

**EFEKTIVITAS POSISI AWALAN *SHOOTING* DENGAN
KONSEP *TRIPLE THREAT POSITION* TERHADAP
HASIL *SHOOTING* ATLET BOLA BASKET
SMA N 1 KLATEN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan



Oleh:
Lutfi Dwi Saputra
NIM. 14602241068

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2019**

PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**EFEKTIVITAS POSISI AWALAN *SHOOTING* DENGAN
KONSEP *TRIPLE THREAT POSITION* TERHADAP
HASIL *SHOOTING* ATLET BOLA BASKET
SMA N 1 KLATEN**

Disusun Oleh:

Lutfi Dwi Saputra
NIM. 14602241068

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan

Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, Februari 2019

Mengetahui,
Ketua Program Studi



CH. Fajar Sri Wahyuniati, M.Or.
NIP. 19711229 200003 2 001

Disetujui,
Dosen Pembimbing,



Budi Aryanto, M.Pd
NIP. 19690215 200012 1 001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lutfi Dwi Saputra
NIM : 14602241068
Program Studi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga
Judul TAS : Efektivitas Posisi Awal *Shooting* dengan Konsep *Triple Threat Position* terhadap Hasil *Shooting* Atlet Bola Basket SMA N 1 Klaten

menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri *). Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, Februari 2019
Yang Menyatakan,



Lutfi Dwi Saputra
NIM. 14602241068

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

**EFEKTIVITAS POSISI AWALAN *SHOOTING* DENGAN
KONSEP *TRIPLE THREAT POSITION* TERHADAP
HASIL *SHOOTING* ATLET BOLA BASKET
SMA N 1 KLATEN**

Disusun Oleh:

Lutfi Dwi Saputra
NIM. 14602241068

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi Program
Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
Pada tanggal 5 Maret 2019

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Budi Aryanto, M.Pd. Ketua Penguji/Pembimbing		27-3-2019
Dr. Lismadiana, M.Pd. Sekretaris		26-3-2019
Dr. Devi Tirtawirya, M.Or. Penguji		25-3-2019

Yogyakarta, April 2019
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,


Dr. Ewan S. Suherman, M.Ed
NIP. 19640707 198812 1 001

MOTTO

1. Siapa yang berjalan di suatu jalan untuk menuntut ilmu pengetahuan Allah akan memudahkan baginya untuk menuju jalan keluar (H.R. Muslim)
2. Sebaik-sebaiknya kamu adalah yang paling bermanfaat bagi orang lain (H.R. Buchori)
3. Hidup adalah permainan, tinggal siapa yang dipertandingkan dan siapa yang mempermainkan
4. Hidup ibarat bermain catur, harus berpikir beberapa langkah ke depan.

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah, kupersembahkan karya kecilku ini untuk orang yang kusayangi:

1. Kedua orang tua saya, terimakasih karena tidak pernah lelah untuk mendoakan, memberikan semangat, dan mendukung saya selama ini.
2. Kakak dan adikku selalu memotivasi, memberi semangat saya dalam mengerjakan skripsi ini.

**EFEKTIVITAS POSISI AWALAN *SHOOTING* DENGAN
KONSEP *TRIPLE THREAT POSITION* TERHADAP
HASIL *SHOOTING* ATLET BOLA BASKET
SMA N 1 KLATEN**

Oleh:

Lutfi Dwi Saputra
NIM. 14602241068

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas posisi awalan *shooting* dengan konsep *triple threat position* terhadap hasil *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten.

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan *authentic assesment*. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Klaten yang berjumlah 12 siswa laki-laki, diambil menggunakan teknik *total sampling*. Analisis data menggunakan analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) *Shooting* dengan menggunakan konsep *triple threat position* menghasilkan persentase keberhasilan sebesar 45,98%. (2) *Shooting* tanpa menggunakan konsep *triple threat position* menghasilkan persentase keberhasilan sebesar 43,21%. (3) Dapat disimpulkan bahwa *shooting* dengan menggunakan konsep *triple threat position* memiliki persentase keberhasilan lebih baik daripada *shooting* tanpa konsep *triple threat position*.

Kata kunci: *shooting*, *triple threat position*, bola basket

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Efektivitas Posisi Awalan *Shooting* dengan Konsep *Triple Threat Position* terhadap Hasil *Shooting* Atlet Bola Basket SMA N 1 Klaten“ dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Budi Aryanto, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Ketua Penguji, Sekretaris, dan Penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.
3. CH. Fajar Sri Wahyuniati, M.Or., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
4. Bapak Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
5. Pelatih dan atlet bola basket di SMA N 1 Klaten yang telah memberi izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Teman-teman seperjuangan yang telah mendukung saya dan berbagi ilmu serta nasihat dalam menyelesaikan tugas skripsi.
7. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah berikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT dan

Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, Februari 2019

Penulis,



Lutfi Dwi Saputra
NIM. 14602241068

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Batasan Masalah.....	4
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian.....	4
F. Manfaat Hasil Penelitian	4
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Teori	6
1. Hakikat Permainan Bola Basket.....	6
2. Hakikat <i>Tripple Threat Position</i>	19
B. Penelitian yang Relevan	25
C. Kerangka Berpikir	27
D. Pertanyaan Penelitian	28
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	30
B. Tempat dan Waktu Penelitian	30
C. Definisi Operasional Variabel	30
D. Populasi dan Sampel Penelitian	31
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	31
F. Teknik Analisis Data.....	32
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	33
1. Hasil <i>Shooting</i> Menggunakan <i>Triple Threat Position</i>	36
2. Hasil <i>Shooting</i> Tanpa Konsep <i>Triple Threat Position</i>	37

3. Perbedaan Hasil <i>Shooting</i> Menggunakan <i>Triple Threat Position</i> dan Tanpa <i>Triple Threat Position</i>	38
B. Pembahasan	39
C. Keterbatasan Penelitian	41
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	42
B. Implikasi Hasil Penelitian.....	42
C. Saran-saran	42
DAFTAR PUSTAKA	44
LAMPIRAN.....	46

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Cara Memegang Bola yang Benar.....	13
Gambar 2. Fase melakukan <i>Locking and Loading</i>	13
Gambar 3. Posisi Bola Berada di Depan Dahi	14
Gambar 4. <i>Follow Through</i>	14
Gambar 5. Busur Lambungan saat Menembak dan Arah Datangnya Bola.....	17
Gambar 6. Lima Posisi Tembakan.....	18
Gambar 7. Posisi Saat Menembak	20
Gambar 8. Posisi <i>Triple Threat</i>	23
Gambar 9. Posisi Memegang Bola	23
Gambar 10. Sikap Awal Memegang Bola Dari Sisi Depan, Belakang, dan Samping.....	23
Gambar 11. Diagram Batang Hasil <i>Shooting</i> Menggunakan <i>Triple Threat Position</i> dan Tanpa <i>Triple Threat Position</i> terhadap Hasil <i>Shooting</i> Atlet Bola Basket SMA N 1 Klaten.....	34
Gambar 12. Diagram Batang Hasil <i>Shooting</i> Menggunakan <i>Triple Threat Position</i> terhadap Hasil <i>Shooting</i> Atlet Bola Basket SMA N 1 Klaten	36
Gambar 13. Diagram Batang Hasil <i>Shooting</i> Tanpa Konsep <i>Triple Threat Position</i> terhadap Hasil <i>Shooting</i> Atlet Bola Basket SMA N 1 Klaten	37
Gambar 14. Diagram Batang Perbedaan Hasil <i>Shooting</i> Menggunakan <i>Triple Threat Position</i> dan Tanpa <i>Triple Threat Position</i> terhadap Hasil <i>Shooting</i> Atlet Bola Basket SMA N 1 Klaten.....	38

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Penilaian <i>Shooting</i> dengan Konsep <i>Triple Threat Position</i> dan Tanpa Konsep <i>Triple Threat Position</i>	32
Tabel 2. Hasil Data <i>Shooting</i> Menggunakan <i>Triple Threat Position</i> dan Tanpa <i>Triple Threat Position</i>	33

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari Fakultas	47
Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian dari SMA Negeri I Klaten	48
Lampiran 3. Lisensi Pelatih Pembantu Penelitian	49
Lampiran 4. Data Penelitian	50
Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian.....	52

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Permainan bola basket merupakan salah satu olahraga yang digemari oleh beberapa orang. Penggemarnya yang berasal dari segala usia merasa bahwa permainan bola basket adalah olahraga yang menyenangkan, kompetitif, mendidik, menghibur dan menyehatkan. Bola basket dimainkan oleh 12 orang pemain dimana 5 di dalam lapangan dan 7 orang menjadi pemain cadangan. Keterampilan perseorangan seperti *shooting*, *passing*, *dribble* dan *rebound*. Serta kerjasama tim untuk menyerang atau bertahan adalah prasyarat agar berhasil dalam memainkan olahraga ini. Secara umum permainan bola basket mempunyai unsur-unsur yang harus dikuasai selain teknik menembak yang harus dikuasai dan diperhatikan dalam permainan bola basket, yaitu: melempar dan menangkap bola, menggiring bola, teknik olah kaki (*foot work*), memeros/ berputar (*pivot*), teknik gerak tipu (*fakes and feins*), dan *rebounding*.

Dalam permainan bola basket dibutuhkan fundamental atau teknik dasar yang baik. Seorang atlet memiliki teknik dasar yang baik dapat membuat lawan yang melakukan *defense* akan menjadi kesulitan. Teknik dasar yang harus dimiliki seorang atlet basket antara lain *passing*, *shooting* dan *dribbling*. Teknik dasar atau fundamental akan menjadi hal yang sangat penting, karena hal tersebut akan menjadi salah satu faktor penentu keberhasilan atlet dalam mencetak angka. Walaupun tidak melupakan pentingnya aspek *defense* yang baik akan membuat lawan kesulitan dalam mencetak angka.

Seorang atlet akan mendapat kemenangan atau meraih prestasi terbaik apabila bermodalkan teknik dasar yang baik. Salah satu cara sebuah tim atau atlet mendapatkan sebuah kemenangan atau prestasi individu yang baik adalah apabila atlet tersebut dapat melakukan *shooting* dengan baik dan benar. *Shooting* merupakan unsur yang paling penting untuk mencetak angka dalam permainan bola basket. Sebuah *shooting* memerlukan teknik yang baik supaya saat melakukannya memperoleh hasil yang bagus. Untuk membentuk *shooting* yang baik dan benar dibutuhkan latihan dengan teknik dasar yang baik dan diberikan saat atlet masih dini atau saat muda. Melakukan *shooting* dalam permainan bola basket memerlukan gerakan kompleks meliputi gerakan tungkai, tubuh, dan lengan.

Hasil suatu *shooting* dipengaruhi oleh posisi awal pemain memegang bola hingga waktu melepas bola. Untuk melakukan tembakan diperlukan adanya koordinasi dari bagian ujung bawah tubuh sampai ujung jari yaitu antara kaki, punggung, bahu, siku, lengan, pergelangan tangan, dan jari tangan. Maka unsur *shooting* ini merupakan teknik dasar yang harus dipelajari dengan baik dan benar serta ditingkatkan keterampilannya dengan latihan.

