



Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket Atlet Putra Klub Genta Kota Pariaman

Novia Indriani Putri¹, Ali Umar²

Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang
noviaindrianiputri197@gmail.com, aliumar.au24@gmail.com

Kata kunci : Teknik dasar bola basket

Abstrak : Masalah penelitian ini adalah masih rendahnya prestasi bolabasket atlet putra klub genta kota Pariaman. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan teknik dasar bolabasket atlet putra Klub Genta Kota Pariaman. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah semua atlet putra bolabasket Klub Genta Kota Pariaman. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian menggunakan teknik purposive sampling, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 20 orang atlet putra. Instrumentasi dalam penelitian ini adalah 1) Tes Kemampuan *Passing (chest pass)* ke dinding, 2) Tes Kemampuan *Dribbling*, 3) Tes Kemampuan *Shooting*. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis deskriptif persentatif. Hasil penelitian ini adalah: 1) Rata-rata kemampuan teknik dasar *Passing* atlet putra Klub Genta Kota Pariaman adalah 17.75 berada pada kategori sedang. 2) Rata-rata kemampuan teknik dasar *dribbling* atlet putra Klub Genta Kota Pariaman adalah 23.95, berada pada kategori sedang. 3) Rata-rata kemampuan teknik dasar *Shooting* atlet putra Klub Genta Kota Pariaman adalah 5.95, berada pada kategori sedang. 4) Rata-rata kemampuan teknik dasar bermain bolabasket atlet putra Klub Genta Kota Pariaman secara keseluruhan berada pada kategori sedang.

Keywords : *Basic techniques of basketball*

Abstract : *The problem of this research is the low achievement of male athletes in the Pariaman City Clapper club. The purpose of this study was to determine the level of basic technical ability of the men's athletes in the Genta Club, Kota Pariaman. This type of research was a descriptive study. The population in this study are all male athletes of the Pariaman City Genta Club basketball club. The sampling technique in the study used purposive sampling technique, so the number of samples in this study were 20 male athletes. The instrumentation in this study were 1) Ability Test Passing (chest pass) to the wall, 2) Dribbling Ability Test, 3) Shooting Ability Test. Data analysis techniques using descriptive descriptive analysis techniques. The results of this study are: 1) The average ability of the basic techniques of male athletes Passing Club Genta Pariaman City is 17.75 in the medium category. 2) The average basic technical skill of dribbling male athletes of the City of Pariaman Genta Club is 23.95, in the medium category. 3) The average basic technique skill of Shooting male athlete of Genta Kota Pariaman Club is 5.95, in the medium category. 4) The average basic technical skills in playing basketball in the Pariaman City Genta men's athletes overall are in the medium category.*

PENDAHULUAN

Konsep bermain bolabasket menurut Nirwandi dkk (2018:107) adalah: menghasilkan skor (nilai) dengan memasukkan bola ke keranjang (*basket*) dan mencegah tim lain melakukan hal serupa. Permainan bolabasket merupakan olahraga yang memiliki aktivitas gerak yang menuntut berbagai keterampilan, teknik dan taktik disamping kondisi yang prima bagi pelakunya. Disamping itu permainan bolabasket menuntut kreativitas teknik,

keberanian untuk berbuat sesuatu dan kepercayaan akan kemampuan sendiri dan kerjasama tim yang baik.

Secara sederhana teknik menurut Syafrudin (2016:140) dapat diartikan sebagai cara. Misalnya teknik *shooting* (menembak) bola dalam permainan bola basket adalah bagaimana cara seseorang atau atlet bola basket menembak bola dengan tepat dan terarah ke arah ring.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa teknik dalam bermain bola basket adalah cara memainkan bola dengan efektif dan efisien sesuai dengan tujuan dan peraturan yang berlaku dalam mencapai suatu hasil yang maksimal. Selanjutnya Sodikun (2011:48) mengatakan pada permainan bola basket untuk mendapatkan gerakan efektif dan efisien ini perlu didasarkan pada penguasaan teknik dasar yang baik, apabila teknik dasar tersebut telah dimiliki dengan baik oleh seseorang pemain maka ia sudah dapat bermain dengan baik pula.

