

229

Nomor Daftar :

**PERBANDINGAN HASIL LATIHAN MENEMBAK DENGAN
CARA MENGARAHKAN BOLA KE LENGKUNG RING
BAGIAN DEPAN DAN BELAKANG BAGI TINGKAT
LANJUTAN (TINGKAT TERAMPIL) DALAM
PERMAINAN BOLA BASKET**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Satu Pendidikan
Jurusan Pendidikan Olahraga



Oleh :

SUNARYA

901536



**JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
INSTITUT KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
BANDUNG
1997**

Nama : Sunarya

NIM : 901536

Judul Skripsi : **Perbandingan Hasil Latihan Menembak Dengan Cara
Mengarahkan Bola Ke Lengkung Ring Bagian Depan Dan
Belakang Bagi Tingkat Lanjutan (Tingkat Terampil) Dalam
Permainan Bola Basket**

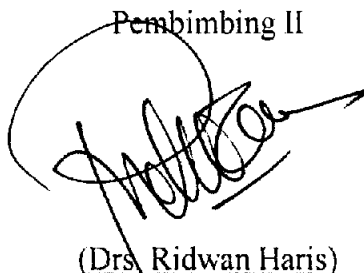
Disetujui dan disahkan oleh Pembimbing :

Pembimbing I



(Drs. J.S. Husdarta)
NIP. 130370212

Pembimbing II



(Drs. Ridwan Haris)
NIP. 130366532

Mengetahui

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga

(Drs. Amung Ma'mun, M.Pd)
NIP. 131633779

*Hendaklah kamu selalu benar,
sesungguhnya kebenaran membawa kepada
kebajikan, dan kebajikan membawa kesurga.
Selama seseorang benar dan selalu memilih
kebenaran dia tercatat disisi Allah
seorang yang benar (jujur).
(H.R. Al. Bukhari)*

*Allah selalu menolong
selama orang itu selalu menolong
saudaranya (semuslim)
(H.R. Ahmad)*

*Skripsi ini ku persembahkan untuk :
Ayah (Alm). Ibu (Alm), Kakak-
kakak dan AdikKu tercinta.
Semoga Allah SWT membalas apa
yang telah diberikan (amien)*

PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah sepenuhnya karya saya sendiri. Tidak ada bagian di dalamnya yang termasuk kriteria plagiat dari karya orang lain

Sunarya
901536

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan Puji serta Syukur kehadiran Allah SWT, bahwa atas segala rahmat dan karuniaNya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Perbandingan Latihan Menembak dengan Cara Mengarahkan Bola ke Lengkung Ring Bagian Depan dan Belakang bagi Tingkat Lanjutan (Tingkat-Terampil) dalam Permainan Bola Basket”.

Maksud dan tujuan skripsi ini adalah untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Satu Pendidikan Olahraga di Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP Bandung.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak luput dari kekurangan dan masih jauh dari sempurna, karena kemampuan dan pemikiran penulis yang masih terbatas. Walaupun demikian penulis berusaha dengan segala kemampuan yang ada dan bantuan serta bimbingan dari semua pihak, akhirnya dapat menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu pada kesempatan yang baik ini, ingin menyampaikan rasa terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya terutama kepada :

1. Bapak Dr. Rusli Lutan, selaku Dekan FPOK IKIP Bandung yang telah memberikan izin penelitian kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
2. Bapak Drs. Amung Ma'mun, M.pd, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga FPOK IKIP Bandung, yang telah memberikan dorongan untuk kelancaran penyusunan skripsi ini.

3. Ibu Dra. Oom Rohmah, selaku Pembimbing Akademik yang telah memberikan petunjuk, nasehat dan dorongan selama dalam perkuliahan sampai penyusunan skripsi ini dapat penulis selesaikan.

4. Bapak. Drs. JS. Husdarta, selaku Pembimbing I dalam penyusunan skripsi ini yang telah memberikan bimbingan, arahan, nasehat serta kajian konsep yang disajikan penulis dalam penyusunan skripsi ini.

5. Bapak. Drs. Ridwan Haris, selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan petunjuk dalam penyusunan skripsi ini.

6. Bapak Drs Srigianto dan bapak Drs. Enjang Rahmat, selaku dosen mata kuliah bola basket FPOK IKIP Bandung yang telah memberikan saran dan masukkan dalam penyusunan skripsi ini.

7. Yayasan Supersemar yang telah memberikan bantuan biaya berupa beasiswa.

8. Bapak Drs. H. Mohamad Abidin, selaku Kepala Sekolah SMUN 8 Bandung yang telah memberi izin kepada penulis untuk melakukan penelitian serta para guru Pendidikan Jasmani dan siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola basket tahun ajaran 1996/1997 yang telah bersedia menjadi sampel dalam penelitian ini.

