

## ANALISIS *INSIDE PASS* TIM BOLA BASKET PUTERI UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA PADA LIMA *BASKETBALL NATIONALS* 2019

Eliya Novanti<sup>1</sup>  
Iman Sulaiman<sup>2</sup> dan Tirto Apriyanto<sup>3</sup>

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta

[elianovanti@gmail.com](mailto:elianovanti@gmail.com)<sup>1</sup>, [isulaiman@unj.ac.id](mailto:isulaiman@unj.ac.id)<sup>2</sup>, [tapriyanto@unj.ac.id](mailto:tapriyanto@unj.ac.id)<sup>3</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana *inside pass* tim bola basket putri Universitas Negeri Jakarta pada Liga Mahasiswa *Basketball Nationals* 2019. Metode dalam penelitian ini termasuk dalam metode deskriptif dengan teknik pengambilan data observasi atau survei, populasi dalam penelitian ini adalah seluruh tim bola basket putri yang bertanding pada Liga Mahasiswa *Basketball Nationals* 2019 dan sampel yang di gunakan yaitu *total sampling* yaitu seluruh pemain putri Universitas Negeri Jakarta yang bertanding pada liga Mahasiswa *Basketball Nationals* yang berjumlah 12 orang. Berdasarkan hasil dari analisis Peneliti *Inside Pass* yang dilakukan oleh Universitas Negeri Jakarta *inside pass* yang dilakukan tim bola basket UNJ selama mengikuti Liga Mahasiswa *Basketball Nationals* 2019 sudah baik bagaimana *Inside Pass* Ini tujuannya mengarahkan bola ke *area circle* lawan dan berusaha mencetak *point* dari jarak yang lebih dekat dengan *ring* tingkat keberhasilan mencapai 69% dan kegagalan 31% dan berdasarkan data yang diperoleh peluang untuk *finishing* rata-rata mencapai 71 kali atau 42%, Hasil analisis ini bisa dijadikan salah satu strategi oleh UNJ dalam membuat *system* penyerangan yang mengutamakan *Inside Pass*.

**Kata Kunci :** Analisis, keberhasilan dan kegagala, *Inside Pass*.

### ABSTRACT

*This study aims to determine how inside pass of the girl basketball team at University of Jakarta in the Basketball Nationals Student League 2019. The method in this study was included in the descriptive method with observation or survey data collection techniques. The population in this study were all girl basketball teams that competed in the Basketball Nation Student League 2019 and the sample used was total sampling, namely all girl players University of Jakarta who competed in the Basketball Nationals Student League, amounting to 12 people. Based on the results of the analysis of Inside Pass Researchers conducted by University of Jakarta while participating in the Basketball Nationals Student League 2019, it is good how Inside Pass aims to direct the ball at the opponent's circle area and try to score points from a distance that is closer to the ring, the success rate reaches 69% and 31% failure and based on the data obtained the opportunity for finishing on average reaches 71 times or 42%. The results of this analysis can be used as a strategy by University of Jakarta in creating an attack system that prioritizes Inside Pass.*

**Keywords :** Analysis, success and failure, *Inside Pass*.

### PENDAHULUAN

Dengan perkembangan bola basket yang begitu pesat di tanah air menjadikan begitu banyaknya kompetisi yang diadakan. Kompetisi ditingkat mahasiswa yang

dianggap sudah semi profesional menjadikan setiap pemain di Universitas untuk mengirimkan atletnya yang terbaik dalam mengikuti kompetisi.

Berdasarkan hasil penelitian kecil yang dilakukan terhadap atlet basket puteri Universitas Negeri Jakarta yang mengikuti kompetisi di Gunadarma hopp summit vol 6 yang digelar pada tanggal 6 sampai dengan tanggal 16 Nopember 2019 hanya mampu lolos sampai dengan perdelapan *final*. Universitas Negeri Jakarta yang rata-rata memiliki pemain yang fisiknya tidak terlalu besar kesulitan untuk mencetak angka di dalam *circle* yang akhirnya lebih banyak melakukan *finishing* di luar *circle* yang tidak jarang sulit menghasilkan angka.

