwa "Bolabasket adalah permainan yang menggunakan kecepatan (kaki dan tangan) dalam waktu yang tepat. Hal tersebut harus dilatihkan saat mengembangkan serta melatih skill individu pemain, fisik, emosi dan team balance, baik dalam posisi defense maupun offense untuk menjadi seorang pemain bolabasket. Permainan bolabasket termasuk cabang olahraga beregu, setiap pemain harus dapat menguasai teknik

dasar yang terdiri dari footwork (olah kaki), shooting (menembak), passing (operan), dan menangkap, dribble, rebound, bergerak dengan bola, bergerak tanpa bola dan bertahan (Hal Wissel, 2000: 2) selanjutnya dijelaskan bahwa basket yang lengkap sangat penting menguasai tembakan lay up, *jump shoot*, tembakan kaitan dan quick release set shot. Hoy Len dan Carter (dalam Novianti dkk, 1980: 13).

### **2.1.1 Hakikat Teknik *Dribbling* Bolabasket**

Arma Abdoellah (dalam Gede Eka D, 1981: 109) menyatakan, “*dribble* atau menggiring bola adalah suatu usaha untuk membawa bola ke depan” Menurut Ambler Vic (1990: 10) “*dribbling* adalah membawa bola dengan cara memantul-mantulkannya”. Pendapat lain dikemukakan A. Sarumpaet Zulfar Djazet, Parno dan Imam Sodikun ( dalam Imam Sodikun, 1992: 229) bahwa, “*dribble* bola diperbolehkan hanya dengan satu tangan kanan atau kiri saja dan secara bergantian antara tangan kanan dan kiri.” Seorang pemain diperbolehkan membawa bola lebih dari satu langkah asal bola dipantulkan ke lantai, baik dengan berjalan maupun berlari. Menggiring bola harus menggunakan satu tangan. Kegunaan menggiring bola adalah mencari peluang serangan, menerobos pertahanan lawan, ataupun memperlambat tempo permainan (Nuril Ahmadi, 2007: 17). Menggiring bola adalah salah satu dasar bolabasket yang pertama diperkenalkan kepada para pemula, karena keterampilan ini sangat penting bagi setiap individu yang ikut terlibat dalam pertandingan bolabasket (John Oliver, 2007: 49).

Hartoko (dalam Romadhon, 1993: 36) memberikan petunjuk cara melakukan dribble sebagai berikut: (1) Memegang bola dengan kedua tangan yang relax, tangan kanan di atas bola, sedang tangan kiri menjadi tempat terletaknya bola, (2)

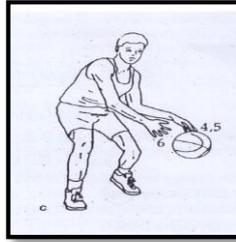
Berdiri dengan kaki kiri agak sedikit di depan kaki kanan, (3)Badan condong ke depan pinggang. (4) Tangan kanan memantulkan bola, (sebagai permulaan sebaiknya mata masih melihat bola), (5) Menggerakkan lengan hampir sepenuhnya, (6) Memantulkan bola (ditekan) dengan jari-jari dibantu dengan gerakan pergelangan tangan, bukan memukul bola dengan telapak tangan, (7) Menguasai bola dengan sedikit mengikuti Bergeraknya ke atas sebentar dengan jari-jari dan pergelangan tangan, kemudian dipantulkan kembali, (8) Setelah rahasia gerak, watak dan irama dari pantulan dapat dirasakan (*get the feeling*) dengan sikap berdiri ditempat, memulailah dengan bergerak maju, (9) Mulai jangan melihat bola, dan mempercepat gerak, (10) Kemudian menggiring dengan agak rendah, rendah, maju, mundur cepat, secepatnya, berliku, berkelok dengan rintangan dan lawan.

Bedasarkan uraian diatas Hal Wissel (2000:96) menyatakan bahwa *dribble* terdiri dari *control dribble*, *speed dribble*, *foot fire dribble*, *change of pace dribble*, *retreat dribble*, *inside out dribble*, *behind the back dribble*. Untuk lebih jelas mengenai teknik diatas akan dijabarkan di bawah ini :

#### 1) *Control Dribble*

Ketika *defender* menjaga dengan ketat, selalu gunakan *control dribble*.

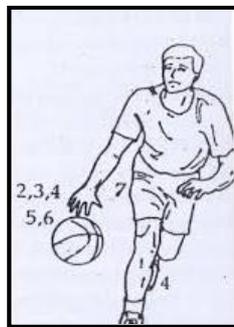
Pantulan bola harus rendah, dekat dengan badan dan tangan yang lain tetap lurus, untuk mengantisipasi pergerakan *defender*.



Gambar 2.1 *Control Dribble*  
(Sumber : Danny Kosasih, 2009:38)

## 2) *Speed Dribble*

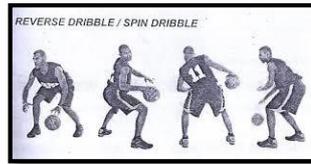
Untuk membawa bola dengan cepat, gunakan *speed dribble*. Pantulan bola adalah setinggi pinggang. Perlu diingat saat melakukan gerakan ini adalah bergerak secepat mungkin, tetapi tidak tergesa-gesa dan mampu mengontrol bola.



Gambar 2.2 *Speed Dribble*  
(Sumber : Wissel, H, 2000:97)

## 3) *Spin Dribble*

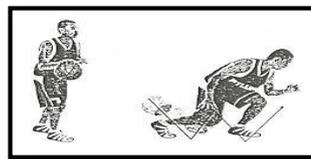
*Spin dribble* adalah teknik mengubah arah bola dengan cara memeros saat mendekati lawan dan memutar badan menuju kedepan. Teknik ini biasa dilakukan untuk memasuki daerah lawan dan melewati lawan dengan penjagaan *pressure*.



Gambar 2.3 *Spin Dribble*  
(Sumber : Danny Kosasih, 2009:43)

#### 4) *Change of Pace Dribble*

*Dribble* ini digunakan untuk menipu dan menghindari dari lawan, dengan cara merubah kecepatan dribble dan langkah dari lambat menjadi cepat. Dengan gerak tipuan yang baik secara tidak langsung akan meningkatkan kecepatan sehingga berada satu langkah di depan lawan.



Gambar 2.4 *Change of Pace Dribble*  
(Sumber : Danny Kosasih, 2009:41)

#### 5) *Retreat Dribble*

*Dribble* ini digunakan untuk mengatasi tekanan atau *pressure* dari lawan dengan cara menarik *dribble* ke belakang atau mundur lalu merubah arah *dribble* agar terlepas dari tekanan lawan.



Gambar 2.5 *Retreat Dribble*  
(sumber : Hal Wissel, 2000:103)

#### 6) *Crossover Dribble*

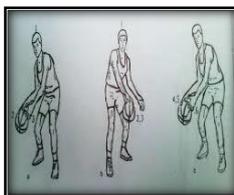
*Crossover dribble* digunakan untuk memindahkan dribbling dari satu tangan ke tangan yang lain, dengan memantulkan bola menyilang ke tangan yang lain. *Dribbling* ini dapat digunakan untuk mengubah arah pergerakan dengan cepat.



Gambar 2.6 *Crossover Dribble*  
(Sumber : Danny Kosasih, 2009:41 )

#### 7) *Inside Out Dribble*

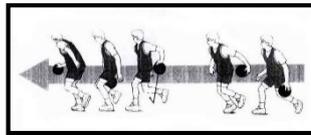
Merupakan gerakan tipuan yang dapat digunakan untuk melewati defender. Dengan gerakan ini, pantulkan bola sekali di depan seperti akan melakukan *crossover dribble*, bukannya menguasai bola dengan tangan yang lain, tetapi justru tetap menggunakan tangan yang sedang menggiring bola untuk membawa bola ke arah semula untuk melewati *defender*.



Gambar 2.7 *Inside Out Dribble*  
(Sumber : Hal Wissel, 2000:103)

#### 8) *Behind the Back Dribble*

Merupakan gerakan yang dilakukan dalam posisi menyerang dan *defender* berada dekat atau melakukan gerakan *pressure*. Gerakan ini digunakan untuk mengubah arah bola dengan melewatkan bola melalui belakang badan.



Gambar 2.8 *Behind the Back Dribble*  
(Sumber : Danny Kosasih, 2009:44)

### 2.1.2 *Speed Dribble*

Darmawan (dalam Romadhon, 2016:212) Teknik dasar menggiring bola (*dribbling*) merupakan salah satu teknik dasar yang pertama diperkenalkan kepada para pemula, karena keterampilan ini sangat penting bagi setiap pemain yang terlibat dalam permainan ataupun pertandingan bolabasket. Menurut (Danny Kosasih,2009:40) *speed dribble* adalah *dribble* yang dilakukan dengan berlari, agar bola tidak terlepas saat melakukan dribble, kontrol bola dilakukan dengan memberikan dorongan ke depan sehingga pemain terlihat sedikit mengejar bola. Bola memantul tidak boleh melebihi pinggang saat melakukan *dribble* dengan maksud agar bola mudah dijangkau dan tidak mudah terkena *steal*. Jadi saat melakukan latihan *speed dribble* mulailah dengan kecepatan yang rendah lalu tingkatkan kecepatan secara terus menerus sampai terjadi kesalahan.

Dalam menguasai teknik *speed dribble* hal yang harus dikuasai adalah kecepatan, kelincahan, dan penguasaan bola. Menurut Jon Olivier (2003:152) latihan *speed dribble* dapat dilakukan dengan memanfaatkan media *cone* sebagai rintangan dalam melakukan dribble. Pemain melewati *cone* secara terkendali dan secepat mungkin. Menurut (Siti Nurrochamah, 2009:98) bentuk latihan yang cocok untuk meningkatkan kemampuan *speed dribble* salah satunya adalah dribble zig-zag. Beberapa pelatih memasukan bentuk latihan *speed dribble* kedalam bentuk permainan, seperti pemain melakukan dribble setelah pelatih mengelindingkan bola, dan pemain tersebut berusaha untuk mengejar laju bola tersebut.

### 2.1.3 Hakikat Latihan

Latihan menurut Harsono adalah proses sistematis dari berlatih atau bekerja, yang dilakukan secara berulang-ulang, dengan kian hari, kian menambah beban latihan atau pekerjaannya Rubianto Hadi (dalam Triano R, 2007:55). Menurut Pasurney (dalam Krause JV, et al: 2001: 8) Latihan olahraga merupakan pengertian dari semua usaha dalam proses meningkatkan prestasi, termasuk pula semua usaha untuk mempertahankan. Menurut Sukadiyanto (dalam Heri Yogo Prayadi, Hari Amirullah Rachman, 2013:64) latihan adalah suatu proses penyempurnaan kemampuan berolahraga yang berisikan materi teori dan praktik, menggunakan metode, dan aturan, sehingga tujuan dapat tercapai tepat pada waktunya. Dari pengertian tersebut dapat dijelaskan, sistematis latihan adalah proses pelatihan dilaksanakan teratur, terencana, menggunakan pola dan sistem tertentu, metodis, berkesinambungan dari yang sederhana ke yang kompleks, dari yang mudah ke yang sulit, dari yang sedikit ke yang banyak, dan latihan tersebut berlangsung beberapa kali dalam satu minggu. Berulang dimaksudkan bahwa setiap gerak harus dilatih secara bertahap dan dikerjakan berkali-kali agar gerakan yang semula sukar dilakukan, kurang koordinatif menjadi semakin mudah, otomatis, dan reflektif sehingga gerakan menjadi lebih efisien.

Menurut Morehause dan Miller, (dalam Novianti,dkk :2009: 16) “latihan berguna untuk seseorang yang mempersiapkan diri untuk mencapai tujuan tertentu”. Tujuan dari latihan adalah untuk membantu seorang atlet atau satu tim olahraga dalam meningkatkan keterampilan atau prestasinya semaksimal mungkin dalam mempertimbangkan berbagai aspek latihan yang harus diperhatikan, meliputi latihan fisik, teknik, taktik, dan latihan mental Rubianto

Hadi (dalam Triano R, 2007:55). Dari beberapa pengertian dan pendapat di atas dapat dilihat bahwa dalam mencapai tujuan atau prestasi olahraga diperlukan latihan sebagai bentuk salah satu proses, yang di dalam latihan tersebut terdapat penambahan teknik, fisik, taktik, dan mental. Pada penelitian ini berkisar pada pengaruh *parachute dribble* pada latihan *speed dribble* pada permainan bolabasket.

#### **2.1.4 IPTEK (ILMU PENGETAHUAN DAN TEKNOLOGI)**

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi saat ini sudah berkembang pesat pada seluruh bidang dan aspek kehidupan sehari-hari, tidak terkecuali pada bidang olahraga. Saat ini banyak sekali alat atau metode latihan hingga pertandingan yang telah memanfaatkan IPTEK. Dengan adanya pengembangan ini dari mulai atlet hingga pelatih merasa terbantu terutama pada saat pencarian bakat, perencanaan latihan, pelaksanaan kejuaraan hingga analisis atlet yang menyebabkan efektif dan efisiennya kerja untuk tercapainya prestasi puncak atlet. (Naisbit, 2002:18) mengutip pemahaman tentang teknologi dari Random House Dictionary, yang mengatakan bahwa teknologi adalah obyek serta benda-benda, serta bahan dan bentuk juga berbeda dari manusia biasa. Menurut Elul (dalam Miarso, 2007) teknologi adalah pemimpin secara keseluruhan dan memiliki metode rasional – karakteristik khas efisiensi dalam setiap bidang kegiatan manusia. Peneliti ingin mengembangkan sebuah alat yang memberi efisiensi dan keefektifan bagi para pelatih dan atlet dalam melakukan latihan *dribble* terutama pada pengembangan kemampuan *speed dribble*, berkaca dari alat penahan beban pada atlet olahraga atletik.

