

HUBUNGAN LEVEL KONSENTRASI ATLET BOLA BASKET  
TADJIMALELA DENGAN KEBERHASILAN SHOOTING FREE THROW

SKRIPSI

Diajukan sebagian syarat memperoleh gelar sarjana olahraga program studi ilmu  
keolahragaan



Oleh  
Ismail Jaelani  
NIM 1603528

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN  
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

2020

---

HUBUNGAN LEVEL KONSENTRASI ATLET BOLA BASKET  
TADJIMALELA DENGAN KEBERHASILAN SHOOTING FREE THROW

Oleh  
Ismail Jaelani

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar  
Sarjana Olahraga pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Program  
Studi Ilmu Keolahragaan

© Ismail Jaelani 2020  
Universitas Pendidikan Indonesia  
Desember 2020

Hak Cipta dilindungi undang – undang.

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian dengan dicetak ulang,  
difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis

**HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI**

ISMAIL JAELANI

HUBUNGAN LEVEL KONSENTRASI ATLET BOLA BASKET  
TADJIMALELA DENGAN KEBERHASILAN SHOOTING FREE THROW

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing:


Pembimbing



dr. Hamidie Ronald Daniel Ray, M.Pd., Ph.D.  
NIP. 19701102 200012 1 001

Mengetahui

Ketua Departemen Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi



Mustika Fitri, M.Pd., Ph.D.  
NIP. 19681220 199802 2 001

**HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI**

i

## **PERNYATAAN KEABSAHAN SKRIPSI**

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “HUBUNGAN LEVEL KONSENTRASI ATLET BOLA BASKET TADJIMALELA DENGAN KEBERHASILAN SHOOTING FREE THROW” ini beserta seluruh isinya adalah karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan dan mengutip yang melanggar etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap apabila dikemudian hari adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap karya saya.

**Bandung, Desember 2020**

Yang membuat pernyataan,

**Ismail Jaelani**

**1603528**

## **KATA PENGANTAR**

Dengan mengucapkan Alhamdulillah segala puji dan syukur penulis panjatkan atas khadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-nya penyusunan skripsi yang berjudul berjudul “HUBUNGAN LEVEL KONSENTRASI ATLET BOLA BASKET TADJIMALELA DENGAN KEBERHASILAN SHOOTING FREE THROW”

dapat diselesaikan guna memenuhi syarat dalam menyelesaikan Pendidikan pada jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan.

Dalam penyusunan skripsi, penulis menyadari masih ada kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritikan dan masukan yang membangun dari berbagai pihak untuk penulis. Terima kasih untuk semua yang mendukung dalam penelitian ini. Semoga skripsi ini dapat membangun bagi para pembaca dan semua pihak yang terlibat dalam penelitian ini.

Bandung, Desember 2020

Penulis

## UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah, puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena atas berkat rahmat dan karunia-nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat beserta salam semoga terlimpah curahkan kepada Nabi Muhaammad SAW yang senantiasa mencintai umatnya hingga akhir zaman.

Penulis menyadari tanpa dukungan dan bantuan dari berbagai pihak, penulisan skripsi ini tidak akan terwujud. Oleh karena itu, dengan ketulusan hati penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Mustika Fitri, M.Pd., Ph., selaku ketua prodi Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan kemudahan dan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. dr. Hamidie Ronald Daniel Ray, M.Pd. selaku pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan dan dukungan selama penyusunan skripsi ini. Semoga Allah SWT membalas segala kebaikan bapak selama membimbing dan mengarahkan penulis.
3. Keluarga prodi Ilmu Keolahragaan; seluruh dosen, staff dan mahasiswa Ilmu Keolahragaan.
4. Kepada kedua orang tua tercinta yang menjadi motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini. Kemudian kepada adik tercinta Muhamad Yusuf, yang menjadi motivasi utama penulis untuk segera menyelesaikan skripsi ini. kemudian kepada kake dan nenek yang sudah memberikan support dan motivasi.
5. Teman-teman Club Basket Tadjimalela Sumedang yang selalu mensupport dan membantu dalam kelangsungannya penelitian ini.
6. Keluarga besar Ilmu Keolahragaan 2016.
7. Teman-teman Cari Spot Enak Dan Rekan Kerja CV Nature Ot yang selalu memberikan support dan motivasi.
8. Sahabat terbaik dan seperjuangan: Muhamad Rizal Yulianto, Iqbal Subagja, Nina Sari Sudarna, Syamil Farid, Fitri Nur Almaidah, M Nasyir, Abdul Rusman, Edwin, Rizki Qudrotillah, Fathurrahman Mi'raj, Rizky Gusti Setiawan, M. Bikri A.S, Hepi Gunawan, Riyan Pratama, M. Sabil, Iman Cahyana, Fauzan Azqia, Muhammad Fajar Drajat, M. Shulhan Finandi, Aini

