

## ANALISIS TEMBAKAN PADA PERTANDINGAN GAME 6 FINAL NBA 2020 LA-LAKERS VS MIAMI HEAT

**M. Nur Wachid**

S1 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya  
wachid.17060484016@mhs.unesa.ac.id

**Himawan Wismanadi**

S1 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya  
Hiamawanwismanadi@unesa.ac.id

### Abstrak

Virus Corona atau Covid-19 berdampak banyak bagi semua kalangan, tak terkecuali pada bidang olahraga, sehingga Final NBA Game 6 2020 antara LA-Lakers melawan Miami Heat digelar pada tempat karantina yang berada di *ESPN Wide Word Sports Complex, Bay Lake, Florida, Orlando, Amerika Serikat*. Shooting pada permainan bola basket merupakan kunci untuk memenangkan pertandingan. Efektivitas Shooting yang baik merupakan strategi Tim untuk memenangkan pertandingan. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis tingkat efektivitas tembakan / Shooting pada pertandingan Game 6 Final NBA 2020, antara LA-Lakers melawan Miami Heat. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Pengamatan pada penelitian ini dilakukan melalui dokumen Video. Sampel penelitian ini adalah Tim LA-Lakers dan Miami Heat. Instrumen yang digunakan berupa indikator efektivitas tembakan LA-Lakers dan Miami Heat. Hasil penelitian ini menunjukkan LA-Lakers berhasil mencetak 9 tembakan Free Throw, 32 tembakan Two Poin, dan 11 tembakan Three poin. Dengan persentase tembakan Free throw sebesar 64%, Two poin 74%, dan 29% untuk Three poin. Miami Heat berhasil mencetak 13 tembakan Free throw, 25 tembakan Two poin, dan 10 tembakan Three poin. Dengan persentase tembakan Free throw sebesar 59%, Two poin 54%, dan Three poin 34%. Hasil ini menunjukkan bahwa persentase tembakan Free throw dan Two poin LA-Lakers lebih besar dan efektif daripada Miami Heat.

**Kata Kunci: Efektivitas tembakan Free Throw, Two Poin, dan Three poin**

### Abstract

*Corona virus or Covid-19 has a lot of impact for every community, sport are not exception, so the Final of NBA Game 6 2020 between LA-Lakers and Miami Heat was held on a quarantine place in ESPN Wide Word Sport Complex, Bay Lake, Florida, Orlando, United States. Shooting in the basketball is a key to win a game. The great of shooting effectiviess is a team strategy to win a game. The purposed of this study is to analyze the effectiveness of shooting in the Final of NBA Game 6 2020, between LA-Lakers and Miami Heat. This study used quantitative descriptive as the research design. The observation of this study were from LA-Lakers Team and Miami Heat. This study used an indicator of shooting effectiveness of LA-Lakers and Miami Heat.*

*The result of this study showed that LA-Lakers got 9 Free Throw Shooting, 32 Two-point Shooting, and 11 Three-point Shooting. The percentage of Free Throw is 64%, 74% of Two-point, and 29% of Three-point. While Miami Heat got 13 Free Throw Shooting, 25 Two-point Shooting, and 10 Three-point Shooting. The percentage of Free Throw is 59%, 54% of Two-point, and 34% of Three-point. This result showed that the percentage of Free Throw and Two-point Shooting of LA-Lakers are more high and effective than Miami Heat.*

**Keywords: Effectiveness of Free Throw Shooting, Two poin, dan Three poin.**

## PENDAHULUAN

Virus Corona atau Covid-19 berdampak banyak bagi semua kalangan, tak terkecuali pada bidang olahraga. Virus ini awalnya hidup pada hewan liar, yang karena banyak sebab akhirnya bisa menginfeksi manusia (Andersen, et al., 2020). Berbagai cabang olahraga di seluruh Dunia menunda atau bahkan meniadakan kompetisi olahraganya. Tak terkecuali Indonesia, tingkat penyebaran virus yang semakin naik, mengakibatkan seluruh kompetisi olahraga di Indonesia mulai dari sepak bola, voli, dan basket diberhentikan. Dasar Transmisi ini yang akhirnya membuat kita harus melakukan protokol pencegahan dan pengendalian infeksi Covid-19 dalam kehidupan kita sehari-hari (Duan, 2020).

Negara-negara di seluruh Dunia mulai berbenah untuk merubah kebiasaan baru pada kehidupannya. Tak terkecuali pada bidang olahraga, banyak negara yang sudah mulai melanjutkan kompetisi olahraga yang sempat tertunda akibat virus Corona. Protokol Kesehatan yang sangat ketat diterapkan pada setiap kompetisi olahraga. Mulai dari menjaga jarak, memakai masker, mencuci tangan, dan tak banyak kompetisi olahraga yang meniadakan penonton pada setiap pertandingannya.