Menurut fardi (1999:24). Dari pendapat ini dapat disimpulkan apa-apa saja yang tergolong kepada teknik dasar pada permainan bola basket, untuk mendapatkan gerakan efektif dan efisien perlu didasarkan pada penguasaan kemampuan teknik dasar yang baik. Kemampuan Teknik dasar dalam permainan bola basket dapat dibagi menjadi enam, yaitu : 1) Teknik *dribbling* adalah cara untuk bergerak dengan bola yang dilakukan oleh seorang pemain dari suatu tempat ke tempat yang lain dengan cara menggiring bola dengan tangan dan bola dipantulkan ke lantai. Tujuannya untuk membebaskan diri dari lawan atau mencari posisi bagus untuk mengoper atau menembak bola, 2) Teknik *passing*(mengoper) adalah cara tercepat dan terefektif memindahkan bola dari satu pemain ke pemain lain. Mengoper kepada teman satu tim untuk mempercepat pergerakan ke daerah lawan atau ring lawan. Hasil akhir yang sempurna dari rangkaian operan yang baik adalah suatu operan kepada teman se-tim yang berada pada posisi bebas dekat dengan keranjang dan dengan mudah dapat memasukan bola ke keranjang, 3) Teknik *shooting* adalah gerakan terakhir untuk mendapatkan angka. Umumnya dalam bola basket, tembakan dilakukan setiap 15-20 detik dan hampir setengahnya berhasil masuk. Banyaknya tembakan masuk yang terjadi membuat bola basket menarik, atraktif dan menegangkan bagi penonton, 4) Teknik gerakan *rebound* adalah salah satu bagian penting dari permainan. Rebound yaitu berusaha mengambil bola pada saat bola gagal masuk ring dari teman satu tim maupun tim lawan agar dikuasai. Setiap *rebound* yang didapatkan pemain memberikan kesempatan bagi timnya untuk mendapatkan angka. Perbedaan rebound antara 2 tim menjadi penting karena hampir dari setengah jumlah

tembakan gagal masuk,5) Teknik *Screening* disebut juga *pick*, adalah *block* sah yang dilakukan pemain menyerang disamping atau belakang pemain bertahan dengan tujuan membebaskan teman setimnya supaya bisa melakukan tembakan, menerima operan atau melakukan dribble mengelilingi pemain bertahan, dan 6) Dasar dari pertahanan yang baik adalah gerakan kaki yang bagus. Pemain bertahan harus mengantisipasi lawannya dengan menggerakkan kaki dan membentuk posisi menjaga yang sah di jalur lawannya (Bidang III Pb Perbasi 2006).

Passing merupakan menggerakkan bola lebih cepat dengan mengumpan lebih jauh efektif, karena lebih cepat dari pada kecepatan lari pemain bertahan. Mengumpan memiliki kegunaan khusus, yaitu 1.mengalihkan bola dari daerah padat pemain, 2.menggerakkan bola bola dengan cepat dengan cepat pada fast break, 3.membangun permainan yang ofensif, 4.mengoper ke rekan yang sedang terbuka untuk penembakan, dan 5.mengoper dan memotong untuk melakukan tembakan sendiri.

Shooting adalah skill dasar bola basket yang paling dikenal dan paling digemari (Danny Kosasih 2008: 46-47) sedangkan Wissel (2000: 43) mengungkapkan bahwa kemampuan yang harus dikuasai seorang pemain adalah kemampuan memasukkan bola atau *shooting*. Hal ini sesuai dengan tujuan permainan bola basket yang mengharuskan bagi setiap tim untuk memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke basket atau keranjang lawan dan mencegah pihak lawan melakukan hal yang serupa. 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 rebounding akan mengantar memperoleh peluang besar membuat skor, tapi tetap saja harus melakukan tembakan. Sebetulnya menembak dapat menutupi kelemahan teknik dasar lainnya .

Menggiring bola adalah salah satu cara yang diperbolehkan oleh peraturan untuk membawa lari ke segala arah. Untuk menjelajahi seluruh lapangan dengan bola, perlu kemampuan *dribbling* yang tinggi sedangkan Wissel (2000: 95) mengungkapkan bahwa manfaat men-*dribble* antara lain: 1.memindahkan bola keluar dari

daerah yang padat penjagaan ketika operan tidak memungkinkan, ketika penerima tidak bebas penjagaan, dan pada saat *fastbreak* untuk mencetak angka, 2. menembus penjagaan ke arah ring, 3. menarik perhatian penjaga untuk membebaskan rekan tim, 4. memperbaiki posisi atau sudut, 5. membuat peluang untuk mencetak angka.

