

ABSTRAK

Erwin Hamonangan purba. Pengembangan Variasi Latihan Shooting Untuk Atlet Pemula Tahun 2019. (Pembimbing : AMIR SUPRIADI). Skripsi. Medan. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Medan 2020.

Setiap cabang olahraga yang berkompetisi tentunya mengharapkan tercapainya prestasi yang maksimal, baik secara individu maupun kelompok. Prestasi juga menjadi tolak ukur apakah program yang selama ini dijadikan hasil atau tidak. Untuk mencapai prestasi tersebut salah satu cara yang dilakukan adalah dengan pembinaan dan salah satunya melalui penerapan variasi-variasi latihan shooting khususnya dalam permainan bola basket dan penelitian ini juga bertujuan untuk mengetahui seberapa besar hasil peningkatan shooting pada atlet pemula dalam permainan bola basket.

Berdasarkan hasil penilaian ahli pelatih dan ahli olahraga dalam bentuk variasi latihan shooting banyak mendapat masukan dan arahan untuk tercapainya hasil yang paling maksimal dan pelatih juga mampu melihat keterampilan atlet menjadi lebih baik.

Dalam hal ini terdapat bahwa 100 % Atlet menyukai olahraga basket, 100 % Atlet sudah pernah berlatih shooting, 100 % Atlet menyatakan bahwa pelatih memberikan latihan shooting, 70 % Atlet menyatakan teknik shooting selama ini membosankan, 90 % Atlet menjawab setuju dan bersedia menggunakan beberapa bentuk variasi latihan tambahan untuk meningkatkan kemampuan teknik shooting. Dari analisis kebutuhan yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa ide dari penelitian pengembangan ini adalah perlu adanya pengembangan variasi latihan shooting sehingga dapat membantu pelatih dalam membuat program latihan yang tujuannya untuk membuat atlet lebih berkembang dan berprestasi dalam akademik maupun non akademik dan bersungguh-sungguh pada saat latihan sehingga mereka dapat menguasai keterampilan shooting dengan baik dan benar.