### 2.1.5 Alat *Parachute Dribble*

Alat ini dirancang dan dibuat berdasarkan hasil modifikasi dari alat yang telah digunakan oleh atlet olahraga atletik dan alat penahan beban yang telah ada dan digunakan oleh para *trainer* untuk melatih atlet di NBA (*National Basketball Assosiation*), yang digunakan sebagai penahan beban atau resistensi beban saat berlari, alat yang dirancang untuk melatih kemampuan *speed dribble* ini bernama *parachute dribble*. Alat ini didesain menggunakan material bahan *parachute cloth and netting* yang tidak tembus angin, ringan, namun tetap menghasilkan resistensi yang besar saat berlari dan *strap* yang menggunakan bahan nylon yang memiliki kelebihan lebih nyaman digunakan dan diatur saat dipasangkan ke tubuh pemain. Penggunaannya dilakukan dengan cara dikaitkan pada pinggang pemain/atlet dengan menggunakan *strap* yang bisa disesuaikan dengan ukuran badan masing” atlet. Dengan adanya alat ini diharapkan dapat dimanfaatkan dan digunakan secara maksimal untuk mengembangkan model latihan *speed dribble* agar lebih inovatif dan bagi pemain dapat dijadikan salah satu referensi untuk digunakan sebagai salah satu sarana media meningkatkan kualitas kemampuan *dribble*. Ada beberapa contoh desain yang digunakan peneliti sebagai referensi dalam konsep alat *parachute dribble* :



Gambar 2.9 Paranet Pelari  
(Sumber : <https://liga.my.id/tag/parasut-lari/> )



Gambar 2.10 *Resistance Band*

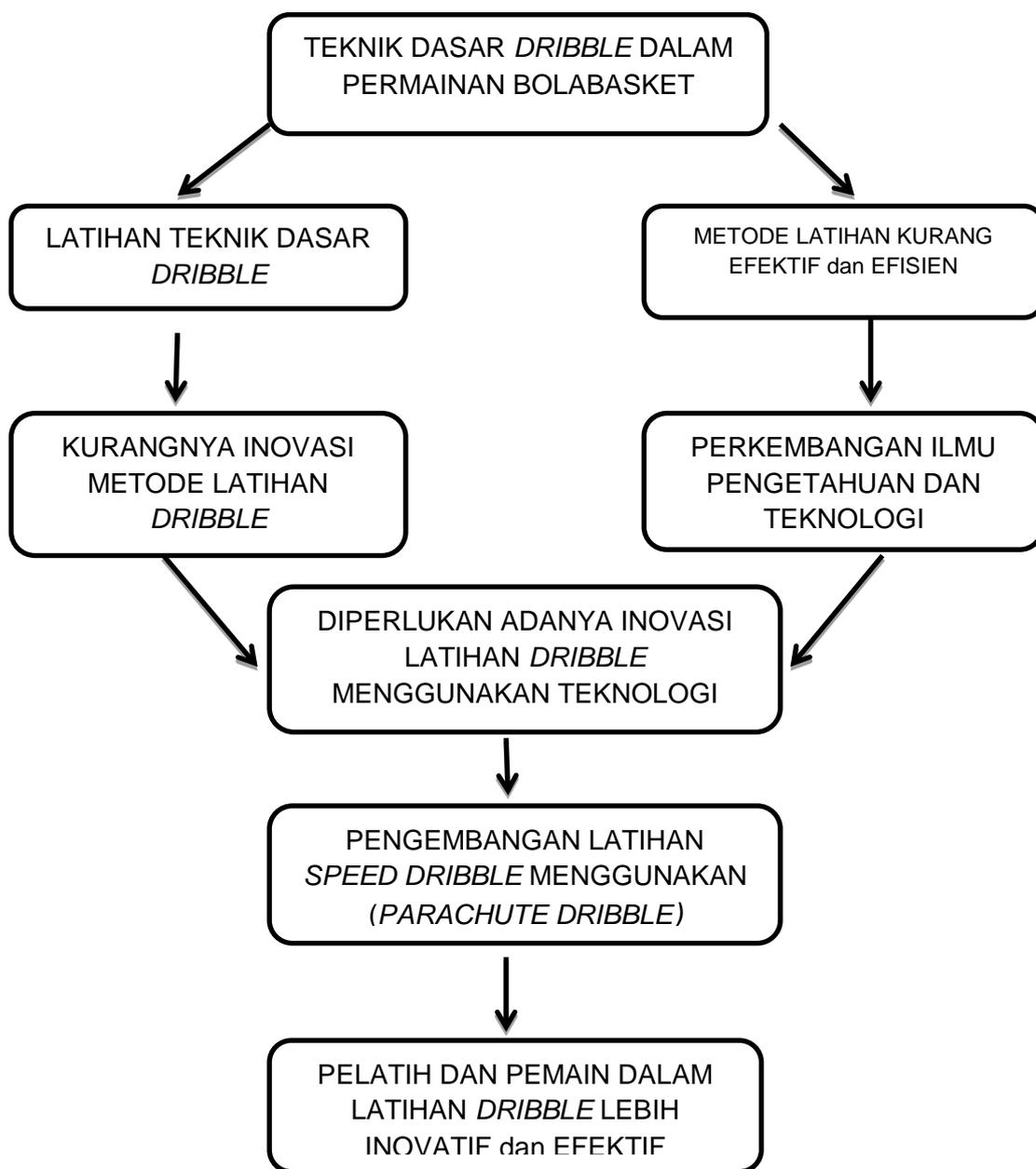
(Sumber : <https://tokopedia.com/g/resistance-band.html>)

## 2.2 Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan sebagai acuan pada penitilian ini adalah sebagai berikut :

- (1) Pengembangan Penelitian oleh Moh Ali Ridho (2017), Mahasiswa Universitas Negeri Surabaya. Pengaruh latihan menggunakan paranet terhadap kecepatan pada lari 60 meter. Hasil Penelitian ini adalah adanya pengaruh latihan menggunakan paranet terhadap kecepatan 60 meter.
- (2) Pengembangan Penelitian oleh Dwi Novianti, Marsiyem, Destriana (2017), Universitas Sriwijaya. Latihan lari zig zag terhadap kecepatan *dribbling* dalam permainan bolabasket. Hasil penelitian ini adanya pengaruh latihan lari menggunakan bentuk latihan lari zig-zag menggunakan media cone.
- (3) Pengembangan Penelitian oleh Asril Pramutadi Andi Mustari, Aidynal Mustari, Lesly Septikasari dan Febby A. Wed (2016), Institut Teknologi Bandung. Pengembangan alat parasut lari untuk meningkatkan kualitas lari. Hasil penelitian ini adanya pengembangan memberikan pengaruh yang signifikan.

### 2.3 Kerangka Berpikir



Gambar 2.11 Kerangka Berpikir

Bedasarkan hasil tinjauan dapat dikatakan bahwa olahraga bolabasket adalah salah satu olahraga yang diminati oleh masyarakat Indonesia. Pada permainan bolabasket terdapat 3 macam teknik dasar yang perlu dikuasai seperti : teknik dasar *passing*, teknik dasar *shooting*, teknik dasar *dribble*, dengan fungsi

masing-masing seperti *passing* digunakan untuk mengoper bola dan menghubungkan dengan anggota tim lain, *shooting* digunakan untuk mencetak poin ke keranjang lawan, dan *dribble* digunakan untuk mengatur tempo permainan dan mengatur strategi saat berada pada pertandingan. Berdasarkan hasil pengamatan di klub bolabasket HOOPS bahwa: (1) Belum terdapat banyak alat bantu untuk mengembangkan kemampuan teknik dasar bolabasket, (2) Belum ada alat bantu untuk mengembangkan teknik *speed dribble*, (3) Kurangnya inovasi dalam pemberian metode latihan teknik dasar pada atlet. Berdasarkan hasil observasi tersebut maka peneliti berkeinginan mengembangkan alat *parachute speed dribble* sebagai salah satu alat bantu melatih kemampuan *speed dribble* agar lebih efektif dan efisien untuk mencapai tujuan prestasi puncak.

## BAB III

### METODE PENGEMBANGAN

#### 3.1 Model Pengembangan

(Sugiyono, 2015:1) Metode Penelitian adalah “cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.cara ilmiah berarti kegiatan penelitian itu didasarkan pada ciri-ciri keilmuan, yaitu rasional, empiris dan sistematis. Rasional artinya bahwa penelitian dilakukan dengan cara-cara yang masuk di akal, sehingga terjangkau oleh penalaran manusia. Empiris artinya bahwa cara-cara yang yang dilakukan itu dapat diamati oleh indra manusia sehingga orang lain dapat mengamati dan mengetahui cara-cara yang digunakan (Bandingkan: hal-hal yang dilakukan paranormal). Sistematis artinya proses yang digunakan dalam penelitian itu menggunakan langkah-langkah tertentu yang bersifat logis. Seals dan Richey (dalam Gede Eka : 1994) mendefinisikan penelitian pengembangan sebagai suatu pengkajian sistematis terhadap pendesainan, pengembangan dan evaluasi program, proses dan produk yang harus memenuhi kriteria validitas, kepraktisan, dan efektifitas. Dari pendapat diatas maka penelitian dan pengembangan adalah proses yang digunakan untuk mengembangkan dan mevalidasi produk ang bertujuan untuk kepentingan terutama latihan.

Pengembangan yang dilakukan dalam penelitian ini merupakan pengembangan alat bantu latihan berupa alat *parachute* yang digunakan untuk melatih kemampuan *dribble* dalam permainan bolabasket. Alat ini terbuat dari bahan parasut dengan berbahan *parachute cloth and netting* yang bertujuan untuk memberi resistensi tahanan. Alat ini dapat digunakan oleh pemain dalam mengembangkan kemampuan *dribble* yang lebih inovatif.

### 3.2 Prosedur Pengembangan

Prosedur pengembangan alat *Parachute Dribble* menggunakan konsep pengembangan (Sugiyono, 2015:35), yang mengemukakan Ada sepuluh langkah-langkah penelitian dalam R & D tahapan penelitian sebagai berikut:

- 1) Potensi dan Masalah
  - a) Pengumpulan informasi berupa permasalahan melalui observasi dan praktisi
  - b) Melihat potensi yang ada dari berbagai permasalahan yang telah ditemukan
- 2) Mengumpulkan Informasi
  - a) Pengumpulan informasi dari berbagai pihak praktisi maupun teknisi
  - b) Pernyataan dan saran dari dosen tentang pembuatan alat *Dribble*
  - c) Mencari referensi dan data pendukung terkait alat *dribble* sebagai kajian pustaka
  - d) Medesain alat untuk pembuatan laporan terkini
- 3) Desain Produk
  - a) Memahami definisi keterampilan *speed dribble*
  - b) Menentukan capaian tujuan dalam penelitian pengembangan alat *Parachute*
  - c) Alokasi dana dan waktu yang digunakan dalam penelitian
  - d) Merencanakan uji kelayakan alat *Parachute*
- 4) Validasi Desain  
Persetujuan oleh praktisi terkait kelayakan dan kegunaan dari produk
- 5) Perbaikan Desain  
Perbaikan dari segi desain berdasarkan saran dan masukan dari praktisi/ahli

6) Uji Coba Produk

Mendapatkan gambaran dan deskripsi awal kelebihan dan kekurangan produk

7) Revisi Produk

Memperbaiki produk berdasarkan deskripsi dan pemakaian produk awal

8) Uji Coba Pemakaian

a) Pengujian berdasarkan hasil revisi produk berdasarkan kinerja sistem saat awal sebelum revisi produk dan setelahnya apakah terjadi perbedaan yang signifikan.

b) Pengujian produk yang dilakukan oleh pengguna dan teknisi jas pembuat alat *dribble*

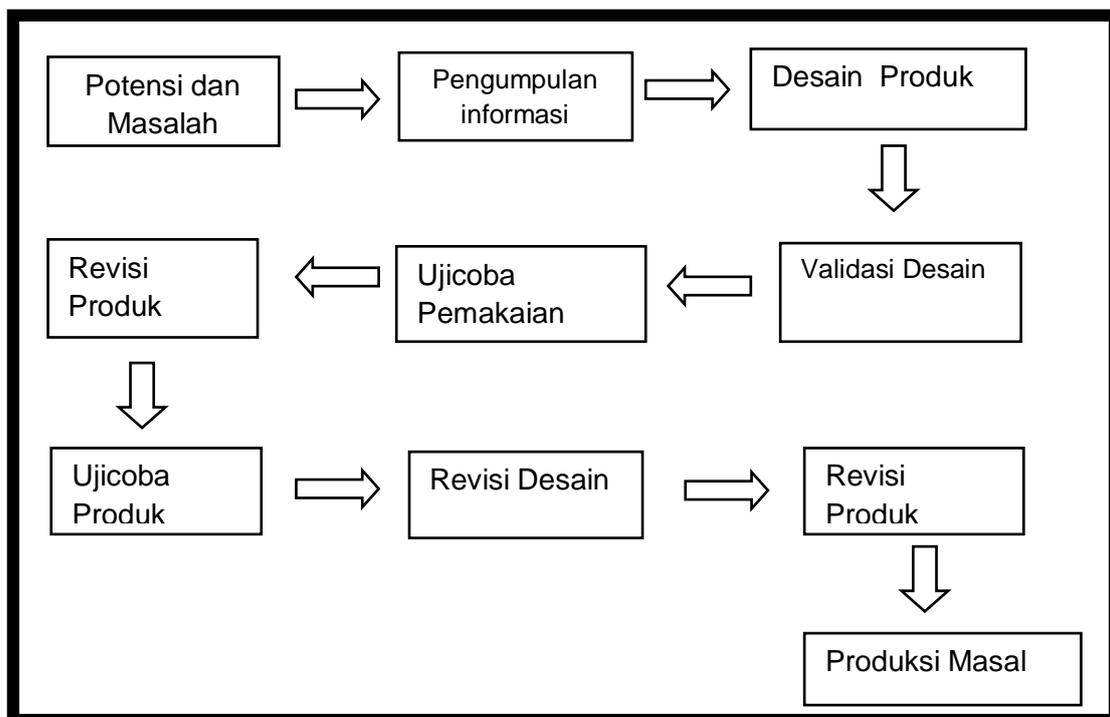
9) Revisi Produk

Perbaiki produk setelah dilakukan uji coba dan melakukan tinjauan final dari segala sisi, ditinjau dari kinerja, efektifitas, sistem kerja sehingga mendapatkan produk yang efektif.

10) Pembuatan Produk Masal

a) Bila produk yang telah diujicoba dinyatakan efektif dan efisien serta layak untuk diproduksi secara massal, maka produk dapat di produksi secara masal agar semua pihak dapat menggunakan produk tersebut.

b) Membuat laporan dan petunjuk teknik mengenai produk



Gambar 3.1 Langkah-langkah R&D menurut Borg and Gall dalam Sugiyono (37)

### 3.3 Uji Coba Produk

Pelaksanaan uji coba produk dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu: (1) menetapkan desain uji coba, (2) menentukan subjek uji coba, (3) menyusun instrumen pengumpulan data, dan (4) menetapkan teknik analisis data

#### 3.3.1 Desain Uji Coba Produk

Desain uji coba produk digunakan sebagai percobaan untuk mendapatkan timbal balik dari pengguna tentang kualitas produk yang dikembangkan dan evaluasi serta penyempurnaan oleh peneliti dan para ahli atas kevalid-an produk.

Uji coba produk dilaksanakan dalam dua tahap, yaitu :

##### 1) Uji Coba I

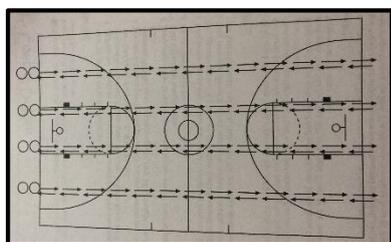
Pada tahapan ini peneliti menggunakan uji coba kelompok kecil dengan melibatkan 5 pemain bolabasket dari mahasiswa IKK Bolabasket 2017 PKO UNNES (Pendidikan Kepelatihan Olahraga). Penelitian ini dilakukan pada tanggal

9 Maret 2020 di Gedung Olahraga Indoor Prof. Kamiso FIK UNNES. Hasil dari uji coba I akan digunakan sebagai perbaikan dan penyempurnaan produk oleh peneliti dari kelemahan dan kekurangan produk yang telah ditemukan oleh para ahli.