National Basketball Association selaku operator penyelenggara kompetisi bola basket nomor 1 Dunia juga menerapkan protokol Kesehatan yang sangat ketat. Mereka mengisolasi seluruh partisipan mulai dari pemain, pelatih, dan staf Team peserta NBA pada satu tempat. *ESPN Wide World Sports Complex, Bay Lake, Florida, Orlando, Amerika Serikat* adalah komplek penginapan yang disulap sebagai arena pertandingan bola basket.

Enam belas team peserta saling mengalahkan untuk menjadi yang terbaik pada Play-Off National Basketball Association tahun 2020. LA-Lakers dan Miami Heat keluar sebagai finalis setelah mengalahkan lawan-lawannya. LA-Lakers keluar sebagai juara setelah 6 game yang telah mereka lalui. Agregat akhir pertandingan LA-Lakers lawan Miami Heat adalah 4-2 untuk keunggulan LA-Lakers.

Termuat dalam *espn.com*, LA-Lakers dalam musim 2019-2020 berhasil mencatatkan presentase tembakan atau Field Goal (FG%) 48.0%. Dengan persentase tersebut, LA-Lakers menjadi TIM dengan rata-rata tertinggi untuk mencetak poin dalam satu musim reguler NBA. Disusul Milwaukee Bucks dan Indiana Pacers dengan persentase 47.6%.

Uniknya, statistik individu pemain LA-Lakers dan Miami Heat tidak masuk dalam TOP five rata-rata poin selama musim reguler 2019-2020. Rataan perolehan poin tertinggi selama musim reguler 2019-2020 didapat oleh James Harden dari tim Houston Rockets.

Statistik LA-Lakers dan Miami Heat dalam musim reguler 2019-2020 sangat ketat. LA-Lakers berhasil mencatatkan 113.4 poin pergame, dengan persentase Fieldgoals 48.0%. persentase threepoin sebesar 34.9%. Freethrow sebesar 72.9%. Miami Heat berhasil mencetak rata-rata poin sebesar 112.0 per game. Fieldgoals sebesar 46.8%. persentase threepoin sebesar 37.9%. Freethrow sebesar 78.3%.

Dalam permainan basket, mencetak poin adalah hal yang sangat penting untuk bisa memenangkan pertandingan. Permainan bola basket sangat rumit dalam keterampilan dan kerja team, setiap pemain harus menguasai keterampilan dasar bolabasket seperti *dribbling, passing, shooting, rebound* (Varghese, 2014:134). Pemain dituntut harus bisa mencetak poin di semua sisi lapangan, mulai dari mencetak 1 poin, 2 poin, dan 3 poin. Efektivitas tembakan pada setiap pertandingan mampu membawa satu team pada kemenangan.

Dalam penelitian Putri (2019) menunjukkan bahwa : 1) Dalam *free throw (shooting 1 point)*, team pertandingan semifinal dan final memiliki rata-rata efektivitas sebesar 85% sedangkan team Indonesia memiliki rata-rata efektivitas sebesar 71%. 2) Dalam *shooting 2 point*, team pertandingan semifinal dan final memiliki rata-rata efektivitas sebesar 44% sedangkan team Indonesia memiliki rata-rata efektivitas sebesar 36%. 3) Dalam *shooting 3 point*, team pertandingan semifinal dan final memiliki rata-rata efektivitas sebesar 41% sedangkan team Indonesia memiliki rata-rata efektivitas sebesar 22%. 4) Posisi yang efektif untuk melakukan *shooting* adalah pada posisi *low paint, high paint*, serta *3 point center* yang masing-masing ketiga posisi tersebut memiliki persentase sebesar 54%, 46%, dan 53%.

Dari latar belakang diatas, peneliti memilih pertandingan FINAL NBA Game 6 Tahun 2020 antara LA-Lakers vs Miami Heat sebagai subjek penelitian. Maka peneliti membuat sebuah penelitian tentang efektivitas tembakan LA-Lakers dan Miami Heat. Penelitian ini akan difokuskan pada analisis tingkat efektivitas tembakan 1poin, 2poin, dan 3poin pada

pemain dan TEAM LA-Lakers vs Miami Heat pada FINAL Game 6 NBA 2020.

Dalam permainan bola basket terdapat dua pola yaitu pola bertahan dan pola menyerang. Kedua pola tersebut dapat terlaksana dengan baik apabila atlet menguasai Teknik dasar bola basket dengan baik. Apabila diterapkan pencapaian prestasi dapat dijadikan analisis, sehingga para pelatih dapat mengevaluasi dan memperbaiki. Christos Galazoulas (2017) menyatakan “bola basket adalah olahraga team yang dinamis, yang merupakan olahraga populer di dunia, laki-laki dan perempuan terlibat dalam pelatihan bola basket pada keseluruhan harus mengembangkan keterampilan motorik pada level tinggi, seperti tipuan tiba-tiba, berhenti, berlari, melompat, kelincahan, dan fleksibilitas”.

