



Tinjauan Kemampuan Teknik *Shooting, Dribbling, Passing* Atlet Bolabasket Putra SMAN 2 Kota Sungai Penuh

Wanda Erdianto, Nirwandi, Hendri Neldi, Indri Wulandari

Depatemen Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

wandaerdianto22@gmail.com, nirwandisali@gmail.com, hendrineldi@fik.unp.ac.id,

indriwulandari@fik.unp.ac.id

Kata kunci : Teknik *shooting*, teknik *dribbling*, teknik *passing*, bolabasket

Abstrak : Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya tingkat kemampuan teknik *shooting, dribbling, passing* atlet bolabasket putra SMAN 2 Kota Sungai Penuh. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan teknik *shooting, dribbling, passing* atlet bolabasket putra SMAN 2 Kota Sungai Penuh. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei 2023 di lapangan bolabasket SMAN 2 Kota Sungai Penuh. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet bolabasket SMAN 2 Kota Sungai Penuh yang berjumlah 20 orang atlet. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 20 orang atlet. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan tes kemampuan *shooting, passing* dan *dribbling*. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif persentatif. Hasil penelitian ini adalah: 1) Keterampilan teknik dasar *dribbling* pada atlet bolabasket putra SMAN 2 kota Sungai Penuh dalam kategori sedang. 2) Keterampilan teknik dasar *passing* pada atlet bolabasket putra SMAN 2 kota Sungai Penuh dalam kategori sedang. 3) Keterampilan teknik dasar *shooting* pada atlet bolabasket putra SMAN 2 kota Sungai Penuh dalam kategori sedang.

Keywords : *Shooting techniques, dribbling techniques, passing techniques, basketball*

Abstract : *The problem in this study is that the level of technical skills in shooting, dribbling, passing for men's basketball athletes at SMAN 2 Kota Sungai Lilin is not yet known. The purpose of this study was to determine the level of technical ability in shooting, dribbling, passing for men's basketball athletes at SMAN 2 Kota Sungai Lilin. This type of research is descriptive research. This research was conducted in May 2023 on the basketball court of SMAN 2 Kota Sungai Lilin. The population in this study were all basketball athletes at SMAN 2 Sungaipuh City, totaling 20 athletes. The sampling technique used total sampling technique, so the number of samples in this study were 20 athletes. The instrument used in this study was a shooting, passing and dribbling ability test. Data analysis technique using percentage descriptive analysis. The results of this study are: 1) The basic dribbling technical skills of the men's basketball athletes at SMAN 2 Sungaipuh City are in the medium category. 2) Basic passing technique skills for men's basketball athletes at SMAN 2 Sungai Lilin city in the medium category. 3) Basic shooting technique skills for men's basketball athletes at SMAN 2 Sungai Lilin city in the medium category.*

PENDAHULUAN

Aktivitas sehari-hari manusia yang berguna untuk membentuk jasmani dan rohani yang

sehat. "Olahraga adalah suatu kegiatan fisik yang bertujuan untuk kesehatan, kebugaran, pendidikan, rekreasi dan prestasi (Atradinal,

2018). "Olahraga adalah salah satu bentuk dari upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia yang diarahkan pada pembentukan watak dan kepribadian, disiplin dan sportifitas yang tinggi, serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional" (Nur, Madri & Zalfendi, 2018). Kegiatan olahraga saat ini juga sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat. Seseorang melakukan olahraga dengan tujuan masing-masing terutama untuk mendapatkan kesehatan dan kebugaran jasmani, maupun kesenangan (Sepriadi, Hardiansyah, & Syampurma, 2017). Sementara menurut Sepriani, Eldawati & Oktamarini (2018) "masyarakat sangat perlu untuk berolahraga karena dengan berolahraga dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan rohani seseorang, salah satu hal yang paling penting adalah bagaimana suatu masyarakat selalu terlihat sehat" Secara umum, kegiatan olahraga memiliki bermacam-macam tujuan, tergantung dari keinginan pelakunya. Jika seseorang ingin berprestasi pada suatu cabang olahraga tertentu, maka orang tersebut harus melakukan kegiatan pembinaan olahraga prestasi sesuai dengan olahraga yang disukainya