Posisi awalan menembak dengan konsep *triple threat position* adalah salah satu bagian penting dalam permainan bola basket. *Tripple threat position* adalah sikap posisi awal kita saat menerima bola untuk melakukan *finishing*, baik itu akan melakukan *shooting*, memberikan *passing*, dan melakukan *dribble*. Posisi yang benar harus lutut jongkok, siku ditekuk dalam keadaan posisi *shooting*, posisi badan harus *balance*, dan semua persendian harus lentur dan siap. Pemain

yang ada pada posisi *triple threat position* dengan keadaan seimbang dan benar akan mampu melakukan *offense* khususnya melakukan *shooting* dengan baik ke arah *ring* basket.

Keuntungan melakukan tembakan dengan *triple threat position* adalah *efisien* dan *efektif*. Dalam hal ini *efisien* berarti dalam posisi awalan ketika kita akan melakukan *shooting* dengan awalan *triple threat position* adalah dapat melakukan 3 ancaman sekaligus ke arah ring lawan dalam satu bentuk gerakan. Ketiga ancaman tersebut meliputi *passing*, *shooting*, dan *dribble* ke arah pertahanan lawan. *Efektif* berarti mencapai tujuan mencetak angka sesuai yang kita inginkan dengan salah satu cara tersebut.

Atas dasar hal ini maka masalah utama yang harus dipecahkan adalah apakah posisi awalan *shooting* dengan konsep *triple threat position* berpengaruh terhadap hasil *shooting*. Apabila melakukan *shooting* dengan awalan *triple threat position* akan menghasilkan raihan angka yang maksimal. atau tanpa melakukan awalan *shooting* dengan *triple threat position* akan tetap mendapatkan hasil maksimal. Berdasarkan permasalahan di atas maka penulis ingin melakukan penelitian yang berjudul “**Efektivitas Posisi Awalan Shooting dengan Konsep Triple Threat Position terhadap Hasil Shooting Atlet Bola Basket SMA Negeri 1 Klaten**”.

B. Identifikasi masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Kemampuan *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten masih kurang.

2. Posisi awalan *shooting* dengan konsep *triple threat position* belum sepenuhnya dilakukan.
3. Belum diketahui efektivitas posisi awalan *shooting* dengan konsep *triple threat position* terhadap hasil *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, tidak semua permasalahan dijadikan masalah penelitian oleh peneliti karena terbatasnya waktu, tenaga, biaya dan keterampilan. Peneliti dalam penelitian ini hanya membatasi pada permasalahan tentang efektivitas posisi awalan *shooting* dengan konsep *triple threat position* terhadap hasil *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah untuk memberikan arahan yang jelas dalam penelitian ini, maka dirumuskan masalahnya adalah:

1. Berapa besar persentase *shooting* dengan menggunakan konsep *triple threat position*?
2. Berapa besar persentase *shooting* tanpa menggunakan konsep *triple threat position*?
3. Manakah yang lebih efektif antara menggunakan *triple threat position* dan tanpa *triple threat position* saat melakukan *shooting* terhadap hasil *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Persentase *shooting* dengan menggunakan konsep *triple threat position*.
2. Persentase *shooting* tanpa menggunakan konsep *triple threat position*.
3. Konsep yang lebih efektif antara menggunakan *triple threat position* dan tanpa *triple threat position* saat melakukan *shooting* terhadap hasil *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang posisi *shooting* dengan awalan *triple threat position* atau tanpa awalan *triple threat position* manakah yang akan mendapat raihan angka yang baik.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu memberikan gambaran mengenai efektivitas posisi awalan *shooting* dengan konsep *triple threat position* terhadap hasil *shooting* atlet bola basket, sehingga dapat dijadikan sebagai pertimbangan atau acuan bagi pembinaan.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Permainan Bola Basket

a. Pengertian Bola Basket

Bola basket merupakan suatu permainan beregu menggunakan bola besar yang diciptakan oleh James Nailsmith pada tahun 1891 di Springfield, Massachusetts (Kaplan, 2012: 15). Olahraga bola basket dimainkan oleh lima orang pemain tiap regu. Bentuk permainan yang diinginkan adalah permainan dengan menggunakan bola yang berbentuk bulat, dengan tidak ada unsur menendang, tidak ada unsur membawa lari bola, tanpa unsur menjegal, dengan menghilangkan gawang, ditambah adanya sasaran untuk merangsang dan sebagai tujuan permainan (Sumiyarsono, 2002: 2). Olahraga bola basket merupakan salah satu olahraga prestasi yang sangat diminati masyarakat saat ini terutama kalangan pelajar dan mahasiswa, sehingga banyak sekali kejuaraan bola basket yang diselenggarakan dan diikuti oleh masyarakat luas. Dengan banyaknya kejuaraan bola basket persaingan akan sangat tinggi. Hal ini menuntut pelatih untuk mengoptimalkan program latihan yang tepat kepada atlet, sedangkan atlet harus selalu mengevaluasi kekurangan di setiap pertandingan dan diperbaiki selanjutnya, sehingga dengan ini pelatih dan atlet akan bekerjasama untuk mencapai prestasi setinggi-tingginya.

Hal ini sebagaimana dijelaskan dalam dokumen FIBA (2006: 1) bahwa, “Bola basket dimainkan oleh dua (2) regu yang masing-masing terdiri dari 5

pemain. Tujuan dari masing-masing regu adalah untuk memasukkan bola ke keranjang lawan dan berusaha mencegah regu lawan memasukkan bola.” Untuk mengukir prestasi terbaik dalam olahraga bola basket harus melalui pembinaan prestasi yang sistematis dan terencana dengan baik, pada program jangka pendek ataupun program jangka panjang. Perlu kiranya untuk menyelenggarakan pembinaan yang dipantau di setiap jenjangnya, agar dapat menciptakan atlet-atlet bola basket yang berkualitas, baik teknik, taktik, fisik dan psikis. Tidak sedikit atlet berprestasi pada jenjang tertentu tetapi hilang pada jenjang selanjutnya.

Kosasih (2008: 2), bola basket adalah permainan yang menggunakan kecepatan (kaki dan tangan) dan kesigapan (keseluruhan gerak tubuh) 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*. Bola basket dimainkan oleh dua (2) tim yang masing-masing terdiri dari lima (5) pemain. Tujuan dari masing-masing tim adalah untuk mencetak gol dalam keranjang lawan dan untuk mencegah tim lainnya mencetak gol. Permainan ini dikendalikan oleh ofisial, ofisial meja dan komisaris, jika ada (*FIBA Rulles*, 2012: 4).

Krause et.al (2008: 20) menyatakan bola basket merupakan permainan kecepatan dan keseimbangan, dalam setiap pergerakan diharuskan untuk focus pada tujuan. Permainan bola basket juga merupakan bentuk permainan yang terbuka, sewaktu-waktu keadaan permainan dapat berubah, cara mengoper akan banyak sekali variasi yang terjadi di lapangan, pemain akan berusaha mengoperkan bola dengan berbagai cara agar bola tidak dapat dipotong lawan,

begitu juga dengan menembak, dalam menembak akan menyesuaikan keadaan yang ada, pemain tidak hanya melakukan tembakan dengan satu jenis tembakan saja.

Berdasarkan pendapat dari beberapa ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa permainan bola basket merupakan salah satu olahraga yang dimainkan oleh 2 regu yang masing-masing terdiri dari 5 orang dengan tujuan mencetak angka ke keranjang lawan dan mencegah regu lawan mencetak angka yang mendapat angka terbanyak menjadi pemenang. Bola dipindahkan dengan cara mengoper, *mendribble*, menggelindingkan dan sebagainya sesuai peraturan yang berlaku. Untuk menjadi sebuah tim yang hebat maka latihan disiplin sangat penting untuk membentuk kerjasama tim dan melatih *skill* individu, fisik, dan emosi.

b. Teknik Dasar Bola Basket

Permainan bola basket memiliki tujuan untuk memasukan bola kedalam keranjang. Bermain bola basket yang baik memerlukan gerakan atau teknik yang baik. Untuk mendapatkan permainan yang baik perlu adanya penguasaan teknik yang baik, sehingga bermain bola basket bisa dilakukan secara efektif dan efisien. Ada beberapa teknik dasar yang terdapat dalam olahraga bola basket. Sumiyarsono (2002: 12) mengemukakan teknik dasar dalam permainan bola basket adalah sebagai berikut:

- 1) Men-*dribble* bola (*Dribbling*),
- 2) Menangkap bola (*Catching*),
- 3) Mengoper bola (*Passing*); (a) Dengan dua tangan: *Chest pass, Bounce pass, Overhead pass*, (b) Dengan satu tangan: *Baseball pass, Lob pass, Hook pass, Jump pass*,
- 4) Menembak (*Shooting*); (a) Menghadap papan (*Facing shoot*), (b) Membelakangi papan (*Back up shoot*).

Pemain harus dapat mengetahui dan menguasai bagaimana menggerakkan dan mengontrol badannya karena merupakan alat yang baik bagi setiap pemain. Krause et.al (2008: 20) menyatakan bahwa terdapat 6 posisi dasar dan gerakan dasar dalam bola basket meliputi *stance, starts, steps, turns, stops, and jumps*. Senada dengan hal tersebut, Rose (2013: 71) menyatakan bahwa selain gerak dasar, atlet juga harus meningkatkan dasar bermain bola basket yang meliputi *shooting, passing, dan dribbling*.

Apabila teknik dasar tersebut telah dimiliki dengan baik oleh pemain, maka pemain juga dapat bermain dengan baik. Untuk meningkatkan penguasaan teknik yang baik perlu adanya pengulangan latihan, sehingga mendapatkan gerakan atau teknik yang otomatis pada saat bermain bola basket. Dari semua teknik diatas teknik menembak (*shooting*) yang paling penting dimiliki oleh atlet, karena dibandingkan dengan teknik yang lainnya menembak (*shooting*) merupakan teknik yang sederhana tetapi bisa menentukan kemenangan pada suatu pertandingan. Dengan pengulangan latihan menembak (*shooting*) tim yang memiliki atlet dengan persentase menembak (*shooting*) akan mudah untuk mendapatkan kemenangan.

c. Teknik Menembak

Menembak (*shooting*) dalam permainan bola basket adalah usaha yang dilakukan untuk mencetak angka, baik itu 3 angka, 2 angka atau 1 angka. Setiap pemain memiliki potensi untuk dapat menjadi penembak yang baik asal pemain tersebut berlatih dengan intensif dan konsisten. Dalam permainan bola basket adalah keterampilan yang wajib dimiliki oleh setiap pemain, walaupun setiap

pemain memiliki persentase keberhasilan tembakan (*shooting*) berbeda-beda. Seorang menembak akan melepaskan tembakan jika sudah mendapatkan sudut dan pandangan yang cukup luas untuk melepaskan tembakan. Bola hasil tembakan yang semakin parabola maka memiliki kesempatan yang besar untuk masuk ke keranjang.

