

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN TEKNIK DRIBEL-TEMLAK
DALAM BOLABASKET**

(Studi pada Atlet Bolabasket Putra Tingkat Intermediet di Kota Malang)

TESIS

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Derajat

Magister Program Studi Ilmu Keolahragaan



Oleh

Garry William Dony

A121108017

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA**

com2013 user

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN TEKNIK DRIBEL-TEMLAK
DALAM BOLABASKET**



(Studi pada Atlet Bolabasket Putra Tingkat Intermediet di Kota Malang)

TESIS

Oleh

Garry William Dony

A121108017

Komisi pembimbing	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I	Prof. Dr. Sugiyanto NIP 194911081976091001		26-4-2013
Pembimbing II	Dr. Agus Kristiyanto, M.Pd. NIP 196511281990031001		27-4-2013

Telah dinyatakan memenuhi syarat

Pada tanggal 2013

Ketua Program Studi Ilmu Keolahragaan
Program Pascasarjana UNS



Dr. Agus Kristiyanto, M.Pd.
NIP 196511281990031001

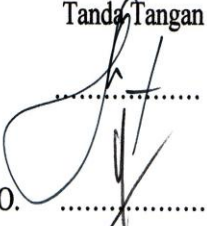



**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN TEKNIK DRIBEL-TEMBAK
DALAM BOLABASKET**

(Studi pada Atlet Bolabasket Putra Tingkat Intermediet di Kota Malang)

TESIS

**Oleh
Garry William Dony
A121108017**

Tim Penguji

Jabatan	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Ketua	Dr. Sapta Kunta Purnama, M. Pd. NIP 196511281990031001		27/4/13
Sekretaris	Prof. Dr. Kiyatno, dr., PFK., M. Or., AIFO. NIP 194801181976031002		26/4/13
Anggota Penguji	Prof. Dr. Sugiyanto NIP . 194911081976091001		26-4-2013
	Dr. Agus Kristiyanto, M. Pd. NIP 196511281990031001		27-4-2013

Telah dipertahankan di depan penguji


Dinyatakan telah memenuhi syarat


Pada tanggal 27-4-2013



Direktur Program Pascasarjana UNS

Ketua Program Studi Ilmu Keolahragaan


Prof. Dr. Ir. Ahmad Yunus, M. S.
NIP 196107171986011001


Dr. Agus Kristiyanto, M. Pd.
NIP 196511281990031001

PERNYATAAN ORISINALITAS DAN PUBLIKASI ISI TESIS

Saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa:

1. Tesis yang berjudul, “**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN TEKNIK DRIBEL-TEMLAK DALAM BOLABASKET (Studi pada Atlet Bolabasket Tingkat Intermediet di Kota Malang)**” adalah benar-benar karya sendiri dan bebas plagiat, serta tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh dan disebutkan dalam sumber acuan serta daftar pustaka. Apabila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam karya ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan peraturan perundang-undangan (Permendiknas No. 17, tahun 2010).
2. Publikasi sebagian atau keseluruhan isi Tesis pada jurnal atau forum ilmiah lain harus seijin dan menyertakan tim pembimbing sebagai autor dan PPs UNS sebagai institusinya. Apabila dalam waktu sekuang-kurangnya satu semester (enam bulan sejak pengesahan tesis) saya tidak melakukan publikasi dari sebagian atau keseluruhan Tesis ini, maka Prodi Ilmu Keolahragaan PPs UNS berhak mempublikasikan pada jurnal ilmiah yang diterbitkan oleh Prodi Ilmu Keolahragaan PPs-UNS. Apabila saya melakukan pelanggaran dari ketentuan publikasi ini, maka saya bersedia mendapatkan sanksi akademik yang berlaku.

Surakarta, 15 April 2013



Garry William Dony

NIM. A121108017

MOTTO

“Belajarliah seolah-olah itu menjadi kewajiban yang terus dilakukan, karena dengan belajar kita dapat memperoleh ilmu dan dapat mengatasi masalah dengan ilmu yang kita dapat dari belajar”

(peneliti)



commit to user

PERSEMBAHAN

Karya monumental ini saya persembahkan kepada orang-orang yang berharga dalam perjalanan hidupku:

Kedua orang tua saya: ayah dan ibu yang telah bekerja keras membesarkan saya, mendukung studi saya sampai saya bisa mencapai derajat magister

Kakek dan Nenek, orang yang sangat besar perannya dalam memberikan pelajaran dalam kehidupan.