Tujuan dari permainan bolabasket adalah untuk memasukkan bola ke keranjang (ring) lawan, untuk mencetak skor sebanyak-banyaknya ke ring lawan dan menjaga daerah pertahanan sehingga ring tidak kebobolan. Klub Genta kota Pariaman merupakan salah satu Klub yang aktif. Prestasi klub Genta kota Pariaman dalam kompetisi-kompetisi bolabasket yang telah diikutinya masih tergolong rendah. Dalam pertandingan yang diikutinya, klub genta kota pariaman selalu kalah. Salah satu faktor penyebabnya adalah masih rendahnya kemampuan teknik dasar yang dimiliki oleh atlit bolabasket Klub Genta Kota Pariaman.

Berdasarkan kenyataan tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan kemampuan teknik dasar bola basket Klub Genta Kota Pariaman. ini merupakan tantangan bagi penulis untuk mengetahui penyebab tinggi rendahnya kemampuan atlet dalam melakukan teknik tersebut. Penelitian ini dirasa sangat penting agar dapat mengetahui sejauh mana tingkat kemampuan atlet dalam melakukan teknik *passing*, *dribble* dan *shooting* dalam bermain bolabasket. Setelah dapat mengetahuinya maka para atlet tersebut dapat di bina dan di bimbing. Oleh sebab itu peneliti ingin meneliti tentang "Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket Atlet Putra Klub Genta". Untuk ini akan di coba di ungkapkan melalui penelitian, sehingga hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan demi kemajuan pendidikan di masa yang akan datang.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif merupakan metode penelitian yang berusaha menggambarkan dan menginterpretasikan objek sesuai apa adanya. Menurut Best dalam Suwirman (2015:46). Dengan ini demikian penelitian ini bermaksud untuk menggambarkan tentang kemampuan teknik dasar bola basket atlet putra Klub Genta Kota Pariaman, yang meliputi

passing, *dribble*, dan *shooting*. Penelitian ini dilakan dilapangan bola basket Karan Aur Kota Pariaman. Populasi dalam penelitian ini adalah semua atlet putra bola basket klub genta kota pariaman yang berusia 14-20 tahun, aktif mengikuti latihan. Berdasarkan data yang diperoleh dari pelatih klub genta kota pariaman jumlah pemain yang aktif mengikuti latihan sebanyak 40 orang, terdiri dari 20 orang atlet laki-laki dan 20 orang atlet perempuan. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan secara *purposive sampling*. Oleh sebab itu, maka sampel dalam penelitian ini adala seluruh atlet putra bola basket klub genta kota pariaman. Dengan demikian jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu sebanyak 20 orang atlet putra. Adapun instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini nantinya adalah : 1) Tes Kemampuan *Passing* (*chest pass*) ke dinding 2) Tes Kemampuan *Dribbling*, 3) Tes Kemampuan *Shooting*. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif persentatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Teknik *Passing*

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar *Passing* bolabasket atlet putra Klub Genta Kota Pariaman

Kelas Interval	Frekuensi Absolut		Kategori
	Absolute	Relatif (%)	
>22	3	15	Baik Sekali
19-21	5	25	Baik
16-18	6	30	Sedang
13-15	5	25	Kurang
<12	1	5	Kurang Sekali
Jumlah	20	100	

Dari 20 orang sampel memiliki teknik dasar *Passing* antara lain: 3 orang (15%) memiliki kemampuan teknik dasar *Passing* bolabasket pada kelas interval > 22, berada pada kategori baik sekali, 5 orang (25%) memiliki kemampuan teknik dasar *Passing* bolabasket pada kelas interval (19-21) berada pada kategori baik. 6 orang (30%) memiliki teknik dasar *Passing* pada kelas interval (16-18) berada pada kategori sedang. 5 orang (25%) memiliki kemampuan

teknik dasar *Passing* bolabasket pada kelas interval (13-15), berada pada kategori kurang, dan 1 orang (5%) memiliki kemampuan teknik dasar *passing* bolabasket pada kelas interval (<12) berada pada kategori kurang sekali. Untuk lebih jelasnya, distribusi frekuensi teknik dasar *Passing* bolabasket juga dapat dilihat pada histogram dibawah ini:

Berdasarkan hasil analisis data kemampuan teknik dasar *passing* bolabasket atlet putra Klub Genta Kota Pariaman memiliki rata – rata sebesar 17.75, atau kemampuan teknik dasar *passing* bolabasket atlet putra Klub Genta Kota Pariaman berada pada kategori sedang.