Dwi M, Siti Latifah dan Triska Pangestu Amalia yang selalu memberikan dukungan dan selalu ada dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga selalu diberi kelancaran dan kemudahan untuk kita semua.

9. Teman-teman KKN Desa Sayati Kecamatan Margahayu Kab. Bandung
10. Teman-teman PLA CV Nature Ot

Bandung, November 2020

Penulis



**ABSTRAK**  
**HUBUNGAN LEVEL KONSENTRASI ATLET BOLA BASKET TADJIMALELA**  
**DENGAN KEBERHASILAN SHOOTING FREE THROW**

**Ismail Jaelani**  
**1603528**  
**Ilmu Keolahragaan FPOK UPI**

**Pembimbing I** : dr. Hamidie Ronald D, M.Pd, Ph.D.

Modal dasar dalam dalam permainan bola basket memiliki Teknik yang baik dalam melakukannya, faktor utama yang dapat mempengaruhi dalam bermain bola basket yaitu Teknik shooting (S. P. Jasmani et al., n.d.). gangguan dalam melakukan shooting dapat di pengaruhi oleh konsentrasi yang membuat seseorang gagal dalam melakukan shooting (Hidayat, 2010). Konsentrasi merupakan pemusatan pikiran pada suatu objek tertentu misalkan pada saat melakukan shooting (Hidayat, 2010). Konsentrasi merupakan kemampuan untuk focus pada berbagai faktor yang relevan dengan durasi pertandingan (Hidayat, 2010). Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat konsentrasi dengan keberhasilan shooting free throw dan mengetahui level konsentrasi terhadap hasil free throw. Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional dengan instrument tes grid konsentrasi (Concentration, n.d.) dan tes free throw. dengan data yang di peroleh dan dilakukan analisis data mendapatkan hasil nilai Sig. (2-tailed)  $0.00 < 0.05$  maka  $H_0$  di tolak maka dari kedua variable tersebut dapat di Tarik kesimpulan memiliki hubungan dengan nilai korelasi 0.604 (Kuat).

**Kata Kunci:** Konsentrasi, Free Throw

## ABSTRACT

### TADJIMALELA BASKETBALL ATHLETE CONCENTRATION LEVEL RELATIONSHIP WITH SUCESSANSHOOTING FREE THROW

IsmailJaelani  
1603528  
UPI FPOK Sports Science

**Advisor I:** dr. Hamidie Ronald D, M.Pd, Ph.D.

The basic capital in playing basketball has good technique in doing so, the main factor that can affect playing basketball is shooting technique.(S. P. Jasmani et al., n.d.).distraction in To do shooting can be influence by concentration that make someone failed in To do shooting (Hidayat, 2010).Concentration is concentration in dont something object certain example moment To do shooting (Hidayat, 2010).Concentration is a ability to focus on various factor that relevant with duration competition (Hidayat, 2010).Purpose in research this to know in relationship level concentration with success shooting free throw and knowing level concentration to the result free throw. Method that used in research this useresearch quantitative with approach descriptive correlational with instrument test grid concentration (Concentration, n.d.) and test free throw. with data obtained it and done analysis data got the result score Sig. (2-tailed)  $0.00 < 0.05$  then  $H_0$  at refuse then from second variable the could on Pull conclusion have relationship with score correlation 0.604 (Strong).