## METODE

Jenis penelitian ini yaitu penelitian deskriptif. Deskriptif yaitu penelitian yang dilakukan untuk menggambarkan gejala, fenomena, atau peristiwa tertentu (Maksum, 2018:82)

Desain penelitian ini menggunakan desain non-eksperimen. Yang mana akan dilakukan survei terhadap 2 TEAM yaitu *LA-Lakers* dan *Miami Heat* dalam *NBA FINAL GAME6 2020*. Lalu melakukan pengamatan (observasi) dan analisis dokumen (video). Dengan tujuan untuk mengetahui tingkat efektivitas tembakan pada setiap pemain *LA-Lakers* dan *Miami Heat* dalam *NBA FINAL GAME6 2020*.

Dalam pelaksanaan penelitian ini dilakukan melalui prosedur penilaian menggunakan lembar observasi untuk menilai efektivitas tembakan yang terdapat dalam pertandingan *NBA FINAL GAME6 2020* antara *LA-Lakers* dan *Miami Heat*. Data penelitian diambil dengan melakukan pengamatan video resmi *NBA*. Pertandingan berlangsung pada 12 Oktober 2020 bertempat di *ESPN Wide Word of Sport Complex* yang berada dalam *Disney World Resort, Orlando, Florida, Amerika Serikat*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Data hasil penelitian diperoleh dari penilaian dari lembar observasi. Hasil dari observasi menyimpulkan persentase efektivitas tembakan setiap Individu dan TEAM *LA-Lakers* dan *Miami Heat*. Untuk mendapatkan hasil yang dibutuhkan, pengumpulan data dilakukan melalui pengamatan

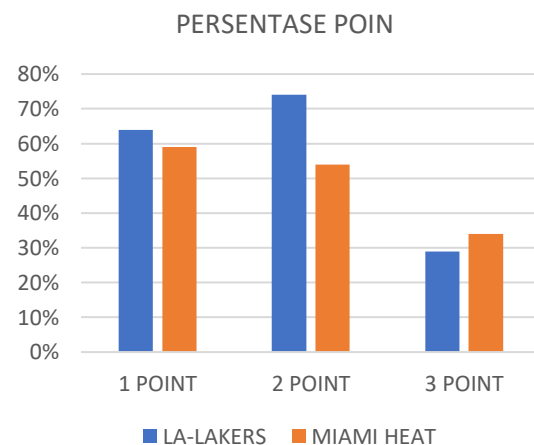
pada Tanggal 1 sampai 25 Maret 2021 dari video.

Dalam penelitian ini, peneliti menilai efektivitas tembakan dengan menggunakan video berdasarkan indikator penilaian yang sudah dibuat sebelumnya. Data diambil dari *NBA Final Game 6* antara *LA-Lakers* melawan *Miami Heat* pada tanggal 12 Oktober 2020 bertempat di *ESPN Wide World of Sport Complex inside Walt Disney World in Bay Lake, Florida, Amerika Serikat*.

Setelah diteliti, dalam pertandingan tersebut baik *LA-Lakers* atau *Miami Heat* berhasil mencetak poin, baik melalui free throw, *Two-point*, maupun *three-point*. *LA-Lakers* berhasil memasukkan bola melalui *three-point* sebanyak 11 kali, melalui *Two-point* sebanyak 32 kali, dan free throw sebanyak 9 kali. Sedangkan *Miami Heat* berhasil mencetak *three-point* sebanyak 10 kali. *Two-point* sebanyak 25 kali. Dan free throw sebanyak 13 kali. Dari hasil pengolahan data penelitian, maka diperoleh nilai yang terdapat pada tabel....

**Tabel 1 Analisis Tembakan LA-Lakers Dan Miami Heat Selama Pertandingan**

NO	Tim	PTS	1	2	3	2%	3%	1%
1.	LA-Lakers	106	9	32	11	74	29	64
2.	Miami Heat	93	13	25	10	54	34	59



**Gambar 1 Analisis Tembakan LA-Lakers dan Miami Heat**

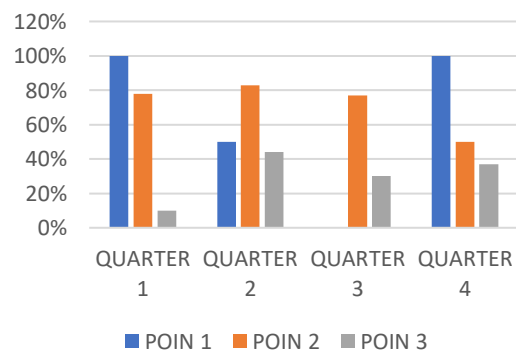
Dari data diatas dapat dilihat LA-Lakers lebih efektif dalam melakukan tembakan dari pada Miami Heat. Terlihat dari statistik, LA-Lakers dalam free throw lebih unggul dengan 64% dari pada Miami Heat dengan 59%. LA Lakers juga unggul dalam persentase *Two-point* sebesar 74% dari Miami Heat sebesar 54%. Namun, secara statistik Miami Heat unggul melalui tembakan *three-point* dengan persentase 34% tembakan masuk dari LA-Lakers dengan persentase tembakan sebesar 29%.