Pencapaian prestasi olahraga merupakan alasan yang tepat untuk menunjang pembangunan di bidang olahraga, terutama dalam pengadaan sarana dan prasarana olahraga. "Pembinaan dan pengembangan olahraga salah satu tujuannya adalah untuk mencampai prestasi. Prestasi dapat di artikan sebagai hasil tertinggi yang dicapai dalam pelaksanaan suatu kegiatan yang memiliki tujuan dan target". (Putra & Vivali, 2017). pembentukan dan pengembangan olahraga harus dikembangkan sedini mungkin semaksimal mungkin, untuk menciptakan generasi muda berprestasi dan nama bangsa. Prestasi yang didapat dari program yang terencana, berjenjang, dan berkelanjutan serta

didukung oleh ilmu pengetahuan dan teknologi olahraga (Sari, D. N., Wulandari, I., & Hardiansyah, S. (2020)". salah satu olahraga yang rutin dilakukan pembinaan di Indonesia adalah olahraga bolabasket.

Rindawan dan Fibrianti (2020): "bolabasket dimainkan oleh dua tim yang masing-masing terdiri dari lima pemain. Tujuan dari masing-masing regu adalah memasukan bola kekeranjang lawan dan berusaha mencegah regu lawan memasukan bola." Nirwandi dkk. (2018) megatakan bahwa bolabasket adalah "menghasilkan skor (nilai) dengan memasukan bola keranjang (basket) mencegah tim lain melakukan hal serupa". Dapat disimpulkan bolabasket adalah suatu pemaian yang dimainkan untuk mencari nilai dengan cara memasukan bola ke dalam keranjang dan mencegah tim lawan mencuri nilai.

Permainan bolabasket merupakan olahraga yang memilki aktivitas gerak yang menuntut barbagai keterampilan, teknik, dan taktik disamping kondisi fisik yang baik dan prima bagi prilakunya, tidak lupa keberanian untuk berbuat. kepercayaan akan kemampuan diri sendiri dan kerjasama tim yang baik. Teknik menurut Syafrudin. (2012) dapat diartikan sebagai cara, misalnya teknik *shooting* (menembak) bola dalam permainan bolabasket.

Teknik dasar bolabasket merupakan penguasaan keterampilan gerak di dalam permainan bolabasket yang merupakan suatu landasan dalam usaha mencapai pretasi yang optimal. Teknik dasar bermain bolabasket salah satu yang harus dikuasai adalah teknik dasar mengoper bola (*passing*) karena tanpa *passing* tidak ada operan untuk mencetak poin. (*dribbling*) suatu teknik yang dimana seseorang pemain membawa bola lebih dari satu langkah asalkan bola tetap dipantulkan ke lantai dan menjaga dari rampasan lawan.

Madri. (2019) Mengemukakan bahwa “(*dribbling*) merupakan bentuk gerakan membawa bola yang disahkan oleh peraturan”, (*shooting*) merupakan teknik dasar yang fungsinya untuk menghasilkan skor dan memenagkan pertandingan dengan mencari poin. Menurut Kosasih. (2008), *shooting* adalah “skill dasar bolabasket yang paling dikenal dan digemari, karena setiap pemain mempunyai naluri untuk mencetak skor”.

Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Kota Sungai Penuh, Olahraga bolabasket merupakan olahraga yang digemari bagi siswa SMAN 2 Kota Sungai Penuh. Kegiatan pengembangan diri ini dibimbing oleh guru penjasorkes dan dilaksanakan 2 kali dalam seminggu yaitu hari selasa dan jum’at. Tempat latihan dilakukan di lapangan basket SMAN 2 Kota Sungai Penuh.