Dari empat game yang telah mereka jalani hanya mampu melakukan *Inside Pass* total 121 kali. Dari 121 kali tersebut Universitas Negeri Jakarta berhasil melakukan 40 kali *inside pass* dan 81 kali gagal dalam melakukan *inside pass*. Artinya tingkat keberhasilan mencapai 33,05 % dan kegagalan mencapai 66,95 % dalam hal ini kegagalan lebih besar dibandingkan dengan keberhasilan. *Inside Pass* merupakan salah satu teknik dasar yaitu *passing*. *Passing* merupakan salah satu teknik dasar yang Penting dimana permainan basket olahraga yang dominan dengan teknik tersebut. oleh karena adanya kesenjangan tersebut maka penulis bermaksud untuk meneliti mengenai *Inside Pass*.

*Inside Pass* atau *passing* ke dalam ini tidak hanya ditentukan dengan kualitas *passing* saja tetapi bagaimana setiap pemain mampu melakukan gerakan yang efektif dan dapat menciptakan peluang agar pemain yang memegang bola dapat melakukan *passing* ke dalam *circle*. Dalam kasus yang terjadi di tim basket puteri Universitas Negeri Jakarta ini pemain kesulitan untuk melakukan gerakan kearah *circle* dan sulitnya melakukan *passing* karena pemain dijaga dengan ketat sehingga pemain yang memegang bola kesulitan untuk melakukan *passing* ke dalam, dan ketika ada peluang dalam melakukan *passing* ke dalam banyak pemain yang tidak siap dalam menangkap bola sehingga hal tersebut dapat merugikan tim bahkan tidak jarang lawan dapat melakukan *Fast break* dan mencetak angka dengan mudah.

Kemungkinan yang terjadi pada tim UNJ yaitu Program latihan dan jumlah

pertandingan atau jam terbang yang kurang. Mengingat para pemain yang ikut dalam kompetisi tersebut dominan oleh para pemain baru yaitu mahasiswi angkatan pertaamana dan kedua yang masih kurang dalam hal jam terbang. Dengan adanya beberapa aspek yang telah disebutkan diatas diharapkan menjadi sebuah tolak ukur bagi setiap tim bola basket, dimana aspek tersebut menjadi aspek yang menentukan kesiapan tim dalam mengikuti pertandingan, sehingga saat pertandingan berlangsung dapat menuai kemenangan.

Bola basket adalah salah satu olahraga paling populer di dunia, keterampilan-keterampilan perseorangan seperti tembakan umpan, *dribble* dan *rebound* serta kerjasama tim untuk menyerang atau bertahan adalah persyaratan agar berhasil dalam memainkan olahraga ini. Selain olahraga ini mudah di mainkan saat ini olahraga basket menjadi salah satu yang wajib hadir di kurikulum setiap satuan pendidikan, para siswa di perkenalkan pola gerak serta teknik dasar dalam permainan basket.

Bola basket dimainkan oleh dua regu yang masing-masing terdiri dari 5 orang pemain, tiap-tiap regu berusaha memasukan bola ke dalam keranjang regu lawan dan mencegah lawan memasukan bola atau membuat angka. (Muhajir dan Much., 2007)

Komponen fisik yang dominan dalam bola basket yaitu, *Speed endurance*. *Speed* (Kecepatan) adalah kemampuan seseorang untuk pindah tempat dari satu titik lain dalam waktu sesingkat-singkatnya. (Ambarukmini. et al., 2007) Oleh karena itu pemain basket harus memiliki *endurance* yang baik.

Namun karena basket adalah olahraga yang kompleks maka hampir semua komponen fisik ada dalam olahraga ini yaitu *strength*, *endurance*, *speed*, *agility*, *power*, *koordinasi*, *balance*, *akurasi*, *reaksi*, dan *flexibility*.