2. Teknik *Dribbling*

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar *dribbling* bolabasket atlet putra Klub Genta Kota Pariaman

Kelas Interval	Frekuensi Absolut		Kategori
	Absolute	Relatif (%)	
> 20.13	0	0	baik sekali
20.14 - 22.68	8	40	Baik
22.69 - 25.23	8	40	Sedang
25.24- 27.78	3	15	Kurang
< 27.79	1	5	kurang sekali
Jumlah	20	100	

Dari 20 orang sampel memiliki teknik dasar *dribbling* antara lain: tidak ada atlet yang mempunyai kemampuan teknik dasar *dribbling* pada kelas interval <20.13, berada pada kategori baik sekali. 8 orang (40%) memiliki teknik dasar *dribbling* pada kelas interval 20.14 - 22.68, berada pada kategori baik. 8 orang (40%) memiliki kemampuan teknik dasar *dribbling* bolabasket pada kelas interval 22.69 - 25.23, berada pada kategori sedang. 3. Orang (15%) memiliki kemampuan teknik dasar *dribbling* bolabasket pada kelas interval 25.24- 27.78, berada pada kategori kurang. dan 1 orang (5%) memiliki kemampuan teknik dasar *dribbling* bolabasket pada kelas interval >27.79, berada pada kategori kurang sekali. Untuk lebih jelasnya, distribusi frekuensi teknik dasar *dribbling* bolabasket juga dapat dilihat pada histogram dibawah ini:

Berdasarkan hasil analisis data kemampuan teknik dasar *dribbling* bolabasket atlet putra klub genta kota pariaman memiliki rata –rata sebesar 23.95, atau kemampuan teknik dasar *dribbling*

bolabasket atlet putra Klub Genta Kota Pariaman berada pada kategori sedang.

3. Teknik *Shooting*

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar *shooting* bolabasket atlet putra Klub Genta Kota Pariaman

Kelas Interval	Frekuensi Absolut		Kategori
	Absolute	Relatif (%)	
> 22	2	10	baik sekali
19 - 21	7	35	Baik
16 - 18	6	30	Sedang
13 -15	4	20	Kurang
<13	1	5	kurang sekali
Jumlah	20	100	

Dari 20 orang sampel memiliki teknik dasar *shooting* antara lain: 2 orang (10%) mempunyai kemampuan teknik dasar *shooting* pada kelas interval <22, berada pada kategori baik sekali. 7 orang (35%) memiliki teknik dasar *shooting* pada kelas interval 19-21, berada pada kategori baik. 6 orang (30%) memiliki kemampuan teknik dasar *shooting* bolabasket pada kelas interval 16-18, berada pada kategori sedang. 4 Orang (20%) memiliki kemampuan teknik dasar *shooting* bolabasket pada kelas interval 13-15, berada pada kategori kurang, dan 1 orang (5%) memiliki kemampuan teknik dasar *shooting* bolabasket pada kelas interval <13 berada pada kategori kurang sekali. Untuk lebih jelasnya, distribusi frekuensi teknik dasar *shooting* bolabasket juga dapat dilihat pada histogram dibawah ini:

Berdasarkan hasil analisis data kemampuan teknik dasar *shooting* bolabasket atlet putra Klub Genta Kota Pariaman memiliki rata – rata sebesar 17,85, atau kemampuan teknik dasar *shooting* bolabasket atlet putra Klub Genta Kota Pariaman berada pada kategori sedang.

4. Kemampuan Teknik Dasar Bolabasket Atlet Putra Klub Genta Kota Pariaman

Tabel 4. Hasil Analisis Data kemampuan Teknik Dasar Atlet Bolabasket Atlet Putra Klub Genta Kota Pariaman

Teknik Dasar Bolabasket	Sampel (N)	Nilai Rata-rata
<i>Passing</i>	20	50.00
<i>Dribbling</i>	20	50.01
<i>Shooting</i>	20	50.00
Jumlah		

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh rata-rata sebagai berikut: Teknik dasar *Passing* yang dimiliki Atlet Putra Klub Genta Kota Pariaman adalah 50.00, teknik dasar *Dribbling* yang dimiliki Atlet Putra Klub Genta Kota Pariaman adalah 50.01. Teknik dasar *Shooting* yang dimiliki Atlet Putra Klub Genta Kota Pariaman adalah 50.00. Jadi berdasarkan norma keterampilan teknik dasar yang diubah kedalam T-Score didapat hasil dari ketiga kemampuan teknik dasar adalah 150,01. Berada pada kategori sedang. Dengan demikian, pertanyaan penelitian terhadap kemampuan teknik dasar atlet bolabasket Atlet Putra Klub Genta Kota Pariaman sudah terjawab.