Tembakan LA-Lakers dalam pertandingan ini adalah 94 tembakan. Berikut merupakan hasil statistik tembakan Team LA-Lakers:

**Tabel 2 Analisis Tembakan LA-Lakers Selama Empat Quarter**

No	Qtr	Pts	1	2	3	2%	3%	1%
	1	28	3	11	1	78	10	100
2.	2	36	4	10	4	83	44	50
3.	3	23	0	7	3	77	30	0
4.	4	19	2	4	3	50	37	100
<b>Total</b>		106	9	32	11	74	29	64

**PERSENTASE TEAM LA-LAKERS**



**Gambar 2 Analisis Tembakan LA-Lakers Selama Empat Quarter**

Berdasarkan tabel diatas, tembakan paling efektif dan banyak menyumbang angka LA-Lakers pada tembakan *Two-point* mereka, dengan persentase sebesar 74 %. Menyusul, tembakan free throw dengan persentase sebesar 64 %. Meskipun Persentase hanya 29 % dari tembakan *three-point*, namun *three-point* lebih banyak menyumbang angka sebesar 33 point

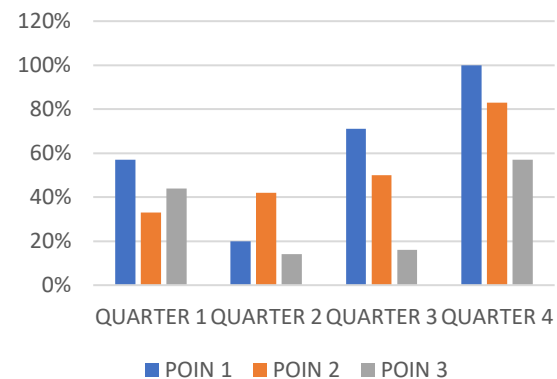
daripada 9 point free throw LA-Lakers untuk memenangkan pertandingan.

Tembakan Miami Heat pada pertandingan ini sebanyak 88 tembakan. Berikut merupakan hasil statistik tembakan Team Miami Heat:

**Tabel 3 Analisis Tembakan Miami Heat Selama Empat Quarter**

No	Qtr	Pts	1	2	3	2%	3%	1%
	1	20	4	2	4	33	44	57
2.	2	16	1	6	1	42	14	20
3.	3	22	5	7	1	50	16	71
4.	4	35	3	10	4	83	57	100
<b>Total</b>		93	13	25	10	54	34	59

**PERSENTASE POIN MIAMI HEAT**



**Gambar 3 Analisis Tembakan Miami Heat Selama Empat Quarter**

Berdasarkan tabel diatas, secara statistik, persentase free throw Miami Heat sebesar 59 % paling efektif secara tembakan dari pada *Two-point* dengan persentase sebesar 54 %. Namun secara jumlah, sumbangan angka paling banyak untuk Team, *Two-point* lebih banyak dengan 50 poin dari pada free throw dengan 13 point. Sama seperti *Two-point*, *three-point* dengan persentase sebesar 34 % kalah dengan persentase free throw sebesar 59%. Namun secara angka, *three-point* menyumbang lebih banyak point dengan 30 angka daripada free throw dengan jumlah 13 angka.

### Pembahasan

Berdasarkan perolehan persentase tembakan Tim LA-Lakers dan Miami Heat pada pertandingan NBA Final Game 6 tahun 2020, LA-Lakers berhasil mencetak total 106 poin. Efektivitas tembakan LA-



Lakers selama pertandingan NBA Final game 6 tahun 2020 sebesar 64% untuk freethrow. Dalam permainan bola basket, teknik ini paling sering digunakan untuk mencetak angka karena kemenangan ditentukan oleh banyaknya bola yang masuk ke ring basket sehingga setiap tim yang menguasai bola selalu mencari peluang untuk melakukan tembakan lemparan bebas, maka dari itu menembak lemparan bebas adalah teknik dasar yang harus dipelajari dengan baik dan benar serta ditingkatkan keterampilan (Rudiansyah, Usman & Hakim, 2014). Persentase twopoin sebesar 74%. Persentase tembakan threepoin sebesar 29%. Hal ini dibuktikan dalam penelitian Bazanov, B., & Haljand, R. (2017) Keterampilan individu seperti menembak, passing, dribbling, rebounding, dan kerjasama Tim untuk menyerang atau bertahan merupakan syarat keberhasilan dalam permainan olahraga ini.