Berdasarkan pengamatan penulis, pada saat melakukan wawancara dan diperkuat penjelasan oleh pelatih dan guru PJOK prestasi atlet basket Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Kota Sungai Penuh belum berjalan seperti yang diharapkan, Hal itu terlihat ketika pemain melakukan latihan tanding atau saat beruji coba dengan tim dari SMA yang lain, dimana jelas terlihat ketika pemain melakukan *dribble* atlet tersebut masih melihat kearah bola, tidak melindungi bola ketika *dribble* atau *dribble* yang terlalu tinggi dan jauh dari tubuh dan tidak mempunyai kekuatan yang cukup dalam melakukan *dribble*, akibatnya atlet kesulitan dalam mengontrol bola, kemudian pada saat melakukan passing pemain sering melakukan pada saat *chest pass* atlet dalam keadaan sikap berdiri juga belum *relax*. Bola yang seharusnya dipegang dengan jari-jari, biasanya dipegang dengan telapak tangansaja atau dengan telapak jari saja (telapak tangan tidak menyentuh bola). Kemudian saat melakukan shooting, seringnya bola melenceng dari ring, dan terkadang shooting yang dilakukan tidak sampai pada

ring sehingga tidak membuahkan point untuk tim.

METODOLOGI

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan berusaha mendeskripsikan informasi yang ada sesuai dengan variabel yang di teliti. Menurut (Arikunto, 2010) Penelitian deskriptif bukan untuk menguji hipotesis, tetapi hanya menggambarkan apa adanya tentang sesuatu variabel, gejala atau keadaan. Penelitian ini mengenai kemampuan dasar bolabasket, artinya dalam penelitian ini penulis hanya ingin menggambarkan tingkat kemampuan teknik dasar bolabasket pada saat penelitian berlangsung tanpa pengujian hipotesis. Penelitian ini merupakan penelitian yang dilakukan terhadap variabel mandiri yaitu tanpa membuat pertandingan atau menghubungkan dengan variabel lain. Tempat penelitian ini akan dilaksanakan pada atlet putra bolabasket Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Kota Sungai Penuh. Waktu penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan Mei 2023. Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang di tetapkan oleh penulis untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2012). Populasi dalam penelitian adalah seluruh atlet putra bolabasket Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Kota Sungai Penuh yang berjumlah 20 orang atlet. Sehubung dengan hal tersebut untuk mengetahui tingkat kemampuan dasar bolabasket atlet Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Kota Sungai Penuh dengan menggunakan instruments kemampuan teknik dasar bolabasket yang telah dikembangkan oleh (Muhajir, 2007) antara lain : 1) Teknik mengiring bolabasket (*dribbling*). 2) Teknik memantulkan bolabasket ke dinding tembok (*passing*).

3) Teknik menembak bolabasket (*shooting*). teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif persentatif

HASIL

1. Keterampilan Teknik Dasar *Dribbling* atlet bolabasket putra SMAN 2 kota Sungai Penuh

Berdasarkan hasil tes *dribbling* yang dilakukan terhadap 20 orang atlet, maka diperoleh skor maksimum adalah 10.18 detik dan skor minimum 15,82 detik. Disamping itu diperoleh nilai mean (rata-rata) = 12,77 dan standar deviasi = 1,45 detik. Agar lebih jelasnya deskripsi data teknik *dribbling* dapat dilihat pada tabel 3 di bawah ini:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Teknik *Dribbling*

Kelas Interval	Fa	Kategori
<10.60	1	Baik Sekali
10.61-12.05	7	Baik
12.06-13.50	4	Sedang
13.51-14.95	7	Kurang
> 14.96	1	Kurang Sekali
Jumlah	20	