Kosasih (2008: 46) menyatakan bahwa dua prinsip dasar dalam bermain basket adalah menciptakan peluang *shooting* untuk mencetak skor saat *offense* dan mencegah lawan melakukan hal yang sama saat *defense*. Krause et.al (2008: 100) menyatakan bahwa menembak merupakan keterampilan dasar yang paling dinikmati dan dipraktikkan pemain, dapat dilakukan sendiri. Rose (2013: 71) menambahkan bahwa penembakan harus menjadi bagian integral dari setiap latihan ofensif. *Shooting* merupakan bagian penting dari setiap latihan menyerang, karena akan selalu diakhiri dengan upaya menembak untuk mencetak angka. Latihan *shooting* pun dapat dilatih secara mandiri dikarenakan pemain dapat berlatih sendiri. Latihan *shooting* pun dapat dilatih secara mandiri dikarenakan pemain dapat berlatih sendiri. Showalter (2012: 70) menyatakan ketika menembak atlet harus belajar untuk fokus dalam menentukan target, langsung ke ring atau memanfaatkan papan pantul. Hal tersebut sangat penting untuk meningkatkan persentase masuk saat menembak

Setiap atlet bisa menjadi penembak yang baik dengan presentase menembak yang tinggi disetiap pertandingan, dengan pengulangan latihan secara terus-menerus. Menembak akan menghasilkan angka yang berbeda sesuai dengan di daerah mana pemain melakukan tembakan. Sumiyarsono (2002: 26)

menyatakan bahwa keterampilan terpenting dalam bola basket adalah kemampuan untuk menembak (*shooting*) bola ke dalam keranjang. Keterampilan ini merupakan suatu keterampilan yang memberikan hasil nyata secara langsung. Selain itu memasukkan bola ke dalam keranjang merupakan inti dari strategi permainan bola basket.

Oliver (2009: 13) menyatakan bahwa “semakin dekat dengan *ring basket*, semakin besar kesempatanmu untuk melakukan tembakan”. Pernyataan tersebut digunakan hanya untuk peluang dalam mencetak angka ke keranjang dengan teknik tembakan dua angka, tidak berlaku untuk pemain yang memiliki kemampuan tembakan jarak jauh (*3 point shoot*). Sebelum melakukan tembakan, hal yang harus diperhatikan oleh atlet atau pemain adalah cara menangkap operan, cara memegang bola dengan baik, jarak antara pemain dengan keranjang dan jarak antara pemain dengan pemain bertahan. Apabila pemain dengan cermat memperhatikan hal-hal tersebut kemungkinan *persentase* memasukan bola akan lebih tinggi.

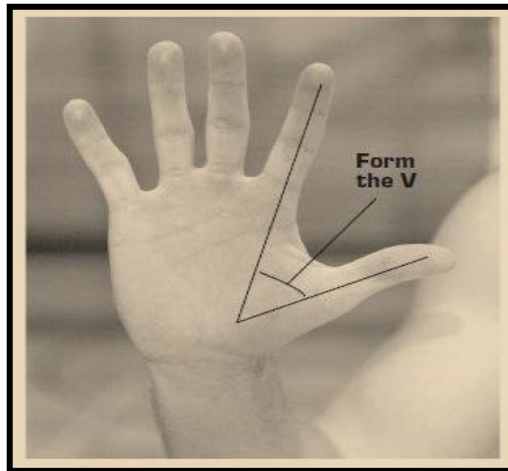
Teknik menembak perlu adanya pemahaman terlebih dahulu untuk mendapatkan gerakan teknik menembak yang bagus, karena teknik menembak yang baik akan membuat pergerakan menjadi efektif dan efisien. Berikut persyaratan teknik menembak yang baik, menurut Sumiyarsono (2002: 25) sebagai berikut:

- 1) Kaki sejajar, apabila menggunakan sikap kuda-kuda kaki yang berada di depan sesuai dengan tangan yang digunakan untuk menembak.

- 2) Awalan bola dipegang di atas kepala dengan dua tangan sedikit di depan dahi. Siku lengan tangan yang dipergunakan untuk menembak membentuk sudut 90° .
- 3) Tangan yang tidak dipergunakan untuk menembak meninggalkan bola saat dilepas, sedangkan tangan yang digunakan untuk menembak diputar menghadap arah tembakan. Sikap badan rileks menghadap sasaran.
- 4) Tekuk lutut secukupnya agar memperoleh awalan tembakan, posisi siku tetap 90° .
- 5) Luruskan kaki bersamaan dengan meluruskan tangan yang dipergunakan untuk menembak ke depan atas, sampai siku lurus dan diakhiri dengan lecutan pergelangan tangan sampai jari-jari menghadap ke bawah.
- 6) Sasaran sebagai tembakan dilihat di bawah bola, bukan di samping atau di atas bola.
- 7) Apabila bola tidak sampai pada sasaran yang dituju, maka tekuk lutut lebih rendah agar memperoleh momen yang lebih benar.

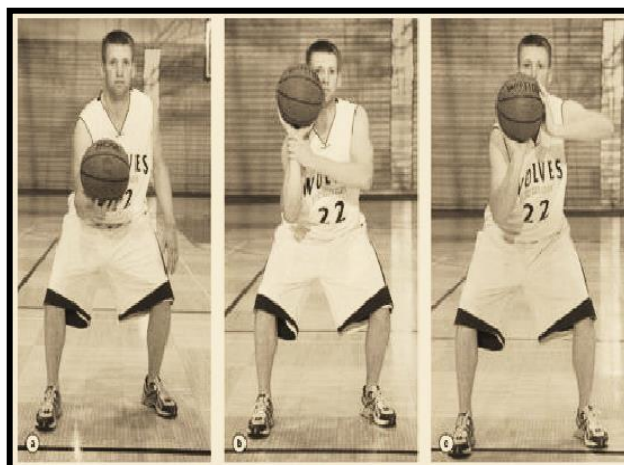
Adapula menurut Krause et.al (2008: 81-84) cara membak (*shooting*) mulai dari cara memegang bola hingga saat bola dilepaskan yang benar adalah sebagai berikut:

- 1) Jari tangan harus terbuka lebar dan dalam keadaan nyaman
- 2) Ibu jari dan telunjuk sudut sekitar 70° , membentuk huruf V bukan huruf L.



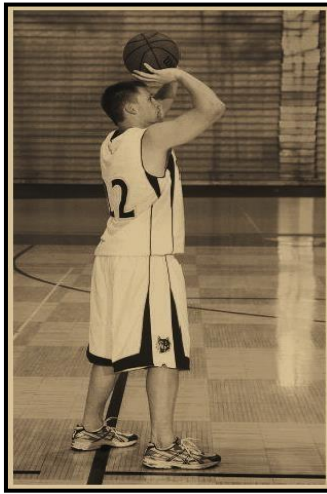
**Gambar 1. Cara Memegang Bola yang Benar
(Sumber: Krause et.al., 2008)**

- 3) Letakkan bola di telapak tangan untuk menembak, posisi tangan berada di depan tubuh
- 4) Lutut sedikit ditebuk
- 5) Pada saat memegang bola, pindahkan bola ke posisi menembak dengan memutar bola ke atas.
- 6) Posisi tangan menembak berada di belakang dan di bawah bola dan tangan yang bukan untu menembak bertugas untuk menyeimbangkan bola, teknik ini disebut *locking and loading*.



**Gambar 2. Fase melakukan *Locking and Loading*
(Sumber: Krause et.al., 2008: 81)**

7) Angkat bola di depan dahi



Gambar 3. Posisi Bola Berada di Depan Dahi
(Sumber: Krause et.al., 2008: 84)

- 8) Kemudian dorong bola ke atas dan ke depan dengan jari dan siku, sudut rilis bola yang tepat adalah 60° horizontal.
- 9) Secara bersamaan lutut diluruskan untuk mendapatkan daya dorong ke atas,
- 10) *Follow through*, siku melakukan gerakan ekstensi penuh dan pergelangan tangan melakukan gerakan fleksi. Dalam keadaan ini seorang pemembak memvisualisasikan tangan seperti bentuk leher angsa.



Gambar 4. *Follow Through*
(Sumber: Krause et.al., 2008: 84)

Tidak semua pemain menguasai teknik menembak dengan baik, karena teknik menembak membutuhkan latihan yang intensif supaya dapat menguasai teknik dengan baik dan tingkat keberhasilan dalam melakukan tembakan akan lebih tinggi. Teknik menembak sangat sulit di kuasai. Karena teknik menembak memerlukan konsentrasi yang tinggi ditambah tenaga yang stabil untuk mencapai keranjang, dan membuat bola parabola sehingga presentase bola masuk ke keranjang lebih tinggi. Untuk mendapatkan presentase menembak yang tinggi perlu banyak percobaan yang dilakukan sehingga terbentuknya gerak otomatis pada saat melakukan tembakan. Dengan permainan bola basket yang mengharuskan kondisi fisik yang baik, konsentrasi harus tepat stabil untuk mendapatkan tembakan yang berhasil masuk ke keranjang.

Menembak akan menghasilkan akurasi yang baik tergantung dari pelepasan atau lecutan yang dilepaskan ketika menembak. Karena ketinggian bola akan berpengaruh masuk atau tidaknya bola hasil tembakan. Semakin tinggi atau parabola maka akan besar pula kesempatan bola untuk masuk ke keranjang, tetapi ketika ketinggian bola sejajar dengan keranjang maka bola akan sulit untuk masuk ke keranjang, hal itu terjadi karena ketinggian keranjang yang memaksa penembak untuk melepaskan bola lebih tinggi dari posisi keranjang, dengan ini kesempatan bola akan semakin besar untuk masuk ke keranjang.

Sumiyarsono (2002: 27) menjelaskan lambungan bola dapat dibedakan menjadi tiga di antaranya:

1) Busur lambungan datar

Apabila lambungan bola mengambil busur lambungan datar, jalannya bola paling mudah untuk dikontrol akan tetapi menempuh daerah bidang yang sempit atau cincin basket. Kemungkinan bola akan mengenai bagian lengkung cincin depan atau belakang. Sedangkan pantulan yang akan terjadi, bola terbang jauh secara vertikal atau kurve datar dari daerah cincin basket.

2) Busur lambungan sedang

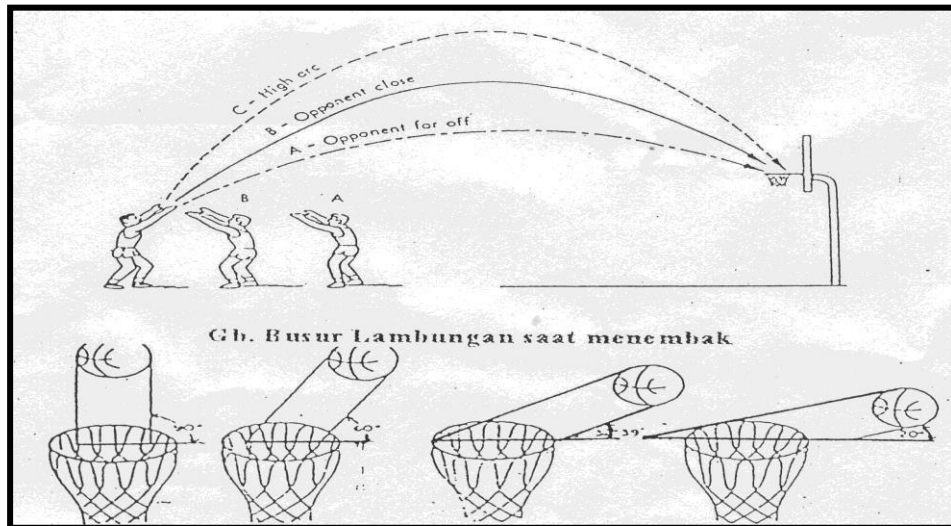
Apabila lambungan bola mengambil busur lambungan sedang, memudahkan jalannya bola untuk dikontrol ke arah sasaran, akan tetapi menempuh daerah atas cincin basket. Kemungkinan bola akan memantul mengenai bagian atas cincin. Sedangkan pantulan yang akan terjadi, bola terbang jauh secara vertikal dari daerah cincin basket sehingga bola dimungkinkan masih dapat masuk setelah memantul.