Ketiga adik perempuan saya: Agnes Ayu, Ditha Putri dan Shania Najwa yang menjadi semangat saya untuk menjadi contoh dalam hidup.

Pendamping hidupku: Nuria Hellianti Aristar, sosok wanita yang berarti dihidupku, terima kasih sudah mendukung dan membantuku dalam proses penyelesaian Tesis ini.

Buah hatiku: Rafael Gibran William yang berharga sebagai pelengkap hidupku.

Teman-teman seperjuanganku: Sandy (alm), Taufik, Fadil, Dona, Deas, Andega, Miftah, Filli, Bayu, Brama terima kasih banyak.

commit to user

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kepada Allah SWT, karena hanya berkat rahmat dan hidayah-Nya, tesis dengan judul “Pengembangan Model Latihan Dribel-Tembak Dalam Bolabasket (Studi pada Atlet Bolabasket Putra Tingkat Intermediet di Kota Malang)” dapat terselesaikan dengan baik.

Peneliti sangat menyadari bahwa penyusunan tesis ini tidak lepas dari adanya kerja keras, dukungan dan bantuan dari semua pihak. Dengan terselesainya penyusunan tesis ini, maka peneliti menyampaikan ucapan terima kasih yang tak terhingga, diantaranya kepada:

1. Prof. Dr. Ravik Karsidi, M.S. selaku Rektor Universitas Sebelas Maret Surakarta, yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengikuti pendidikan di Program Pascasarjana Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Prof. Dr. Ir. Ahmad Yunus, M.S. selaku Direktur Program Pascasarjana Universitas Sebelas Maret Surakarta yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengikuti pendidikan di Program Pascasarjana Universitas Sebelas Maret Surakarta.
3. Dr. Agus Kristiyanto, M.Pd. selaku Ketua Program Studi Ilmu Keolahragaan Program Pascasarjana Universitas Sebelas Maret Surakarta dan sebagai pembimbing II yang telah memberikan arahan dan kesempatan kepada peneliti untuk mengikuti pendidikan di Program Studi Ilmu Keolahragaan Program Pascasarjana Universitas Sebelas Maret Surakarta.

commit to user

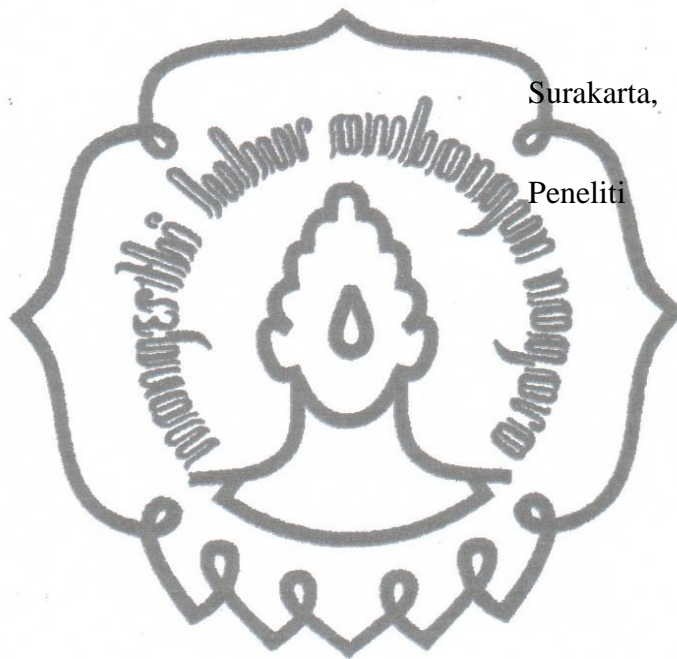
4. Prof. Dr. Sugiyanto selaku pembimbing I yang telah secara seksama dan dengan penuh kesabaran dalam mencurahkan pikiran, waktu, serta tenaga untuk memberikan bimbingan sampai tesis ini dapat selesai.
5. Prof. Dr. M. E. Winarno, M.Pd. selaku ahli media yang telah memberikan masukan dan arahan demi kesempurnaan produk hasil penelitian serta dukungannya hingga terselesaikannya studi ini.
6. Dr. Saichudin, M. Kes. selaku ahli akademisi bolabasket yang telah memberikan masukan dan arahan demi kesempurnaan produk hasil penelitian serta dukungannya hingga terselesaikannya studi ini.
7. Drs. Oni Bagus Januarto, M. Kes. selaku ahli akademisi bolabasket yang telah memberikan masukan dan arahan demi kesempurnaan produk hasil penelitian.
8. Yudhistira Adi P. selaku ahli bolabasket yang telah memberikan masukan dan arahan demi kesempurnaan produk hasil penelitian.
9. Djunaidi, S. Pd. selaku ahli bolabasket yang telah memberikan masukan dan saran untuk menyempurnakan produk ini.
10. Pengurus dan anggota Klub Bolabasket Dinamika, BCA, Indonesia Muda dan Java Muda yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian ini.
11. Atlet dari tiap Klub bolabasket di Kota Malang yang telah bersedia menjadi subjek penelitian.
12. Rekan-rekan program studi IOR angkatan 2010 dan 2011 yang telah membantu dalam proses penyelesaian penelitian tesis ini.
13. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, atas bantuan baik moril atau materil sehingga dapat terselesaikan penelitian tesis ini.