## 2) Uji Coba II

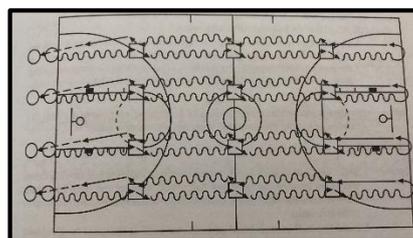
Pada tahapan ini peneliti menggunakan uji coba kelompok besar dengan melibatkan 12 pemain bolabasket dari klub bolabasket HOOPS Penelitian ini dilakukan pada tanggal 14 April 2020 di lapangan bolabasket Gladiol Magelang. Hasil dari uji coba II akan dievaluasi, analisis dan penyempurnaan oleh ahli sehingga mendapatkan produk akhir yang valid.

Uji coba alat bantu *speed dribble* juga diterapkan pada bentuk model latihan yang terdiri dari latihan *straight speed dribble*, *crossover drbble manuver* dan *corner end line to corner end line*. Bentuk latihan ini baik digunakan sebagai variasi dalam mengembangkan kemampuan *speed dribble*.



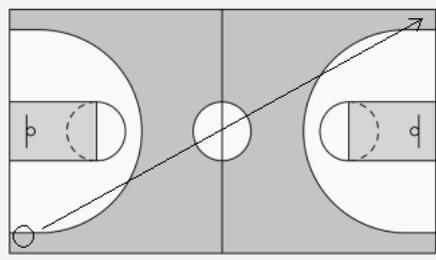
Gambar 3.2 *straight speed dribble*

sumber: youth basketball drill.2001.43



Gambar 3.3 *crossover dribble manuver*

sumber:youth basketball drill.2001.55



Gambar 3.4 *Speed dribble corner end line to corner end line*

Sumber: junior nba drill

### 3.3.2 Subjek Uji Coba

Subjek uji coba dalam penelitian ini setelah dikonsultasikan dengan pembimbing adalah atlet bolabasket putra klub bolabasket HOOPS, dengan pengambilan sample secara acak. Pada uji coba I dan uji coba II dengan melibatkan pengguna dan pelatih.

## 3.4 Rancangan Produk

### 3.4.1 Desain Pembuatan

Pembuatan alat bantu *Parachute dribble*, peneliti melakukan perancangan sejak bulan Januari sampai dengan bulan Maret. Dengan pertimbangan, saran dan masukan oleh para validator ahli maka peneliti menggunakan bahan *parachute cluth and netting* yang digunakan dengan cara di pasang pada pinggang pemain yang ingin melakukan *dribble* dengan penghubung sebuah *strap* yang terbuat dari bahan *nylon*.

### 3.4.2 Desain Produk

Alat *Parachute dribble* adalah sebuah alat bantu latihan teknik *dribble* pada permainan bolabasket, pembuatan alat ini bertujuan untuk membantu pemain dalam latihan teknik dasar *dribble* terutama teknik *speed dribble* secara mandiri dan membantu pelatih dalam memberikan inovasi dalam memberikan metode latihan *dribble*. Rancangan desain alat *Parachute dribble* menggunakan bahan

ringan namun memiliki tingkat resistensi yang tinggi yaitu *parachute cluth and netting*, dengan strap yang dapat diatur sesuai kebutuhan pemain, mudah dalam penggunaan maupun dalam perawatan.

### 3.5 Jenis Data

Data yang akan dikumpulkan dalam penelitian ini terdiri dari dua data, yaitu data kualitatif dan kuantitatif.

- 1) Data kualitatif merupakan data mengenai proses pengembangan alat *Parachute dribble* berupa kritik dan saran dari ahli yaitu pelatih, dosen pembimbing, teknisi olahraga dan pemain bolabasket.
- 2) Data kuantitatif merupakan data pokok penelitian yang berupa data penilaian tentang alat *Parachute dribble* olahraga, ahli yaitu pelatih, teknisi olahraga dan pemain bolabasket.

### 3.6 Instrumen Penelitian

Alat ukur dalam penelitian dinamakan instrumen penelitian, Suharsimi Arikunto (2006: 149) mengungkapkan bahwa instrumen adalah alat pada waktu alat pada waktu penelitian menggunakan metode. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan instrumen pengumpulan data berupa lembar evaluasi dari para ahli, kuesioner atau angket kuesioner, dengan pengukuran penilaian menggunakan skala pengukuran Likert, dengan skala 1 sampai 4, dimana pernyataanya berbentuk daftar checklist yang diungkapkan dengan kata-kata.

Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat atau persepsi orang ataupun kelompok Ridwan (dalam Triano R, 2007:12). Berikut adalah penjabaran dari kriteria penilaian untuk ahli: 1: Tidak baik/ tidak tepat/ tidak jelas/ tidak mudah 2: Kurang baik/ kurang tepat/ kurang jelas/ kurang mudah 3: Baik/ tepat/ jelas/ mudah 4: Sangat baik/ sangat tepat/ sangat jelas/ sangat mudah. Berikut ini adalah

kisi-kisi instrumen evaluasi ahli yang berupa aspek, indikator, dan sub indikator yang akan digunakan untuk ahli Bolabasket:

Tabel 3.3 Tabel Kisi – Kisi Instrument Untuk Evaluasi Ahli Bolabasket

No	Aspek	Indikator	Jumlah Butir
1	Fisik	Kesesuaian model alat <i>Parachute</i>	1
		Bentuk produk	2
		Bahan produk dan ukuran	
		<i>Parachute Clutch</i> dan <i>strap</i>	1
		<b>Pengatur</b>	
		Pengatur <i>parachute</i> sebelum penggunaan	1
		Pengatur kesesuaian <i>strap</i>	1
		Dapat digunakan pada semua jenis lapangan	1
		Teman latihan mandiri	1
2	Desain	Penataan <i>parachute</i> , tas dan <i>strap</i>	1
		<b>Warna</b>	
		Kesesuaian warna	1
		Bahan <i>parachute</i> yang kuat	1
		Desain penggunaan yang mudah dipahami	1
3	Penggunaan	<b>Fungsi alat</b>	
		Membantu pelatih dalam menyusun variasi latihan	5
	Jumlah		17

Pedoman kuisisioner ahli (sumber : Jurnal Entis Sutisna)

Tabel 3.4 Tabel Kisi – Kisi Instrument pemain

No	Aspek	Indikator	Jumlah Butir
1	Fisik	Kesesuaian model alat <i>parachute</i>	1
		Bentuk dan bahan produk	4
		Ukuran produk	1
		Parachute Clutch dan strap	2
		<b>Pengatur</b>	
		Pengatur parachute sebelum penggunaan	1
		Pengatur kesesuaian strap	1
		Dapat digunakan pada semua jenis lapangan	1
		Teman latihan mandiri	2
2	Desain	Penataan parachute, tas dan strap	1
		<b>Warna</b>	
		Kesesuaian warna	2
		Bahan parachute yang kuat	1
		Desain penggunaan yang mudah dipahami	1
3	Penggunaan	<b>Fungsi alat</b>	
		Membantu pemain dalam menyusun variasi latihan	8
	Jumlah		26

Sumber: Pedoman kuisioner responden  
Jurnal Entis sutisna (2018)

### 3.7 Teknik Analisis Data

Data yang telah diperoleh akan dianalisis untuk mengetahui penilaian dan pendapat dari produk yang dihasilkan:

- 1) Data penilaian produk oleh ahli dan pengguna yaitu pelatih dan pemain, Data penilaian kualitas produk diperoleh dari hasil isian angket oleh ahli yaitu pelatih dan pengguna yaitu pemain, data selanjutnya dianalisis dengan mengikuti langkah-langkah sebagai berikut :

A. Mengubah data kualitatif menjadi data kuantitatif.

Tabel 3.5 Ketentuan Pemberian Skor

Kategori	Skor
Sangat Baik	5
Baik	4
Cukup Baik	3
Kurang Baik	2
Sangat Kurang baik	1

Sumber : Sugiyono (2015:167)

B. Menghitung rata-rata skor tiap indikator dengan rumus:

$$\bar{X} = \frac{\sum x}{N}$$

Keterangan:

$\bar{X}$  : skor rata-rata

$\sum x$  : jumlah skor

N : jumlah subjek uji coba

1. Menginterpretasikan secara kualitatif jumlah rerata skor tiap aspek dengan menggunakan kriteria sebagai berikut:

$$F = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Sumber : Anas sudijono (2015:43)

Keterangan:

F : frekuensi relatif / angka presentase

f : frekuensi yang sedang dicari presentasinya

N : jumlah seluruh nilai / jumlah seluruh data

100% : konstanta

Dari hasil presentase yang diperoleh kemudian diklasifikasikan untuk memperoleh kesimpulan data.

Pada tabel 3.6 akan disajikan klasifikasi dalam presentase.

Tabel 3.6 Klasifikasi Presentase

<b>Presentase</b>	<b>Klasifikasi</b>	<b>Makna</b>
0-20%	Tidak Baik	Dibuang
20,1-40%	Kurang Baik	Diperbaiki
40,1-70%	Cukup Baik	Digunakan (bersyarat)
70,1-90%	Baik	Digunakan
90,1-100%	Sangat Baik	Digunakan

Sumber : Anas sudijono (2015:43)

Untuk mengetahui kualitas dari produk alat yang dikembangkan layak atau tidak, maka peneliti menggunakan kriteria minimal penilaian yang termasuk kategori “Baik”. Jika penilaian alat *Parachute Dribble* minimal mendapatkan nilai “Baik”, maka media yang dikembangkan “Layak” digunakan sebagai alat bantu latihan *Speed Dribble* dalam permainan bolabasket.

## BAB IV

### HASIL PENGEMBANGAN

#### 4.1 Validasi Ahli

Penelitian ini berdasarkan hasil observasi terkait materi dan referensi alat bantu latihan teknik *dribble* pada permainan bolabasket, mencari penelitian yang relevan, mencari permasalahan dan potensi yang ada pada lapangan, mengikuti saran dosen pembimbing terkait aspek fisik berupa alat dan bahan, dan mencari rekan yang ahli dalam pembuatan alat tersebut, setelah melakukan observasi langsung di lapangan peneliti menemukan beberapa hal sebagai berikut:

- 1) Minimnya alat bantu latihan *speed dribble* pada klub bolabasket HOOPS.
- 2) Kejenuhan para atlet saat latihan teknik dasar
- 3) Minimnya variasi dan bentuk latihan *speed dribble*

Bedasarkan hasil diatas, maka peneliti melakukan pengembangan berupa alat bantu *parachute dribble*, yaitu alat bantu dalam melatih *speed dribble*. Sebelum dilakukan uji coba kecil, produk awal alat *parachute dribble* terlebih dahulu dilakukan uji validasi oleh para ahli sesuai dengan bidang penelitiannya, pada penelitian ini adalah pelatih. Peneliti melibatkan tiga pelatih yaitu Dudy Setyawan sebagai kepala pelatih di PPLOP Jawa Tengah, Oktian Primanda Wibowo sebagai pelatih di SMA Taruna Nusantara dan PPOPD Kabupaten Magelang, dan Hengki Ardian sebagai pelatih di SMAN 14 Semarang. Bedasarkan persetujuan dan saran pembimbing, penilaian uji coba skala kecil melibatkan 5 orang pemain dari IKK Bolabasket PKO 2017 dan uji coba skala besar melibatkan 12 orang pemain dari klub bolabasket HOOPS.

Validasi pada penelitian pengembangan *parachute dribble* dilakukan dengan konsultasi mendatangi para ahli dengan menyertakan lembar kuisioner evaluasi yang berisi sejumlah aspek dengan rentang nilai 1-5 dengan kriteria penelitian sebagai berikut:

1) Aspek Fisik

- a. Bentuk *parachute dribble*
- b. Bahan *parachute dribble*
- c. *parachute clutch*
- d. pengatur kesesuaian *parachute*
- e. pengatur kesesuaian *strap*
- f. teman latihan secara mandiri

2) Aspek Desain

- a. Penataan *parachute clutch* dan *strap*
- b. Kesesuaian warna
- c. Bahan cat
- d. Desain penggunaan

3) Aspek Penggunaan

- a. Cara pemasangan *parachute dribble*
- b. memudahkan pelatih dan pemain pada saat latihan
- c. variasi latihan

## 4.2 Data Validasi Ahli

Aspek dalam validasi ini meliputi fisik, desain, dan penggunaan. Ahli yang menjadi validator adalah para pelatih yaitu Dudy Setyawan sebagai kepala pelatih di PPLOP Jawa Tengah, Oktian Primanda Wibowo sebagai pelatih di SMA Taruna Nusantara dan PPOPD Kabupaten Magelang, dan Hengki Ardian sebagai pelatih di SMAN 14 Semarang. Beberapa masukan dari para validator yaitu warna *parachute clutch* yang terkesan monoton dan kurang menarik bisa dapat diberi variasi warna, kategori beban yang dihasilkan dari *parachute dribble* tersebut.

Tabel 4.1 Hasil data validasi ahli

NO	Aspek yang Dinilai	Skor yang diperoleh	Skor Maksimal	Persentase	Kategori
1	Fisik	103	120	85%	Baik
2	Desain	50	60	83%	Baik
3	Penggunaan	57	75	76%	Baik
	<b>Total Skor</b>	210	255	82,30%	Baik

Bedasarkan tabel 4.1, maka hasil penilaian dari ketiga validator ahli pada bidang bolabasket dapat dideskripsikan sebagai berikut :

- 1) Aspek fisik yang terdapat pada alat bantu *parachute dribble* menunjukkan persentase sebesar 85%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi syarat dan kriteria “Baik” (digunakan)
- 2) Aspek desain yang diterapkan dalam pembuatan alat bantu *patachute dribbble* menunjukkan persentase 83%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi syarat dan telah memenuhi syarat kriteria “Baik”. (digunakan)

- 3) Aspek penggunaan alat *parachute dribble* dengan latihan untuk teknik *speed dribble* menunjukkan persentase 76%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi syarat dan kriteria “Baik”. (digunakan)

Dari hasil data diatas didapatkan total persentase skor sebesar 82,30% yang termasuk dalam kategori baik/layak, namun dalam uji lapangan perlu adanya perbaikan sesuai dengan saran dan masukan dari validator ahli, maka dinyatakan layak ujicoba lapangan dengan revisi sesuai saran.

