

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

E-JOURNAL

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

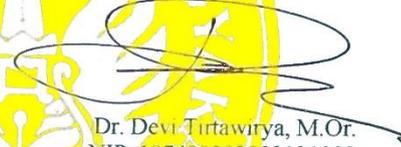
Jurnal yang berjudul “Efektivitas Posisi Awal *Shooting* dengan Konsep *Triple Threat Position* terhadap Hasil *Shooting* Atlet Bola Basket SMA N 1 Klaten“ yang disusun oleh Lutfi Dwi Saputra, NIM. 14602241068 ini telah disetujui oleh pembimbing dan *reviewer*.

Pembimbing



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

Yogyakarta, April 2019
Reviewer



Dr. Devi Tirtawirya, M.Or.
NIP. 197408292003121002



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

THE EFFECTIVENESS OF THE STARTING POSITION OF SHOOTING BY TRIPLE THREAT POSITION CONCEPT FOR THE SHOOTING RESULTS OF BASKETBALL ATHLETES SMA N 1 KLATEN

Oleh : Lutfi Dwi Saputra, PKO, FIK UNY
Lutfi Dwi Saputra@yahoo.co.id

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

Abstract

This study aims to understand the effectiveness of the shooting starting position on the triple threat position concept towards the shooting results of SMA N 1 Klaten basketball athletes. This research type is a descriptive study. Method used in this study is a survey by data collection techniques using authentic assessment. The population used in this study were 12 basketball male extracurricular members of SMAN 1 Klaten, taken using total sampling technique. The data analysis using descriptive analysis is outlined in percentage form. The results showed that (1) Shooting by using the triple threat position concept resulted as a success percentage of 45,98%. (2) Shooting without applying the triple threat position concept resulted as a success percentage of 43,21%. (3) It can be concluded that shooting by using triple threat position concept has better percentage of success than shooting without using triple threat position concept.

Keywords : *shooting*, *triple threat position*, *basketball*

PENDAHULUAN

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*), memoros/ 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**”.

METODE PENELITIAN

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*.

Waktu dan Tempat Penelitian

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

Target/Subjek Penelitian

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*”.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

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 diajukan dengan prestasi melatih. Instrumen sebagai berikut:

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

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

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 devisiasi*, dan persentase (Sugiyono, 2007: 112).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

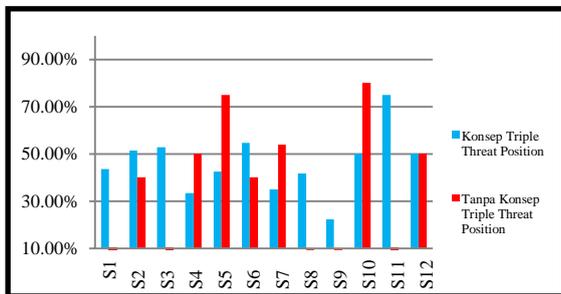
Hasil Penelitian

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

Nama	Konsep Triple Threat Position		Σ	Tanpa Konsep Triple Threat Position		Σ
	M %	G %		M %	G %	
S1	43,48	56,52	23	0,00	100,00	2
S2	51,43	48,57	35	40,00	60,00	5
S3	52,63	47,37	19	0,00	100,00	4
S4	33,33	66,67	30	50,00	50,00	2
S5	42,42	57,58	33	75,00	25,00	4
S6	54,72	45,28	53	40,00	60,00	5
S7	34,88	65,12	43	53,85	46,15	13
S8	41,67	58,33	12	0,00	0,00	0
S9	22,22	77,78	9	0,00	0,00	0
S10	50,00	50,00	16	80,00	20,00	5
S11	75,00	25,00	8	0,00	0,00	0
S12	50,00	50,00	8	50,00	50,00	2
Σ	551,78	648,22	289	388,85	511,15	42
Mean	45,98	54,02		43,21	56,79	