commit to user

Semoga Allah SWT memberikan balasan atas semua kebaikan yang diberikan dengan tulus dan ikhlas. Peneliti menyadari bahwa tesis ini masih belum sempurna, untuk itu peneliti menerima saran dan kritik yang bersifat membangun, demi kesempurnaan tesis ini.

Surakarta, April 2013

Peneliti



DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL TESIS	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
ABSTRAK.....	xviii
<i>ABSTRACT</i>	xx
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Rumusan Masalah.....	5
D. Tujuan Penelitian.....	6
E. Manfaat Penelitian.....	8
F. Asumsi Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian teori.....	11

1. Bolabasket.....	11
2. Teknik Dribel, Tembak, dan Dribel-Tembak bolabasket	12
3. Karakteristik atlet putra tingkat intermediet	24
4. Latihan	26
B. Kerangka Berpikir	38
C. Penelitian yang Relevan	39
D. Spesifikasi Produk yang Diharapkan.....	40
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Tempat dan Waktu Penelitian	43
B. Jenis Penelitian	45
C. Sumber Data	51
D. Teknik Pengumpulan Data	54
E. Instrumen Pengumpulan Data	54
F. Jenis Data.....	61
G. Teknik Analisis Data	62
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Ringkasan Hasil Penelitian.....	71
B. Hasil Penelitian Tahap 1 (Pendahuluan)	74
C. Hasil Penelitian Tahap 2 (Uji Coba Produk).....	76
D. Hasil Penelitian Tahap 3 (Uji Efektivitas Produk).....	84
E. Pembahasan Hasil Penelitian.....	94
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	101

commit to user

B. Implikasi	105
C. Saran	106
DAFTAR PUSTAKA	107



DAFTAR TABEL

		Halaman
Tabel 2.1	Ruang lingkup model latihan teknik dribel-tembak	41
Tabel 3.1	Waktu dan tempat penelitian	43
Tabel 3.2	Persentase hasil uji coba	64
Tabel 4.1	Ringkasan hasil penelitian	71
Tabel 4.2	Hasil analisis kebutuhan	74
Tabel 4.3	Hasil evaluasi ahli akademisi 1	77
Tabel 4.4	Hasil evaluasi ahli akademisi 2	78
Tabel 4.5	Hasil evaluasi ahli praktisi 1	79
Tabel 4.6	Hasil evaluasi ahli praktisi 2	80
Tabel 4.7	Hasil evaluasi ahli media	80
Tabel 4.8	Hasil uji coba kelompok kecil	82
Tabel 4.9	Hasil uji coba kelompok besar	83
Tabel 4.10	Hasil tes awal (<i>pre test</i>) kelompok coba (tes Dribel dan Tembak bolabasket dari AAHPERD)	85
Tabel 4.11	Hasil tes awal (<i>pre test</i>) kelompok coba (skala penilaian Dribel dan Tembak Bolabasket)	85
Tabel 4.12	Hasil tes awal (<i>pre test</i>) kelompok kontrol (tes Dribel dan Tembak bolabasket dari AAHPERD)	86
Tabel 4.13	Hasil tes awal (<i>pre test</i>) kelompok kontrol (skala penilaian Dribel dan Tembak bolabasket)	86