Berdasarkan tabel dia atas dari 20 orang sampel, 1 orang (5%) atlet memiliki teknik *dribbling* pada kelas interval >10,60 detik, berada pada kategori baik sekali, 7 orang (35%) atlet memiliki teknik *dribbling* pada kelas interval 10.61-12.05 detik, berada pada kategori baik, 4 orang (20%) atlet memiliki teknik *dribbling* pada kelas interval 12.06-13.50, berada pada kategori sedang, 7 orang (35%) atlet memiliki teknik *dribbling* pada kelas interval 13.51-14.95, berada pada kategori kurang dan 1 orang (5%) atlet memiliki teknik *dribbling* berkisar antara > 14.96 detik, berada pada kategori kurang sekali. Dari analisis data diperoleh rata-rata kemampuan *dribbling* atlet bolabasket putra SMAN 2 kota Sungai Penuh adalah sebesar 12.77 detik, maka kemampuan

dribbling atlet bolabasket putra SMAN 2 kota Sungai Penuh pada kategori sedang

2. Keterampilan Teknik Dasar *Passing* atlet bolabasket putra SMAN 2 kota Sungai Penuh

Berdasarkan hasil tes *passing* yang dilakukan terhadap 20 orang atlet, maka diperoleh skor maksimum adalah 66 dan skor minimum 38. Disamping itu diperoleh nilai mean (rata-rata) = 50,75 dan standar deviasi = 8,14. Agar lebih jelasnya deskripsi data teknik *passing* dapat dilihat pada tabel 4 di bawah ini:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Teknik *Passing*

Kelas Interval	Fa	Kategori
>63	2	Baik Sekali
55-62	3	Baik
47-54	8	Sedang
39-46	6	Kurang
<38	1	Kurang Sekali
Jumlah	20	

Dari 20 orang sampel, 2 orang (10%) atlet memiliki teknik *passing* pada kelas interval >63, berada pada kategori baik sekali, 3 orang (15%) atlet memiliki teknik *passing* pada kelas interval 55-62, berada pada kategori baik, 8 orang (40%) atlet memiliki teknik *passing* pada kelas interval 47-54, berada pada kategori sedang, 6 orang (30%) atlet memiliki teknik *passing* pada kelas interval 39-46, berada pada kategori kurang dan 1 orang (5%) atlet memiliki teknik *passing* berkisar antara <38, berada pada kategori kurang sekali. Dari analisis data diperoleh rata-rata kemampuan *passing* atlet bolabasket putra SMAN 2 kota Sungai Penuh adalah sebesar 50,75, maka kemampuan *passing* atlet bolabasket putra SMAN 2 kota Sungai Penuh pada kategori sedang.

3. Keterampilan Teknik Dasar *Shooting* atlet bolabasket putra SMAN 2 kota Sungai Penuh

Berdasarkan hasil tes *shooting* yang dilakukan terhadap 20 orang atlet, maka diperoleh skor maksimum adalah 20 dan skor

minimum 7. Disamping itu diperoleh nilai mean (rata-rata) = 14,80 dan standar deviasi = 3,53. Agar lebih jelasnya deskripsi data teknik shooting dapat dilihat pada tabel 5 di bawah ini:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Teknik Shooting

Kelas Interval	Fa	Kategori
>21	0	Baik Sekali
17-20	5	Baik
13-16	10	Sedang
9-12	4	Kurang
<8	1	Kurang Sekali
Jumlah	20	

Berdasarkan tabel di atas dari 20 orang sampel, tidak ada atlet yang memiliki teknik shooting pada kelas interval >21, berada pada kategori baik sekali, 5 orang (25%) atlet memiliki teknik shooting pada kelas interval 17-20, berada pada kategori baik, 10 orang (50%) atlet memiliki teknik shooting pada kelas interval 13-16, berada pada kategori sedang, 4 orang (20%) atlet memiliki teknik shooting pada kelas interval 9-12, berada pada kategori kurang dan 1 orang (5%) atlet memiliki teknik shooting berkisar antara <8, berada pada kategori kurang sekali. Dari analisis data diperoleh rata-rata kemampuan shooting atlet bolabasket putra SMAN 2 kota Sungai Penuh adalah sebesar 14,80, maka kemampuan shooting atlet bolabasket putra SMAN 2 kota Sungai Penuh pada kategori sedang.