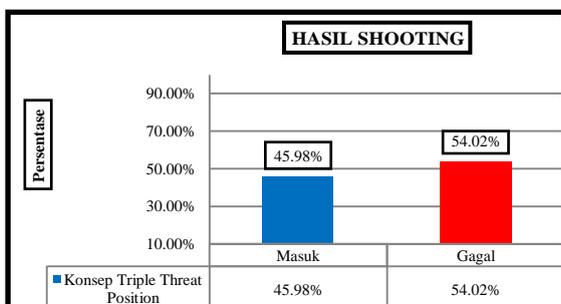
Berdasarkan data pada tabel 2 dapat disajikan pada gambar 1 sebagai berikut:



Gambar 1. Diagram Batang Hasil Shooting Menggunakan Triple Threat Position dan Tanpa Triple Threat Position terhadap Hasil Shooting Atlet

1. Hasil Shooting Menggunakan Konsep Triple Threat Position

Hasil shooting menggunakan *triple threat position* saat melakukan shooting terhadap hasil shooting atlet bola basket dapat disajikan pada gambar 2 sebagai berikut:



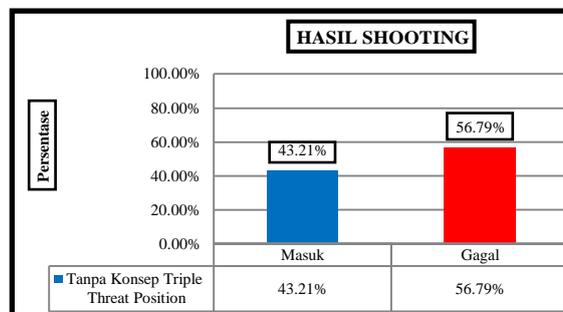
Gambar 2. Diagram Batang Hasil Shooting Menggunakan Triple Threat Position Atlet Bola Basket

Berdasarkan gambar 2 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:

- 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%.
- 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

Hasil shooting tanpa *triple threat position* saat melakukan shooting terhadap hasil shooting atlet bola basket SMA N 1 Klaten dapat disajikan pada gambar 3 sebagai berikut:



Gambar 3. Diagram Batang Hasil Shooting Tanpa Konsep Triple Threat Position Atlet Bola Basket

Berdasarkan gambar 3 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:

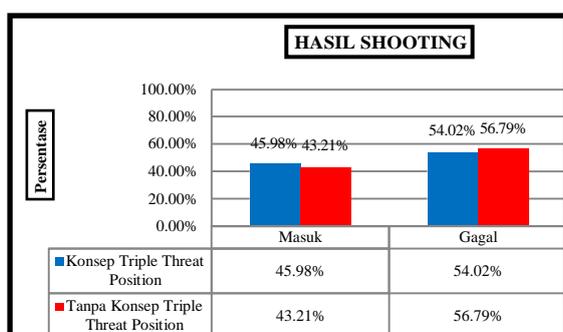
- Hasil shooting tanpa konsep *triple threat position* saat melakukan shooting terhadap hasil shooting atlet bola basket SMA N 1

Klaten persentase bola masuk sebesar 43,21%.

- b. 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*

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 4 sebagai berikut:



Gambar 4. Diagram Batang Perbedaan Hasil *Shooting* Menggunakan *Triple Threat Position* dan Tanpa *Triple Threat Position* Atlet Bola Basket

Berdasarkan gambar 4 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 pesertase sebesar 45,98% : 43,21%.

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 pesertase sebesar 45,98% : 43,21%. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Wissel (2000: 40) bahwa *Triple threat position* adalah bagian penting dalam permainan bola basket, karena posisi *triple 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 *triple 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-*drible* 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.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat diambil kesimpulan,:

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*.

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.
- Oliver, J. (2009). *Dasar-dasar bolabasket*. Bandung: PT. Intan Sejati.
- Sugiyono. (2007). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Wissel, H. (2000). *Langkah sukses dalam bolabasket*. (Terjemahan Bagus Pribadi). United State: Champaign, IL. (Buku asli diterbitkan tahun 1997).