Permainan ini memiliki berbagai posisi seperti *point guard*, *shooting guard*, *power forward*, *small forward* dan *centre*. Dari masing-masing posisi tersebut setiap pemain memiliki tugasnya masing-masing seperti 1) *point guard (best ball handler)*, bertugas mengatur penyerangan, bagaimana

menjalankan *system* permainan dengan baik dan menjadi titik awal dimulainya suatu serangan. 2) *shooting guard (best outside shooter)*, bertugas untuk mencetak angka dari jarak jauh ketika posisi memungkinkan untuk melakukan tembakan. 3) *small forward (versatile inside and outside player)* pemain yang memiliki kecepatan, kuat bertahan di dalam dan di luar. 4) *power forward (strong rebounding forward)* baik dalam hal *rebound* 5) *Centre* sebagai pemain tengah (*inside scorer, rebounder and shot blocker*) yang bertugas untuk mencetak angka di bawah ring dan memiliki postus yang tinggi, besar dan kuat dalam *rebound*. Berdasarkan pembagian posisi tersebut setiap tim harus memiliki pemain yang baik untuk memenuhi setiap posisi apalagi dalam pertandingan tingkat mahasiswa yang notabennya sudah semi professional.

*Inside pass* adalah *passing* yang sudah memiliki tujuan dalam permainan karena *passing* tersebut diarahkan langsung ke daerah pertahanan lawan dan bertujuan untuk mencetak point. (Iman Sulaiman, 2019) *Inside pass* berfokus pada pergerakan, *passing* dan *finishing*. (Rose, 2013), selain itu kunci dalam melakukan *Inside Pass* yaitu mengeksekusi di waktu yang tepat. (Rose, 2013)

Berdasarkan pengertian di atas ada beberapa tingkat Keberhasilan *inside pass*. (Wissel, 2012) 1) Pergerakan pemain, pergerakan ini dilihat apakah pemain dalam posisi yang bebas dan bisa menerima *passing* 2) *Timing passing*, kesesuaian antara pergerakan dan waktu yang tepat dalam melakukan *passing* 3) Penerima bola atau *good catching* agar bola tidak terlepas, Jika hal tersebut dapat dipenuhi maka tim akan dengan mudah untuk dapat mencetak angka.

Selain itu terdapat beberapa kegunaan *Inside pass* yang di dapat diantaranya yaitu 1) Mendapatkan peluang untuk menciptakan *score* dari dalam *circle*, 2) Merusak pertahanan dari luar dan dalam, 3) *Passing* yang berbahaya karena diarahkan langsung ke *circle area* untuk mencetak angka. (Dr Iman Sulaiman, 2019) Oleh karena itu terdapat beberapa keuntungan *Inside pass* diantaranya yaitu

1) Mencetak angka dari jarak yang lebih dekat dengan ring, 2) Bisa dilakukan oleh semua posisi pemain, 3) Banyak gerakan yang bisa dilakukan sesuai dengan situasi dan kondisi lapangan.

## METODE

Metode dalam penelitian ini termasuk dalam metode deskriptif dengan teknik pengambilan data observasi atau survei. Teknik dari penelitian ini yaitu Analisis dokumenter berupa *video* pertandingan. Metode Analisis tersebut dilakukan untuk melihat keberhasilan dan kegagalan *Inside Pass*. Caranya dengan menghitung keberhasilan dan kegagalan *Inside Pass* dalam bentuk persentase pada setiap pertandingan tim Bola Basket Putri Universitas Negeri Jakarta. Sampel adalah bagian dari populasi. Sampel yang di gunakan yaitu total sampling yang digunakan seluruh pemain putri Universitas Negeri Jakarta yang bertanding pada liga Mahasiswa *Basketball Nationals* yang berjumlah 12 orang.