3) Busur lambungan tinggi

Apabila lambungan bola mengambil busur lambungan tinggi, menyulitkan jalannya bola untuk dikontrol ke arah sasaran, sehingga bola lebih banyak luncas akan tetapi menempuh daerah bidang lebih luas atau cincin basket. Kemungkinan bola akan memantul mengenai bagian atas dan samping cincin. Sedangkan pantulan yang akan terjadi, bola terbang jauh secara vertikal dari daerah cincin basket sehingga bola dimungkinkan untuk tidak masuk setelah memantul.

Pada pernyataan di atas busur lambungan yang banyak digunakan dan cukup efektif adalah pada busur lambungan sedang. Busur lambungan sedang dikatakan cukup efektif, sebab memudahkan jalannya bola untuk dikontrol

menuju sasaran. Berikut ini bentuk gambar busur lambungan bola sesuai dengan pernyataan di atas:



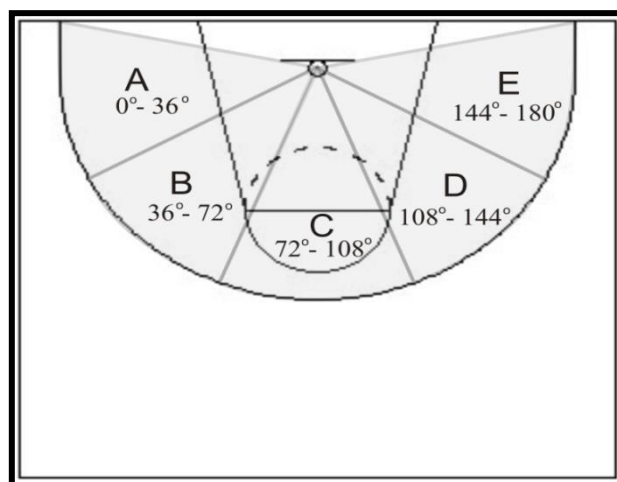
Gambar 5. Busur Lambungan saat Menembak dan Arah Datangnya Bola (Sumber: Sumiyarsono, 2002: 27)

d. Daerah Tembakan

Permainan bola basket dibagi menjadi dua daerah yang mempunyai nilai, yaitu: (1) Tembakan dengan nilai 2 angka (*medium*), dan (2) Tembakan dengan 3 angka (*perimeter*). Keduanya mempunyai daerah yang berbeda, namun ada tembakan yang bernilai 1 angka yaitu tembakan hukuman yang dilakukan apabila terjadi kesalahan dan wasit memberi sanksi berupa tembakan hukuman untuk lawannya. Iswahyudi (2001: 21) mengemukakan daerah *perimeter* dapat dibagi menjadi lima sudut tembakan. Berdasarkan pola dari lapangan bola basket dan pola bertahan dari pemain lawan, kebanyakan pemain sering melakukan tembakan pada lima posisi tersebut. Adapun posisi dan sudut dalam lapangan bola basket berdasarkan pembagian lima posisi menurut Iswahyudi (2001: 21) adalah sebagai berikut:

- 1) Tembakan tiga angka di sebelah kiri *ring basket* dapat mewakili daerah tembakan tiga angka bagian A dengan besar sudut antara 0 derajat sampai 36 derajat.
- 2) Tembakan tiga angka di sebelah kiri depan *ring basket* dapat mewakili daerah tembakan tiga angka bagian B dengan besar sudut antara 36 derajat sampai 72 derajat.
- 3) Tembakan tiga angka di depan *ring basket* dapat mewakili daerah tembakan tiga angka bagian C dengan besar sudut antara 72 derajat sampai 108 derajat.
- 4) Tembakan tiga angka di sebelah kanan depan *ring basket* dapat mewakili daerah tembakan tiga angka bagian D dengan besar sudut antara 108 derajat sampai 144 derajat.
- 5) Tembakan tiga angka di sebelah kanan *ring basket* dapat mewakili daerah tembakan tiga angka bagian E dengan besar sudut antara 144 derajat sampai 180 derajat.

Di bawah ini gambar lima posisi sudut tembakan jarak jauh:



**Gambar 6. Lima Posisi Tembakan
(Iswahyudi, 2001: 21)**

Dalam penelitian Iswahyudi (2001: 21) mengemukakan lima titik tembakan yang sering digunakan dalam menembak, didalam penelitiannya Bonang Iswahyudi meneliti *three point shoot*. Mengadopsi dari lima posisi tembakan *three point shoot*, area *medium shoot* tidak jauh berbeda, 5 sudut yang sudah ditentukan sama hanya saja jarak yang sedikit di majukan dari jarak *three point shoot* ke dalam garis *three point shoot*.

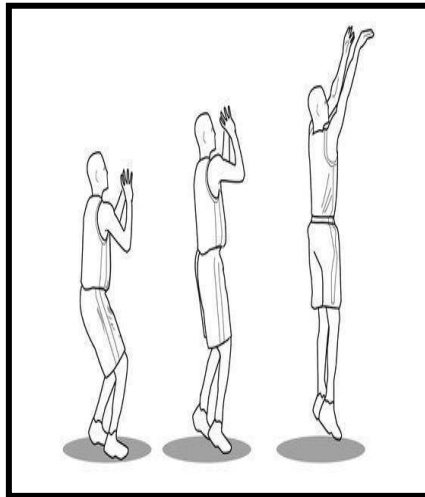
2. Hakikat Triple Threat Position

a. Pengertian Tripple Threat Position

Wissel (2000: 40) menyatakan *Tripple threat position* adalah bagian penting dalam permainan bola basket, karena posisi *trippel threat position* adalah bagian awal untuk melakukan *finishing* eksekusi baik itu akan melakukan *shooting*, menerima *passing*, dan melakukan *dribble*. Posisi yang benar harus lutut jongkok, siku ditekuk dalam keadaan posisi *shooting*, posisi badan harus *balance*, dan semua persendian harus lentur dan siap. Pemain yang ada pada posisi *trippel threat position* dengan keadaan seimbang dan benar akan mampu melakukan *offense* khususnya melakukan *shooting* dengan baik ke arah *ring* basket.

Aspek terpenting dalam gerakan *triple threat* adalah menguasai bola dengan senyaman mungkin, sehingga dapat membuat suatu pergerakan yang dapat dianggap sebagai ancaman bagi lawan. Oliver (2009: 2) menyatakan posisi *triple threat* adalah posisi atau sikap berdiri dasar dalam olahraga yang digunakan para pemain penyerang yang terampil setiap kali mereka menerima bola, khususnya daerah perimeter. Dari posisi *triple threat* ini, maka setiap pemain penyerang dapat menembak, mengumpan ataupun men-*dribble* dengan mudah. Jika

penggunaan posisi *triple threat* ini digunakan secara efektif, maka dapat membantu setiap pemain penyerang untuk menciptakan kesempatan bagi dirinya sendiri ataupun bagi rekan-rekan setimnya.



Gambar 7. Posisi Saat Menembak
(<https://www.google.com/search?q=posisi+setelah+melakukan+shooting+bola+bask>)

Pemain melakukan *triple threat position* dengan perasaan *feeling* yaitu siap di dalam segala kemungkinan untuk melakukan serangan, khususnya pada *shooting*. Mempertahankan dan menjaga posisi *triple threat position* adalah suatu latihan yang memerlukan kerja keras dan kemauan yang tinggi. Pemain harus dibiasakan merasa nyaman dengan latihan tersebut, dengan memberikan pengertian serta tujuan kegunaan latihan tersebut. Posisi *triple threat* sangatlah mudah untuk dilakukan. Oliver (2009: 11) mengemukakan bahwa teknik posisi *triple threat* sebagai berikut :

- 1) Kaki sedikit diregangkan, berat badan bertumpu pada telapak kaki bagian depan
- 2) Kaki terentang selebar bahu, jari-jari kaki mengarah ke ring basket
- 3) Lutut ditekuk, tubuh bagian atas sedikit membungkuk pada bagian pinggang

- 4) Lengan yang digunakan untuk menembak ditekuk membentuk huruf L, pergelangan dan tangan yang digunakan untuk menembak bola diberi tenaga penuh
- 5) Bola dipegang dengan telapak jari-jari tangan yang akan menembak
- 6) Bahu terbuka mengarah ke ring
- 7) Kepala dikokohkan, pandangan mata tertuju pada ring basket dan pertahanan lawan

Dengan dapat melakukan posisi dasar *triple threat* maka pada saat menguasai bola, seorang pemain tidak akan merasa kaku ataupun bingung dengan gerakan yang selanjutnya akan dilakukannya. Oliver (2009: 4) menyatakan ada beberapa faktor yang mempengaruhi dalam melakukan posisi *triple threat* adalah :

1) *Jump-stop*

Jump-stop adalah sebuah gerakan berhenti secara mendadak dengan kedua kaki secara bersamaan setelah menerima bola, posisi kedua kaki kuat, terkendali yang dapat memungkinkan pemain penyerang dapat melakukan gerakan *pivot*.

2) *Pivot*

Pivot adalah gerakan poros kaki yang kan berpengaruh saat pemain penyerang akan melakukan belokan ke kiri ataupun kanan. Gerakan ini sangat sensitif dikarenakan hanya satu kaki yang dapat bergerak berputar sedangkan satu kaki harus menjadi poros dari gerakan tersebut tanpa ada pindahan titik porosnya.

3) Tipuan bola (*fake shoot* dan *fake pass*)

Tipuan bola ini digunakan untuk membuat seorang pemain bertahan bergerak atau melompat dari tempatnya sendiri. Gerakan ini bertujuan untuk

menipu lawan dengan gerakan seakan-akan ingin menembak bola ke ring atau sekedar menggerakkan lengan tangan seolah-olah akan mengoper bola. Jika tipuan bola dilakukan dan pemain bertahan bergerak atau melompat, maka akan tercipta jalur atau ruang kosong untuk dapat melakukan gerakan serangan selanjutnya.

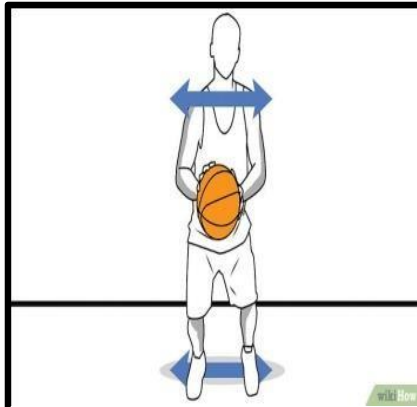
4) *Jab step*

Jab step adalah sebuah taktik penyerangan individu yang lazim dan sering digunakan oleh setiap pemain penyerang. Gerakan ini bertujuan untuk menipu lawan agar bergerak mengikuti gerakan tipuan yang seakan-akan melakukan *dribble drive* ke area pertahanan lawan. Gerakan ini dilakukan saat posisi *triple threat* lalu kaki sebelah kanan atau kiri di gerakan maju ke arah lawan.