commit to user

Tabel 4.14	Hasil tes akhir (<i>post test</i>) kelompok coba (tes Dribel dan Tembak bolabasket dari AAHPERD)	87
Tabel 4.15	Hasil tes akhir (<i>post test</i>) kelompok coba (skala penilaian Dribel dan Tembak bolabasket).....	88
Tabel 4.16	Hasil tes akhir (<i>post test</i>) kelompok kontrol (tes Dribel dan Tembak bolabasket dari AAHPERD)	88
Tabel 4.17	Hasil tes akhir (<i>post test</i>) kelompok kontrol (skala penilaian Dribel dan Tembak bolabasket).....	89
Tabel 4.18	Hasil uji normalitas distribusi frekuensi populasi.....	90
Tabel 4.19	Hasil uji homogenitas variansi populasi.....	92
Tabel 4.20	Hasil uji signifikansi uji kelompok coba dan kelompok kontrol menggunakan tes Dribel dan Tembak bolabasket dari AAHPERD dan skala penilaian Dribel dan Tembak bolabasket.....	93

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Dribel tinggi	13
Gambar 2.2 Dribel rendah.....	14
Gambar 2.3 Kontrol dribel	15
Gambar 2.4 Dribel cepat	15
Gambar 2.5 Dribel berhenti tiba-tiba	16
Gambar 2.6 Dribel merubah kecepatan.....	17
Gambar 2.7 Dribel mundur	18
Gambar 2.8 Dribel belakang	18
Gambar 2.9 Dribel silang	19
Gambar 2.10 Dribel berputar	20
Gambar 2.11 Dribel diantara kaki.....	21
Gambar 2.12 Dribel-Tembak	22
Gambar 2.13 Tembak tolak dari dada	22
Gambar 2.14 Tembak tolak dari atas kepala.....	22
Gambar 2.15 Tembak tolak satu tangan.....	23
Gambar 2.16 Tembak meloncat	23
Gambar 2.17 Tembak melompat satu tangan.....	23
Gambar 2.18 Tembak kaitan	23
Gambar 2.19 Komponen-komponen gerak efisien	36
Gambar 3.1 Tes Tembak	58

commit to user

Gambar 3.2	Tes Dribel.....	59
Bagan 3.1	Diagram alir modifikasi prosedur pengembangan <i>research and development</i> Borg dan Gall (1983)	47
Bagan 3.2	Pemeriksaan keabsahan data.....	69



DAFTAR LAMPIRAN

		Halaman
Lampiran 1	Angket penilaian ahli bolabasket.....	110
Lampiran 2	Angket penilaian atlet bolabasket.....	122
Lampiran 3	Rekapitulasi hasil penilaian ahli bolabasket.....	129
Lampiran 4	Rekapitulasi hasil uji kelompok kecil dan kelompok besar	132
Lampiran 5	Tes keterampilan Dribel dan Tembak bolabasket dari AAHPERD dan skala penilaian Dribel dan Tembak bolabasket.....	134
Lampiran 6	Rekapitulasi hasil tes awal dan tes akhir	144
Lampiran 7	Uji prasyarat analisis	148
Lampiran 8	Hasil analisis uji signifikansi.....	156
Lampiran 9	Produk pengembangan	164
Lampiran 10	Catatan lapangan	247
Lampiran 11	Surat izin dan surat keterangan penelitian.....	264
Lampiran 12	Daftar riwayat hidup.....	267

ABSTRAK

Garry William Dony, A 121108017.2013. *Pengembangan Model Latihan Teknik Dribel-Tembak dalam Bolabasket (Studi pada Atlet Bolabasket Putra Tingkat Intermediet di Kota Malang)*. Tesis, Program Studi Ilmu Keolahragaan, Program Pasca Sarjana Universitas Sebelas Maret Surakarta. Pembimbing I: Prof. Dr. Sugiyanto, II: Dr. Agus Kristiyanto, M. Pd.