9. Rekan-rekan jurusan POR Angkatan 1990, serta sahabat-sahabatku Wawan Hadiat Spd, Asep AT Spd, Boedi Wibowo Spd, Rudy Lesmana Spd, Hendro Sunandar Spd, dan Wingo yang telah memberikan bantuan tenaga dan pikiran dalam penyusunan skripsi ini.

Khususnya dalam kesempatan ini, penulis ucapkan terima kasih kepada Keluarga Besar Saripin, Ratningsih, Dedi Suryadi, Neni Supartini, Dede Suryana, Epi Sopian yang telah memberikan dorongan baik moril maupun materil hingga skripsi ini dapat diselesaikan.

Semoga amal baik yang telah diberikan kepada penulis mendapat balasan yang setimpal dari Allah SWT. Akhirnya penulis mohon maaf atas segala kekurangan dalam penulisan ini, dan penulis berharap semoga tulisan ini dapat memberikan manfaat yang sebesar-besarnya bagi perkembangan pendidikan pada umumnya dan perkembangan olahraga pada khususnya.

Bandung, Juni 1997

Penulis

S.S

A B S T R A K

SUNARYA. Skripsi ini berjudul “Perbandingan Latihan Menembak Latihan dengan Cara Mengarahkan Bola ke Lengkung Ring Bagian Depan dan Belakang bagi Tingkat Lanjutan (Tingkat Terampil) dalam Permainan Bola Basket”. Masalah yang penulis ajukan dalam penelitian ini adalah :

1. Manakah yang lebih baik hasil latihan menembak dengan cara mengarahkan bola ke lengkung ring bagian depan atau mengarahkan bola ke lengkung ring bagian belakang di daerah tembakan hukuman bagi tingkat lanjutan (tingkat terampil) dalam permainan bola basket.
2. Berapa besar perbedaan hasil latihan menembak dengan cara mengarahkan bola ke lengkung ring bagian depan dengan mengarahkan bola ke lengkung ring bagian belakang di daerah tembakan hukuman bagi tingkat lanjutan (tingkat terampil) dalam permainan bola basket

Tujuan dari penelitian yang penulis lakukan adalah untuk mengetahui latihan manakah yang lebih baik peringkatnya antara latihan menembak dengan cara mengarahkan bola ke lengkung ring bagian depan dan belakang di daerah tembakan hukuman/bebas bagi tingkat lanjutan (tingkat terampil) dalam permainan bola basket dan seberapa besar perbedaannya.

Metode yang digunakan adalah metode penelitian eksperimen. Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes Edgren Basketball. Pelaksanaan eksperimen selama empat minggu dengan tiga kali pertemuan per minggu. Sampel sebanyak 20

orang siswa putra yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola basket di SMUN
8 Bandung.

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah latihan menembak dengan cara mengarahkan bola ke lengkung ring bagian belakang lebih baik dibandingkan dengan yang mengarahkan bola ke lengkung ring bagian depan. Setelah dilakukan pengolahan dan analisis data, diketahui bahwa latihan menembak dengan cara mengarahkan bola ke lengkung ring bagian depan dan belakang menunjukkan peningkatan yang berarti, tetapi tidak terdapat perbedaan yang berarti.

DAFTAR ISI

	Halaman
KATA PENGANTAR	i
ABSTRAK	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang.....	1
B. Masalah Penelitian	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Kegunaan Penelitian	5
E. Pembatasan Istilah	5
F. Penjelasan Istilah	6
G. Anggapan Dasar dan Hipotesis	7

BAB II TINJAUAN TEORITIS

A. Karakteristik Permainan Bola Basket	10
B. Teknik Dasar Permainan Bola Basket	10
C. Menembak (Shooting)	12
D. Tembakan Hukuman atau Tembakkan Bebas (Free Shoot)	14
E. Analisis Tembakan Langsung dengan Cara Mengarahkan Bola ke Lengkung ring	20

BAB III PROSEDUR PENELITIAN

A. Metode Penelitian	23
B. Populasi dan Sampel	24

C. Desain Penelitian	26
D. Instrumen Penelitian	30
E. Tinjauan Program Latihan	32
F. Prosedur Pengolahan dan Analisis dan Data	33
 BAB IV HASIL PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA	
A. Hasil Pengolahan Data	38
B. Pengujian Hipotesis	40
C. Diskusi Penemuan	43
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	44
B. Saran	45
 DAFTAR PUSTAKA	 46