Posisi *triple threat* dapat menjadi suatu taktik atau strategi serangan jika saling digabungkan dan diakhiri dengan sebuah tembakan ke arah ring. Pilihan pada gabungan posisi tersebut menurut Oliver (2009: 11) yaitu: *Jab step, Jab step* dan *jump shoot, Fake shoot* dan *dribble-drive, Jab step, fake shoot*, dan *dribble-drive, Dribble-drive, jump stop*, dan *fake shoot*.

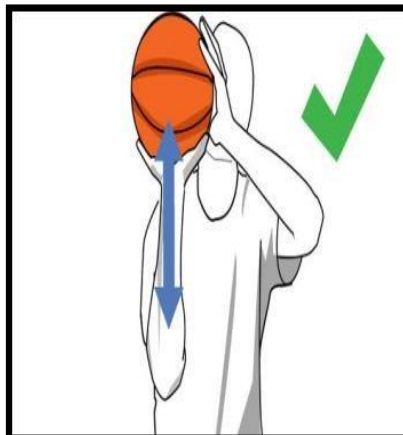
b. Shooting dengan Triple Threat Position

Sikap awal saat menerima bola akan menentukan langkah berikutnya yang akan dilakukan oleh seorang pemain. Salah satu sikap awal ketika mendapat bola adalah *triple threat position*. Dalam posisi ini kita dapat melakukan ancaman ke arah ring lawan tidak hanya dengan *shooting, passing* dan *dribble* menyusuk juga dapat kita lakukan.

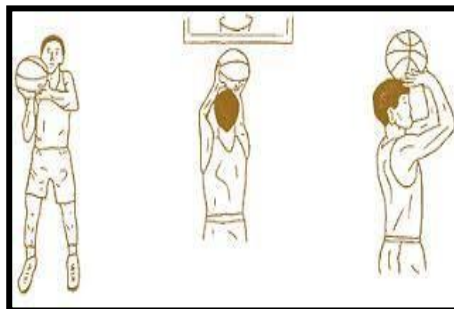


Gambar 8. Posisi *Triple Threat*
(<https://www.google.com/search?q=posisi+triple+threat>)

Tidak lupa posisi saat kita memegang bola harus seperti akan menembak agar *defens* tidak dapat menebak apa yang akan kita lakukan selanjutnya. Kita dapat melakukan *shooting*, *passing* dan *dribble* masuk pertahanan.



Gambar 9. Posisi Memegang Bola
(<https://www.google.com/search?q=posisi+triple+threat>)



Gambar 10. Sikap Awal Memegang Bola Dari Sisi Depan, Belakang, dan Samping
(<https://www.google.com/search?q=posisi+triple+threat>)

Ada istilah berkaitan dengan teknik *shooting* dalam bola basket yang perlu dikenalkan kepada pemain sejak dini yaitu *BEEF*. *BEEF* adalah sebuah konsep *shooting* yang memudahkan atlet untuk memahami dan menguasai teknik tembakan dengan baik dan benar. Keuntungan melakukan tembakan dengan konsep *BEEF* adalah *efisien* dan *efektif* mudah dimengerti. Kosasih (2008: 47) *BEEF* yaitu:

- 1) B (*Balance*) keseimbangan: Gerakan selalu dimulai dari sikap siap menerima bola. Saat menangkap bola menekuk lutut serta atur agar tubuh dalam posisi seimbang.
- 2) E (*Eyes*) mata: Agar *shooting* menjadi akurat pemain harus dengan segera mengambil fokus pada target (pemain dengan cepat mampu mengkoordinasikan letak ring), dan mata tak terhalang oleh bola dan tangan.
- 3) E (*Elbow*) siku lengan: Pertahankan posisi siku agar pergerakan lengan akan tetap vertikal.
- 4) F (*Follow through*) gerakan lanjutan: Kunci siku lalu lepaskan gerakan lengan jari-jari dan pergelangan tangan mengikuti ke arah ring.

Balance (keseimbangan) keuntungannya dalam konsep *BEEF* yaitu berada dalam keseimbangan memberikan tenaga, kontrol, dan irama pada saat melakukan *shooting*, posisi kaki adalah dasar keseimbangan. Wissel (2000: 46) menyatakan bahwa untuk mendapatkan keseimbangan saat melakukan *shooting*, buka kaki selebar bahu arahkan jari-jari kaki lurus ke depan (mengarah ke ring basket) kaki pada sisi tangan yang menembak harus di depan (kaki kanan untuk tembakan tangan kanan) tekuklah lutut sangat penting karena itu akan memberi tenaga.

Eyes (mata) yang baik dalam konsep *BEEF*, pada saat melakukan tembakan mata tidak boleh terhalang apapun agar seorang penembak dapat melihat letak ring di sebelah mana. Wissel (2000: 46) mengatakan bahwa pusatkan mata anda pada ring, pusatkan pada sisi muka lingkaran untuk semua tembakan kecuali untuk tembakan pantulan, pandanglah sasaran anda (ring basket) secepatnya dan jagalah mata tetap terfokus padanya (ring basket) hingga bola mencapai sasaran.

Elbow (siku lengan) harus 90 derajat tidak boleh kurang atau lebih karena akan berpengaruh pada tenaga saat mendorong bola, pertahankan siku tetap di dalam, dalam artian siku tetap tegak lurus tidak boleh miring.

Follow through (saat melepas bola) dari jari tengah, pertahankan lengan anda tetap di atas dan terentang sepenuhnya dengan jari tengah menunjuk ke sasaran sampai bola menyentuh atau sampai ke sasaran (ring basket).

B. Penelitian yang Relevan

Manfaat dari penelitian yang relevan yaitu sebagai acuan agar penelitian yang sedang dilakukan menjadi lebih jelas. Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu sebagai berikut.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Yosua Ivan Daneshputra Kasih (2018) yang berjudul “Efektivitas Taktik *Triple Threat* Tim Putra Bola Basket Kota Yogyakarta pada Pekan Olahraga Daerah (Porda) DIY Tahun 2017”. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan pengamatan (observasi) dan analisis dokumen (video). Metode survei adalah penyelidikan yang diadakan untuk memperoleh fakta-fakta dan gejala-gejala yang ada dan mencari kekurangan-kekurangan secara factual (Suharsimi

Arikunto, 2006: 56). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar efektivitas taktik *triple threat* tim putra bola basket Kota Yogyakarta pada Pekan Olahraga Daerah (PORDA) DIY tahun 2017. Hasil penelitian menunjukkan tingkat efektivitas taktik *triple threat* Tim putra Bola Basket Kota Yogyakarta sebagian besar lebih efektif dengan melakukan *catching* total skor 6069 dengan nilai rata-rata 1213 dan rata-rata prosentase 98,25%, sedangkan hasil yang paling kecil adalah *shooting* total skor 624 dengan nilai rata-rata 124 dan rata-rata prosentase 57,74%. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa teknik dasar *catching* merupakan tindakan yang paling sering dilakukan oleh pemain, saat posisi nyaman dapat melakukan berbagai gerakan yang dapat dianggap sebagai ancaman bagi lawan, akan tetapi *catching* lebih sering dilakukan hal tersebut dikarenakan saat menangkap bola lebih efektif dan nyaman dilakukan oleh pemain, dibandingkan pada teknik lainnya. Penelitian ini dianggap relevan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu pada variabel mengenai taktik *triple threat* bola basket. Penelitian ini juga sama dari jenis penelitiannya, yaitu penelitian deskriptif.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Rizki Adhi Wijaya (2017) yang berjudul “Pengaruh Latihan *Jump Stop Shoot* dan *Triple Threat Position* terhadap Hasil *Jump Shoot* Putra Ekstrakurikuler Bola Basket SMA Negeri 2 Pringsewu Tahun 2016/2017”. Masalah dalam penelitian adalah siswa belum mampu menguasai teknik *jump shoot* dengan baik sehingga pada saat melakukan *jump shoot* hasil yang diperoleh kurang maksimal. Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen. Desain penelitian ini adalah *pre-test* dan

post-test. Populasi yang diambil adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler basket putra dengan jumlah 20 orang. Sampel yang digunakan adalah jumlah populasi (*total sampling*) yaitu 20 orang. Hasil analisis data diperoleh t-hitung $X_A = -5,48$ $X_B = -3,75$ t tabel $-2,101$ taraf nyata 5%, $n = 20$. Jika $-t \text{ tabel} \leq t \text{ hitung} \leq t \text{ tabel}$ maka H_0 diterima H_a ditolak, Jadi ada perbedaan yang signifikan kemampuan tes awal dan tes akhir terhadap hasil *Jump Shoot*. Sedangkan uji-t perbedaan antara X_A dan X_B diperoleh t-hitung $-2,24 < t \text{ tabel} -2,101$ maka tolak H_0 . Kelompok eksperimen A dan eksperimen B ternyata menunjukkan adanya pengaruh yang positif dari latihan *jump stop shoot* dan *triple threat position*. latihan *jump stop shoot* memiliki pengaruh yang besar daripada latihan *triple threat position* terhadap peningkatan hasil *jump shoot* pada siswa ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 2 Pringsewu. Penelitian ini dianggap relevan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu pada variabel mengenai taktik *triple threat* bola basket.

C. Kerangka Berpikir

Dalam olahraga bola basket *shooting* merupakan komponen yang sangat penting dan menentukan kemenangan suatu tim dalam sebuah pertandingan. Maka kemampuan dasar *shooting* bola basket harus dikuasai. Sebuah awalan *shooting* dengan sikap awal yang baik akan mempengaruhi hasil *shooting* yang diraih dalam setiap peluang menembak.

Shooting merupakan salah satu teknik dasar yang harus dikuasai dengan baik karena *shooting* sering digunakan oleh para pemain bola basket dalam mencetak poin. Menembak berfungsi untuk memasukkan bola sebanyak mungkin

ke keranjang lawan supaya dapat memimpin dan memenangkan pertandingan. Kemampuan suatu regu dalam melakukan tembakan akan menentukan hasil yang dicapai dalam suatu pertandingan. Melakukan tembakan dalam permainan bola basket memerlukan gerakan yang kompleks meliputi gerakan tungkai, tubuh, lengan, dan gerakan lompat vertikal ke atas, jauh dekatnya tembakan dipengaruhi oleh posisi pemain dari ring dan jangkauan lengan pemain, sehingga apabila jarak tembakan semakin jauh memerlukan teknik menembak yang lebih kuat dan tepat.

Tripple threat position adalah bagian penting dalam permainan bola basket, karena posisi *tripples threat position* adalah bagian awal untuk melakukan *finishing* eksekusi baik itu akan melakukan *shooting*, menerima *passing*, dan melakukan *dribble*. Posisi yang benar harus lutut jongkok, siku ditekuk dalam keadaan posisi *shooting*, posisi badan harus *balance*, dan semua persendian harus lentur dan siap. Pemain yang ada pada posisi *tripples threat position* dengan keadaan seimbang dan benar akan mampu melakukan *offense* khususnya melakukan *shooting* dengan baik ke arah *ring* basket.

D. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan kerangka berpikir yang dibangun oleh kajian teori, dapat diajukan pertanyaan penelitian yaitu

1. Bagaimana efektivitas *shooting* menggunakan *triple threat position* saat melakukan *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten?
2. Bagaimana efektivitas *shooting* tanpa menggunakan *triple threat position* saat melakukan *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten?
3. Manakah yang lebih efektif antara menggunakan *triple threat position* dan

tanpa *triple threat position* saat melakukan *shooting* terhadap hasil *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten?”

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Sugiyono (2007: 3) menyatakan penelitian komparatif adalah penelitian yang membandingkan keberadaan satu variabel atau lebih pada dua atau lebih sampel yang berbeda, atau pada waktu yang berbeda. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan *authentic assesment*. Arikunto (2013: 312) menyatakan metode survei merupakan penelitian yang biasa dilakukan dengan subjek yang banyak, dimaksudkan untuk mengumpulkan pendapat atau informasi mengenai status gejala pada waktu penelitian berlangsung.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian yaitu di SMA Negeri 1 Klaten, yang beralamat di Jl. Merbabu No.13, Gayampit, Klaten Selatan, Kabupaten Klaten, Jawa Tengah 57423. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan November 2018.

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Arikunto (2013: 118) menyatakan bahwa “Variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian”. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *shooting* dengan konsep awalan *triple threat position* dan *shooting* tanpa konsep awalan *triple threat position*. Definisi operasionalnya dijelaskan sebagai berikut:

1. *Triple threat position* adalah bagian penting dalam permainan bola basket, karena posisi *tripple threat position* adalah bagian awal untuk melakukan *finishing* eksekusi baik itu akan melakukan *shooting*, menerima *passing*, dan melakukan *dribble*. Diukur menggunakan *authentic assesment* pada saat bermain.
2. Tanpa *triple threat position* yaitu dalam posisi ini atlet tidak melakukan sikap awalan seperti saat melakukan ancaman saat awal mendapat bola, tidak dalam keadaan seimbang saat akan melakukan *finishing*. Serta tidak memiliki variasi *ofense* yang banyak. Diukur menggunakan *authentic assesment* pada saat bermain.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

Sugiyono (2007: 55) menyatakan bahwa “populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian disimpulkan”. Pendapat lain menurut Arikunto (2013: 101) “populasi adalah keseluruhan subjek penelitian”. Sesuai dengan pendapat di atas, maka populasi dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Klaten yang berjumlah 12 siswa laki-laki. Arikunto (2013: 109) menyatakan bahwa “sampel adalah sebagian atau wakil yang diselidiki. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*”.

E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya akan

lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga mudah diolah (Arikunto, 2013: 136). Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan teknik tes dan pengukuran. Teknik pengumpulan data menggunakan tes pengamatan keterampilan menembak dengan konsep *Triple Threat Position* dan tanpa konsep *Triple Threat Position*. Dimana setiap atlet melakukan *shooting* dalam sebuah permainan.

1. Melakukan *shooting* dengan konsep *Triple Threat Position*.
2. Melakukan *shooting* tanpa konsep *Triple Threat Position*.

Penilaian ini dilakukan oleh dua orang *judge*. *Judge* merupakan pelatih yang memiliki lisensi kepelatihan bola basket dan memiliki pengalaman melatih yang diajarkan dengan prestasi melatih. Instrumen sebagai berikut:

Tabel 1. Penilaian *Shooting* dengan Konsep *Triple Threat Position* dan Tanpa Konsep *Triple Threat Position*

No	Nama	<i>Shooting</i> dengan Konsep <i>Triple Threat Position</i>		<i>Shooting</i> Tanpa Konsep <i>Triple Threat Position</i>	
		Masuk	Gagal	Masuk	Gagal
1					
2					
3					
4					

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik statistik deskriptif. Penghitungan statistik deskriptif menggunakan statistik deskriptif persentase, karena yang termasuk dalam statistik deskriptif antara lain penyajian data melalui tabel, grafik, diagram, lingkaran, piktogram, perhitungan *mean*, *modus*, *median*, perhitungan desil, persentil, perhitungan penyebaran data perhitungan rata-rata, *standar deviasi*, dan persentase (Sugiyono, 2007: 112).

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

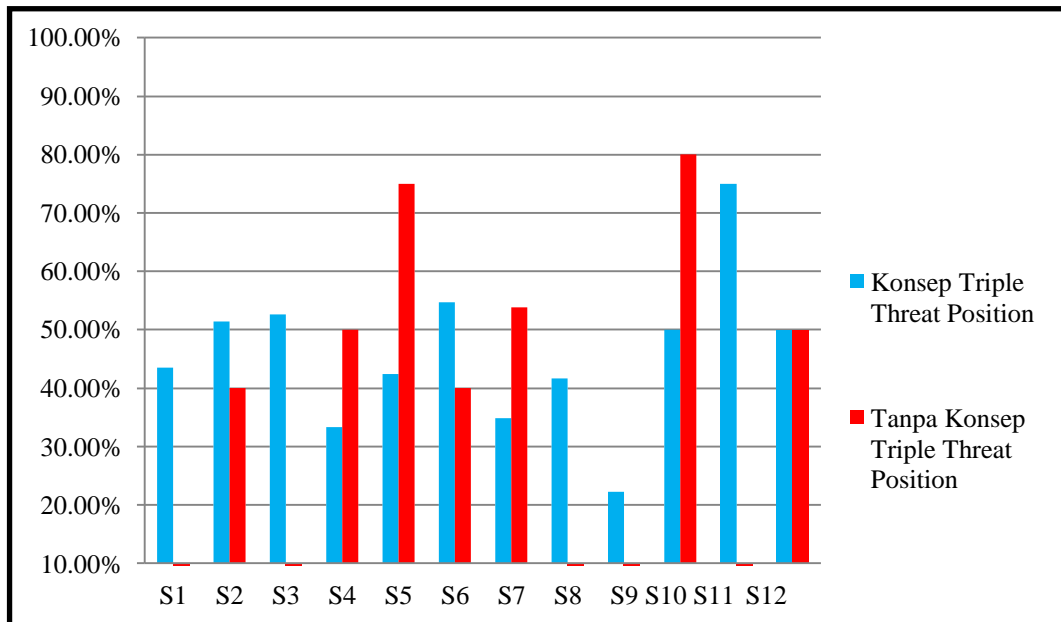
A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini dimaksudkan untuk menggambarkan data yaitu tentang manakah yang lebih efektif antara menggunakan *triple threat position* dan tanpa *triple threat position* saat melakukan *shooting* terhadap hasil *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten. Subjek dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Klaten yang berjumlah 12 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan tes pengamatan saat pertandingan dengan konsep *Triple Threat Position* dan tanpa konsep *Triple Threat Position*. Dimana setiap atlet melakukan *shooting* dalam sebuah permainan selama 6 kali pertandingan, kemudian hasilnya dicatat dalam lembar *authentic assesment*. Hasil analisis data dideskripsikan sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil Data Shooting Menggunakan Triple Threat Position dan Tanpa Triple Threat Position

No	Nama	Konsep <i>Triple Threat Position</i>				Σ	Tanpa Konsep <i>Triple Threat Position</i>				Σ
		M	G	M %	G %		M	G	M %	G %	
1	S1	10	13	43,48	56,52	23	0	2	0,00	100,00	2
2	S2	18	17	51,43	48,57	35	2	3	40,00	60,00	5
3	S3	10	9	52,63	47,37	19	0	4	0,00	100,00	4
4	S4	10	20	33,33	66,67	30	1	1	50,00	50,00	2
5	S5	14	19	42,42	57,58	33	3	1	75,00	25,00	4
6	S6	29	24	54,72	45,28	53	2	3	40,00	60,00	5
7	S7	15	28	34,88	65,12	43	7	6	53,85	46,15	13
8	S8	5	7	41,67	58,33	12	0	0	0,00	0,00	0
9	S9	2	7	22,22	77,78	9	0	0	0,00	0,00	0
10	S10	8	8	50,00	50,00	16	4	1	80,00	20,00	5
11	S11	6	2	75,00	25,00	8	0	0	0,00	0,00	0
12	S12	4	4	50,00	50,00	8	1	1	50,00	50,00	2
Σ		131	158	551,78	648,22	289	20	22	388,85	511,15	42
Rata-rata Persentase				45,98	54,02				43,21	56,79	

Berdasarkan data pada tabel 2 tersebut di atas hasil *shooting* menggunakan *triple threat position* dan tanpa *triple threat position* saat melakukan *shooting* terhadap hasil *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten dapat disajikan pada gambar 11 sebagai berikut:



Gambar 11. Diagram Batang Hasil *Shooting* Menggunakan *Triple Threat Position* dan Tanpa *Triple Threat Position* terhadap Hasil *Shooting* Atlet Bola Basket SMA N 1 Klaten

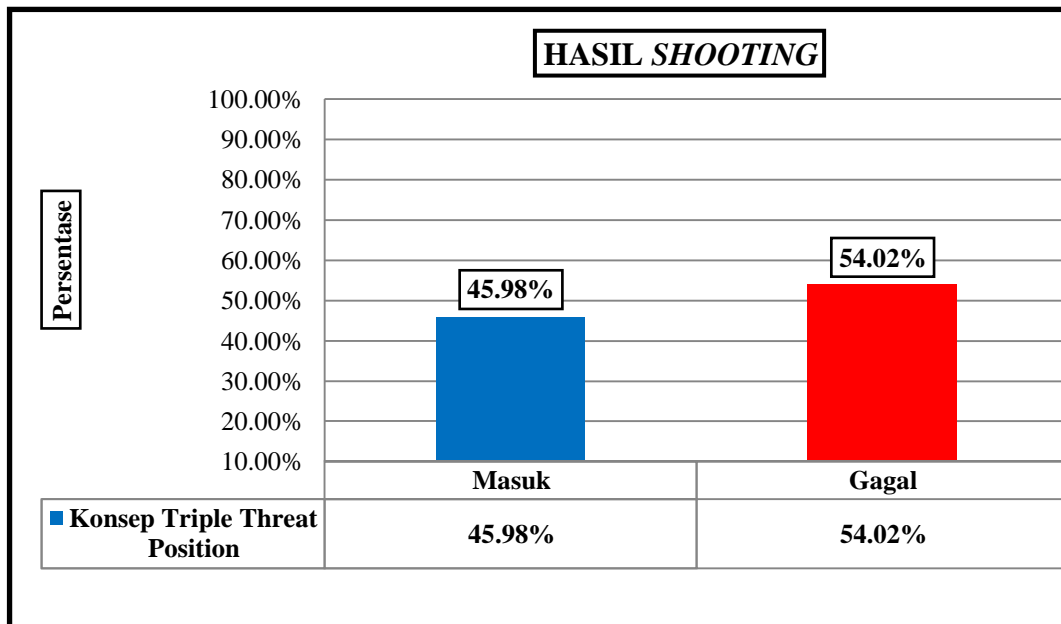
Berdasarkan diagram di atas, menunjukkan bahwa:

1. Subjek 1 *shooting* menggunakan *triple threat position* persentase masuk sebesar 43,48% dan tanpa *triple threat position* persentase masuk sebesar 0%.
2. Subjek 2 *shooting* menggunakan *triple threat position* persentase masuk sebesar 51,43% dan tanpa *triple threat position* persentase masuk sebesar 40%.
3. Subjek 3 *shooting* menggunakan *triple threat position* persentase masuk sebesar 52,63% dan tanpa *triple threat position* persentase masuk sebesar 0%.