PEMBAHASAN

Dari deskripsi hasil penelitian yang dilakukan tentang keterampilan teknik dasar (*dribbling*, *passing*, *shooting*) pada atlet bolabasket putra SMAN 2 kota Sungai Penuh secara rinci sebagai berikut :

1. Keterampilan Teknik Dasar *Dribbling*

Dribbling merupakan salah satu dasarbola basket yang pertama diperkenalkan kepada pemula, karena keterampilan ini sangat penting bagi setiap atlet yang terlibat dalam

pertandingan bolabasket. *Dribbling* atau menggiring bola adalah salah satu cara yang diperbolehkan oleh peraturan untuk membawa lari kesegala arah untuk menjelajahi seluruh lapangan dengan bola, perlu kemampuan *dribbling* yang tinggi (Putri, N, 2020:19).

Teknik *dribbling* dilakukan dengan cara memantul-mantulkan bola ke lantai dengan menggunakan salah satu telapak tangan. Dalam pelaksanaannya teknik *dribbling* sering dilakukan untuk membawa bola dari satu posisi ke posisi lain sambil berlari, baik untuk menerobos pertahanan lawan maupun menyusun serangan. Pada saat melakukan teknik *dribbling* seorang atlet tidak dibenarkan membawa dan memegang bola lebih dari satu langkah, oleh karena itu bola mesti dipantulkan ke lantai pada saat melangkah atau berlari. Selain hal tersebut juga harus diingat bahwa dalam peraturan permainan bolabasket tidak dibenarkan menggiring (*dribbling*) bola dengan menggunakan dua tangan. Setiap atlet boleh melakukan teknik *dribbling* dengan menggunakan tangan kiri atau tangan kanan secara bergantian, namun tidak boleh dilakukan secara bersamaan.

Dari temuan penelitian menunjukkan bahwa keterampilan teknik dasar *dribbling* bolabasket pada atlet bolabasket putra SMAN 2 kota Sungai Penuh, rata-rata masih dalam kategori sedang. Artinya keterampilan teknik dasar *dribbling* bolabasket pada atlet bolabasket putra SMAN 2 kota Sungai Penuh masih belum maksimal. Oleh sebab itu, perlu ditingkatkan dengan latihan *dribbling* yang kontinu dan terarah. Menurut Nirwandi, (2016), yang dimana dapat dilakukan dengan cara mengulang latihan *dribbling* dengan cara peningkatan latihan yang dimana biasanya hanya melakukan *slow dribbling* dang meningkatkan latihan dengan melakukan *speet dribbling*.

Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa hal yang pertama kali dilakukan untuk mempelajari teknik *dribbling* adalah membentuk sikap berdiri. Tubuh berdiri dalam keadaan santai dengan meletakkan kaki kanan di depan tubuh dan kaki kiri di belakang tubuh atau sebaliknya. Kemudian bola dipengang di depan tubuh, tangan yang berfungsi untuk memantulkan bola berada di atas bola (telapak tangan dan jari-jari tangan menempel pada bola) dan tangan yang satunya lagi berguna untuk menyangga bola di depan tubuh. Kemudian pantulkan bola ke lantai dengan menggunakan tangan yang berada di atas bola, pada saat bola memantul ke atas maka tahan bola sambil mengikuti gerakan bola dengan telapak tangan yang sama atau berbeda dan kemudian bola dipantulkan kembali.

2. Keterampilan Teknik Dasar *Passing*

Passing merupakan salah satu teknik dasar bermain bolabasket yang memiliki kontribusi besar dalam permainan bolabasket. Hampir seluruh permainan bolabasket dilakukan dengan *passing*. Oleh karena itu, pertama kali yang harus dikuasai oleh setiap atlet yaitu teknik dasar *passing* perlu diajarkan kepada semua atlet bolabasket putra SMAN 2 kota Sungai Penuh. *Passing* merupakan salah satu teknik yang harus dikuasai oleh atletbola basket dan salah satu kunci keberhasilan serangan sebuah tim dan sebuah unsur penentuan tembakan-tembakan *shooting* yang berpeluang besar mencetak poin.