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Hasil Penghitungan Nilai Rata-rata, Simpangan Baku Dan Variansi.....	38
2. Hasil Penghitungan Uji Normalitas Lilliefors Dua Kelompok Tes Awal.....	39
3. Hasil Penghitungan Uji Normalitas Lilliefors Dua Kelompok Tes Akhir	39
4. Hasil Penghitungan Uji Homogenitas Kedua Kelompok	40
5. Hasil Pengujian Hipotesis Kelompok A dan Kelompok B	41
6. Hasil Penghitungan Hipotesis Perbandingan Perolehan Hasil Antara Kelompok A dan Kelompok B.....	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1.1 Peluang bola masuk pada keranjang.....	8
2.2 Gerakan menembak	13
3.2 Hubungan sudut lepas, kecepatan dan sudut bola masuk.....	16
4.2 Ring (tampak atas)	19
5.2 Ring (tampak samping).....	19
6.2 Jarak tembak	20
7.2 Besar sudut bola masuk	21
8.3 Desain Penelitian	27
9.3 Pelaksanaan Tes	31

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Uji Normalitas Lilliefors Tes Awal Kelompok A (Latihan) Menembak dengan Cara Mengarahkan Bola ke lengkung ring Bagian Depan)	48
2. Uji Normalitas Lilliefors Tes Akhir Kelompok B (Latihan Menembak dengan Cara Mengarahkan Bola ke Lengkung Ring Bagian Depan).....	49
3. Uji Normalitas Lilliefors Tes Awal Kelompok B (Latihan Menembak dengan Cara Mengarahkan Bola ke Lengkung Ring Bagian Belakang).....	50
4. Uji Normalitas Lilliefors Tes Akhir Kelompok B (Latihan Menembak dengan Cara Mengarahkan Bola ke Lengkung Ring Bagian Belakang)	51
5. Daftar Skor Perolehan Peningkatan Kelompok A	52
6. Daftar Skor Perolehan Peningkatan Kelompok B	53
7. Uji Homogenitas Kelompok A	54
8. Uji Homogenitas Kelompok B	55
9. Pengujian Hipotesis Kelompok A	56
10. Pengujian Hipotesis Kelompok B	57
11. Pengujian Hipotesis Perbandingan Kelompok A dan Kelompok B...	58
12. Program Latihan.....	59
13. Nilai Kritis Distribusi Z untuk Uji Lilliefors	63
14. Tabel Luas O ke Z	64
15. Tabel Distribusi t	65
16. Tabel Distribusi F	66
17. Lampiran Izin Mengutip	67
18. Surat Tugas	69
19. Surat Izin Penelitian	70

20. Data pelaksanaan tes	74
21. Daftar riwayat hidup	76

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi, (1993) Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta, Rineka Cipta.
- Barnes Mildred J, (1980). Womens Basketball. Allyn and Bacon Inc, Avenue, Boston
- Cooper, Jhon W dan Siendentop (1975). The Theory and Science of Basketball. Philadelphia, Lea and Febiger.
- Direktorat Jenderal Olahraga dan Pemuda, (1970). Coaching Bola Basket. Jakarta, Proyek Pendidikan Olahraga, Pelita.
- Gaze and Lindsay, (1990). Winning Basketball. Australia, Penguin Books Australia Ltd.
- Gure, Frank MC, (1991). Bola Basket Teknik Menyerang dan Bertahan. (Team Basketball Offensive and Deffensive). Semarang, Offechar Offset.
- Harsono, (1988). Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching. Jakarta, C.V. Tambak Kusuma
- Hay, James G, (1973). The Biomechanics of Sport Techniques. Ney Jersey, Prentice-Hall Inc.
- Hebbblink, Marcell. (1978). International Olympic Commite. Canada, Olympic Solidarity
- Kartono K, (1990). Pengantar Metodologi Riset Sosial. Bandung, Mandar Macu.
- Nasution, (1986). Metode Research Penelitian Ilmiah. Bandung, Jemmar.
- Nurhasan, (1988). Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga. Diktat FPOK IKIP Bandung.
- Pruitt, Jim, (1980). Coaching Beginning Basketbal. Chicago, Contemporary Books Inc.
- Singarimbun, dan Effendi, (1989). Metodologi Penelitian Survei. Jakarta, LP3ES.
- Suryabrata, Sumardi, (1983). Metodologi Penelitian. Yogyakarta, C.V. Rajawali.

Wooden Jhon R, (1980). Practical Modern Basketball. New york, Jhon wiley and Son.

Sumber lain

PERBASI (1995). Peraturan Permainan Bola Basket. Jakarta , Jakarta, PB, PERBASI.

Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, (1989). Kamus Besar Bahas Indonesia. Jakarta, Balai Pustaka.