



**PENGARUH LATIHAN *DRILL* TERHADAP KETERAMPILAN
SHOOTING BOLA BASKET PUTRA PADA *CLUB* BISON
PATRIOT SRAGEN TAHUN 2021**

SKRIPSI

Diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar sajana Pendidikan
Universitas Tunas Pembangunan Surakarta

Oleh

YOHANES ANDRE UTOMO

NIM : D0417024

**PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN
SURAKARTA
2021**

**PENGARUH LATIHAN *DRILL* TERHADAP KETERAMPILAN
SHOOTING BOLA BASKET PUTRA PADA *CLUB* BISON
PATRIOT SRAGEN TAHUN 2021**

SKRIPSI

Diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar sajana Pendidikan
Universitas Tunas Pembangunan Surakarta

Oleh

YOHANES ANDRE UTOMO

NIM : D0417024

**PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN
SURAKARTA
2021**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul “Pengaruh Latihan *Drill* Terhadap Keterampilan *Shooting* Bola Basket Putra Pada *Club* Bison Patriot Sragen Tahun 2021”, karya:

Nama : Yohanes Andre Utomo

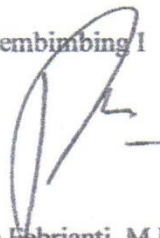
NIM : D0417024

Prodi : Pendidikan Jasmani

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.

Surakarta, Oktober 2021

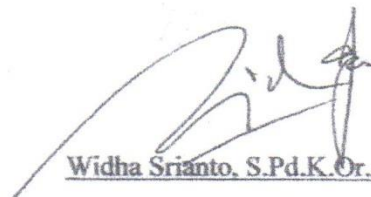
Pembimbing I



Rima Febrianti, M.Pd

NIDN. 0614028701

Pembimbing II



Widha Srianto, S.Pd.K.Or., M.Or

NIDN. 0618128602

PERSETUJUAN PENGUJI SKRIPSI

Skripsi dengan judul “Pengaruh Latihan *Drill* Terhadap Keterampilan *Shooting* Bola Basket Putra Pada *Club* Bison Patriot Sragen Tahun 2021”, karya:

Nama : Yohanes Andre Utomo

NIM : D0417024

Prodi : Pendidikan Jasmani

Skripsi ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta dan diterima untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan

Pada hari :

Tanggal :

Dewan Penguji Skripsi

Nama Terang

Tanda Tangan

Ketua : Untung Nugroho, S.Pd., K.Or., M.Or

Sekretaris : Sunjoyo, M.Pd

Penguji I : Rima Febrianti, M.Pd

Penguji II : Widha Srianto, S.Pd.Kor., M.Or



Disahkan oleh

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Tunas Pembangunan

Dekan



Dr. Joko Sulistyono, M.Pd

NIDK. 8800201019



PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa yang tertulis pada skripsi ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan jiplakan dari karya tulis orang lain atau kutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai etika keilmuan yang berlaku, baik Sebagian atau keseluruhan. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah. Atas pernyataan ini saya siap menanggung sanksi yang dijatuhkan apabila ditemukan adanya plagiat terhadap etika keilmuan dalam karya ini.

Surakarta, Oktober 2021

Yang Membuat Pernyataan



Yohanes Andre Utomo

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Jangan pergi mengikuti kemana jalan akan berujung. Buat jalanmu sendiri dan tinggalkanlah jejak.”

(Ralph Waldo Emerson)

“Untuk segala sesuatu ada masanya, untuk apapun dibawah langit ada waktunya”

(Pengkotbah 3:1)

“Janganlah takut, sebab Aku menyertai engkau. Janganlah bimbang sebab Aku ini Allahmu; aku akan meneguhkan, bahkan akan menolong engkau; Aku akan memegang engkau dengan tangan kanan-Ku yang membawa kemenangan.”

(Yesaya 41:10)

Persembahan

Ayahanda dan Ibunda Tercinta

Kakak dan Adikku tercinta

Dosen Penjas FKIP UTP

Rekan Seperjuangan

Almamater

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, skripsi ini dapat diselesaikan untuk memenuhi sebagian persyaratan mendapat gelar Sarjana Pendidikan.