Kriteria Intrumen *Inside Pass* :

- *Inside pass* dikatan berhasil karena *Passing* dilakukan kedalam *circle area* dan pemain mampu menangkap dan mengontol bola tersebut, *passing* di sesuaikan dengan *movement* rekan satu tim dan *timing* yang pas agar pergerakan dan *passing* bisa sesuai.
- Berhasil karena mampu mendapatkan peluang untuk *finishing* seperti *shooting, lay up* dan *under basket* atau gerakan gerakan lain yang mampu menghasilkan peluang untuk mencetak *point*.
- Gagal karena tidak sesuai dengan target, target tersebut yaitu pemain kehilangan *passing* karena bola di *intercept* atau di *steal* oleh lawan.
- Gagal karena kehilangan kesempatan untuk melakukan *finishing* disini pemain sudah mendapatkan bola di *circle area* namun karena *defense* yang terlalu ketat dan hal lainnya pemain tidak mengarahkan bola ke *ring* namun bola di *passing* keluar *circle*.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Tabel 1. Tingkat keberhasilan dan kegagalan *keseluruhan inside pass* Tim basket Putri Universitas Negeri Jakarta

UNJ VS	INSIDE PASS	
	B	G
UNAIR	53	24
UEU	63	21
UNIKA	53	30
Σ	169	75

Tabel 2. Tingkat keberhasilan dan kegagalan *Inside Pass* pada Tim basket Putri Universitas Negeri Jakarta

Inside Pass				
UN J VS	Berhasil		Gagal	
	On Tar get	Peluang Finishi ng	Off Targ et	Tidak ada Peluang Finishing
UN AI R	30	23	12	12
UE U	38	25	4	17
UN IK A	30	23	12	18
Σ	98	71	28	47

Keterangan :

- Berhasil karena *Passing On Target*
- Berhasil karena adanya peluang *Finishing*
- Gagal karena *Passing* Tidak sesuai target
- Gagal karena tidak ada peluang *Finishing*

**PEMBAHASAN**

*Inside Pass* adalah *Passing* yang diarahkan ke daerah pertahanan lawan dengan tujuan untuk mencetak *point*. Untuk melakukan *inside Pass* ini harus memperhatikan tiga hal penting yaitu 1) *Movement* 2) *Timing* 3) *Catching* . Dari ketiga hal tersebut dapat dijelaskan yaitu

yang pertama mengenai *Movement* atau pergerakan, hal itu pergerakan dapat di bagi menjadi dua yaitu pergerakan lawan dan juga pergerakan rekan satu tim, artinya pemain harus paham dalam hal keduanya agar pemilihan bentuk *passing* yang dilakukan akan sesuai dengan kedua hal itu. Pemilihan *passing* yang sesuai maksudnya adalah dilihat berdasarkan situasi dan kondisi dilapangan apakah *defender* tinggi atau Pemain dijaga ketat dan lain sebagainya. Kemudian yang kedua mengenai *timing* saat pemain sudah dalam posisi siap melakukan *passing* pergerakan rekan satu tim pun harus sesuai agar pergerakan *passing* dapat berjalan bersamaan dengan pemain yang bergerak untuk meminta bola. Yang ketiga yaitu *Catching* hal ini sangat penting karena pemain harus mampu menangkap bola dan mempertahankan bola tersebut karena *passing and catching* adalah kedua teknik dasar yang harus dipenuhi oleh seorang pemain basket.

Dilihat dari hasil *inside pass* yang telah dilakukan secara keseluruhan total dari 244 kali *inside pass*, keberhasilan 169 atau 69% dan kegagalan 75 kali atau 31%. Masing-masing *inside pass* yang dilakukan di setiap pertandingan cukup banyak keberhasilannya seperti pertandingan UNJ melawan UNAIR jumlah *inside pass* yang dilakukan total 77 kali dari jumlah tersebut 53 kali berhasil atau 68,83% dan kegagalan 24 atau 31,16%. Pertandingan ke dua yaitu UNJ vs UEU total *inside pass* yang dilakukan berjumlah 84 kali dari data tersebut yang berhasil berjumlah 63 kali atau 75% dan kegagalan 21 kali atau 25%. Dan yang terakhir pertandingan melawan UNIKA jumlah *inside pass* yang dilakukan 83 kali dari data tersebut keberhasilan berjumlah 53 atau 63,85% dan mengalami kegagalan 30 kali atau 26,14%. Jumlah *inside pass* yang dilakukan tidak jauh berbeda di setiap pertandingannya, namun perbedaan cukup jauh dari dua game UEU dan UNIKA saat melawan UNAIR *inside pass* cenderung lebih sedikit namun secara keberhasilan memiliki data yang sama.