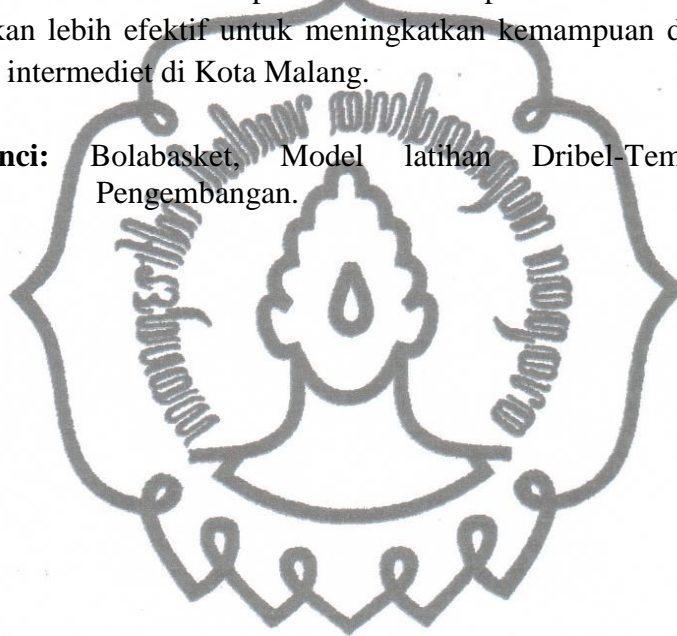
Latar belakang dalam penelitian ini adalah pelatih yang masih menggabungkan semua teknik dalam tiap sesi latihan dan teknik dribel dan tembak atlet putra tingkat intermediet serta belum adanya model latihan dribel-tembak yang secara khusus diberikan untuk atlet putra tingkat intermediet di Kota Malang. Tujuan penelitian adalah melaksanakan dan mengetahui hasil analisis kebutuhan dan mengembangkan produk awal, melaksanakan dan mengetahui uji ahli dan uji lapangan, dan melaksanakan dan mengetahui uji efektivitas produk model latihan dribel-tembak dalam bolabasket pada atlet putra tingkat intermediet di Kota Malang.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian pengembangan *Research and Development* yang dikemukakan oleh Borg dan Gall, peneliti mengadaptasi prosedur penelitian menjadi tiga tahap yaitu: tahap 1 pendahuluan, tahap 2 uji produk, dan tahap 3 uji efektivitas produk. Hasil penelitian tahap 1 pendahuluan yaitu 1). Analisis kebutuhan diperoleh melalui wawancara dengan pelatih di klub bolabasket di Kota Malang, hasilnya proses latihan mencampur adukkan tiap teknik dalam satu kali latihan (tidak fokus) dan rendahnya tingkat penguasaan teknik dribel dan tembak atlet putra tingkat intermediet di Kota Malang. 2). Kajian teori terdiri dari teori permainan bolabasket, teori tentang dribel, tembak dan dribel-tembak, teori tentang karakteristik atlet tingkat intermediet dan teori latihan. 3). Pengembangan produk penyajiannya yaitu bab I pendahuluan, bab II Latihan pendahuluan untuk dribel-tembak bolabasket, bab III model latihan dribel-tembak, dan bab IV program latihan.

Hasil penelitian tahap 2 uji produk terdiri dari: 1). Uji coba ahli menggunakan lima ahli bolabasket, hasil penilaian diperoleh menggunakan instrumen angket terbuka yang berjumlah 30 butir soal, diperoleh persentase 86,66% sehingga produk dapat dilanjutkan ke uji coba lapangan. 2). Uji coba lapangan terdiri dari dua yaitu: a). Uji coba kelompok kecil dengan jumlah 10 subjek, hasil diperoleh menggunakan angket yang berjumlah 27 butir soal, diperoleh persentase 87,40% sehingga produk dapat dilanjutkan ke uji coba kelompok besar, b). Uji coba kelompok besar dengan jumlah 20 subjek, hasil diperoleh menggunakan angket yang berjumlah 27 butir soal, diperoleh persentase 88,14%. 3) uji efektivitas produk, uji efektivitas produk menggunakan rancangan eksperimen semu, yaitu membandingkan dua kelompok antara kelompok coba yang diberi perlakuan model latihan dribel-tembak yang dikembangkan peneliti dengan kelompok kontrol yang diberi perlakuan latihan dribel-tembak secara