Dari temuan penelitian tentang teknik dasar *passing* atlet bolabasket putra SMAN 2 kota Sungai Penuh tersebut, masih banyak atlet yang memiliki keterampilan rata-rata *passing* dengan kategori sedang dan perlu ditingkatkan lagi. Artinya perlu adanya latihan yang teratur dan kontiniu untuk dapat meningkatkan keterampilan teknik *passing* yang baik bagi atlet bolabasket putra SMAN 2 kota Sungai Penuh.

Bentuk latihan untuk dapat meningkatkan kemampuan *passing* dapat dilakukan salah satunya, dengan cara latihan *passing* secara berpasangan dengan jarak 3 meter. Selain itu atlet juga dituntut untuk memiliki kemampuan unsur kondisi fisik yang baik sehingga *passing* yang dilakukan lebih berkualitas.

Menurut Madri (2012) ada beberapa elemen dasar dalam *passing* yang harus diajarkan agar presentase turnover bisa ditekan, adalah: 1) Kecepatan. Bola yang di *passing* harus tajam, cepat, tidak harus terlalu keras dan tidak terlalu pelan. 2) Target. Setiap *passing* haruslah tepat / akurat pada target yang spesifik. 3) Timming. Bola harus sampai pada penerima disaat yang tepat, tetapi tidak sebelum atau sesudahnya. 4) Trik. Pemain yang melakukan *passing* harus berusaha menggunakan tipuan untuk mengelabui defender tertipu saat kita menggunakan tipuan mata. 5) Komunikasi. Komunikasi antar pemain sangat diperlukan untuk mengurangi resiko turnover (komunikasi mata, suara, sinyal).

3. Keterampilan Teknik Dasar *Shooting*

Tujuan dari permainan bolabasket adalah memasukkan bola ke ring lawan untuk mendapatkan poin bagi timnya. Karena untuk memperoleh kemenangan dalam suatu pertandingan bolabasket adalah jumlah poin atau tembakan yang akurat dan tepat sasaran ke dalam ring. Untuk dapat menciptakan point sangat diperlukan teknik *shooting* yang baik. Memang untuk dapat mencetak poin merupakan tugas yang paling sulit dalam permainan bolabasket. Kemampuan suatu tim dalam melakukan tembakan akan mempengaruhi hasil yang dicapai dalam suatu pertandingan. Menembak adalah keahlian yang sangat penting di dalam olahraga bola basket, teknik dasar seperti operan, *dribbling*, bertahan, dan *rebound* akan mengantarkan memperoleh peluang besar membuat skor, tapi tetap saja harus melakukan tembakan. Sebetulnya

menembak dapat menutupi kelemahan teknik dasar lainnya.

Dari temuan penelitian dapat dilihat bahwa keterampilan teknik dasar *shooting* bolabasket pada atlet bolabasket putra SMAN 2 kota Sungai Penuh dalam kategori sedang, artinya kemampuan *shooting* atlet perlu ditingkatkan lagi. Menurut Nirwandi, (2016) cara latihan yang harus dilakukan untuk meningkatkan kemampuan *shooting* dengan cara meningkatkan intensitas latihan yang biasanya satu minggu, ditingkatkan dengan waktu selama dua minggu, dengan latihan *shooting* dititik-titik yang telah ditentukan dengan waktu yang telah ditentukan.

Shooting teknik menembak bola dengan memasukkan ke ring dan mencetak skor. *Shooting* yang baik bermula pada posisi kaki, tangan dan pandangan yang siap untuk target memasukkan bola ke ring. Agar seorang atlet bisa menjadi shooter yang baik, atlet tersebut harus menikmati dan memahami latihan *Shootingnya*.