Berdasarkan analisis yang dilakukan selama pertandingan yang dijalani oleh tim basket putri UNJ pada liga Mahasiswa

*Basketball Nationals* 2019 dari segi teknik sudah bagus yaitu pemain mampu melakukan *inside pass* ke daerah *circle* lawan, dan tidak jarang dapat menghasilkan peluang *finishing*. Namun kegagalan *Inside Pass* yang dilakukan lebih sering dikarenakan pemain tidak mampu melakukan *passing* ke dalam karena pemilihan teknik *passing* yang salah, seperti saat pertandingan melawan UNAIR, lawan melakukan *defense man to man* yang cukup ketat namun pemain UNJ banyak melakukan *chest pass* tentu saja akan sulit dan terjadinya kesalahan sehingga lawan dapat melakukan serangan balik.

Selain itu dari teknik strategi UNJ lebih sering menggunakan *Inside pass* hanya sebagai umpan untuk menarik lawan bergerak ke arah dalam memenuhi *area* pertahanan, namun saat bola sudah di dalam pemain tidak dalam posisi yang siap dan akhirnya pemain bingung dan terjadi kebuntuan, Padahal berdasarkan statistik empat *Big Man* pemain UNJ rata-rata menghasilkan 6 *point* per *game*. Tentunya dengan hal tersebut *inside pass* ini dapat dimanfaatkan oleh tim UNJ.

Penggunaan *inside pass* ternyata sesuai dengan yang telah dijelaskan sebelumnya, bahwa kekuatan menggunakan *inside pass* dapat merusak pertahanan dari luar dan dalam, *Inside pass* cukup menghasilkan banyak *point* terutama tim UNJ memiliki *Big Man* yang dominan dalam mencetak angka. Seperti saat melawan UNAIR pemain *Big man* dominan mencetak angka, seperti tercatat di statistik pemain *big man* total mencetak 21 *point*.

Ancaman menggunakan *Inside pass* yaitu karena lawan sudah mengetahui target *point* berada pada *big man* melalui *inside pass* justru hal ini akan menjadi bumerang karena lawan akan dengan mudah membaca permainan.

Berdasarkan hasil deskripsi data keberhasilan *inside pass* melawan UEU lebih banyak yaitu 63 kali, hal ini dikarenakan *inside pass* dijadikan sebagai umpan untuk menarik pertahanan lawan sehingga beberapa kali mendapatkan *finishing three point*. Selain itu pemain cukup banyak melakukan pergerakan di

*circle area* sehingga banyak mendapatkan *inside pass*.

Keberhasilan *inside pass* saat melawan UNAIR dan UNIKA masing-masing berhasil melakukan *inside pass* sebanyak 53 kali. Saat pertandingan melawan UNAIR pemain banyak melakukan pergerakan di daerah *circle area* seperti *v-cut*, *peak and roll*, *post move* terutama untuk *big man* yang cukup mendominasi saat pertandingan.

Kemudian saat melawan UNIKA *Inside pass* sangat berguna untuk menarik pertahanan lawan sehingga banyak pemain UNIKA yang terpancing untuk melakukan foul, dan hal ini dapat dimanfaatkan oleh tim UNJ, tercatat di statistik *point* dari 12 kali tembakan bebas 9 berhasil dan 3 gagal.

Untuk kegagalan *Inside pass* disetiap pertandingan hampir sama yaitu banyak dilakukan karena tidak sesuai target yaitu terkena *intercept*, kehilangan bola ataupun kehilangan kesempatan untuk melakukan *finishing*.

Berdasarkan data yang didapatkan keberhasilan *Inside Pass* yang dilakukan UNJ secara keseluruhan mencapai 69,26% dan kegagalan mencapai 30,73% hal ini menyatakan bahwa keberhasilan lebih besar dibandingkan dengan kegagalan. Jika *Inside Pass* ini dapat dimaksimalkan bahkan akan menguntungkan untuk tim tersebut.