Pada quarter pertama, LA-Lakers berhasil mencetak 28 poin. Persentase tembakan LA-Lakers pada quarter satu sebesar 100% untuk tembakan freethrow. 78% untuk tembakan twopoin. 10% untuk tembakan threepoin. Pemain yang berhasil mencetak poin tertinggi pada quarter pertama adalah LeBron James dengan total 9 poin. Anthony Davis menjadi pemain kedua yang berhasil mencetak poin dengan total 8 poin. Pemain yang berhasil mencetak poin pada quarter pertama Tim LA-Lakers dengan 4 poin adalah Rajon Rondo dan Cadwell-Pope. Pemain terakhir yang berhasil mencetak poin adalah Danny Green dengan total 3 poin.

Quarter kedua, LA-Lakers berhasil mencetak 36 poin dengan persentase tembakan freethrow sebesar 50%. Persentase tembakan twopoin sebesar 83%. Persentase tembakan threepoin sebesar 44%. Cadwell-Pope menjadi pemain dengan pencetak poin tertinggi pada quarter kedua dengan total 11 poin. Pemain dengan total mencetak poin tertinggi nomor dua dengan total 9 poin adalah Rajon Rondo. Pemain LA-Lakers ketiga yang berhasil mencetak poin pada quarter kedua adalah Anthony Davis dengan total 7 poin. Michael Caruso pada quarter kedua berhasil mencetak total 4 poin. 3 dan 2 poin LA-Lakers pada quarter kedua berhasil dicetak Morris dan LeBron James.

LA-Lakers pada quarter ketiga berhasil mencetak total 23 poin, dengan persentase freethrow sebesar 0%, twopoin 77%, dan threepoin sebesar 30%. Pencetak poin terbanyak LA-Lakers adalah LeBron James dengan total 8 poin. Disusul oleh Rajon Rondo

dengan total perolehan poin sebanyak 6 angka. Danny Green pada Quarter keempat berhasil mencetak total 4 poin. Pemain terakhir LA-Lakers yang berhasil mencetak poin pada quarter keempat adalah Anthony Davis, dengan total 2 poin.

Pada Quarter keempat, LA-Lakers berhasil mencetak total 19 poin. Persentase freethrow LA-Lakers sebesar 100%, twopoin 50%, dan threepoin 37%. LeBron James menjadi pencetak poin tertinggi LA-Lakers pada quarter keempat dengan total 9 poin. Pemain kedua yang berhasil mencetak poin adalah Anthony Davis, dengan total 4 poin. Danny Green dan Tim Howard menutup permainan dengan sama-sama mencetak 3 poin pada quarter keempat.

Miami Heat menutup pertandingan NBA Final Game 6 tahun 2020 dengan kekalahan. Miami Heat hanya berhasil mencetak 93 poin selama empat quarter. Persentase tembakan freethrow Miami Heat selama pertandingan berlangsung sebesar 59%, Twopoin sebesar 54%, dan threepoin sebesar 34%.

Pada quarter pertama, Miami Heat berhasil mencetak total 20 poin. Persentase tembakan freethrow Miami Heat sebesar 57%, twopoin sebesar 33%, dan threepoin sebesar 44%. Pencetak poin terbanyak Miami Heat pada quarter pertama adalah Duncan Robinson, dengan 6 poin. Bam Adebayo, Jimmy Butler, J. Crowder, dan Kendrick Nunn masing-masing berhasil mencetak 3 poin. Tyler Herro menjadi pemain terakhir Miami Heat yang berhasil mencetak angka pada quarter pertama dengan total 2 poin.

Miami Heat pada quarter kedua berhasil mencetak total 16 poin. Dengan persentase freethrow sebesar 20%, persentase twopoin sebesar 42%, dan persentase threepoin sebesar 14%. Jimmy Butler dan J. Crowder sama-sama berhasil mencetak angka tertinggi Tim Miami Heat pada quarter kedua dengan total 5 poin. Bam Adebayo, Kendrick Nunn, dan Goran Dragic berhasil mencetak 2 poin pada quarter kedua Tim Miami Heat.

Total 22 poin berhasil dicetak Tim Miami Heat pada quarter ketiga NBA Final game 6 tahun 2020 dengan persentase freethrow sebesar 71%, persentase twopoin sebesar 50%, dan persentase threepoin sebesar 16%. Bam Adebayo menjadi pemain dengan perolehan angka tertinggi pada quarter ketiga Tim Miami Heat dengan total 10 poin. J. Crowder menjadi pemain kedua yang menjadi pencetak angka terbanyak Tim Miami Heat dengan total 4 poin. Duncan Robinson dan Goran Dragic berhasil mencetak total 3

poin pada quarter ketiga Tim Miami Heat. Pemain Miami Heat terakhir yang berhasil mencetak angka adalah Jimmy Butler dengan total 2 poin.