Beberapa pelatih mengatakan agar tercipta seorang *shooter* yang baik diperlukan latihan dalam jangka waktu yang lama. Namun dengan latihan dan cara *shooting* yang tepat, seorang atlet bisa menjadi *shooter* yang handal dalam waktu yang tidak terlalu lama. Dua dasar dalam bermain basket adalah menciptakan peluang *shooting* untuk mencetak skor saat *offense* dan mencegah lawan saat melakukan hal yang sama saat *defense*.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan pada bab terdahulu dapat dikemukakan kesimpulan bahwa sebagai berikut: 1) Keterampilan teknik dasar *dribbling* pada atlet bolabasket putra SMAN 2 kota Sungai Penuh dalam kategori sedang. 2) Keterampilan teknik dasar *passing* pada atlet bolabasket putra SMAN 2 kota Sungai Penuh

dalam kategori sedang. 2) Keterampilan teknik dasar *shooting* pada atlet bolabasket putra SMAN 2 kota Sungai Penuh dalam kategori sedang.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Atradinal, A. (2018). Pengaruh Model Latihan Fartlek Terhadap Daya Tahan Aerobik Atlet Sekolah Sepakbola PSTS Tabing. *Sporta Saintika*, 3(1), 432-441.
- Kosasih, Danny. (2008). *Fundamental Basketball First Step to Win*. Semarang: CV. Elwas Offset. Idris,
- Madri, M. (2012). *The Basic Learning Basketball Technique*. Padang: Sukabina Press.
- Madri, M. (2018). *The basic learning basketball technique*, Padang : Sukabina Press.
- Madri, M. (2019). Pengaruh Latihan Ballhandling Height Frekuensi dan Barrier Training Terhadap Kemampuan *Dribbling* Bolabasket. *Jurnal JPDO*, 2(2), 16-18.
- Muhajir. (2007). *Pendidikan Jasmani Teori dan Peraktik 1*. Erlangga.
- Nur, M. M, and zalfendi FIK-UNP, "Tinjauan Tingkat Kesegaran Jasmani Pada Siswa Putera Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Gulat Di Smp Negeri 30 Padang", *jm*, vol. 3, no. 1, pp. 67-76, Jun. 2018
- Nirwandi. (2016). *Tinjauan Keterampilan Teknik Dasar Klub Bolabasket Putra*
- Nirwandi, F. U., Yaslindo, F. U., & Firdaus, K. (2018). Pengaruh Metode Latihan Sistem Set Terhadap Peningkatan Kemampuan Daya Ledak Otot Lengan Pada Atlet Bolabasket Fik Unp. *Jurnal MensSana*, 3(1), 107-116.

- Putri, Novia Indriani, and Ali Umar. "Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket Atlet Putra Klub Genta Kota Pariaman." *Jurnal JPDO* 3.4 (2020): 15-21.
- Putra, Aldo Naza, and Vivaldi Gazali. "Kontribusi Kelentukan Pinggang dan Kelincahan terhadap Kemampuan Dribbling Atlet Sepakbola PSTS Tabing Padang." *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga* 16.2 (2017).
- R. Sepriani and E. Eldawaty, "kebugaran jasmani ibu-ibu di jorong kp. Alai nagari jambak kecamatan lubuk sikaping kabupaten pasaman", *jm*, vol. 3, no. 2, pp. 47-52, Dec. 2018
- Rindawan, S., & Fibrianti, B. S. (2020). Analisis Tingkat Pemahaman Foul Peraturan Bolabasket FIBA Rule 2018 Pada Club Bolabasket Se-Lombok Tengah Tahun 2020. *JOURNAL SCIENTIFIC OF MANDALIKA (JSM)* e-ISSN 2745-5955, 1(1 Agustus), 95-110.
- Sari, D. N., Wulandari, I., & Hardiansyah, S. (2020, August). Contributions of Arm Muscle Strength Against Forehand Drive Skills for Table Tennis Athletes. In *1st International Conference of Physical Education (ICPE 2019)* (pp. 120-123). Atlantis Press.
- Sepriadi, S., Hardiansyah, S., & Syampurma, H. (2017). Perbedaan tingkat kesegaran jasmani berdasarkan status gizi. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 7(1), 24-34.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Syafruddin. (2012). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang: UNP PRESS