#### 4.2.1 Uji Validitas Dan Reliabilitas Kuesioner Ahli

Tabel 4,2 Hasil uji validitas dan reliabilitas kuisisioner ahli

No	r xy	r tabel	Kriteria
1	0,767	0,707	Valid
2	0,722	0,707	Valid
3	0,742	0,707	Valid
4	0,950	0,707	Valid
5	0,812	0,707	Valid
6	0,752	0,707	Valid
7	0,742	0,707	Valid
8	0,894	0,707	Valid
9	0,807	0,707	Valid
10	0,799	0,707	Valid
11	0,894	0,707	Valid
12	0,950	0,707	Valid
13	0,713	0,707	Valid
14	0,892	0,707	Valid
15	0,865	0,707	Valid
16	0,950	0,707	Valid
17	0,814	0,707	Valid
Alpha	0,827	0,707	Reliabel

Hasil uji validitas tabel 4.2 dan menurut Sugiyono (2015:231) menunjukkan semua pertanyaan memenuhi kriteria valid. Pertanyaan pertama menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,766. Pertanyaan kedua menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,722. Pertanyaan ketiga menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,741. Pertanyaan keempat menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,949. Pertanyaan kelima menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,811. Pertanyaan keenam menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,751. Pertanyaan ketujuh menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,741. Pertanyaan kedelapan menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,893. Pertanyaan kesembilan menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,806. Pertanyaan kesepuluh menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,798. Pertanyaan kesebelas menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,893. Pertanyaan kedua belas menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,947. Pertanyaan ketigabelas menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,712. Pertanyaan keempatbelas menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,892. Pertanyaan kelimabelas menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,864. Pertanyaan keenambelas menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,949. Pertanyaan ketujuhbelas menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,814. Tabel 4.2 menunjukkan penilaian ahli sebelum uji coba kelompok kecil memberikan nilai Alpha Cronbach 0,82 yang menurut kriteria Perry and Charlotte (2004) adalah reliabel dengan tingkat reliabilitas tinggi karena nilainya ada di antara 0,70-0,90.

### **4.3 Revisi Produk**

Revisi produk dilakukan berdasarkan saran dan masukan dari para validator ahli dan dosen pembimbing. Pengembangan alat bantu *speed dribble* menggunakan *parachute dribble* yang perlu adanya perbaikan dari segi kualitas

sesuai dengan penilaian, saran dan masukan, beberapa revisi yang dimaksud pada pengembangan ini yaitu :

1. Warna *parachute clutch* yang monoton (hitam abu) menjadi variasi warna
2. Kategori komposisi beban yang ada pada *parachute dribble*

#### 4.4 Penyajian Data Uji Coba Skala Kecil

Peneliti melakukan ujicoba alat *parachute dribble* pada mahasiswa IKK Bolabasket 2017 PKO UNNES (Pendidikan Kepelatihan Olahraga) dengan subjek pemain bolabasket, dengan mengaplikasikan beberapa bentuk latihan antara lain:

- 1) *Straight speed dribble* atau *end line to end line*
- 2) *Speed dribble corner end line to corner end line*
- 3) *Crossover dribble manuver*

Pemain memiliki antusias yang cukup tinggi, dan tertarik uji coba skala kecil melibatkan 5 pemain sebagai responden.

Tabel 4.3 Data hasil Uji coba kelompok kecil

NO	Aspek yang Dinilai	skor yang Diperoleh	skor maksimal	Presentasi %	kategori
1	Fisik	257	300	86,33	Baik
2	Desain	105	125	84	Baik
3	Penggunaan	193	225	86,77	Baik
	<b>Total skor</b>	555	650	85,38	Baik

Bedasarkan tabel 4.3 , maka hasil penilaian dari kelima sample uji coba kelompok kecil yang terdiri dari para pemain pada bidang bolabasket dapat dideskripsikan sebagai berikut :

- 1.) Aspek fisik yang terdapat pada alat bantu *parachute dribble* menunjukkan persentase sebesar 86,33%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi syarat dan kriteria “Baik” (digunakan)
- 2.) Aspek desain yang diterapkan dalam pembuatan alat bantu *parachute dribbble* menunjukkan persentase 84%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi syarat dan telah memenuhi syarat kriteria “Baik”. (digunakan)
- 3.) Aspek penggunaan alat *parachute dribble* dengan latihan untuk teknik *speed dribble* menunjukkan persentase 86,77%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi syarat dan kriteria “Baik”. (digunakan)

Dari hasil data diatas didapatkan total persentase skor sebesar 85,38% yang termasuk dalam kategori baik/layak, namun dalam uji lapangan perlu adanya perbaikan sesuai dengan saran dan masukan, maka dinyatakan layak ujicoba lapangan dengan revisi sesuai saran.

#### 4.4.1 Uji Validitas Dan Reliabilitas Kuesioner Sampel

Tabel 4.4. Hasil uji validitas dan reliabilitas kuisioner Sampel

No	r xy	r tabel	Kriteria
1	0,687	0,51	Valid
2	0,780	0,51	Valid
3	0,621	0,51	Valid
4	0,517	0,51	Valid
5	0,743	0,51	Valid
6	0,651	0,51	Valid
7	0,707	0,51	Valid
8	0,743	0,51	Valid
9	0,801	0,51	Valid
10	0,743	0,51	Valid
11	0,516	0,51	Valid
12	0,687	0,51	Valid
13	0,765	0,51	Valid
14	0,517	0,51	Valid
15	0,567	0,51	Valid
16	0,765	0,51	Valid
17	0,707	0,51	Valid
18	0,552	0,51	Valid
19	0,687	0,51	Valid
20	0,514	0,51	Valid
21	0,780	0,51	Valid
22	0,516	0,51	Valid
23	0,651	0,51	Valid
24	0,621	0,51	Valid
25	0,765	0,51	Valid
26	0,801	0,51	Valid
Alpha	0,70	0,51	Reliabel

Hasil uji validitas tabel 4.2 dan menurut Sugiyono (2015:231) menunjukkan semua pertanyaan memenuhi kriteria valid. Pertanyaan pertama menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,687. Pertanyaan kedua menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,780. Pertanyaan ketiga menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,621. Pertanyaan keempat menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,517. Pertanyaan

kelima menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,743. Pertanyaan keenam menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,651. Pertanyaan ketujuh menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,707. Pertanyaan kedelapan menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,743. Pertanyaan kesembilan menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,801. Pertanyaan kesepuluh menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,743. Pertanyaan kesebelas menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,516. Pertanyaan kedua belas menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,687. Pertanyaan ketigabelas menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,765. Pertanyaan keempatbelas menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,517. Pertanyaan kelimabelas menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,567. Pertanyaan keenambelas menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,765. Pertanyaan ketujuhbelas menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,707. Pertanyaan kedelapanbelas menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,552. Pertanyaan kesembilanbelas menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,687. Pertanyaan keduapuluh menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,514. Pertanyaan keduapuluh satu menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,780. Pertanyaan keduapuluh dua menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,516. Pertanyaan kedua puluh tiga menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,651. Pertanyaan keduapuluh empat menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,621. Pertanyaan keduapuluh lima menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,765. Pertanyaan keduapuluh enam menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,801. Tabel 4.4 menunjukkan penilaian ahli sebelum uji coba kelompok kecil memberikan nilai Alpha Cronbach 0,70 yang menurut kriteria Perry and Charlotte (2004) adalah reliabel dengan tingkat reliabilitas tinggi karena nilainya ada di antara 0,70-0,90.

#### 4.5 Hasil Analisis Data Uji Coba Skala Kecil

Hasil data diatas menunjukkan bahwa angket yang telah diisi oleh pemain untuk pengembangan alat *Parachute dribble* sebagai alat bantu latihan *speed dribble* pada permainan bolabasket dari segi aspek fisik sebesar 86,33% dengan kategori “baik”, aspek desain sebesar 84% dengan kategori “baik”, sedangkan pada aspek penggunaan yaitu 86,77% dengan kategori “baik”, sehingga total penilaian uji coba kelayakan pengembangan alat *Parachute dribble* tersebut telah selesai untuk uji coba skala kecil dan layak ke tahap selanjutnya.

#### 4.6 Penyajian Data Uji Coba Skala Besar

Uji coba lapangan skala besar dilakukan kepada 12 atlet bolabasket klub HOOPS, uji coba dilakukan secara bergantian oleh semua pemain, setiap pemain mencoba dan melakukan bentuk latihan dengan menggunakan alat *parachute dribble*, secara keseluruhan dapat digambarkan sebagai berikut :

1. Pada saat memperlihatkan parasut yang masih terbungkus tas pemain penasaran dengan alat tersebut.
2. Pada saat penjelasan, pemain dengan baik cara penggunaan alat dan fungsinya.
3. Pada saat praktik pemain melakukan bentuk latihan secara bergantian dan memperhatikan pemain yang lain saat melakukan.
4. Pada saat pengisian angket pemain memperhatikan dan melakukan pengisian sesuai dengan pendapat/penilaian ujicoba pada dirinya sendiri.

Tabel 4.5 Data hasil uji coba kelompok besar

NO	Aspek yang Dinilai	Skor yang diperoleh	Skor Maksimal	Presentasi	Kategori
1	Fisik	626	720	87%	Baik
2	Desain	265	300	88%	Baik
3	Penggunaan	483	540	89%	Baik
	<b>Total Skor</b>	1374	1560	88,07%	Baik

Bedasarkan tabel 4.5, maka hasil penilaian dari keduabelas sampel ujicoba kelompok besar sebagai pemain/atlet pada bidang bolabasket dapat dideskripsikan sebagai berikut :

- (1) Aspek fisik yang terdapat pada alat bantu *parachute dribble* menunjukkan persentase sebesar 87%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi syarat dan kriteria “Baik” (digunakan)
- (2) Aspek desain yang diterapkan dalam pembuatan alat bantu *parachute dribble* menunjukkan persentase 88%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi syarat dan telah memenuhi syarat kriteria “Baik”. (digunakan)
- (3) Aspek penggunaan alat *parachute dribble* dengan latihan untuk teknik *speed dribble* menunjukkan persentase 89%87. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi syarat dan kriteria “Baik”. (digunakan)

Dari hasil data diatas didapatkan total persentase skor sebesar 88,07% yang termasuk dalam kategori baik/layak.

#### 4.7 Hasil Analisis Data Uji Coba Skala Besar

Hasil uji coba skala besar pada pemain bolabasket klub HOOPS mengenai pengembangan alat bantu latihan *speed dribble* menggunakan *parachute dribble* mendapatkan hasil akhir pada segi aspek fisik yaitu dengan 87 % dengan kategori “baik”, aspek desain 88% dengan kategori “baik” dan pada segi aspek kegunaan 89% dengan kategori “baik”, sehingga total penilaian kelayakan pengembangan alat bantu latihan *speed dribble* menggunakan *parachute dribble* berdasarkan responden pemain sebesar 88,09% dengan kategori “baik”.

#### 4.8 Prototipe Produk

Setelah melakukan uji validitas desain, uji skala kecil, uji skala besar serta melakukan perbaikan terhadap perkembangan alat *parachute dribble* tersebut, maka menghasilkan produk akhir dari pengembangan alat *parachute dribble*. Diharapkan dengan adanya alat bantu ini dapat membantu pemain dalam mengembangkan kemampuan *speed dribble* dan dapat menjadi teman latihan mandiri, bagi pelatih dapat menjadi inovasi dalam memberikan bentuk latihan *dribble* agar lebih efisien dan efektif, dikarenakan bahan yang digunakan sebagai beban adalah *parachute clutch* dan *netting* yang ringan namun memiliki resistensi yang cukup tinggi dan *strap* yang terbuat dari *nylon* yang dapat disesuaikan dengan tubuh pemain dan mudah untuk digunakan. Alat ini terbagi menjadi 2 bagian penting yaitu bagian *parachute* dan *strap*. Dengan *parachute* sebagai resistansi beban untuk *speed dribble* dan *strap* yang berfungsi sebagai pengatur lingkaran pinggang dan sebagai penghubung antara *parachute* dengan tubuh pemain. Spesifikasi dan penjelasan produk sebagai berikut :

GAMBAR	SPESIFIKASI	KETERANGAN
	<p>PACKAGING</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tas pembungkus <i>parachute dribble</i> terbuat dari bahan yang sama dengan <i>parachute dribble</i> yaitu <i>parachute clutch and netting</i>.</li> <li>- Desain tas pembungkus adalah menggambarkan berbagai hal yang terdapat pada permianan bolabasket</li> <li>- Bahan yang fleksibel memungkinkan pengemasan dengan cara digulung dan meminimalisir tempat.</li> <li>- Dengan model penutup menggunakan tali serut memungkinkan untuk mudah dibawa dan mudah dalam perawatan.</li> <li>- Memiliki spesifikasi ukuran 15,5 cm x 36,5 cm.</li> </ul>



## PENAMPANG PARASUT

- Penampang parasut dari atas, terbuat dari *parachute clutch and netting*.
- Pewarnaan menggunakan cat sablon yang memiliki karakteristik lentur dan tidak mengubah bentuk ataupun bahan
- Memiliki spesifikasi lebar dan panjang 96 cm x 96 cm.
- Desain bolabasket memiliki arti alat tersebut erat kaitannya dengan permainan bolabasket, terdapat pita dengan tulisan aksara jawa "SADAJIWA" dengan arti selamanya. Lambang infinity yang berarti terus menerus, dan lambang padi yang berarti ilmu semakin berisi semakin menunduk dan berjumlah 24 yang memiliki arti "*tribute to kobe bryant*".

	STRAP	<ul style="list-style-type: none"><li>- Penghubung <i>parachute dribble</i> dengan tubuh/badan pengguna.</li><li>- <i>Strap</i> menggunakan bahan <i>nylon</i>.</li><li>- Memiliki Spesifikasi panjang keseluruhan 133,5 cm x 2,5 cm dan panjang <i>strap</i> pengikat 53,5 cm (kanan dan kiri) / 107 cm x 2,5 cm.</li><li>- Menghubungkan antara parasut dengan <i>strap</i> juga menggunakan media kain berbahan <i>furing</i> agar bentangan lebih efektif dan menghindari kain parasut robek apabila langsung terikat pada <i>strap</i>.</li><li>- Pada <i>strap</i> terdapat perekat yang berfungsi sebagai pengait atau pengikat antar <i>strap</i>, setelah dilingkarkan pada pinggang atau tubuh pengguna.</li></ul>
---	-------	--

	<p><i>PARACHUTE</i></p> <p><i>DRIBBLE</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Alat <i>parachute dribble</i> terbuat dari parachute clutch and netting dan strap yang terbuat dari nylon.</li> <li>- Berdasarkan hasilnya resistensi bentangan yang cukup kuat.</li> </ul>
---	---	--

#### 4.9 Pembahasan

Pengembangan penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan parasut sebagai alat bantu latihan *speed dribble*, penggunaan parasut dalam latihan *speed dribble*, dan menguji kelayakan produk *parachute dribble* berdasarkan penilaian oleh para validator. Pengembangan alat ini melibatkan responden pemain bolabasket dari IKK Bolabasket PKO 2017 dan pemain klub bolabasket HOOPS. Pada metode *research and development* (RnD), langkah penelitian pengembangan antara lain : pengumpulan informasi, melakukan perencanaan, mengembangkan produk awal, pengujian lapangan awal, melakukan revisi utama, melakukan uji coba produk, melakukan revisi produk, melakukan uji coba produk, revisi produk akhir, membuat laporan produk Menurut Borg and Gall dalam sugiyono ( 2015:35 ). Penelitian dan pengembangan ini adalah pengembangan alat bantu latihan *speed dribble* menggunakan *parachute dribble* pada permainan bolabasket dan adapun yang menjadi pembahasan antara lain :

##### 1. Komponen

Komponen pembuatan *parachute dribble* terbuat dari bahan *parachute clutch and netting* dan *strap* yang terbuat dari bahan *nylon*. *parachute dribble* terdiri dari

dua bagian yaitu *parachute* dan *strap* dalam aspek segi desain warna peneliti mengembangkan dengan warna

## 2. Aspek Penggunaan

Pada aspek penggunaan meliputi tentang kapan dan bagaimana alat ini digunakan pada saat latihan. Pengembangan ini mengkhususkan pada latihan teknik dasar *dribble* terkhususnya pada teknik *speed dribble*. Dengan penggunaan alat bantu pengembangan ini dapat menunjang latihan yang lebih efektif dan efisien, sebagai metode bentuk latihan baru yang lebih inovatif, dan *packaging* yang ringan dan mudah untuk dibawa memungkinkan untuk menjadi salah satu opsi pada pemain untuk menjadikan teman latihan mandiri.