Perolehan poin tertinggi Tim Miami Heat dalam pertandingan NBA Final game 6 tahun 2020 terjadi pada quarter keempat sebesar 35 poin. Persentase freethrow Tim Miami Heat pada quater keempat sebesar 100%, persentase twopoin sebesar 83%, dan persentase threepoin sebesar 57%. Selama quarter keempat, Bam Adebayo menjadi pemain dengan perolehan angka tertinggi Tim Miami heat dengan total 10 poin. Pemain kedua yang berhasil mencetak angka terbanyak Tim Miami Heat adalah K. Olynk dengan total 9 poin. S. Hill dan Tyler Herro sama-sama berhasil mencetak 5 poin pada quarter keempat Miami Heat. Perolehan 3 poin berhasil disumbangkan oleh Kendrick Nunn pada quareter keempat Miami Heat. Jimmy Butler menyumbangkan total 2 poin Tim Miami Heat pada quarter keempat. Duncan Robinson menjadi pemain terakhir yang bisa mencetak angka pada quarter keempat dengan total 1 poin.

Persentase twopoint LA-Lakers sebesar 64% dan 74% lebih unggul dari persentase tembakan free throw dan *Two-point* Miami Heat sebesar 59% dan 54%. Miami Heat lebih unggul persentase tembakan *three-point* sebesar 34% dari LA-Lakers dengan persentase 29%. Hal ini dibuktikan dalam penelitian Varghese (2014:134) Dalam permainan basket, mencetak poin adalah hal yang sangat penting untuk bisa memenangkan pertandingan. Permainan bola basket sangat rumit dalam keterampilan dan kerja team, setiap pemain harus menguasai keterampilan dasar bola basket seperti *dribbling*, *passing*, *shooting*, *rebound*. Pemain dituntut harus bisa mencetak 1 poin, 2 poin, dan 3 poin. Efektivitas tembakan pada setiap pertandingan mampu membawa satu team pada kemenangan.

Pada NBA FINAL Game 6 tahun 2020 antara LA-lakers melawan Miami Heat, ada 9 pemain yang mampu mencetak *double digit* angka. 5 pemain dari LA-Lakers yaitu LeBron James, Anthony Davis, Rajon Rondo, K.Cadwell-Pope, dan Danny Green. Sedangkan 4 pemain dari Miami Heat adalah Bam Adebayo, Jimmy Butler, Core Jay Crowder, dan Duncan Robinson. LeBron James menjadi pemain yang paling banyak mencetak angka dengan total 28 point selama pertandingan dengan persentase free throw 20%, *Two-point* 92%, dan *three-point* 16%. Anthony

Davis mencetak 22 point dengan persentase tembakan 71% untuk free throw, 58% untuk *Two-point*, dan 0% untuk *three-point*. Rajon Rondo berhasil mencetak 19 poin dengan persentase tembakan 83% untuk *Two-point* dan 75% untuk *three-point*. K. Cadwell-Pope mencetak perolehan angka terbanyak nomor empat LA-Lakers dengan persentase 100% untuk free throw, 75% untuk *Two-point*, dan 40% untuk *three-point*. Danny Green menjadi pemain terakhir LA- Lakers yang mampu mencetak *double digit* point dengan persentase 100% untuk *Two-point* dan 60% untuk *three-point*. Pemain Miami Heat yang mencetak *double digit* point pertama adalah Bam Adebayo dengan 25 point, dengan persentase 55% untuk free throw, dan 76% untuk *Two-point*. Jimmy Butler dan Core Jay Crowder sama-sama mencetak 12 point dengan persentase masing-masing 33% free throw, 50% *Two-point*, dan 50% *three-point* untuk Jimmy butler. 71% free throw, 50% *Two-point*, dan 16% *three-point* untuk Core Jay Crowder. Duncan Robinson menjadi pemain terakhir Miami Heat yang berhasil mencetak *double digit* point dengan persentase 100% free throw, 0% *Two-point*, dan 42% untuk *three-point*.

Kemenangan LA-Lakers pada pertandingan NBA Final Game 6 Tahun 2020 tidak terlepas dari Dribbling, Passing, dan shooting yang akurat. Dalam permainan bola basket ada berbagai macam teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap atlet, diantaranya *passing*, *dribbling*, dan *shooting*.

Secara umum, passing dalam permainan bola basket adalah mengoper, mengumpan, atau memberi bola kepada teman satu team. Passing bisa menggunakan satu atau dua tangan. Passing mempunyai beberapa Teknik diantaranya adalah *Bounce Pass*, *Chest Pass* dan *Overhead Pass*

Dribbling atau dribel adalah kemampuan dasar dalam permainan bola basket dengan cara menggiring bola dengan satu tangan dengan menggunakan aturan permainan bola basket. Hal ini sesuai dengan pendapat dari Ilmiyah (2016) *Dribble* merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari bola basket dan penting bagi pemain individual dan team. *Dribble* juga harus diimbangi dengan kelincihan atlet bola basket.