Berdasarkan hasil pertandingan yang telah dilakukan UNJ vs UNAIR terjadi 77 kesempatan melakukan *inside pass* 53 berhasil dan 24 gagal berdasarkan hasil tersebut maka keberhasilan sebesar 68,83% dan mengalami kegagalan sebesar 31,16%. Dari jumlah keberhasilan *Inside pass* sebanyak 53 kali cukup menghasilkan banyak *point*, hal ini dipengaruhi oleh pemain yang cukup sering melakukan gerakan-gerakan meminta bola di daerah *circle* seperti *post up*, *peak and roll*, *cutting* dan gerakan lain sehingga bola dapat dialirkan *circle area*. *Inside pass* ini juga selain berguna untuk mencetak *point* di *circle area*, *inside pass* membantu untuk menarik pertahanan lawan sehingga daerah luar *circle* menjadi longgar dalam penjagaan, menurut (Courel-Ibáñez et al., 2018) saat bola sudah di dalam *circle area*, semua pemain akan membantu untuk

melakukan pertahanan, atau melakukan *weak side*, sehingga terjadi kekosongan penjagaan di bagian luar, harusnya hal ini dapat dimaksimalkan sebagai usaha pemain UNJ untuk mencetak angka, namun berdasarkan statistik yang ada dari 14 kali percobaan hanya 2 yang menghasilkan *point*. Selain itu tidak semua pemain memiliki *passing* yang baik sehingga tak jarang *passing* yang dilakukan justru tidak sesuai sasaran sehingga *passing* itu bisa di manfaatkan oleh lawan untuk melakukan *fast break* atau serangan balik.

Kemudian pertandingan kedua yang dijalani UNJ yaitu melawan UEU *Inside pass* yang dilakukan yaitu sebanyak 84 kali, *inside Pass* yang berhasil yaitu 63 dan 21 kali gagal atau keberhasilan 75% dan kegagalan mencapai 25%, di pertandingan kedua ini *inside pass* yang dilakukan cukup banyak karena lawan tidak memiliki *Big man* yang dominan sehingga pemain *Big man* UNJ dapat melakukan pergerakan di dalam *circle area*, seperti diketahui pada Liga mahasiswa ini *inside pass* lebih dominan didapatkan oleh pemain *big man*, namun meskipun dominan dalam mendapatkan *point* dari dalam, UEU dapat melakukan serangan balik dan membalas UNJ dengan tembakan tiga angka yang berkali-kali sehingga cukup membuat UNJ kesulitan untuk mengejar ketertinggalan, dan seperti diketahui dari statistik pertandingan dari 8 kali tembakan tiga angka yang dilakukan pemain UNJ hanya tiga yang berhasil, dan hal ini yang membuat tim UNJ mengalami kekalahan, kuat secara penyerangan di dalam namun lemah penyerangan dari luar.

Pertandingan ketiga UNJ melawan UNIKA *inside pass* yang dilakukan UNJ yaitu berjumlah 83 kali, yang berhasil sebanyak 53 dan gagal sebanyak 30 kali. Persentase 63.85% dan mengalami kegagalan sebesar 36.14%. *Inside Pass* yang dilakukan dapat menghasilkan *point* yang seimbang antara *small man* dan *big man*, hal ini berjalan dengan baik karena pemain *big man* pun berusaha melakukan pergerakan di *circle are* seperti *cutting* dan *peak and roll* sehingga mereka memiliki kesempatan untuk *lay up* atau menembak di dalam *circle area*, diantara tiga

pertandingan jumlah tidak adanya peluang *finishing* di pertandingan melawan UNIKA ini menjadi yang terbanyak yaitu 18 kali, yang harusnya *inside pass* ini dapat dimanfaatkan untuk mendapatkan peluang *finishing* tapi pemain tidak dapat melakukan hal tersebut. Dari beberapa penjelasan tersebut maka peneliti membuat kesimpulan menggunakan analisis *SWOT* sebagai berikut:

- Kekuatan Tim UNJ

*Inside Pass* yang dilakukan dapat menghasilkan *point*.

*Inside pass* yang dilakukan banyak di peroleh oleh *Big man* dan menghasilkan *point*.