## 3. Kualitas Alat

Pengembangan alat ini diujicobakan sebanyak 3 kali dengan responden yang berbeda yang terdiri dari, ahli pengembangan alat dan pemain bolabasket. Ukuran bentangan *parachute dribble* juga telah disesuaikan agar tidak terlalu berat ataupun terlalu ringan untuk pengguna, dan menyesuaikan agar tetap dapat digunakan pada lapangan *indoor* dan *outdoor*.

Pada saat uji coba skala kecil dengan melibatkan 5 orang pemain yang menjadi responden, peneliti menampilkan *packaging parachute dribble* secara keseluruhan, setelahnya membentangkan dan menjelaskan tentang fungsi dan cara penggunaan, para responden mencermati dengan saksama arahan yang diberikan. Uji coba dilakukan dengan melakukan beberapa bentuk latihan *speed dribble* yang dilakkan secara bergantian. Pada uji coba skala besar dengan melibatkan 12 pemain, langkah percobaan adalah dengan melakukan bentuk latihan *speed dribble* secara bergantian sama seperti pada uji coba skala kecil.

Hasil rerata dari uji coba skala kecil adalah sehingga dapat disimpulkan bahwa pengembangan alat bantu latihan *speed dribble* menggunakan *parachute dribble* adalah 85,38 % yang berarti baik dan layak untuk digunakan. Pada hasil rerata uji coba skala besar didapatkan nilai 88,07 % yang berarti layak digunakan, setelah melalui validasi ahli dan melakukan uji coba didapatkan hasil produk ahli sebagai berikut :

1. Hasil produk pengembangan dengan judul penelitian pengembangan alat bantu latihan *speed dribble* menggunakan *parachute dribble* pada permainan bolabasket dengan perpaduan *parachute clutch* sebagai resistensi tegangan dan *strap* yang berfungsi sebagai pengatur dan penghubung antara *parachute* dengan tubuh pemain.
2. *parachute dribble* terbuat dari *parachute clutch and netting* dan *strap* yang terbuat dari bahan *nylon*
3. Rentangan/bentangan pada *parachute dribble* telah disesuaikan agar resistensi sesuai oleh para pengguna
4. Pemilihan *strap* dengan bahan *nylon* yang lebih nyaman digunakan
5. Alat *parachute dribble* mempunyai kegunaan sebagai latihan teknik dasar *dribble* terutama pada spesifikasi *speed dribble*.
6. Alat *parachute dribble* diharapkan dapat menjadi salah satu opsi pemain menjadikan media partner latihan mandiri untuk meningkatkan kemampuan *speed dribble*.
7. Alat *parachute dribble* diharapkan dapat menjadi salah satu opsi kepada pelatih sebagai meningkatkan efektifitas dan efisiensi metode latihan *speed dribble*

Selama melakukan penyusunan dan pengembangan alat *parachute dribble* peneliti menemukan dan akan memaparkan terkait kelebihan dan kekurangan dari pengembangan alat ini, antara lain :

1. Alat *parachute dribble* memiliki kemudahan dalam segi aspek penyimpanan, perawatan, dan penggunaan.
2. Alat *parachute dribble* tidak memakan cukup ruang dan sangat efektif dan efisien terutama dapat dijadikan sebagai teman latihan mandiri.
3. Bahan yang digunakan dalam pembuatan alat *parachute dribble* ringan namun tetap memiliki resistansi beban yang cukup kuat, dan *strap* yang mudah untuk diatur dan fleksibel.
4. Warna dan desain *parachute dribble* yang menarik dan tidak membuat bosan pengguna alat tersebut.
5. Estimasi dana yang lebih murah dibandingkan dari dana alat serupa.

Kekurangan :

1. Alat ini harus memperhatikan beberapa aspek seperti kemampuan *dribble* pengguna, keadaan pada saat menggunakan alat ini. Semakin banyak udara yang ada maka beban yang didapat semakin berat dibandingkan dengan beban yang ditimbulkan oleh pergerakan *dribble* pengguna.
2. Hanya dapat digunakan untuk melatih *speed dribble* dan kurang sesuai apabila digunakan untuk melatih teknik dasar yang lain.
3. *Strap* yang masih kurang sesuai pada pemain yang memiliki lingkaran badan kecil.

## BAB V

### KAJIAN DAN SARAN

#### 5.1 Kajian Prototipe Produk

Permainan bolabasket adalah permainan yang menggunakan bola besar yang dimainkan secara beregu yang terdiri dari dua tim yang beranggotakan masing-masing lima orang, permainan bolabasket merupakan salah satu jenis olahraga yang sedang populer dan banyak diminati oleh kalangan remaja khususnya pelajar dan mahasiswa di luar ataupun dalam negeri.

Bolabasket merupakan permainan yang memiliki unsur gerak kompleks yang terdiri dari gabungan berjalan, lari dan lompat serta gabungan dari unsur kekuatan, kecepatan, ketepatan, kelentukan. Menjadi seorang pemain bolabasket yang baik juga harus menguasai teknik-teknik dasar permainan bolabasket. Salah satu teknik yang harus dikuasai oleh pemain adalah *dribble*. Teknik tersebut sangat penting dan utama dalam permainan bolabasket, karena teknik tersebut menjadi teknik dasar untuk melakukan teknik lanjutan lainnya seperti *passing*, *shooting*, *guarding*.

Hasil dari penelitian pengembangan alat bantu latihan *speed dribble* menggunakan *parachute dribble* pada permainan bolabasket yang dilakukan pada tim klub bolabasket HOOPS, berdasarkan penilaian ahli memperoleh persentase sebesar 82,30% dengan kategori baik, hasil uji coba kelompok kecil memperoleh persentase sebesar 85,38% dengan kategori baik, hasil uji coba skala besar memperoleh persentase sebesar 88,07% dengan kategori baik. Setelah mendapatkan hasil dari uji kelompok kecil dan uji kelompok besar maka dapat

disimpulkan bahwa pengembangan alat bantu *speed dribble* menggunakan *parachute dribble* dinyatakan layak. Pengembangan alat bantu *parachute dribble* dapat digunakan untuk membantu pelatih dalam memberikan variasi dan bentuk metode baru dalam melatih para pemain terhadap teknik dasar *dribble* terutama kemampuan *speed dribble* agar latihan teknik dasar tersebut tidak membosankan dan lebih efektif dan efisien sehingga dapat dijadikan teman latihan mandiri. Setelah melalui beberapa tahapan dalam pengembangan alat bantu latihan *speed dribble* menggunakan *parachute dribble* pada permainan bolabasket, maka penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut :

- (1) Spesifikasi terciptanya pengembangan alat bantu *speed dribble* menggunakan *parachute dribble* :
  - a) *Parachute Dribble* menggunakan konsep berbentuk seperti payung dan parasut yang telah ada.
  - b) *Parachute* terbuat dari bahan *Parachute cloth* dan *netting*.
  - c) *Strap* terbuat dari bahan *nylon*.
- (2) Produk dinyatakan layak digunakan dari ketentuan aspek fisik, desain, dan penggunaan. Terutama dalam hal efisiensi dan efektifitas produk terhadap ketahanan produk dan penyimpanan/*packaging*.
- (3) Produk alat bantu telah dilengkapi dengan buku petunjuk penggunaan yang telah disusun oleh peneliti sesuai saran dan masukan dari pembimbing dan ahli.

## 5.2 Saran

### 5.2.1 Saran Pemanfaatan

Alat *Parachute dribble* diharapkan dapat membantu pelatih dalam penerapan program latihan teknik dasar, membantu pelatih dalam mengembangkan bentuk latihan dengan menggunakan alat *Parachute*.

- a) Dengan alat ini pelatih dapat mengembangkan kreatifitas dalam membuat bentuk latihan *speed dribble* agar pemain tidak merasa jenuh atau bosan.
- b) Dengan adanya alat ini pemain dapat secara mandiri melatih dan meningkatkan kemampuan teknik *speed dribble*.
- c) Untuk pengembangan lebih lanjut agar dapat meningkatkan kualitas alat tersebut agar lebih menarik dan meningkatkan dalam segi tahanan yang dapat disesuaikan untuk masing-masing posisi pemain ataupun sesuai kebutuhan.
- d) Kuantitas atau banyak dilakukannya latihan teknik dasar *dribble* menggunakan alat *Parachute dribble*.

### 5.2.2 Diseminasi

Diharapkan dengan adanya alat *Parachute Dribble* dapat bermanfaat, dikembangkan dan disebarluaskan pada setiap klub bolabasket ataupun sekolah olahraga dengan menawarkan alat beserta video penggunaan, buku panduan dan manfaat.

### 5.2.3 Pengembangan Lebih Lanjut

Alat *Parachute dribble* masih terdapat kelemahan pada besarnya tahanan dan diharapkan pada pengembangan selanjutnya dapat membuat alat yang dapat

memberikan tahanan/resistensi yang dapat disesuaikan dengan posisi pemain ataupun dapat diatur sesuai dengan kebutuhan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amber, vic. 2011. *petunjuk untuk pelatih dan pemain bola basket*. Bandung: pionir jaya.
- Danny Kosasih. (2009). *Fundamental Basketball First Step to Win*. Semarang: CV. Elwas Offset.
- Darmawan, Gede Eka Budi. 2016. Penerapan Metode Latihan Terhadap Peningkatan Keterampilan Dribble Bola Basket Ditinjau dari Koordinasi Mata dan Tangan. Singaraja: Universitas Pendidikan Ganesha (Hal 212)
- Imam Sodikun. 1992. *Olahraga Pilihan Bola Basket*. Jakarta : Depdikbud Dirjen Dikti Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Khusnawan, Isa. 2015. "Hubungan kecepatan lari dan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada peserta ekstrakurikuler bolabasket putra di SMAN 2 Banguntapan Kabupaten Bantul".*Skripsi*.FIK, Pend. Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Krause, J. V., Meyer, Don., & Meyer, Jerry. (2008). *Basketball Skills & Drills: Th ird Edition*. USA: Human Kinetics.
- Mohammad, Ali Ridho. 2017."Pengaruh latihan dengan menggunakan parasut terhadap kecepatan lari 60 M".Surabaya. Pusat Kajian Universitas Negeri Surabaya.
- Novianti, Dwi dkk. 2017. "Latihan lari zig zag terhadap kecepatan *dribbling* dalam permainan bolabasket" dalam *Jurnal Keolahragaan*. Sumatra Selatan: Universitas Sriwijaya.
- Nuril Ahmadi. 2007. *Panduan Olahraga Bola Basket*. Surakarta : Era Pustaka Utama.
- Oliver, Jon. 2007. *Dasar-Dasar Bolabasket*. Bandung : Pakar Raya.
- Pramutadi Asri, Lesly dan Suousepa."Pengembangan Alat Parasut Lari untuk Meningkatkan Kualitas Lari".*SNIPS*.02/Th.2016/Juli,2016:116-120.
- Romadhon. 2017. "Pengaruh latihan menggunakan *resistance band* terhadap power tungkai atlet ukm taekwondo UNY". *Skripsi*. FIK, Pend. Kepelatihan Olahraga, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Siti Nurrochmah, Supriyadi dan I Nengah Sudjana. 2009. *Pengembangan Instrumen Tes Bolabasket Bagi Pemula*. Jakarta : Asisten Deputi IPTEK Olahraga, Deputi Peningkatan Prestasi dan IPTEK Olahraga, Kemenpora R.I.

- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Dan Pengembangan*. Bandung: Alfabeta
- Suharsimi Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Triano, Rahmadani. 2019. "Pengembangan alat receive pass Isebagai alat bantu latihan *chest pass* pada permainan bola basket".*Skripsi*.FIK, Pend. Kepelatihan Olahraga, Universitas Negeri Semarang.
- Wissel, H. (2000). *Langkah Sukses dalam Bolabasket*. (Terjemahan Bagus Pribadi). United State: Champaign, IL. (Buku asli diterbitkan tahun 1997).

## LAMPIRAN

### 1. Usulan topik skripsi



Formulir Usulan Topik Skripsi  
FM-1-AKD-24/rev.00  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Usulan topik skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Indah Permata Sari  
NIM : 6301416018  
Jurusan : Pendidikan Keperawatan Olahraga  
Program Studi : Pendidikan Keperawatan Olahraga, S1  
Topik : Pengembangan latihan speed dribble pada permainan bola basket

Menyetujui  
Ketua Jurusan

SRI HARYONO, S. Pd., M. Or.  
NIP. 196911131998021001

Semarang, 30 April 2020  
Yang mengajukan,

Indah Permata Sari  
NIM. 6301416018



2. Surat Keputusan Pembimbing

  
**UNNES**

**KEPUTUSAN  
DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG  
Nomor: 15313/UN37.1.6/TD.05/2019**

**Tentang  
PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI/TUGAS AKHIR SEMESTER  
GASAL/GENAP  
TAHUN AKADEMIK 2019/2020**

Menimbang : Bahwa untuk memperlancar mahasiswa Jurusan/Prodi Pendidikan Keperawatan Olahraga/Pend. Keperawatan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan membuat Skripsi/Tugas Akhir, maka perlu menetapkan Dosen-dosen Jurusan/Prodi Pendidikan Keperawatan Olahraga/Pend. Keperawatan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan UNNES untuk menjadi pembimbing.