Kelincihan sangat cocok untuk olahraga permainan seperti bola basket dan merupakan syarat mutlak yang harus dimiliki biomotorik kelincihan oleh setiap pemain (Rudiyanto et al., 2012). Pendapat lain mengatakan bahwa kelincihan merupakan

kemampuan atlet untuk merubah arah secepat mungkin tanpa mengurangi kecepatan saat berlari, dan tidak mengalami kehilangan keseimbangan tubuh sehingga penguasaan tubuh terjaga dan stabil (Mustofa et al., 2012).

Shooting adalah teknik dasar yang harus dikuasai dalam permainan basket. Shooting merupakan upaya memasukkan bola kedalam ring dengan berbagai cara. Menurut Kosashi (2008) ada istilah yang berkaitan dengan teknik shooting dalam bola basket yang perlu diperkenalkan sejak dini yaitu BEEF (Balance, Eyes, Elbow, dan Follow Through) dimana posisi badan harus seimbang dengan pandangan mata menuju pada keranjang. Shooting adalah teknik yang memang faktor utama dalam permainan bola basket karena dengan memiliki teknik shooting yang baik maka merupakan ancaman bagi tim lawan dalam pertandingan. Shooting merupakan keterampilan melempar bola dengan target kekeranjang (basket) yang paling utama diantara teknik menyerang yang lain karena merupakan tujuan dalam permainan yang mampu memasukkan bola sebanyak mungkin (Rubiana, 2017). Pendapat lain mengatakan *Shooting* adalah melakukan lemparan bola agar masuk kedalam ring sebanyak-banyaknya (Maijd & Roesdiyanto, 2018). Ada juga yang berpendapat bahwa *Shooting* yang baik dan benar dengan penggunaan efisiensi kerja dan hasil dari proses latihan yang sistematis sehingga hasilnya pun memuaskan (Safitri & Sudarso, 2016). Dalam melakukan shooting ada prinsip yang sering dilakukan oleh para pelatih untuk melatih pemainnya yaitu dengan mengerjakan prinsip *Balance, Eye, Elbow, Follow trough* pemain bola basket menempatkan dirinya pada posisi yang lebih baik untuk mencetak poin (Bruce Owens, 2012). Kekuatan dibutuhkan pada lengan agar kuat memegang bola serta dibutuhkan dorongan lengan dan jari-jari telapak tangan dalam melempar bola pada target ring basket didukung dengan tolakan atau lopatan kedua kaki dalam mendukung hasil lemparan yang memiliki akurasi yang tepat sasaran (Wanena, 2018).

Shooting adalah tujuan dari permainan bola basket. Semakin banyak percobaan shooting yang dilakukan, semakin banyak pula kesempatan untuk masuk kedalam keranjang atau ring basket. Dengan kata lain, shooting adalah usaha pemain untuk memasukkan bola kedalam keranjang lawan dengan tujuan memperoleh angka sebanyak-banyaknya.

Kinerja *Vertical Jump* menjadi satu-satunya penentu yang baik dari persentase *Shooting Three-point* selama musim kompetisi (Pojskic et al., 2014).

## PENUTUP

### Simpulan

Dari hasil penelitian dan pembahasan diatas, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Tembakan free throw dan *Two-point* LA-Lakers lebih efektif daripada tembakan free throw dan *Two-point* Miami Heat pada pertandingan NBA Final Game 6 Tahun 2020 dengan persentase tembakan LA-Lakers 64% untuk free throw dan 74% untuk *Two-point* dibanding dengan persentase Miami Heat 59% untuk free throw dan 54% untuk *Two-point*. Miami Heat unggul persentase tembakan *three-point* dengan 34% dibanding persentase tembakan LA-Lakers sebesar 29%. Hal ini dibuktikan dalam penelitian Komarudin (2016) penilaian tes menembak awal dalam permainan bola basket menggunakan skala penilaian menembak dalam permainan bola basket.
2. Tembakan *Two-point* LA-lakers dan Miami Heat dengan total 57 tembakan lebih efektif dari pada tembakan free throw dan *three-point* dengan total 22 dan 21 tembakan. Sehingga *Two-point* lebih efektif digunakan pada pertandingan NBA Final Game 6 Tahun 2020.
3. Pemain terbaik pada pertandingan ini adalah LeBron James, mencetak total 28 poin. Pada quarter 1 dan 4, LeBron mencetak 9 angka. Total tembakan free throw LeBron pada pertandingan ini adalah 1 kali masuk, two poin 12 tembakan masuk, dan 1 tembakan three poin. Dengan persentase 25% untuk free throw, 92% untuk two poin, dan 14% untuk tembakan three poin.

### Saran

Dari penelitian yang sudah diteliti, lebih baik untuk menambah jumlah pertandingan agar hasilnya lebih maksimal. Selanjutnya penelitian ini bisa dijadikan sebagai referensi dalam merumuskan masalah yang belum dikaji untuk penelitian selanjutnya.