konvensional. Terdiri dari tiga tahap, tes awal, perlakuan dan tes akhir, tes awal dan tes akhir menggunakan instrumen tes dribel dan tembak dari AAHPERD dan skala penilaian dribel dan tembak, dari hasil tes akhir – tes awal diperoleh nilai beda yaitu: 1). Tes kelompok coba diperoleh hasil untuk teknik dribel = 8,66 dan teknik tembak = 97. 2). Kelompok coba (skala penilaian) diperoleh hasil untuk teknik dribel = 12 dan teknik tembak = 22. 3). Kelompok kontrol diperoleh hasil untuk teknik dribel = 21,3 dan teknik tembak 12. 4). Kelompok kontrol (skala penilaian) diperoleh hasil untuk teknik dribel = 6,5 dan teknik tembak = 8. Berdasarkan hasil nilai beda dapat diambil kesimpulan bahwa model latihan yang dikembangkan lebih efektif untuk meningkatkan kemampuan dribel dan tembak atlet tingkat intermediet di Kota Malang.

Kata Kunci: Bolabasket, Model latihan Dribel-Tembak, Penelitian Pengembangan.



ABSTRACT

Garry William Dony, A 121108017.2013. *Developing Dribbling-Shooting Technique Training Model of Basketball (Study on Male Basketball Player at the First Intermediate Level in Malang)*. Thesis, Sport Science Department, Graduate School Program of Sebelas Maret University of Surakarta. Consultants I: Prof. Dr. Sugiyanto, II: Dr. Agus Kristiyanto, M. Pd.

The background of this study is because of the mixing techniques in each session of training and dribbling-shooting of male player at intermediate level, and the non-existing of specific dribbling-shooting model training which is given to male player at intermediate level in Malang. The objective of the study are to conduct and find out the result of expert judgment and field testing, and conduct and find out the effectiveness of product namely the specific dribbling-shooting model training

The research methodology in this study is Research and Development proposed by Borg and Gall. The researcher modifies the ten procedures into three stages. They are preliminary study, try out and field testing. The result of study in the first stage is: 1) Need assessment by conducting interview with the trainer of basketball club in Malang, the result is in the process of training it was found that there was a mixing of each technique of dribbling and shooting for male player at intermediate level in Malang; 2) Review of literature that consists of theories related to basketball, dribbling, shooting, and training; 3) Developing of product display namely introduction for chapter 1, preliminary training of dribbling and shooting in Basketball for chapter 2, and the training model of dribbling and shooting for chapter 3, and training program for chapter 4.

The result of the second stage consists of: 1) Expert validating from five experts in Basketball, the percentage of the result from open questionnaire that consists of 30 items is 86.66% so the product can be processed into try out testing; 2) The try out testing consists of: a) small-scale group testing of 10 subjects, the percentage from questionnaire that consists of 27 items is 87.40% so the product can be processed into large-scale group; b) large-scale group testing of 20 subjects, the percentage from questionnaire that consists of 27 items is 88.14%; 3) The field testing used is the quasi experiment namely comparing two groups between experiment group which was given a treatment using dribbling-shooting technique developed by the researcher and control group which was given conventional dribbling-shooting technique. It consists of three test, pretest, treatment and post-test, pre-test and posttest using instrument of dribbling test and shooting from AAHPERD and scoring scale dribbling and shooting, from the posttest – the pre-test gets discr namely: minaton index 1) The result of experiment group testing for dribbling technique is 8.66 and shooting technique is 97; 2) The result of experiment group (scoring scale) for dribbling technique is 12 and shooting technique is 22; 3) The result of control group testing for dribbling

technique is 21,3 and shooting technique is 12; 4) The result of control group (scoring scale) for dribbling technique is 6.5 and shooting technique is 8. From the result of discrimination index, it can be concluded that the training model developed by the researcher is more effective to improve the dribbling and shooting technique at the intermediate level in Malang.

Key Words: Basketball, Dribbling-Shooting training model, Research and Development.