Mengingat : 1. Undang-undang No.20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Tambahan Lembaran Negara RI No.4301, penjelasan atas Lembaran Negara RI Tahun 2003, Nomor 78)  
2. Peraturan Rektor No. 21 Tahun 2011 tentang Sistem Informasi Skripsi UNNES  
3. SK. Rektor UNNES No. 164/O/2004 tentang Pedoman penyusunan Skripsi/Tugas Akhir Mahasiswa Strata Satu (S1) UNNES;  
4. SK Rektor UNNES No.162/O/2004 tentang penyelenggaraan Pendidikan UNNES;

Menimbang : Usulan Ketua Jurusan/Prodi Pendidikan Keperawatan Olahraga/Pend. Keperawatan Olahraga Tanggal 4 September 2019

**MEMUTUSKAN**

Menetapkan :  
PERTAMA : Menunjuk dan menugaskan kepada:  
Nama : Priyanto, S.Pd., M.Pd.  
NIP : 198006192005011002  
Pangkat/Golongan : III/d  
Jabatan Akademik : Lektor  
Sebagai Pembimbing  
Untuk membimbing mahasiswa penyusun skripsi/Tugas Akhir :  
Nama : Indah Permata Sari  
NIM : 6301416018  
Jurusan/Prodi : Pendidikan Keperawatan Olahraga/Pend. Keperawatan Olahraga  
Topik : Manajemen organisasi pada bidang pemasaran

KEDUA : Keputusan ini mulai berlaku sejak tanggal ditetapkan.

Tembusan  
1. Pembantu Dekan Bidang Akademik  
2. Ketua Jurusan  
3. Petinggal

  
DITETAPKAN DI: SEMARANG  
RADA LANGSAT: 4 September 2019  
DEKAN  
Prof. Dr. Tapoyo Rahayu, M.Pd  
NIP. 19610320198403200

6301416018  
FM-03-AKD-24/Rev. 00

3. Pengesahan Proposal Skripsi

**PENGESAHAN**

Proposal Skripsi yang berjudul :

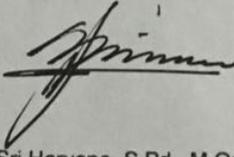
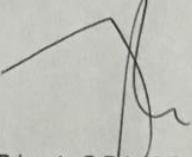
**Pengembangan Alat Bantu Latihan *Speed Dribble*  
Menggunakan *Parachute Dribble* pada Permainan  
Bolabasket**

Disusun oleh :

Nama : Indah Permata Sari  
Nim : 6301416018  
Jurusan/Prodi : Ilmu Keolahragaan /Pendidikan Keplatihan Olahraga

Telah disahkan dan disetujui pada tanggal 6 Februari 2020 oleh :

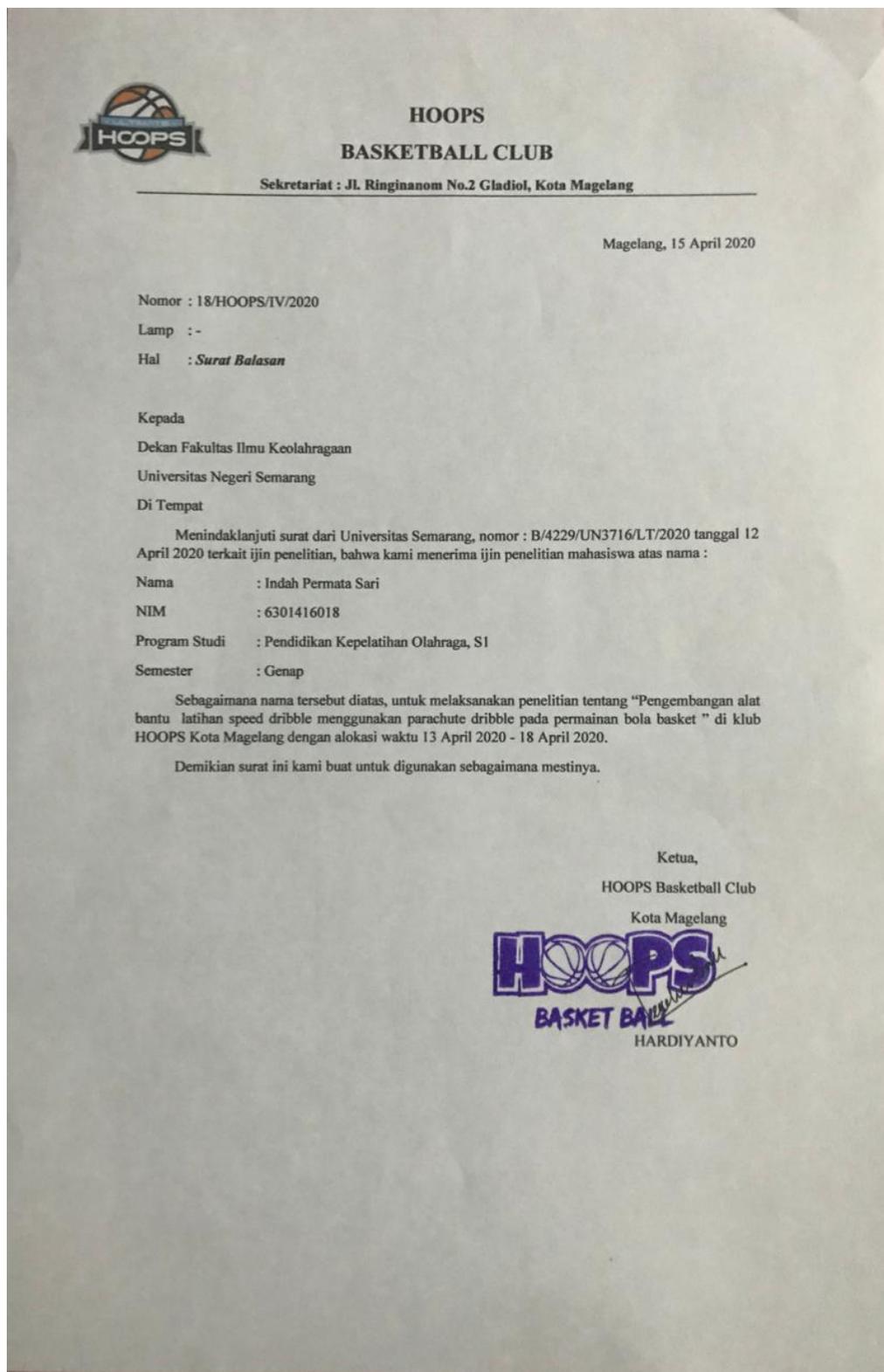
Menyetujui,

Kajur/Prodi PKO	Dosen Pembimbing
	
Sri Haryono, S.Pd., M.Or NIP. 196911131998021001	Priyanto S.Pd. M.Pd NIP. 198006192005011002

4. Surat Izin Penelitian

	<p>KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN Gedung Dekanat FIK Kampus UNNES Sekaran Gunungpati Semarang 50229 Telepon +6224-8508007, Faksimile +6224-8508007 Laman: <a href="http://fik.unnes.ac.id">http://fik.unnes.ac.id</a>, surel: <a href="mailto:fik@mail.unnes.ac.id">fik@mail.unnes.ac.id</a></p>	
Nomor	: B/4229/UN37.1.6/LT/2020	12 April 2020
Hal	: Izin Penelitian	
<p>Yth. Kepala Pelatih Klub Bola basket HOOPS Magelang Jl Pangeran Diponegoro no 22</p>		
<p>Dengan hormat, bersama ini kami sampaikan bahwa mahasiswa di bawah ini:</p>		
Nama	: Indah Permata Sari	
NIM	: 6301416018	
Program Studi	: Pendidikan Kepelatihan Olahraga, S1	
Semester	: Genap	
Tahun akademik	: 2019/2020	
Judul	: Pengembangan alat bantu latihan speed dribble menggunakan parachute dribble pada permainan bola basket	
<p>Kami mohon yang bersangkutan diberikan izin untuk melaksanakan penelitian skripsi di perusahaan atau instansi yang Saudara pimpin, dengan alokasi waktu 13 april 2020 - 18 april2020.</p>		
<p>Atas perhatian dan kerjasama Saudara, kami mengucapkan terima kasih.</p>		
		<p>a.n. Dekan FIK Wakil Dekan Bid. Akademik,  Dr. dr. Mahalul Azam, M.Kes. NIP 197511192001121001</p>
<p>Tembusan: Dekan FIK; Universitas Negeri Semarang</p>		
<p>Dipindai dengan CamScanner</p>		

5. Surat Balasan Penelitian



6. Dokumentasi







7. Lisensi Pelatih

**PERBASI** PERSATUAN BOLABASKET SELURUH INDONESIA **C**

**LISENSI PELATIH**



Nama : Hengki Ardian  
Alamat : DS. Karangari RT 03 RW 01, Kel. Karangari  
Kec. Brati, Kab. Grobogan - Provinsi Jawa Tengah  
T/TL : Grobogan, 5 April 1996  
No. Lisensi : 11C 17 02 1233  
Berlaku s/d : 28 Februari 2021

Pengurus Provinsi PERBASI Jateng  
Ketua Umum  
Ir. Bambang Wuragil, MM, M.Si

**PERBASI** PERSATUAN BOLABASKET SELURUH INDONESIA **B**

**LISENSI PELATIH**



Nama : Oktian Primanda Wibowo  
Alamat : Ds. Nawangsari RT 18 RW 03, Kec. Weleri,  
Kab. Kendal - Provinsi Jawa Tengah  
T/TL : Kendal, 29 Oktober 1987  
No. Lisensi : 11C - 16 12 0128  
Berlaku s/d : 31 Desember 2020

Pengurus Provinsi PERBASI Jateng  
Ketua Umum  
Ir. Bambang Wuragil, MM, M.Si

**PERBASI**



**PERSATUAN BOLABASKET SELURUH INDONESIA**

**C**

**LISENSI PELATIH**



Nama : Dudy Setiawan, S.Pd  
Alamat : Jl. Mustokoweni Tengah IV  
No.460 Plombokan Semarang  
Provinsi Jawa Tengah  
T/TL : Semarang, 19 Agustus 1972  
No. Lisensi : 11C 14 12 0692

Pengurus Provinsi PERBASI Jateng  
Ketua Umum

Ir. Bambang Wuragil, MM, M.Si

8. Data kuisiner Penilaian Ahli

NO RESPONDEN	FISIK (X1)								DESAIN (X2)				PENGUNAAN (Y)				
	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	1	2	3	4	5
1	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	5	5	4	4	3	4	5
2	3	4	3	5	4	4	2	5	3	4	4	4	2	3	3	4	5
3	5	4	4	5	4	5	4	5	4	4	5	4	3	4	4	5	4

9. Data kuisiner Penilaian Sampel

NO RESPONDEN	FISIK											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	4	3	3	4	4	3	3	4	4	5	5	4
2	5	4	5	5	4	4	5	3	3	4	5	5
3	4	4	4	5	5	4	5	4	4	5	4	4
4	5	5	4	4	5	4	4	5	4	3	5	5
5	4	5	4	4	5	4	4	5	5	4	5	5
6	5	4	5	4	4	5	5	5	4	4	4	5
7	4	5	5	3	4	4	4	5	4	3	4	3
8	4	5	5	5	4	4	5	4	4	4	3	4
9	4	4	5	4	5	5	4	4	4	5	3	4
10	5	4	3	5	3	4	5	4	3	3	4	5
11	4	5	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5
12	4	5	5	5	4	4	5	4	4	4	3	4
13	4	5	5	4	5	5	5	4	4	5	3	5
14	5	4	3	4	5	4	5	3	4	3	5	5
15	5	5	4	5	4	4	5	5	4	3	4	5
16	5	5	4	4	4	5	5	5	4	4	4	5
17	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	4	4

NO RESPONDEN	DESAIN					PENGUNAAN (Y)								
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3
2	5	5	5	4	4	4	5	5	5	4	5	5	5	4
3	4	4	5	3	3	3	4	4	5	5	5	5	4	4
4	4	5	5	4	5	5	3	5	5	5	3	4	5	3
5	5	5	4	5	5	5	4	3	5	4	5	5	5	5
6	4	4	5	5	5	5	4	4	5	4	4	3	4	5
7	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	5
8	4	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4
9	4	5	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5
10	4	4	5	5	4	5	3	4	5	4	4	3	5	4
11	4	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4
12	4	5	4	5	5	4	4	5	4	4	5	4	4	5
13	4	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5
14	4	5	4	5	4	5	3	4	5	4	5	5	4	5
15	4	4	5	5	4	5	4	4	5	5	4	5	5	5
16	5	4	4	5	4	5	5	4	5	5	3	4	4	5
17	5	5	5	5	4	5	5	5	4	4	5	5	4	5

## 10. Angket Penilaian Ahli

**ANGKET PENILAIAN AHLI**

**Judul Penelitian** : PENGEMBANGAN ALAT BANTU LATIHAN *SPEED DRIBBLE* MENGGUNAKAN *PARACHUTE DRIBBLE* PADA PERMAINAN BOLABASKET

**Peneliti** : Indah Permata Sari

**Identitas Reviewer Ahli**

**Nama** : OKTIAN PRIMANDA WIROWO

**NIP** : -

**Pekerjaan** : GURU / PELATIH BOLA BASKET

**Jenis Kelamin** : LAKI - LAKI

**Petunjuk Pengisian**

1. Lembar *review* ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat bapak/ibu sebagai ahli media terhadap alat *parachute dribble* sebagai media pelatihan teknik dasar *speed dribble* pada permainan bolabasket yang dikembangkan guna memperbaiki alat rebounder tersebut.
2. Penilaian dilakukan dengan memberikan tanda check (✓) pada kolom penilaian yang tersedia dengan mengacu kriteria penskoran pada rubrik yang ada.

**Keterangan :**

- (1) Sangat kurang baik/sangat kurang tepat/sangat kurang jelas
- (2) Kurang baik/kurang tepat/kurang jelas
- (3) Cukup baik/cukup tepat/cukup jelas
- (4) Baik/tepat/jelas
- (5) Sangat baik/sangat tepat/sangat jelas

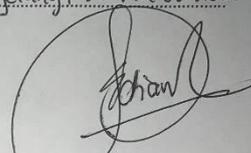
3. Saran khusus untuk aspek penilaian yang kurang atau tidak sesuai dengan pengembangan alat *parachute dribble* dapat dituliskan pada kolom komentar atau saran umum.  
Atas kesediaan Bapak/Ibu untuk mengisi lembar *review*, peneliti mengucapkan terimakasih.