## DAFTAR PUSTAKA

Andersen, K. G. (2020). the proximal origin of SARS-CoV-2. *nature madicine*, 26(4), 450-452.

- Bazanov, B., & Haljand, R. (2017). *Factors influencing the teamwork intencity in basketball.*, 8668(November).
- Bruce Owens. (2012). The Art Of Jump Shooting. In The B.E.E.F Book (01 ed., p.2).
- Christos Galazoulas, d. (2017). Acute Effects Of Static and Dynamic Stretching on the Sprint and Countermovement Jump of Basketball Players . *Sport Science*,
- Duan, G. (2020). Virology, Epidemilogy, Pathogenesis, and Control of COVID-19. *Viruses*, 1-17.
- Education and Sports. Development of basketball Learning Modules to Increase Learning Interest and Learning Efficiency of Beginner Children's basketball Movement Techniques. Universitas Negeri Semarang, Indonesia.
- FIBA. (2014). *Rule Of The Game*. Massachusett: International Basketball Federation.
- Ilmiyah, N. (2016). Pengaruh Penerapan Reward And Punishment Terhadap Hasil Belajar Dribble Bola Basket (Studi Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Taman Sidoarjo Tahun Ajaran 2015/2016) . *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 363-369.
- Kosasih, D. (2008). *Fundamental Basketball*. Semarang: Karangturi Media.
- Komarudin. (2016). Penilaian Hasil Belajar Pendidikan Jasmani dan Olahraga.
- Majid, W., & Roesdiyanto. (2018). Meningkatkan Kemampuan Teknik Dasar Shooting Bolabasket menggunakan Metode Dril. *Indonesia Performance Journal*, 2(8), 111-116.
- Mustofa, M., Candrawati, S., & Fatchurohmah, W. (2019). Plyometric Training Memperbaiki Kelincahan Otot dan Kecepatan Lari Sprint pada Laki-laki Muda. *Jurnal kedokteran Brawijaya*, 30(3), 209-213. <https://doi.org/10.21776/ub.jkb.2019.030.03.8>
- Pojkic, H., Separovic, V., Muratovic, M., & Uieanin, E. (2014) The Relationship Between Physical Fitness and Shooting Accuracy of Professional Basketball Players. *Motriz. Revista de Educacao Fisica*, 20(4), 408-417. <https://doi.org/10.1590/S1980-65742014000400007>
- Rosalina, I. (2012). Efektivitas Program Nasional Pemberdayaan Masyarakat Mandiri Perkotaan Pada Kelompok Pinjaman Bergulir di Desa Mantren Kec. Karangrejo Kabupaten Magetan . *Jurnal Efektivitas Pemberdayaan Masyarakat*, Vol
- Rudiansyah, E., Usman, A., Hakim, A. (2014). *Upaya Meningkatkan Shooting Freethrow Perminan Bola Basket Dengan Metode Strength Pada Siswa Kelas X Akutansi 2 SMK Negeri 1 Nanga Pinoh*
- Rubiana, I. (2017). Pengaruh Pembelajaran Shooting dengan Alat Bantu Rentangan Tali Terhadap Hasil Shooting (free throw) dalam Permainan Bola Basket. *Jurnal Siliwangi*, 3(2), 248-257. <http://jurnal.unsil.ac.id/index.php/jspendidikan/article/viewFile/337/250>
- Rudiyanto, Waluyo, M., & Sugiharto. (2012). Hubungan berat badan tinggi badan dan panjang tungkai dengan kelincahan. *Journal Of Sport Sciences and Fimes*, 1(2), 26-3
- Rustanto, H. (2017). Meningkatkan Pembelajaran Shooting Bola Basket Dengan Menggunakan Media Gambar. *Pendidikan Olahraga*, 6(2), 75-86.
- Safitri, M., & Sudarso. (2016). Perbandingan Latihan Shooting dengan Awalan dan Latihan Shooting Tanpa Awalan terhadap Akurasi Hasil Shooting dalm Permainan Olahraga Bola Basket. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 04(02), 257-262.
- Setiadi, D. p. (2019). Efektivitas Shooting (1 Point, 2 Point, 3 Point) Bola Basket Pada Team Bola Basket Putri. *digilib.unesa.ac.id*, 1-6.
- Varghese, J. (2014). Effect Of Resistance Training On Shooting Performance of Basketball Players . *International Journal Of Physical Education, Fitness, and Sport* , 133-138.
- Wanena, T.(2018). Kontribusi Power otot Tungkai, Kekuatan Otot Lengan, dan Koordinasi Mata Tangan dengan Kemampuan Jump Shot Bolabasket pada Mahasiswa FIK Uncen Tahun 2017. *Journal Power of Sport*, 1(2), 1-13.