**Keyword:** Concentration, Free Throw

## DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	i
KATA PENGANTAR .....	iii
ABSTRAK .....	vi
ABSTRACT .....	vii
DAFTAR ISI.....	ii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian .....	3
1.3 Tujuan Penulisan .....	3
1.4 Manfaat.....	4
1.5 Struktur Organisasi.....	4
BAB II KAJIAN PUSTAKA .....	6
2.1 Landasan Teori .....	6
2.1.1 Pengertian dan Jenis Shooting .....	6
2.1.2 Free Throw.....	8
2.2 Konsentrasi .....	12
2.2.1 Konsentrasi Menurut Para Ahli .....	12
2.2.2 Jenis Konsentrasi .....	12
2.2.3 Gangguan Konsentrasi.....	13
2.2.4 Hambatan dalam konsentrasi .....	13
2.2.5 Cara meningkatkan konsentrasi .....	14
2.2.6 Keterkaitan Konsentrasi dengan Shooting Freethrow.....	14
2.3 Penelitian yang Relevan .....	14
2.4 Kerangka Berpikir .....	15
BAB III METODE PENELITIAN.....	17
3.1 Desain Penelitian .....	17
3.2 Partisipan .....	18
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian.....	18
3.4 Instrumen Penelitian.....	18
3.5 Prosedur Penelitian.....	21
3.6 Analisis Data .....	22

BAB IV .....	23
4.1    Temuan .....	23
4.2    Uji Asumsi Statistiks .....	25
4.2.1 Uji Normalitas.....	25
4.2.2 Uji Normalitas.....	25
4.2.3 Uji Hipotesis .....	26
4.3 Pembahasan .....	28
BAB V.....	30
5.1    Kesimpulan.....	30
5.2    Implikasi .....	30
5.3    Rekomendasi .....	30
DAFTAR PUSTAKA .....	31

## DAFTAR PUSTAKA

- Suharsimi, A. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2008). *Metode penelitian pendidikan:(pendekatan kuantitatif, kualitatif dan r & d)*. Alfabeta.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Concentration, U. (n.d.). Improving Your Concentration, 1–2.
- Greenlees, I., Thelwell, R., & Holder, T. (2006). Examining the efficacy of the concentration grid exercise as a concentration enhancement exercise, 7, 29–39. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2005.02.001>
- Hubungan konsentrasi dengan hasil shooting pada olahraga permainan bolabasket*. (2014).
- Iii, J. M. S. (1979). Behavioral and Situational Factors Affecting Concentration and Skill Performance, 221–227.
- Jasmani, S.-P., Rekreasi, K., & Olahraga, F. I. (n.d.). HUBUNGAN PEMAKAIAN GAWAI DENGAN AKTIVITAS OLAHRAGA ( STUDI PADA SISWA SMA NEGERI 1 KOTA MOJOKERTO ) Mohammad Yussron Ilyas \*, Advendi Kristiyandaru.
- Jasmani, S. P., Rekreasi, K., Keolahragaan, F. I., Jasmani, S. P., Rekreasi, K., & Keolahragaan, F. I. (n.d.). HUBUNGAN TINGKAT KONSENTRASI SISWA TERHADAP HASIL AKHIR UNDER BASKET ( Studi pada peserta ekstrakurikuler bola basket di SMAN 11 Surabaya ) Yohan Indra Cahya Abdul Rachman Syam Tuasikal Abstrak, (20), 521–525.
- Kusnanto, S. & J. 2012. (2012). *Journal of Sport Sciences and Fitness*, 1(1). Pada, S., & Olahraga, C. (2019). PUKULAN JARAK JAUH ( LONG SROKE ) PADA, (July). <https://doi.org/10.17509/jtikor.v1i1.3903>
- PSYCHOLOGY OF SPORT AND EXERCISE : ENHANCING THE QUALITY OFLIFE*. (n.d.).
- Reid, M., Crespo, M., Lay, B., & Berry, J. (2007). Skill acquisition in tennis : Research and current practice. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2006.05.011>
- Verhoeven, F. M., & Newell, K. M. (2016). Human Movement Science Coordination and control of posture and ball release in basketball free-throw shooting. *Human Movement Science*, 49, 216–224. <https://doi.org/10.1016/j.humov.2016.07.007>
- Vickers, J. N. (1996). Control of Visual Attention During the Basketball Free Throw, 24(6), 93–97.
- weinberg dan Gould. (2003). No Title.