

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *MEDIUM SHOOT*
UNTUK POSISI *BIGMAN* PADA TIM BOLA BASKET PUTRI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**



**MIA CLAUDIA PESTA RIA
6315144832**

**Skripsi ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU OLAHRAGA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
FEBRUARI, 2021**

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *MEDIUM SHOOT* UNTUK
POSISI *BIGMAN* PADA TIM BOLA BASKET PUTRI UNIVERSITAS
NEGERI JAKARTA**

ABSTRAK

Abstrak. Pengembangan ini bertujuan untuk mengembangkan model latihan *medium shoot* untuk posisi *bigman* pada tim bola basket putri Universitas Negeri Jakarta. Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Negeri Jakarta. Penelitian dan pengembangan ini menggunakan pengembangan model yang di desain oleh Sugiyono (*Research and Development*). Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan cara validasi ahli Pakar untuk memvalidasi model latihan yang dibuat. Hasil dari penelitian ini adalah model latihan *medium shoot* untuk posisi *bigman* pada tim bola basket putri Universitas Negeri Jakarta terdiri dari 30 model *draft* awal dan setelah diuji oleh para ahli, tercipta 20 pengembangan model latihan *medium shoot* untuk posisi *bigman* pada tim bola basket putri Universitas Negeri Jakarta. Hasil akhir dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa model latihan *medium shoot* untuk posisi *bigman* pada tim bola basket putri Universitas Negeri Jakarta dapat dikembangkan dan diterapkan dalam latihan tim bola basket putri Universitas Negeri Jakarta dan pada cabang olahraga bola basket.

Kata Kunci : pengembangan model latihan, *medium shoot*, *bigman*, bola basket



**DEVELOPMENT OF MEDIUM SHOOT TRAINING MODEL FOR
BIGMAN'S POSITION ON THE WOMAN BASKETBALL TEAM STATE
UNIVERSITY OF JAKARTA**

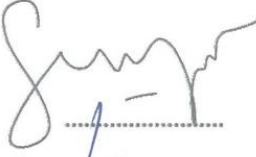

ABSTRACT

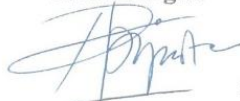

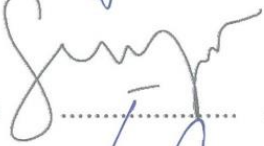
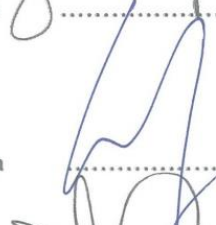

This development aims to develop a medium shoot training model for the bigman position on the Jakarta State University women's basketball team. This research was conducted at the State University of Jakarta. This research and development uses a model development designed by Sugiyono (Research and Development). Data collection in this research is done by validating expert experts to validate the training model created. The results of this study are a medium shoot training model for the bigman position on the Jakarta State University women's basketball team consisting of 30 initial draft models and after trials and validation by experts, 20 development models of medium shoot training for the bigman position on the basketball team were created. daughter of Jakarta State University. The final results of this study can be concluded that the medium shoot training model for the bigman position on the Jakarta State University women's basketball team can be developed and applied in the training of the Jakarta State University women's basketball team and in basketball.

Keywords: *training model development, medium shoot, bigman, basketball*



LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I		9-02-2021
<u>Dr. Iman Sulaiman, M.Pd</u> NIP. 19630627 198803 1 001
Pembimbing II		16-02-21
<u>Hendro Wardoyo, M.Pd</u> NIP. 19720504 200501 1 002

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Dr. Tirto Apriyanto, S.Pd, M.Si</u> NIP. 19700417 199903 1 002	Ketua		11 Feb 2021
	
2. <u>Nur Fitranto, M.Pd</u> NIP. 198506182 201504 1 002	Sekretaris		11-02-2021
	
3. <u>Dr. Iman Sulaiman, M.Pd</u> NIP. 19630627 198803 1 001	Anggota		9-02-2021
	
4. <u>Hendro Wardoyo, S.Pd, M.Pd</u> NIP. 19720504 200501 1 002	Anggota		16-02-21
	
5. <u>Dr.dr. Junaedi, Sp.KO</u> NIP. 19611114 200003 1 001	Anggota		10-02-2021
	

Tanggal Lulus : 4 Februari 2021

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar Pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 5 Februari 2021

Yang membuat pernyataan,



Mia Claudia Pesta Ria
NIM. 6315144832

LEMBAR PUBLIKASI



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka, Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya

Nama : MIA CLAUDIA PESTA RIA
NIM : 6315144832
Fakultas/Prodi : F10 / PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
Alamat email : miaclaudia7@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lainnya, (.....)

yang berjudul:

PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN MEDIUM
SHOOT UNTUK POSISI BIGMAN PADA TIM BOLA
BASKET PUTRA UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA.

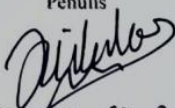
Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya:

Jakarta

Penulis


(Mia Claudia Pesta Ria
nama dan tanda tangan)

KATA PENGANTAR

Puji Syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmatnya, peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul: **“Pengembangan Model Latihan *Medium Shoot* Untuk Posisi *Bigman* Pada Tim Bola Basket Putri Universitas Negeri Jakarta.”** Penulisan skripsi ini ditulis dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Skripsi ini.

Oleh karena itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada Bapak **Dr. Johansyah Lubis, M.Pd**, selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta, Bapak **Hendro Wardoyo, S.Pd, M.Pd**, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga dan selaku Dosen Pembimbing II, Bapak **Dr. Iman Sulaiman, M.Pd**, selaku Dosen Pembimbing I, dan juga kepada Bapak **Dr. dr. Junaedi, Sp.KO**, selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk peneliti dalam penyusunan skripsi ini. Ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya juga tak lupa disampaikan kepada kedua orang tua serta kakak dan adik peneliti yang telah memberikan dukungan moral, doa, dan semangat untuk dapat menyelesaikan skripsi ini.

Peneliti berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi yang membaca juga bermanfaat bagi perkembangan olahraga permainan bola basket. Semoga Tuhan selalu menyertai, membimbing, dan memberkati kita semua dalam setiap kegiatan maupun usaha yang kita lakukan setiap hari, amin.

Jakarta, 10 Januari 2021

M.C.P.R

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus penelitian	5
C. Perumusan masalah	5
D. Kegunaan penelitian	5
BAB II KAJIAN TEORITIK	7
A. Konsep Pengembangan Model	7
B. Konsep Model yang Dikembangkan	13
C. Kerangka Teoritik	14
1. Hakikat Permainan Bola Basket	14
2. Hakikat Model Latihan	16
3. Hakikat <i>Shooting</i> Bola Basket	20
4. Hakikat <i>Medium Shoot</i>	30
5. Hakikat <i>Bigman</i>	37
6. Hakikat OBB Universitas Negeri Jakarta	42
D. Rancangan Model	42
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	45
A. Tujuan Penelitian	45
B. Tempat dan Waktu Penelitian	45
C. Karakteristik Pengembangan Model	46
D. Pendekatan dan Model Penelitian	46
E. Langkah-langkah Pengembangan Model	47

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	52
A. Hasil Pengembangan Model	52
B. Kelayakan Model	75
C. Pembahasan	80
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	82
A. Kesimpulan	82
B. Saran	82
DAFTAR PUSTAKA	84
LAMPIRAN-LAMPIRAN	86