NO	ASPEK PENILAIAN	SKALA PENILAIAN				
		1	2	3	4	5
<b>A. ASPEK FISIK</b>						
1	Kesesuaian / kelayakan alat bantu <i>parachute dribble</i> sebagai salahsatu media latihan <i>speed dribble</i>					✓
2	Kelayakan bentuk dan kerangka alat <i>parachute dribble</i>					✓
3	Bahan <i>parachute dribble</i> menggunakan bahan <i>parachute clutch</i> dengan bentuk menyerupai payung					✓
4	<i>Strap</i> menggunakan kain berbahan kanvas nylon					✓
5	Kesesuaian penataan <i>parachute dribble</i> untuk melakukan <i>speed dribble</i>					✓
6	Kesesuaian pengatur panjang dan rentangan <i>parachute dribble</i>				✓	
7	Penggunaan alat <i>parachute dribble</i> dapat digunakan pada berbagai kondisi lapangan				✓	
8	Alat <i>parachute dribble</i> dapat dijadikan sebagai teman latihan secara mandiri				✓	
<b>B. ASPEK DESAIN</b>						
9	Penataan <i>parachute clutch</i> dan pengatur					

Sesuai dengan hasil penilaian yang telah dilakukan, maka program ini dinyatakan :

1. Layak uji coba lapangan tanpa revisi
2. Layak uji coba lapangan dengan revisi sesuai saran
3. Tidak layak dilakukan uji coba lapangan

Magelang, 21 Maret 2020



(OKTAVIA PRIMANDA W.)

	kesesuaian panjang <i>strap</i>				✓	
10	Kesesuaian warna <i>parachute clutch</i> dan <i>strap</i>				✓	
11	Desain penggunaan mudah dipahami					✓
12	Bahan pewarna yang tidak mudah luntur					✓
<b>C. ASPEK PENGGUNAAN</b>						
13	Membantu pelatih dalam memberi variasi latihan teknik dasar <i>dribble</i> bolabasket				✓	
14	Memudahkan pemain dalam proses latihan teknik dasar <i>speed dribble</i> pada permainan bolabasket				✓	
15	Penggunaan alat <i>parachute dribble</i> dalam proses latihan teknik dasar <i>dribble</i> lebih efektif			✓		
16	Alat <i>parachute dribble</i> mudah dipahami sehingga dapat membantu pelatih dan pemain dalam proses latihan				✓	
17	Cara penggunaan dan pemasangan yang mudah dipahami dan dilakukan.					✓

Pertanyaan :

Apakah alat *parachute dribble* sebagai media pelatihan teknik dasar *dribble* bolabasket layak sebagai alat bantu latihan teknik dasar bolabasket ?

Layak (khusus untuk speed dribble)

Komentar dan Saran

1. Inovasi yang bagus dengan media baru.
2. Akan lebih menarik apabila warna parasut lebih cerah sebagai pengemangat peserta didik.
3. Bisa dipelajari berapa beban dalam menggunakan parasut sesuai hukum Newton, agar bisa disesuaikan dengan kategori beban ringan, sedang, berat.

Kesimpulan

### ANGKET PENILAIAN AHLI

**Judul Penelitian** : PENGEMBANGAN ALAT BANTU LATIHAN *SPEED DRIBBLE* MENGGUNAKAN *PARACHUTE DRIBBLE* PADA PERMAINAN BOLABASKET  
**Peneliti** : Indah Permata Sari  
**Identitas Reviewer Ahli**  
**Nama** : HENGGI ARDIAN  
**NIP** : -  
**Pekerjaan** : PELATIH BOLA BASKET SMA N 14 SMG  
**Jenis Kelamin** : LAKI - LAKI

#### Petunjuk Pengisian

1. Lembar *review* ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat bapak/ibu sebagai ahli media terhadap alat *parachute dribble* sebagai media pelatihan teknik dasar *speed dribble* pada permainan bolabasket yang dikembangkan guna memperbaiki alat rebounder tersebut.
2. Penilaian dilakukan dengan memberikan tanda check (✓) pada kolom penilaian yang tersedia dengan mengacu kriteria penskoran pada rubrik yang ada.

Keterangan :

- (1) Sangat kurang baik/sangat kurang tepat/sangat kurang jelas
- (2) Kurang baik/kurang tepat/kurang jelas
- (3) Cukup baik/cukup tepat/cukup jelas
- (4) Baik/tepat/jelas
- (5) Sangat baik/sangat tepat/sangat jelas

3. Saran khusus untuk aspek penilaian yang kurang atau tidak sesuai dengan pengembangan alat *parachute dribble* dapat dituliskan pada kolom komentar atau saran umum.  
 Atas kesediaan Bapak/Ibu untuk mengisi lembar *review*, peneliti mengucapkan terimakasih.

NO	ASPEK PENILAIAN	SKALA PENILAIAN				
		1	2	3	4	5
<b>A. ASPEK FISIK</b>						
1	Kesesuaian / kelayakan alat bantu <i>parachute dribble</i> sebagai salahsatu media latihan <i>speed dribble</i>					✓
2	Kelayakan bentuk dan kerangka alat <i>parachute dribble</i>				✓	
3	Bahan <i>parachute dribble</i> menggunakan bahan <i>parachute clutch</i> dengan bentuk menyerupai payung				✓	
4	<i>Strap</i> menggunakan kain berbahan kanvas nylon					✓
5	Kesesuaian penataan <i>parachute dribble</i> untuk melakukan <i>speed dribble</i>				✓	
6	Kesesuaian pengatur panjang dan rentangan <i>parachute dribble</i>					✓
7	Penggunaan alat <i>parachute dribble</i> dapat digunakan pada berbagai kondisi lapangan				✓	
8	Alat <i>parachute dribble</i> dapat dijadikan sebagai teman latihan secara mandiri					✓
<b>B. ASPEK DESAIN</b>						

9	Penataan <i>parachute clutch</i> dan pengatur kesesuaian panjang <i>strap</i>				✓	
10	Kesesuaian warna <i>parachute clutch</i> dan <i>strap</i>				✓	
11	Desain penggunaan mudah dipahami					✓
12	Bahan pewarna yang tidak mudah luntur				✓	
<b>C. ASPEK PENGGUNAAN</b>						
13	Membantu pelatih dalam memberi variasi latihan teknik dasar <i>dribble</i> bolabasket			✓		
14	Memudahkan pemain dalam proses latihan teknik dasar <i>speed dribble</i> pada permainan bolabasket				✓	
15	Penggunaan alat <i>parachute dribble</i> dalam proses latihan teknik dasar <i>dribble</i> lebih efektif				✓	
16	Alat <i>parachute dribble</i> mudah dipahami sehingga dapat membantu pelatih dan pemain dalam proses latihan					✓
17	Cara penggunaan dan pemasangan yang mudah dipahami dan dilakukan.				✓	

Pertanyaan :

Apakah alat *parachute dribble* sebagai media pelatihan teknik dasar *dribble* bolabasket layak sebagai alat bantu latihan teknik dasar bolabasket ?

Ya. Terutama latihan *speed dribble*

Komentar dan Saran

Parasut monoton. Inovatif & desain inspiratif

Kesimpulan

Sesuai dengan hasil penilaian yang telah dilakukan, maka program ini dinyatakan :

1. Layak uji coba lapangan tanpa revisi
- ② Layak uji coba lapangan dengan revisi sesuai saran
3. Tidak layak dilakukan uji coba lapangan

Semarang, 21 Maret 2020



(Hendaki Ardian)

### ANGKET PENILAIAN AHLI

**Judul Penelitian** : PENGEMBANGAN ALAT BANTU LATIHAN *SPEED DRIBBLE* MENGGUNAKAN *PARACHUTE DRIBBLE* PADA PERMAINAN BOLABASKET  
**Peneliti** : Indah Permata Sari  
**Identitas Reviewer Ahli**  
**Nama** : DUDY SETIAWAN  
**NIP** : -  
**Pekerjaan** : PELATIH PPLDP BOLABASKET DIHORA JATENG  
**Jenis Kelamin** : LAKI - LAKI

#### Petunjuk Pengisian

1. Lembar *review* ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat bapak/ibu sebagai ahli media terhadap alat *parachute dribble* sebagai media pelatihan teknik dasar *speed dribble* pada permainan bolabasket yang dikembangkan guna memperbaiki alat rebounder tersebut.
2. Penilaian dilakukan dengan memberikan tanda check (✓) pada kolom penilaian yang tersedia dengan mengacu kriteria penskoran pada rubrik yang ada.

#### Keterangan :

- (1) Sangat kurang baik/sangat kurang tepat/sangat kurang jelas
- (2) Kurang baik/kurang tepat/kurang jelas
- (3) Cukup baik/cukup tepat/cukup jelas
- (4) Baik/tepat/jelas
- (5) Sangat baik/sangat tepat/sangat jelas

3. Saran khusus untuk aspek penilaian yang kurang atau tidak sesuai dengan pengembangan alat *parachute dribble* dapat dituliskan pada kolom komentar atau saran umum.  
 Atas kesediaan Bapak/Ibu untuk mengisi lembar *review*, peneliti, mengucapkan terimakasih.

NO	ASPEK PENILAIAN	SKALA PENILAIAN				
		1	2	3	4	5
<b>A. ASPEK FISIK</b>						
1	Kesesuaian / kelayakan alat bantu <i>parachute dribble</i> sebagai salahsatu media latihan <i>speed dribble</i>			✓		
2	Kelayakan bentuk dan kerangka alat <i>parachute dribble</i>				✓	
3	Bahan <i>parachute dribble</i> menggunakan bahan <i>parachute clutch</i> dengan bentuk menyerupai payung			✓		
4	<i>Strap</i> menggunakan kain berbahan kanvas nylon					✓
5	Kesesuaian penataan <i>parachute dribble</i> untuk melakukan <i>speed dribble</i>				✓	
6	Kesesuaian pengatur panjang dan rentangan <i>parachute dribble</i>				✓	
7	Penggunaan alat <i>parachute dribble</i> dapat digunakan pada berbagai kondisi lapangan		✓			
8	Alat <i>parachute dribble</i> dapat dijadikan sebagai teman latihan secara mandiri					✓
<b>B. ASPEK DESAIN</b>						

9	Penataan <i>parachute clutch</i> dan pengatur kesesuaian panjang <i>strap</i>			✓		
10	Kesesuaian warna <i>parachute clutch</i> dan <i>strap</i>				✓	
11	Desain penggunaan mudah dipahami				✓	
12	Bahan pewarna yang tidak mudah luntur				✓	
<b>C. ASPEK PENGGUNAAN</b>						
13	Membantu pelatih dalam memberi variasi latihan teknik dasar <i>dribble</i> bolabasket		✓			
14	Memudahkan pemain dalam proses latihan teknik dasar <i>speed dribble</i> pada permainan bolabasket			✓		
15	Penggunaan alat <i>parachute dribble</i> dalam proses latihan teknik dasar <i>dribble</i> lebih efektif			✓	✓	
16	Alat <i>parachute dribble</i> mudah dipahami sehingga dapat membantu pelatih dan pemain dalam proses latihan				✓	
17	Cara penggunaan dan pemasangan yang mudah dipahami dan dilakukan.					✓

Pertanyaan :

Apakah alat *parachute dribble* sebagai media pelatihan teknik dasar *dribble* bolabasket layak sebagai alat bantu latihan teknik dasar bolabasket ?

Alat bantu berbentuk parachute ini layak sebagai media alat bantu pelatihan dalam pemberian teknik dasar *speed dribble* pada permainan olahraga bola basket .

Komentar dan Saran

Alat ini hanya bisa dan sangat efektif untuk pelatihan teknik dasar *speed dribble* tangan kanan-kiri pada atlet bola basket dan tidak bisa digunakan untuk variasi *dribble* yang lainnya karena harus menerima tekanan angin yang lurus dan tidak bisa mengurangi kecepatan *dribble* .

Kesimpulan

Sesuai dengan hasil penilaian yang telah dilakukan, maka program ini dinyatakan :

1. Layak uji coba lapangan tanpa revisi
- ② Layak uji coba lapangan dengan revisi sesuai saran
3. Tidak layak dilakukan uji coba lapangan

Semarang, 20 Maret 2020



(.....  
DUDY SETIAWAN  
.....)

## 11. Angket Penilaian Sampel

### KUESIONER

**Nama Responden** :  
**JenisKelamin** : L / P  
**PelakuOlahraga** : Pemain  
**Judul** : **PENGEMBANGAN ALAT BANTU LATIHAN *SPEED DRIBBLE* MENGGUNAKAN *PARACHUTE DRIBBLE* PADA PERMAINAN BOLABASKET**

Lembar penilaian ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat anda sebagai responden pada penelitian pengembangan alat *Parachute Dribble* sebagai alat bantu latihan *speed dribble* pada permainan bolabasket. Pendapat, kritik, saran, dan koreksi dari Responden sangat bermanfaat untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas alat yang saya kembangkan. Sehubungan dengan hal tersebut saya mengharap kesediaan untuk memberikan respon pada setiap pernyataan sesuai dengan petunjuk dibawah ini.

#### **PetunjukPenilaianInstrumen**

1. Lembar evaluasi ini untuk mendapatkan informasi dari pemain tentang kualitas alat *Parachute Dribble*
2. Evaluasi mencakup aspek kualitas alat dalam latihan, komentar dan saran umum serta kesimpulan
3. Rentangan evaluasi mulai 'sangat baik" sampai dengan "sangat kurang" dengan memberi tanda "√" pada kolom yang tersedia
4. Komentar, kritik, dan saran mohon ditulis pada kolom yang telah disediakan

#### **Keterangan:**

- (1) Sangat kurang baik/sangat kurang tepat/sangat kurang jelas
- (2) Kurang baik/kurang tepat/kurang jelas
- (3) Cukup baik/cukup tepat/cukup jelas
- (4) Baik/tepat/jelas
- (5) Sangat baik/sangat tepat/sangat jelas

NO	Aspek yang dinilai	Skala Penilaian				
		1	2	3	4	5
A.	Aspek fisik					
1	Model alat <i>Parachute Dribble</i> sebagai media pelatihan teknik dasar <i>speed dribble</i> sudah sesuai/layak.					
2	Bentuk dan alat <i>Parachute Dribble</i> sesuai dengan kebutuhan latihan teknik dasar <i>speed dribble</i> bolabasket					
3	Bentuk dan kelengkapan alat <i>Parachute Dribble</i> sudah kuat atau kokoh					
4	Bahan pada alat <i>Parachute Dribble</i> menggunakan parasut clutch					
5	Bentuk alat <i>Parachute Dribble</i> menyerupai payung					
6	Dapat membenteng dengan baik					
7	<i>Strap</i> terbuat dari kain berbahan kanvas nylon					
8	Kesesuaian penataan <i>Parachute Dribble</i> untuk melakukan latihan teknik <i>speed dribble</i>					
9	Pengatur kesesuaian panjang dan rentangan <i>Parachute Dribble</i>					

10	Penggunaan alat <i>Parachute Dribble</i> ini dapat digunakan pada komponen latihan teknik dasar <i>dribble</i> bolabasket					
11.	Bentuk <i>Parachute Dribble</i> menarik bagi pemain					
12.	Alat <i>Parachute Dribble</i> ini dapat dijadikan teman latihan secara mandiri					
B.	Aspek Desain					
13	Penataan <i>parachute clutch</i> dan pengatur kesesuaian panjang <i>strap</i>					
14	Kesesuaian warna parasut dengan <i>strap</i>					
15	Ketepatan pemilihan warna					
16	Bahan cat yang tidak mudah luntur					
17	Desain penggunaan mudah dipahami					
C.	Aspek penggunaan					
18	Membantu pelatih dalam menyusun variasi latihan teknik dasar <i>dribble</i> bolabasket					
19	Buku panduan mudah dipahami					
20	Memudahkan pemain dalam proses latihan teknik dasar bolabasket					
21	Penggunaan alat <i>Parachute Dribble</i> dalam proses latihan					

	teknik dasar bolabasket lebih efektif					
22	Penggunaan alat <i>Parachute Dribble</i> ini bisa digunakan pada berbagai kondisi lapangan					
23	Alat ini aman digunakan oleh pemain					
24	Untuk menghubungkan parasut dengan tubuh menggunakan <i>strap</i>					
25	Alat <i>Parachute Dribble</i> mudah dipahami sehingga mampu membantu pelatih dan pemain dalam proses latihan					
26	Cara memasang rangkaian alat <i>Parachute Dribble</i> mudah dipahami dan dilakukan					

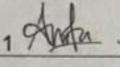
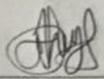
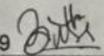
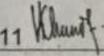
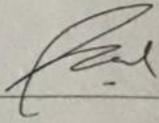
## B. Komentar dan saran umum

12. Daftar Hadir Sample

**DAFTAR HADIR**

NO	NAMA	TANDA TANGAN
1	FADHIL GHANI F	1 
2	WINAN DITA E	 2
3	M. SYAIFUDDIN ZUHRI	3 
4	LULU KHAIRUNNISA	 4
5	DWI FITRI YAUMI SITA	5 

### DAFTAR HADIR

NO	NAMA	TANDA TANGAN
1	Prakasa Yosi Ananta	1 
2	Wishal Rifqi Arfianto	 2
3	Naufan Ghassan Zaera	3 
4	Wasesa Paluin Wira A.P	 4
5	Reigo Zaul Aryanda	5 
6	Dewa Ahmad Nur Saputra	 6
7	Ardiansyah Risky	7 
8	Rafi Haykal P.W	 8
9	Muhammad Rizal Baihaqi	9 
10	Robby Brimuel Girsang	 - 10
11	Khanif Saputra	11 
12	Muhammad Syamdirra Alsyalioseba	 12

13. Buku Panduan Alat *Parachute Dribble*



BUKU  
PANDUAN

**PARACHUTE  
SPEED DRIBBLE**

**INDAH PERMATA SARI  
6301416018**

## PENGANTAR

Dalam rangka menyelesaikan tugas akhir untuk memperoleh gelar strata satu, peneliti melakukan inovasi pembuatan sebuah alat bantu latihan *speed dribble* untuk membantu pemain dalam melakukan latihan *dribble* dalam permainan bolabasket secara mandiri.

Pada umumnya latihan teknik dasar *speed dribble* dilakukan menggunakan alat bantu ataupun dilakukan oleh dua orang,, sehingga saat pelaksanaannya tidak dapat dilakukan secara mandiri, mengingat semakin banyaknya alat bantu dalam latihan berbagai bentuk olahraga yang menunjang para pemain untuk lebih meningkatkan kemampuan teknik dasarnya.

Dengan perkembangan ilmu teknologi yang semakin maju membuat banyaknya perkembangan alat bantu latihan yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan para pemain dan mengembangkan bentuk latihan agar lebih inovasi, yang membuat para pemain tidak bosan dalam menjalani latihan baik secara mandiri maupun beregu. Maka saya selaku peneliti mengembangkan sebuah alat bantu latihan *speed dribble* dalam permainan bolabasket yang diberi nama alat *Parachute Dribble*.

Demikian semoga panduan ini dapat bermanfaat dan dapat digunakan sebaik-baiknya oleh semua pihak yang terkait dengan penggunaan alat *Parachute Dribble*.

Hormat kami,

Indah Permata Sari

# DAFTAR ISI

PENGANTAR.....	86
DAFTAR ISI .....	88
<b>LATARBELAKANG</b> .....	89
Mengenal Parachute Dribble .....	93
Manfaat alat Parachute Dribble.....	94
Parachute Dribble sebagai alat bantu speed dribble .....	95
Pengembangan alat Parachute Dribble .....	96
Packaging.....	96
Parachute Clutch.....	97
Strap .....	98
Alat Parachute Dribble.....	99
Petunjuk Pemasangan.....	99
Produk Parachute Dribble .....	99
Petunjuk Penggunaan Parachute Dribble .....	99

## LATARBELAKANG

Permainan bolabasket dilakukan oleh dua tim masing-masing terdiri dari 5 pemain, setiap tim berusaha memasukkan bola ke keranjang lawan dan menjaga (mencegah) keranjangnya sendiri kemasukan sedikit mungkin. Bolabasket adalah olahraga bola besar yang dimainkan 5 orang untuk setiap regunya dan bola harus dipantulkan sambil berlari atau berjalan, atau dapat dioperkan teman seregunya dengan sasaran akhir yaitu memasukkan bola ke keranjang (basket) lawan di samping itu harus berusaha dan menjaga agar keranjang (basket)nya tidak kemasukan bola, serta regu yang mencetak angka (*score*) terbanyak adalah sebagai pemenang.

Pada permainan bolabasket terdapat lima posisi utama terdiri dari, *foward* yang bertugas untuk mencetak poin dengan memasukan bola ke ring lawan, biasanya pemain ini mempunyai spesialisasi menerobos lawan dengan teknik *lay-up*. *Playmaker* adalah pemain yang bertugas untuk mengatur ritme permainan, merancang strategi permainan. *Big man* pemain dalam posisi ini memiliki karakteristik memiliki postur tubuh tinggi dan besar dan memiliki tugas untuk mencetak poin di area bawah dan melakukan rebound. *Shooting guard* pemain dalam posisi ini memiliki

karakteristik mempunyai akurasi tembakan yang presisi terutama pada area 3 point. Namun pada permainan bolabasket posisi *foward* dan *playmaker* adalah posisi pemain utama dan penting.

Selain itu permainan bolabasket termasuk cabang olahraga beregu, yang setiap pemain harus dapat menguasai teknik dasar terdiri dari *footwork* (olah kaki), *shooting* (menembak), *passing* (operan), dan menangkap, *dribble*, *rebound*, bergerak dengan bola, bergerak tanpa bola dan bertahan.

Salah satu teknik dasar permainan bolabasket adalah teknik menggiring bola/*dribble* yang biasa diperkenalkan pertama kali kepada para pemula, karena keterampilan ini sangat penting bagi setiap individu yang ikut terlibat dalam pertandingan bolabasket. *Dribbling* mempunyai keunggulan sendiri yaitu memudahkan pada serangan *fast break* (serangan balik cepat setelah posisi terserang), menerobos pertahanan lawan dan mengendalikan permainan. Teknik tersebut sangat penting dan utama dalam permainan bolabasket, karena teknik tersebut menjadi teknik dasar untuk melakukan teknik lanjutan lainnya seperti *passing*, *shooting*, *guarding*.

Beberapa cara menggiring menggunakan satu tangan dalam bolabasket yaitu: kontrol bola (*control dribble*), membawa bola dengan cepat (*speed dribble*), tipuan dribble (*in out dribble*), menyilangkan bola (*crossover dribble*), tipuan dengan mengubah arah gerak lawan (*hesitation dribble*), mengubah arah menggiring bola dengan teknik melewati pada belakang tubuh dan antara tungkai kaki (*behind the back dribble and between the legs dribble*), menggiring bola dengan gerakan memutar badan (*spin move*), dan tipuan menggiring bola dengan menarik mundur kebelakang dan melakukan teknik selanjutnya untuk melewati lawan (*back-up dribble and crossover*).

Pada permainan bolabasket, dengan sistem permainan waktu 4x10 menit, mengakibatkan permainan bolabasket masuk dalam permainan olahraga yang menuntut efisiensi dan efektifitas permainan dalam memenangkan suatu permainan. Berdasarkan itu maka menggiring bola dengan cepat atau *speed dribble* sangat diperlukan dan sangat efektif dilakukan pada saat pertandingan bolabasket.

Teknologi saat ini tidak dapat dipisahkan dari segala aspek kehidupan sehari-hari. Untuk mencapai olahraga prestasi maka diperlukan proses pembinaan dan pengembangan secara

terencana, berjenjang dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan.

Dengan adanya perkembangan IPTEK saat ini, perlu adanya alat bantu yang khusus digunakan untuk mengasah kemampuan secara spesifik, seperti penggunaan mesin bola pelontar untuk mengasah kemampuan *shooting* atlet, penggunaan *bleep test* dalam tes kemampuan  $vo_2max$  dan dalam hal ini yang belum ada adalah pengembangan untuk mengasah kemampuan *speed dribble*.

Bedasarkan hasil pengamatan yang dilakukan selama ini, minimnya aplikasi dan alat bantu dalam melakukan latihan kemampuan *dribbling*, terutama dalam mengasah kemampuan *speed dribble* yang menyebabkan atlet tidak efektif dan efisien dalam melakukan teknik *dribble* saat bertanding. Maka disini penulis memberikan solusi dengan adanya **Parachute Dribble** sebagai alat bantu latihan *speed dribble* pada permainan bolabasket.

## Mengenal Parachute Dribble

Bedasarkan fakta di lapangan menunjukkan bahwa, kurangnya alat bantu untuk mengembangkan kemampuan teknik dasar bolabasket, belum adanya alat bantu dribble dengan spesifikasi speed dribble dan kurangnya inovasi dalam pemberian metode latihan teknik dasar pada atlet, yang menyebabkan atlet pada saat bertanding seringkali tidak efektif dan efisien. Ada beberapa metode melatih *speed dribble* seperti dua atlet yang saling berhadapan dan melakukan gerakan *dribble*. Kelemahannya adalah perkembangan yang terjadi pada kedua atlet lambat, karena salah satu pemain kurang melakukan suatu gerakan (hanya menahan bahu pemain lain), lalu bentuk latihan dengan mengejar laju bola yang di gelindingkan dan pemain yang lain mengejar bola tersebut dengan dribble, yang juga memiliki kelemahan apabila memiliki jumlah bola yang terbatas dan jumlah pemain yang banyak ataupun lamanya waktu yang digunakan dalam penggunaan latihan tersebut.

Gagasan pada pembuatan buku ini adalah penulis ingin menciptakan sebuah alat bantu latihan teknik dasar *dribble* khususnya pada teknik *speed dribble* berdasarkan fakta yang telah

dikemukakan sebelumnya pada permainan bolabasket dan terciptanya sebuah alat yang diberi nama *Parachute Dribble*.

## **Tujuan Alat Parachute Dribble**

- (1) Sebagai alat bantu dan media latihan mandiri bagi para pemain untuk meningkatkan kemampuan dribble pada permainan bolabasket.
- (2) Menjadi inovasi bagi para pelatih untuk membuat metode latihan baru yang lebih efisien dan efektif.
- (3) Membantu pelatih dalam memberikan variasi bentuk latihan.
- (4) Mengaplikasikan peranan Ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) pada bidang olahraga agar mencapai prestasi puncak.
- (5) Memberikan kemudahan dalam melakukan latihan speed dribble sehingga pemain dapat melakukan latihan secara efektif dan efisien.

## **Manfaat alat Parachute Dribble**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi berbagai pihak, sehingga dapat memberikan solusi atas permasalahan yang ada. Beberapa manfaat dari penelitian ini:

- (1) Sebagai teman mandiri

- (2) Rasa nyaman dan rasa tidak jenuh/senang saat latihan
- (3) Meningkatkan kreatifitas pada latihan
- (4) Meningkatkan kemampuan speed dribble
- (5) Menciptakan latihan speed dribble yang lebih inovatif
- (6) Menciptakan metode latihan baru yang lebih efektif dan efisien

### **Parachute Dribble sebagai alat bantu speed dribble**

Alat Parachute Dribble merupakan pengembangan alat bantu untuk digunakan pada latihan speed dribble pada permainan bolabasket. Dalam penggunaannya pemain yang sudah memasang parachute dribble pada tubuhnya, bersiap dengan membawa bola dan berada di garis end line bolabasket. Lalu setelahnya pemain tersebut melakukan dribble dengan berlari secepat mungkin hingga menuju garis end line yang lain. Pada saat berlari tersebut parachute akan mengembang dan memberikan beban lebih pada tubuh. Latihan ini dapat divariasikan dengan melakukan games bersama pemain yang lain, memperpanjang laju lintasan lari, dan masih banyak yang lain agar lebih menarik dan efisien.

## Pengembangan alat Parachute Dribble

### Packaging



### Pengemasan

atau packaging dari *parachute dribble* menggunakan bahan yang sama dengan parachute dribble yaitu parachute clutch and netting dengan menggunakan tali serut sebagai penutup agar lebih efisien dan efektif. Desain dari tas pembungkus terinspirasi dari hal-hal yang berkaitan dan selalu ada pada permainan bolabasket.

## Parachute Clutch



Parachute clutch yang digunakan sebagai resistansi beban memiliki ukuran panjang dan lebar . Berbahan dasar dari parachute cloth and netting yang memiliki keunggulan ringan, menghasilkan resistensi beban yang baik, perawatan dan penggunaan yang mudah. Dengan furing sebagai penghubung antara parachute dan strap yang ringan sehingga tidak mengurangi kinerja dari parachute dribble.



*Parachute dribble* memiliki desain bolabasket yang berada di tengah dengan maksud bahwa alat ini ditujukan untuk permainan bola, terdapat pita dengan

tulisan aksara jawa “SADAJIWA” dengan arti selamanya. Lambang *infinity* yang berarti terus menerus, dengan warna dasar yaitu warna abstrak yang memberikan arti keanekaragaman dan lambang padi yang berarti ilmu semakin berisi semakin menunduk dan berjumlah 24 yang memiliki arti “*tribute to kobe bryant*”.

### **Strap**



Strap terbuat dari bahan nylon yang mudah dalam penggunaan dan nyaman digunakan oleh para pemain. Dalam penggunaan pada tubuh strap dilengkapi oleh perekat kain, agar dalam pemasangan atau penggunaan tidak memerlukan waktu yang cukup banyak dan strap berbahan nylon lebih efisien dan efektif dibandingkan dengan strap berbahan karet. Memiliki Spesifikasi panjang

keseluruhan 133,5 cm x 2,5 cm dan panjang *strap* pengikat 53,5 cm (kanan dan kiri) / 107 cm x 2,5 cm.

## **Alat Parachute Dribble**

### **Petunjuk Pemasangan**

- (1) Keluarkan parachute dribble dari tas parachute.
- (2) Letakan dan bentangkan parachute dribble.
- (3) Cek kelengkapan dan kondisi parachute dribble.

### **Produk Parachute Dribble**

### **Petunjuk Penggunaan Parachute Dribble**

- (1) Berdiri pada garis endline lapangan bolabasket dengan telah membawa bolabasket.
- (2) Memasang parachute dribble ke tubuh pada bagian pinggang.
- (3) Bersiap untuk melakukan dribble, dapat melakukan beberapa pemanasan seperti melakukan dribble di tempat beberapa kali.
- (4) Fokus dan bersiap menunggu aba” dribble.
- (5) Melakukan dribble dengan berlari secepatnya namun tetap dapat mngontrol dribble bola.

- (6) Konsentrasi hingga mencapai ujung end line lapangan bolabasket.
- (7) Bentuk latihan, metode ataupun variasi dapat disesuaikan sesuai keadaan dan kondisi pada lapangan.

14. Packaging Produk Parachute Dribble