- Kelemahan Tim UNJ

Tidak semua Pemain memiliki *inside pass* yang baik. hal ini dapat mengakibatkan *trun over* yang menghasilkan keuntungan untuk lawan.

- Peluang Tim UNJ

*Inside pass* dapat dijadikan system penyerangan untuk merusak pertahanan dari luar dan dalam, hal ini dapat digunakan dan disesuaikan dengan komposisi Pemain yang dimiliki

- Ancaman Tim UNJ

Salah satu penyebab kegagalan *Inside pass* yaitu lawan sudah mengetahui sehingga tidak selalu berhasil, namun hal ini dapat dikombinasikan dengan berbagai gerakan sehingga *inside pass* ini dapat dengan mudah dilakukan.

## KESIMPULAN

Berdasarkan analisis Peneliti *Inside Pass* yang dilakukan oleh Universitas Negeri Jakarta sudah baik bagaimana *Inside Pass* Ini tujuannya mengarahkan bola ke *area circle* lawan dan berusaha mencetak *point* dari jarak yang lebih dekat dengan *ring* tingkat keberhasilan mencapai 69% dan kegagalan 31% dan berdasarkan data yang diperoleh peluang untuk *finishing* rata-rata mencapai 71 kali atau 42%. Persentase ini cukup besar dan bisa dijadikan salah satu strategi oleh UNJ dalam membuat *system* penyerangan yang mengutamakan *Inside Pass*.

## SARAN

Berdasarkan hasil kesimpulan penelitian maka dapat diajukan saran sebagai berikut:

1. Pengulangan latihan *Inside pass* dilakukan secara berulang-ulang agar pemain dapat eradaptasi dengan pergerakan,timing serta catching bola yang baik.
2. Latihan Finishing di *circle area* lebih diperbanyak karena tingkat untuk mendapatkan peluang *finishingnya* mencapai 42%.
3. adanya komunikasi dan kerjasama tim yang baik untuk dapat melakukan *Inside Pass* yang baik
4. Pemain harus bisa memecahkan masalah di dalam suatu pertandingan,jika *pattern* yang digunakan di tidak berjalan baik maka pemain harus mampu *improve* berdasarkan situasi dan kondisi yang ada.
5. Perbaiki setiap kesalahan di pertandingan dilatih selanjutnya agar tim dapat terus berkembang dan siap menghadapi tim-tim lain yang lebih kuat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ambarukmini. et al. (2007). *Pelatihan fisik level 1*.
- Iman sulaiman. (2019).. *Bahan Pelatihan Tingkat Dasar*.  
<https://doi.org/10.1055/s-2008-1040325>
- KBBI. (2019). *analisis*.  
KBBI. (2019) Pengertian Analisis,  
<https://kbbi.web.id/analisis>
- Lembaga Administrasi Negara. (2008). *Teknik-teknik Analisis Manajemen* (Issue 62 21).  
(Muhajir dan Much, 2007)
- Purangga (2016)  
G.P Purangga (2016) Analisis SWOT,  
[http://repo.iain-tulungagung.ac.id/3657/3/BAB II revisi.pdf](http://repo.iain-tulungagung.ac.id/3657/3/BAB%20II%20revisi.pdf)
- Rose, L. (2013). *Winning basketball fundamentals*.  
[http://www.worldcat.org/title/winning-basketball-fundamentals/oclc/783142365&referrer=brief\\_results](http://www.worldcat.org/title/winning-basketball-fundamentals/oclc/783142365&referrer=brief_results)
- Sugiyono, P. D. (2012). *Metode Penelitian(Mixed Method).pdf* (M. . Sutopo (Ed.)).
- Vermeil, A. (1988). Program design: Training components for basketball. *National Strength and Conditioning Association Journal*, 10(6), 64–66.  
[https://doi.org/10.1519/0744-0049\(1988\)010<0064:TCFB>2.3.CO;2](https://doi.org/10.1519/0744-0049(1988)010<0064:TCFB>2.3.CO;2)
- Wissel, H. (2012). Steps to Success 3rd ed. In *Modern Steel Construction* (3rd ed., Vol. 43, Issue 2).