PEMBAHASAN

1. Kemampuan Teknik *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 putra Klub Genta Kota Pariaman. *Passing* merupakan salah satu teknik yang harus dikuasai oleh atlet bola 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 putra Klub Genta Kota Pariaman tersebut, masih banyak atlet yang memiliki kemampuan rata-rata *Passing* dengan kategori sedang dan perlu ditingkatkan lagi. Artinya perlu adanya latihan yang teratur dan kontiniu untuk dapat meningkatkan kemampuan teknik *Passing* yang baik bagi atlet putra Klub Genta Kota Pariaman. 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 (2012:50--52) 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) *Timing*. 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).

2. Kemampuan Teknik *Dribbling*

Dribbling merupakan salah satu dasarbola basket yang pertama diperkenalkan kepada pemula, karena keterampilan ini sangat penting bagi setiap atlet yang terlibat dalam pertandingan bola basket. *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 (Sodikun 1992: 57).

Teknik *Dribble* dilakukan dengan cara memantul-mantulkan bola ke lantai dengan menggunakan salah satu telapak tangan. Dalam pelaksanaannya teknik *Dribble* 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 *Dribble* 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 *Dribble* dengan menggunakan tangan kiri atau tangan kanan secara bergantian, namun tidak boleh dilakukan secara bersamaan..

Dari temuan penelitian menunjukan bahwa kemampuan teknik dasar *Dribbling* bolabasket pada atlet putra Klub Genta Kota Pariaman, rata-rata masih dalam kategori sedang. Artinya kemampuan teknik dasar *Dribbling* atlet putra Klub Genta Kota Pariaman masih belum maksimal dan perlu ditingkatkan lagi. Agar dalam permainan seorang atlet dapat membawa bola

dengan cepat dan tepat maka ia harus menguasai teknik *Dribble* dengan baik

Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa hal yang pertama kali dilakukan untuk mempelajari teknik *Dribble* 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 diatas 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.

3. Kemampuan Teknik *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 kemampuan teknik dasar *Shooting* atlet putra Klub Genta Kota Pariaman dari 20 orang sampel yang diteliti sebagian besar sudah cukup baik, namun perlu ditingkatkan lagi. Agar seseorang dapat melakukan *Shooting* ke ring dengan baik dan tepat sasaran, sehingga terciptanya poin kedalam ring lawan banyak faktor yang mempengaruhinya. Diantaranya

adalah penguasaan teknik kemampuan *shooting* seperti teknik saat melemparkan bola, kecondongan badan, pandangan dan kondisi fisik.

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 *Shooting*nya.

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*.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang studi kemampuan teknik dasar Bolabasket pada atlet putra Klub Genta Kota Pariaman yang dilakukan terhadap 20 orang atlet Bolabasket, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: 1) Rata-rata kemampuan teknik dasar *Passing* atlet putra Klub Genta Kota Pariaman adalah 17.75 berada pada kategori sedang. 2) Rata-rata kemampuan teknik dasar *dribling* atlet putra Klub Genta Kota Pariaman adalah 23.95, berada pada kategori sedang. 3) Rata-rata kemampuan teknik dasar *Shooting* atlet putra Klub Genta Kota Pariaman adalah 5.95, berada pada kategori sedang. 4) Rata-rata kemampuan teknik dasar bermain bolabasket atlet putra Klub Genta Kota Pariaman secara keseluruhan berada pada kategori sedang.

DAFTAR RUJUKAN

- Acosta, Y. C., & Neldi, H. (2018). Tinjauan Keterampilan Teknik Dasar Atlet Bolabasket Putra SMAN 4 Kota Bukittinggi. *Jurnal JPDO*, 1(1), 72-76.
- Adnan Fardi, (1999). *Bola Basket Dasar*. Padang: UNP
- Madri, S. (2012). *The Basic Learning Basket Ball Technique*. Padang: Sukabina Press

- Nirwandi, F. U., Ysalindo, F. U., & Firdaus, K..(2018). Pengaruh Metode Latihan Sistem Set Terhadap Peningkatan Kemampuan Daya Ledak Otot Lengan Pada Atlet Bolabasket FIK UNP. *Jurnal Menssana*, Volume 3, Nomor 1, Mei, 2018. ISSN 2527-6451 (Print), ISSN 2622-0295
- Suwirman. (2015). *Penelitian Dasar*. Padang : SUKABINA Press
- Syafruddin. (2016). *Perangkat Pembelajaran Ilmu Melatih Dasar*. Padang: FIK UNP
- Nirwandi, F. U. (2016). Tinjauan Keterampilan Teknik Dasar Klub Bolabasket Putra Sekolah Menengah Atas Pembangunan Laboratorium Universitas Negeri Padang. *Jurnal Menssana*, 1(2), 27-34.