4. Subjek 4 *shooting* menggunakan *triple threat position* persentase masuk sebesar 33,33% dan tanpa *triple threat position* persentase masuk sebesar 50%.
5. Subjek 5 *shooting* menggunakan *triple threat position* persentase masuk sebesar 42,42% dan tanpa *triple threat position* persentase masuk sebesar 75%.
6. Subjek 6 *shooting* menggunakan *triple threat position* persentase masuk sebesar 54,72% dan tanpa *triple threat position* persentase masuk sebesar 40%.
7. Subjek 7 *shooting* menggunakan *triple threat position* persentase masuk sebesar 34,88% dan tanpa *triple threat position* persentase masuk sebesar 53,85%.
8. Subjek 8 *shooting* menggunakan *triple threat position* persentase masuk sebesar 41,67% dan tanpa *triple threat position* persentase masuk sebesar 0%.
9. Subjek 9 *shooting* menggunakan *triple threat position* persentase masuk sebesar 22,22% dan tanpa *triple threat position* persentase masuk sebesar 0%.
10. Subjek 10 *shooting* menggunakan *triple threat position* persentase masuk sebesar 50% dan tanpa *triple threat position* persentase masuk sebesar 80%.
11. Subjek 11 *shooting* menggunakan *triple threat position* persentase masuk sebesar 75% dan tanpa *triple threat position* persentase masuk sebesar 0%.
12. Subjek 12 *shooting* menggunakan *triple threat position* persentase masuk sebesar 50% dan tanpa *triple threat position* persentase masuk sebesar 50%.

1. Hasil Shooting Menggunakan Konsep Triple Threat Position

Berdasarkan data pada tabel 2 tersebut di atas hasil *shooting* menggunakan *triple threat position* saat melakukan *shooting* terhadap hasil *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten dapat disajikan pada gambar 12 sebagai berikut:



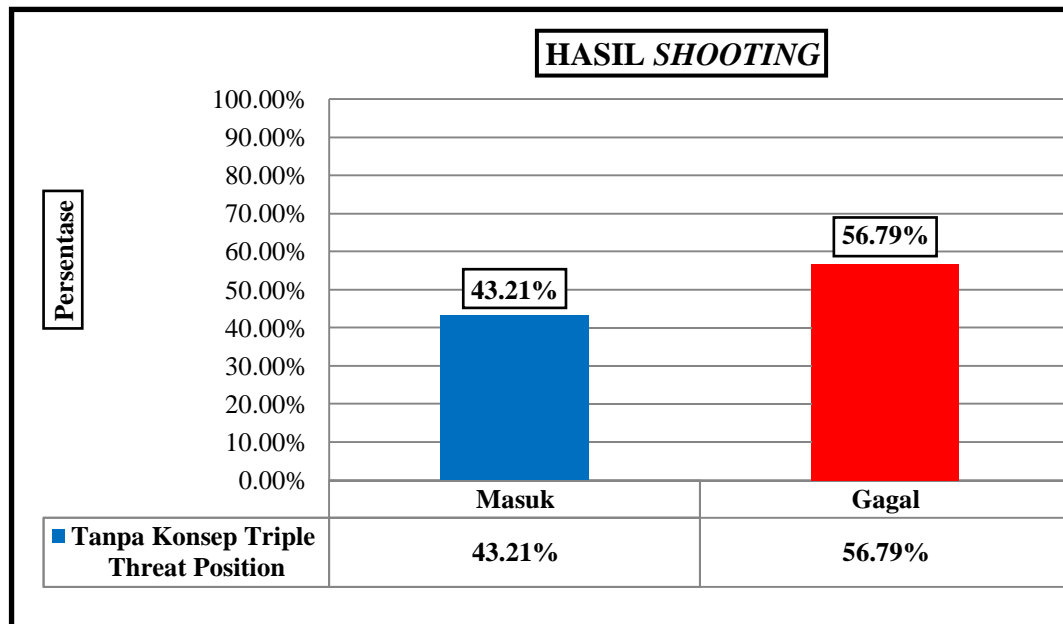
Gambar 12. Diagram Batang Hasil Shooting Menggunakan Triple Threat Position terhadap Hasil Shooting Atlet Bola Basket SMA N 1 Klaten

Berdasarkan tabel 2 dan gambar 12 di atas menunjukkan bahwa hasil *shooting* menggunakan *triple threat position* saat melakukan *shooting* terhadap hasil *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten sebagai berikut:

- a. Hasil *shooting* menggunakan konsep *triple threat position* saat melakukan *shooting* terhadap hasil *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten persentase bola masuk sebesar 45,98%.
- b. Hasil *shooting* menggunakan konsep *triple threat position* saat melakukan *shooting* terhadap hasil *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten persentase bola gagal sebesar 54,02%.

2. Hasil Shooting Tanpa Konsep *Triple Threat Position*

Berdasarkan data pada tabel 2 tersebut di atas hasil *shooting* tanpa *triple threat position* saat melakukan *shooting* terhadap hasil *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten dapat disajikan pada gambar 13 sebagai berikut:



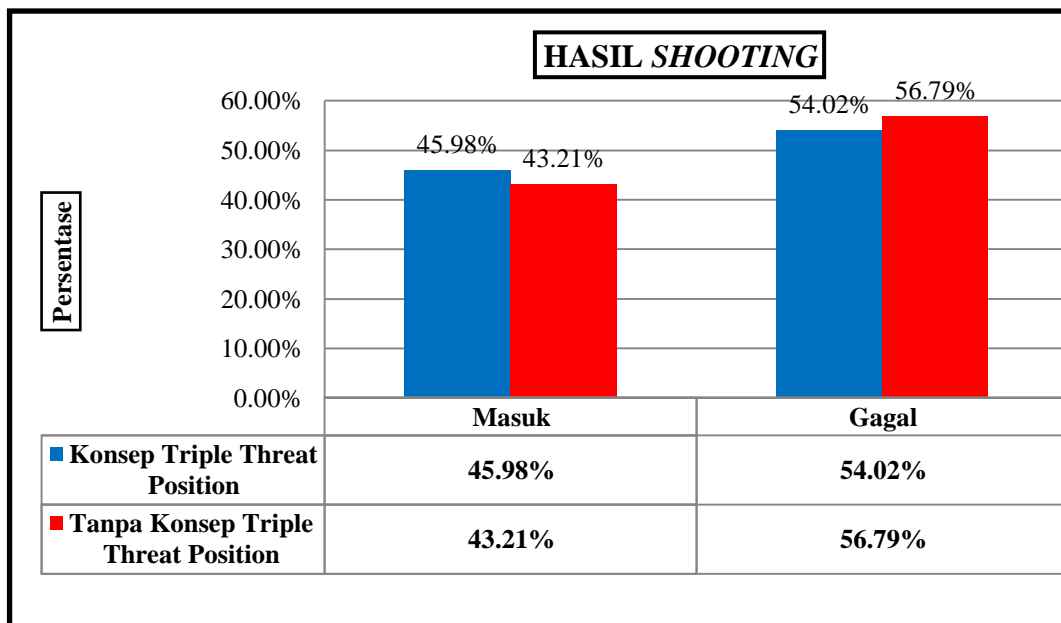
Gambar 13. Diagram Batang Hasil Shooting Tanpa Konsep *Triple Threat Position* terhadap Hasil Shooting Atlet Bola Basket SMA N 1 Klaten

Berdasarkan tabel 2 dan gambar 13 di atas menunjukkan bahwa hasil *shooting* tanpa *triple threat position* saat melakukan *shooting* terhadap hasil *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten sebagai berikut:

- Hasil *shooting* tanpa konsep *triple threat position* saat melakukan *shooting* terhadap hasil *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten persentase bola masuk sebesar 43,21%.
- Hasil *shooting* tanpa konsep *triple threat position* saat melakukan *shooting* terhadap hasil *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten persentase bola gagal sebesar 56,79%.

3. Perbandingan Hasil *Shooting* Menggunakan Konsep *Triple Threat Position*

Berdasarkan data pada tabel 2 tersebut di atas hasil *shooting* menggunakan *triple threat position* dan tanpa *triple threat position* saat melakukan *shooting* terhadap hasil *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten dapat disajikan pada gambar 14 sebagai berikut:



Gambar 14. Diagram Batang Perbedaan Hasil *Shooting* Menggunakan *Triple Threat Position* dan Tanpa *Triple Threat Position* terhadap Hasil *Shooting* Atlet Bola Basket SMA N 1 Klaten

Berdasarkan tabel 2 dan gambar 14 di atas menunjukkan bahwa hasil *shooting* menggunakan *triple threat position* dan tanpa *triple threat position* saat melakukan *shooting* terhadap hasil *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten sebagai berikut:

- a. Hasil *shooting* menggunakan konsep *triple threat position* saat melakukan *shooting* terhadap hasil *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten persentase bola masuk sebesar 45,98% dan gagal sebesar 54,02%.

- b. Hasil *shooting* tanpa konsep *triple threat position* saat melakukan *shooting* terhadap hasil *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten persentase bola masuk sebesar 43,21% dan gagal sebesar 56,79%.

Berdasarkan data di atas, jika dibandingkan efektivitas bola masuk antara *shooting* menggunakan *triple threat position* dan tanpa *triple threat position* saat melakukan *shooting* terhadap hasil *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten lebih baik *shooting* menggunakan *triple threat position* daripada tanpa *triple threat position* saat melakukan *shooting* dengan perbandingan persentase sebesar 45,98% : 43,21%.

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui manakah yang lebih efektif antara menggunakan *triple threat position* dan tanpa *triple threat position* saat melakukan *shooting* terhadap hasil *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten. Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa *shooting* menggunakan *triple threat position* lebih baik daripada *shooting* tanpa *triple threat position* saat melakukan *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten dengan perbandingan persentase sebesar 45,98% : 43,21%. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Wissel (2000: 40) bahwa *Tripple threat position* adalah bagian penting dalam permainan bola basket, karena posisi *trippel threat position* adalah bagian awal untuk melakukan *finishing* eksekusi baik itu akan melakukan *shooting*, menerima *passing*, dan melakukan *dribble*. Posisi yang benar harus lutut jongkok, siku ditekuk dalam keadaan posisi *shooting*, posisi badan harus *balance*, dan semua persendian harus lentur dan siap. Pemain yang ada pada posisi *trippel threat*

position dengan keadaan seimbang dan benar akan mampu melakukan *offense* khususnya melakukan *shooting* dengan baik ke arah *ring* basket.