Banyak hambatan yang menimbulkan kesulitan dalam penyelesaian penulisan skripsi ini, namun berkat bantuan dari segala pihak akhirnya kesulitan – kesulitan yang timbul dapat teratasi. Ucapan terima kasih peneliti sampaikan pula kepada semua pihak yang telah membantu selama proses penyelesaian studi, di antaranya :

1. Rektor Universitas Tunas Pembangunan Surakarta,
2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta,
3. Kepala Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Tunas Pembangunan Surakarta,
4. Rima Febrianti, M.Pd sebagai pembimbing I, yang telah memberikan pengarahan dan bimbingan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan,
5. Widha Srianto, S.Pd.K.Or.,M.Or sebagai Pembimbing II, yang telah memberikan bantuan dan dorongan dalam menyusun skripsi ini,
6. Berbagai pihak yang tidak mungkin saya sebutkan satu-persatu.

Semoga Amal kebaikan semua pihak tersebut mendapatkan imbalan dari Tuhan Yang Maha Esa.

Skripsi ini terdapat beberapa kekurangan, oleh karena itu saya mohon kritik dan saran agar skripsi ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu, pengetahuan dan teknologi, khususnya dalam bidang pendidikan.

Surakarta, Oktober 2021
Yang Membuat Pernyataan

Yohanes Andre Utomo

ABSTRAK

Yohanes Andre Utomo. 2021. Pengaruh Latihan *Drill* Terhadap Keterampilan *Shooting* Bola Basket Putra Pada *Club* Bison Patriot Sragen Tahun 2021. Skripsi. Pendidikan Jasmani. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Tunas Pembangunan Surakarta. Pembimbing : I. Rima Febrianti, M.Pd., II. Widha Srianto, S.Pd.K.Or., M.Or.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *drill* terhadap keterampilan *shooting* bola basket putra pada *club* Bison Patriot Sragen Tahun 2021.

Metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan eksperimen dengan desain *one group pretest-posttest desain*. Populasi sebagai objek suatu penelitian adalah 20 atlet putra yang mengikuti latihan di *club* Bison Patriot Sragen Tahun 2021. Sampel penelitian adalah pada pemain putra *club* Bison Patriot Sragen dengan jumlah 20 atlet. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*. Instrumen yang digunakan adalah tes keterampilan menembak jarak dekat dari lima titik yang berbeda. Teknik analisis data yang digunakan dengan uji t menggunakan aplikasi spss 26.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dari latihan *drill* terhadap keterampilan *shooting* bola basket putra pada *club* Bison Patriot Sragen Tahun 2021. Dengan nilai t hitung $6,678 > t$ tabel $2,09$, dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, dengan kenaikan presentase sebesar $17,10\%$.

Kata kunci : latihan *drill*, *shooting*, bola basket

ABSTRACT

Yohanes Andre Utomo. 2021. *Effect of Drill Training on Skills Shooting Men's Basketball at Club Bison Patriot Sragen in 2021. Thesis. Physical education. Faculty of Teacher Training and Education. Tunas Pembangunan Surakarta University. Supervisor : I. Rima Febrianti, M.Pd., II. Widha Srianto, S.Pd.K.Or., M.Or.*

The purpose of this study was to determine the effect of practice drill on skills shooting men's basketball at the club Bison Patriot

Sragen in 2021. Quantitative research method with experimental approach with one group pretest-posttest design. The population as the object of a research is 20 male athletes who take part in training at club Bison Patriot Sragen in 2021. The sample of this research is the male players of Club Bison Patriot Sragen with a total of 20 athletes. Sampling using the technique total sampling. The instrument used was a close-range shooting skill test from five different points. The data analysis technique used is the t test using the spss 26 application.

The results of data analysis show that there is an effect of practice drill on skills shooting men's basketball at the club Bison Patriot Sragen in 2021. With a t value of $6.678 > t \text{ table } 2.09$, and a significance value of $0.000 < 0.05$, with a percentage increase of 17.10%.

Keywords: practice drill, shooting, basketball

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
PERSETUJUAN PENGUJI SKRIPSI	iii
PERNYATAAN.....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK.....	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang.....	Error! Bookmark not defined.
B. Identifikasi Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Batasan Masalah	Error! Bookmark not defined.
D. Rumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
E. Tujuan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
F. Manfaat Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II LANDASAN TEORI.....	Error! Bookmark not defined.
A. Kajian Pustaka	Error! Bookmark not defined.
1. Bola Basket.....	Error! Bookmark not defined.
a. Sejarah Bola Basket	Error! Bookmark not defined.
b. Pengertian Bola Basket.....	Error! Bookmark not defined.
c. Teknik Menembak (<i>shooting</i>).....	Error! Bookmark not defined.
2. Keterampilan	Error! Bookmark not defined.
a. Pengertian Keterampilan.....	Error! Bookmark not defined.
3. Latihan.....	Error! Bookmark not defined.
a. Pengertian Latihan	Error! Bookmark not defined.

b. Tujuan dan Sarana Latihan	Error! Bookmark not defined.
c. Prinsip - Prinsip Latihan	Error! Bookmark not defined.
4. Latihan <i>Drill</i>	Error! Bookmark not defined.
5. Profil Klub Bola Basket Bison Patriot Sragen	Error! Bookmark not defined.
defined.	
B. Penelitian yang Relevan	Error! Bookmark not defined.
C. Kerangka Berpikir	Error! Bookmark not defined.
D. Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
B. Desain Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian ...	Error! Bookmark not defined.
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data ..	Error! Bookmark not defined.
F. Teknik Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
1. Uji Instrumen.....	Error! Bookmark not defined.
2. Uji Prasyarat	Error! Bookmark not defined.
3. Uji Hipotesis.....	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN ..	Error! Bookmark not defined.
defined.	
A. Deskripsi Data	Error! Bookmark not defined.
B. Hasil Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
1. Uji instrument.....	Error! Bookmark not defined.
2. Uji Prasyarat	Error! Bookmark not defined.
3. Uji Hipotesis.....	Error! Bookmark not defined.
C. Pembahasan	Error! Bookmark not defined.
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan.....	Error! Bookmark not defined.
B. Implikasi Hasil Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
C. Keterbatasan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Saran	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

		Halaman
Tabel 1	Hasil <i>pre test</i> dan <i>posttest</i>	42
Tabel 2	Deskripsi Statistik Hasil Penelitian	44
Tabel 3	Deskripsi frekuensi Hasil Penelitian	44
Tabel 4	Grafik Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	45
Tabel 5	Uji Normalitas	46
Tabel 6	Uji Homogenitas	47
Tabel 7	Uji t Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	48

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1	Ukuran lapangan bola basket..... 10
Gambar2	Daerah mencetak point dalam permainan basket..... 12
Gambar 3	Fase persiapan menembak..... 13
Gambar 4	Fase pelaksanaan menembak..... 14
Gambar 5	Fase menembak..... 14
Gambar 6	Posisi tangan saat memegang bola basket..... 16
Gambar 7	Posisi kaki dan bahu saat melakukan shooting..... 16
Gambar 8	Posisi dan Cara Shooting yang Benar Agar Memperoleh Irama (<i>feel</i>) dalam Menembak..... 17
Gambar 9	Gerak <i>follow through</i> 19
Gambar 10	Gerak parabola dalam shooting..... 19
Gambar 11	Logo Bison Patriots Basketball Academy..... 33
Gambar 12	Desain <i>One group pretest-posttest</i> 37
Gambar 13	Pemberian Arahan Pada Atlet..... 77
Gambar 14	Latihan Kekuatan Fisik..... 77
Gambar 15	Latihan Kekuatan Fisik..... 78
Gambar 16	Pelaksanaan <i>Treatment</i> 78
Gambar 17	Pelaksanaan <i>Treatment</i> 79
Gambar 18	Pelaksanaan <i>Treatment</i> 79
Gambar 19	Pelaksanaan <i>Treatment</i> 80
Gambar 20	Pelaksanaan <i>Treatment</i> 80
Gambar 21	Pelaksanaan <i>Treatment</i> 81
Gambar 22	Pelaksanaan <i>Treatment</i> 81
Gambar 23	Pelaksanaan <i>Pretest</i> 82
Gambar 24	Pelaksanaan <i>Pretest</i> 82
Gambar 25	Pelaksanaan <i>Posttest</i> 83
Gambar 26	Pelaksanaan <i>Posttest</i> 83
Gambar 27	Keluarga Besar Bison Patriots Sragen..... 84

Gambar 28 Keluarga Besar Bison Patriots Sragen..... 84

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1	Surat Ijin Penelitian..... 55
Lampiran 2	Surat Balasan Permohonan Ijin Penelitian..... 56
Lampiran 3	Draf Pelaksanaan Penelitian..... 57
Lampiran 4	Program Latihan..... 59
Lampiran 5	Data Peserta Penelitian..... 67
Lampiran 6	Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> 68
Lampiran 7	Deskriptif Statistik..... 70
Lampiran 8	Uji Instrumen (Validitas dan Reliabilitas)..... 72
Lampiran 9	Uji Normalitas..... 74
Lampiran 10	Uji Homogenitas..... 75
Lampiran 11	Uji Hipotesis..... 76
Lampiran 12	Dokumentasi..... 77