Taktik penyerangan dalam permainan bola basket memang harus dimiliki oleh para pemain hal ini bertujuan untuk memaksimalkan permainan dan bahkan memungkinkan mampu memenangkan pertandingan. Posisi *Triple-threat* merupakan posisi atau sikap berdiri dasar dalam olahraga yang digunakan para pemain penyerang yang terampil setiap kali mereka menerima bola baik dari lawan maupun dari kawan khusus di daerah perimeter. Dari posisi ini para pemain penyerang bisa melakukan tembakan, mengumpan bola atau mendribel dengan sangat mudah. Penggunaan posisi *triple-threat* secara efektif akan sangat membantu para pemain penyerang untuk menciptakan kesempatan mencetak angka untuk diri mereka sendiri maupun untuk tim.

Salah satu taktik yang dapat digunakan adalah gerakan *triple threat*. Aspek terpenting dalam gerakan *triple threat* adalah menguasai bola dengan se-nyaman mungkin, sehingga dapat membuat suatu pergerakan yang dapat dianggap sebagai ancaman bagi lawan. Oliver (2009: 2) menyatakan “Posisi *triple threat* adalah posisi atau sikap berdiri dasar dalam olahraga yang digunakan para pemain penyerang yang terampil setiap kali mereka menerima bola, khususnya daerah perimeter”. Dari posisi *triple threat* ini, maka setiap pemain penyerang dapat menembak, mengumpan ataupun men-*dribble* dengan mudah. Jika penggunaan posisi *triple threat* ini digunakan secara efektif, maka dapat membantu setiap pemain penyerang untuk menciptakan kesempatan bagi dirinya sendiri ataupun bagi rekan-rekan setimnya.

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

Kendatipun peneliti sudah berusaha keras memenuhi segala kebutuhan yang dipersyaratkan, bukan berarti penelitian ini tanpa kelemahan dan kekurangan. Beberapa kelemahan dan kekurangan yang dapat dikemukakan di sini antara lain:

1. Tidak tertutup kemungkinan subjek kurang bersungguh-sungguh dalam melakukan pertandingan.
2. Peneliti tidak dapat mengontrol faktor lain yang dapat mempengaruhi hasil *shooting*, yaitu faktor psikologis dan fisiologis.
3. Tidak memperhatikan makanan yang dikonsumsi dan waktu mengonsumsi makanan orang coba sebelum melakukan pertandingan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat diambil kesimpulan, bahwa:

1. *Shooting* dengan menggunakan konsep *triple threat position* menghasilkan persentase keberhasilan sebesar 45,98%.
2. *Shooting* tanpa menggunakan konsep *triple threat position* menghasilkan persentase keberhasilan sebesar 43,21%.
3. Dapat disimpulkan bahwa *shooting* dengan menggunakan konsep *triple threat position* memiliki persentase keberhasilan lebih baik daripada *shooting* tanpa konsep *triple threat position*.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan di atas dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian yaitu bahwa penelitian dapat dijadikan salah satu acuan dan bahan pertimbangan bagi pelatih dan atlet bahwa melakukan *shooting* akan lebih baik menggunakan konsep *triple threat* dalam permainan bola basket, karena persentase keberhasilan bola masuk akan semakin tinggi.

C. Saran

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Agar mengembangkan penelitian lebih dalam lagi tentang efektivitas posisi awalan *shooting* dengan konsep *triple threat position* terhadap hasil *shooting* atlet bola basket SMA N 1 Klaten.
2. Bagi pelatih dan atlet hasil penelitian yang menunjukkan bahwa melakukan *shooting* akan lebih baik menggunakan konsep *triple threat* dalam permainan bola basket, karena persentase keberhasilan bola masuk akan semakin tinggi.
3. Bagi peneliti yang akan datang agar dapat mengadakan pertimbangan penelitian ini dengan menggunakan subjek yang lain, baik dalam kuantitas maupun tingkatan kualitas.


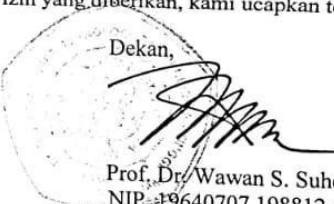
DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2013). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- FIBA. (2006). *Official Basketball Rules 2006*. Hongkong. Alih bahasa: R. Harja Jaladri.
- FIBA. (2012). *Official basketball rules 2012*. Puerto Rico: FIBA
- Iswahyudi, B. (2001). *Rekonstruksi tembakan jarak jauh*. Skripsi sarjana, tidak diterbitkan. FPOK UPI. Bandung.
- Kaplan, B. (2012). *Bball basics for kids: a basketball handbook*. Blomington: Universe.
- Kosasih, E. (2008). *Olahraga teknik dan program latihan*. Jakarta: Akademi Presendo.
- Krause, J. V., Meyer, Don., & Meyer, Jerry. (2008). *Basketball skills & drills: Third Edition*. USA: Human Kinetics.
- Oliver, J. (2009). *Dasar-dasar bolabasket*. Bandung: PT. Intan Sejati.
- Rizki Adhi Wijaya. (2017). *Pengaruh latihan jump stop shoot dan triple threat position terhadap hasil jump shoot putra ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 2 Pringsewu Tahun 2016/2017*. Skripsi sarjana, tidak diterbitkan. Universitas Lampung, Bandar Lampung.
- Rose, L.H. (2013). *Winning basketball fundamentals*. United States. Human Kinetics.
- Showalter, D. (2012). *Coaching youth basketball / American Sport Education Program 5th ed*. United States: Human Kinetic.
- Sugiyono. (2007). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sumiyarsono, D. (2002). *Keterampilan bolabasket*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Wissel, H. (2000). *Langkah sukses dalam bolabasket*. (Terjemahan Bagus Pribadi). United State: Champaign, IL. (Buku asli diterbitkan tahun 1997).

Yosua Ivan Daneshputra Kasih. (2018). *Efektivitas taktik triple threat tim putra bola basket Kota Yogyakarta pada Pekan Olahraga Daerah (Porda) DIY tahun 2017*. Skripsi sarjana, tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari Fakultas

	KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541
Nomor: 10.22/UN.34.16/PP/2018.	26 November 2018.
Lamp. : 1 Eks.	
Hal : Permohonan Izin Penelitian.	
Kepada Yth. Ka. Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Daerah Istimewa Yogyakarta. Jl. Jenderal Sudirman No. 5 Yogyakarta	
Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin wawancara, dan mencari data untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:	
Nama	: Lutfi Dwi Saputro
NIM	: 14602241068
Program Studi	: PKO.
Dosen Pembimbing	: Budi Aryanto, M.Pd.
NIP	: 196902152000121001
Penelitian akan dilaksanakan pada :	
Waktu	: November s/d Desember 2018.
Tempat	: SMA Negeri 1 Klaten
Judul Skripsi	: Efektifitas Posisi Awal Shooting Dengan Konsep Triple Threat Position Terhadap Hasil Shooting Atlet Bola Basket SMA Negeri 1 Klaten.
Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.	
 Dekan, Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed. NIP.:19640707 198812 1 001	
Tembusan :	
1. Kepala Kantor Kesatuan Bangsa dan Politik Jateng.	
2. Kepala SMA Negeri 1 Klaten	
3. Kaprodi PKO.	
4. Pembimbing Tas.	
5. Mahasiswa ybs.	

Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian dari SMA Negeri I Klaten



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 KLATEN
Jl. Merbabu, Klaten Selatan, Klaten Kode Pos 57423 Telepon 0272-321150
Faksimile 0272-328835 Surat Elektronik smansa_klaten@yahoo.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : 43/800/SMA1/I/2019

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMA Negeri 1 Klaten
menerangkan bahwa:

Nama : Lutfi Dwi Saputra
N I M : 14602241068
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta (UNY)


Saudara tersebut di atas benar-benar telah melaksanakan penelitian di SMA N 1 Klaten,
pada tanggal 2 November sampai 3 Desember 2018 dengan judul tesis:

**Efektifitas Posisi Shooting Dengan Konsep Triple Threat Position Terhadap Hasil
Shooting Atlet Bola Basket SMAN 1 Klaten**

Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dipergunakan seperlunya

Klaten, 15 Januari 2019
Kepala

Dwi Kawiit Sudiyono, M.Pd
19620205 198903 1 009



Lampiran 3. Lisensi Pelatih Pembantu Penelitian



Lampiran 4. Data Penelitian

SHOOTING DENGAN KONSEP TRIPLE THREAT POSITION

No	Nama	Shooting dengan Konsep Triple Threat Position																Σ Shooting
		1		2		3		4		5		6		Total		Persentase		
		Masuk	Gagal	Masuk	Gagal	Masuk	Gagal	Masuk	Gagal	Masuk	Gagal	Masuk	Gagal	Masuk	Gagal	Masuk	Gagal	
1	Nathan	4	3	3	5	1	0	2	3	0	1	0	1	10	13	43,48	56,52	23
2	Ian	2	5	4	4	5	2	2	0	3	2	2	4	18	17	51,43	48,57	35
3	Zeta	2	2	1	2	2	3	2	0	1	2	2	0	10	9	52,63	47,37	19
4	Alam	3	1	2	5	2	4	0	1	2	7	1	2	10	20	33,33	66,67	30
5	Benito	1	3	2	6	1	0	2	2	5	6	3	2	14	19	42,42	57,58	33
6	Aldi	5	2	2	6	6	5	1	0	11	3	4	8	29	24	54,72	45,28	53
7	Obi	2	5	2	7	2	3	5	6	1	4	3	3	15	28	34,88	65,12	43
8	Risang	1	0	2	3	1	0	1	1	0	0	0	3	5	7	41,67	58,33	12
9	Niko	0	2	1	2	0	0	1	0	0	0	0	3	2	7	22,22	77,78	9
10	Gilang	2	0	1	0	3	1	0	2	2	4	0	1	8	8	50,00	50,00	16
11	Daniel	1	1	1	0	0	1	2	0	0	0	2	0	6	2	75,00	25,00	8
12	Pramudya	1	1	0	0	0	0	2	0	0	0	1	3	4	4	50,00	50,00	8
Total		25	25	21	41	23	19	20	15	25	29	18	30	131	158	551,78	648,22	289
		Rata-rata														45,98	54,02	

SHOOTING TANPA KONSEP TRIPLE THREAT POSITION

No	Nama	Shooting tanpa Konsep Triple Threat Position																Σ Shooting
		1		2		3		4		5		6		Total		Persentase		
		Masuk	Gagal	Masuk	Gagal	Masuk	Gagal	Masuk	Gagal	Masuk	Gagal	Masuk	Gagal	Masuk	Gagal	Masuk	Gagal	
1	Nathan	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	2	0,00	100,00	2
2	Ian	1	0	0	0	0	2	1	0	0	0	0	1	2	3	40,00	60,00	5
3	Zeta	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	2	0	4	0,00	100,00	4
4	Alam	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	50,00	50,00	2
5	Benito	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	3	1	75,00	25,00	4
6	Aldi	0	1	0	0	0	1	2	0	0	0	0	1	2	3	40,00	60,00	5
7	Obi	2	2	2	1	1	2	1	1	1	0	0	0	7	6	53,85	46,15	13
8	Risang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,00	0,00	0
9	Niko	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,00	0,00	0
10	Gilang	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	2	0	4	1	80,00	20,00	5
11	Daniel	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,00	0,00	0
12	Pramudya	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	50,00	50,00	2
Total		25	5	3	2	3	3	5	5	3	2	1	3	20	22	388,85	511,15	42
Rata-rata																43,21	56,79	

Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian



