HUBUNGAN ANTARA VERTICAL JUMP DENGAN KETEPATAN SHOOTING DALAM PERMAINAN BOLA BASKET PADA SISWA KELAS VIII SMP PGRI BANGSAL KABUPATEN MOJOKERTO

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Pada Program Studi Penjaskesrek

Oleh :

AKHMAD ARIF HIDAYATULLOH
NPM: 10.1.01.09.1444

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
2014

Abstrak

AKHMAD ARIF HIDAYATULLOH: Hubungan Antara Vertical Jump Dengan Ketepatan Shooting Dalam Permainan Bola Basket Pada Siswa Kelas VIII SMP PGRI Bangsal Kabupaten Mojokerto, Penjaskesrek, FKIP Universitas Nusantara PGRI Kediri, 2014.

Kata kunci: vertical jump, ketepatan shooting, permainan bola basket

Basket adalah merupakan salah satu cabang olahraga yang diperlombakan, baik tingkat nasional, shooting adalah merupakan hal yang tidak mudah diwujudkan. Karena banyak faktor yang mempengaruhi di dalamnya. Maka dari itu penyusunan memilih faktor yaitu kekuatan kaki bagian bawah, karena dengan kekuatan itu diharapkan mencapai tinggal landas dapat lebih tinggi.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan gambaran tentang hubungan antara vertical jump dengan shooting pada siswa kelas VIII SMP PGRI Bangsal Kabupaten Mojokerto.

Metode yang dipergunakan di dalam penelitian adalah metode tes dan pengukuran yang juga masuk dalam kategori diskriptif.

Tehnik pengambilan sampel: Populasi untuk penelitian ini adalah Siswa Kelas VIII SMP PGRI Bangsal Kabupaten Mojokerto sebanyak 50 siswa. sampelnya sebanyak 30 siswa, adapun cara pengambilan sampel tersebut menggunakan tehknik random sampling.

Dalam mencari korelasi antara vertical jump dengan kecepatan shooting dapat diperoleh angka sebesar rxy = 0,705. Dalam r tabel diketahui bahwa dalam jumlah sampel 30 hasilnya 0,631. Jadi dapat dikatakan 0,705 > 0,361 atau dengan kata lain rxy lebih besar dari pada hasil r tabel.

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat ditarik kesimpulan bahwa vertical jump dengan ketepatan shooting ada hubungan yang signifikan. Maka dari itu bagi para pemain basket, agar mencapai prestasi shooting dnegan baik harus meningkatkan kekuatan kaki bagian bawah.

I. LATAR BELAKANG

Bidang studi olahraga dan kesehatan adalah salah satu program pendidikan yang harus diberikan di setiap jenjang sekolah maupun swasta. Termasuk dalam bidang studi olahraga yang harus diberikan pada siswa adalah cabang olahraga permainan, dimana salah satu bentuk permainan tersebut adalah bola basket.

Setiap orang pasti mempunyai dasar rasa senang terhadap permainan, sebab bermain adalah salah satu ciri khas kemanusiaan. Bahkan begitu besar arti permainan bagi manusia untuk melaksanakannya. Selanjutnya mengenai nilai-nilai terdapat dalam permainan menurut FX. Soedjono (1982:65) dikatakan sebagai berikut, "Pada setiap jenis permainan mempunyai nilai hyginis, praktis, moral/ paedagogis, pembinaan kepribadian/ psikologis, segi sosial dan sebagainya"

Dari pendapat tersebut tersirat nilai-nilai keindahan yang terdapat dalam olahraga pada umumnya dan khususnya permainan, pemerintahan dan bahkan lapisan masyarakat umumnya secara mudah dapat memahami akan hal ini, namun sangat disayangkan bahwa sebagian besar hanya berhenti di situ saja, terbukti masih kurangnya orang yang sungguh-sungguh ingin menggali nilai-nilai tadi untuk menjadi miliknya.

Lebih lanjut menurut FX. Hari Soedjono dikatakan bahwa: Unsur-unsur permainan/ pembinaan kepribadian dan kerohanian terbina melalui permainan antara lain: inisiatif, rasa tanggung jawab, daya berorganisasi, jiwa kekompakan team, gotong royong (*Team Work*), rasa sosial, mewujudkan pergaulan dan persaudaraan yang akrab sebagai selingan atau variasi kehidupan, bersifat rekreatif, yang dapat memberikan suatu kegembiraan/ kesegaran rohani, memupuk jiwa kesatria, tahan uji, tegas dan dapat bertindak cepat, serta masih banyak lagi tindakan positif lainnya.

Sifat-sifat semacam itulah yang harus dibina dan dikembangkan serta dihargai agar tetap menjadi pendorong tanpa pemujaan yang dapat merusaknya. Hal semacam ini dapat diperoleh dengan berolahraga pada

umumnya dan dapat diperoleh dengan berolahraga pada umumnya dan dapat pula melalui permainan bola basket.

Permainan bola basket adalah bentuk olahraga yang dapat dimainkan oleh anak-anak sampai dewasa, bahkan didalam pertandingan kejuaraan terdapat pembagian berdasarkan kelompok umum, yaitu kelompok yunior dan kelompok senior, di samping pengelompokkan jenis kelamin. Untuk menjadi pemain bola basket yang baik perlu sekali menguasai ketrampilan dasar yang meliputi dasar-dasar teknik, sedangkan macam teknik dasar permainan bola basket sendiri menurut Engkos Kosasih (1995:185) yang perlu dipelajari adalah :

1. Cara melempar dan menangkap bola.
2. Cara memantulkan bola atau menembak (Shooting)
3. Cara berputar (pivot)
4. Olah kaki atau gerakan kaki (foot work)
5. Melompat atau meloncat (jumping).
6. Gerakan tipu (fakes dan faint).

Dalam mempertinggi prestasi pemain bola basket, tehknik dasar termasuk erat sekali hubungannya dengan kualitas gerak (motor quality), kondisi fisik, teknik dan mental).

Tetapi shooting atau menembak saja apabila dapat dikuasai dengan baik, seseorang dapat dianggap bermain bola basket dengan pengertian asal bermain, sebab shooting yang baik berarti merupakan modal dasar yang baik untuk membuka pertahanan lawan, karena biasanya seorang pemain yang mempunyai tembakan yang akurat cenderung untuk diikuti terus gerakannya oleh lawan, sehingga regu lawan tersebut sukar menerapkan taktik dan strategi pertahanan, sehingga mudah untuk menguasai jalannya pertandingan dan memperoleh kemenangan.

Selanjutnya menurut Sadoso Sumardjono (1990:58) menyatakan bahwa :

Otot-otot dari badan bagian atas yang sangat penting untuk gerakan melempar adalah otot punggung bagian atas, otot trapesius, otot pektoralis, bagian atas, otot deltoideus, otottrisep, serta otot pada lengan dan pergelangan tangan.

Bertolak dari pendapat di atas, maka dalam membantu pemerintah dalam usaha meningkatkan prestasi olahraga yang ada di Indonesia khususnya permainan bola basket. Di sini penulis menganggap perlu mengadakan suatu penelitian tentang: Hubungan antara vertical jump dengan ketepatan shooting pada permainan bola basket siswa kelas VIII SMP PGRI Bangsal Kabupaten Mojokerto.

II. METODE

A. Identifikasi Variabel

Sesuai dengan judul penelitian ini yaitu: "Hubungan yang positif antara Vertical Jump dengan ketepatan shooting pada permainan bola basket siswa kelas VIII SMP PGRI Bangsal Kabupaten Mojokerto".

Maka dapat dikatakan bahwa penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu variabel X dan variabel Y. Selanjutnya di bawah ini gambar (skema) hubungan antara variabel X dengan variabel Y.

X ——————— Y

Gambar 1

Hubungan antara variabel X dengan variabel Y :

Keterangan :

X = Variabel bebas (Independent Variabel) yang terdiri dari Vertial Jump).

Y = Variabel terikat (Dependent Variabel) yang terdiri dari ketepatan shooting.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP PGRI Bangsal Kabupaten Mojokerto, sedangkan yang di jadikan obyek penelitian adalah siswa

kelas VIII. Adapun jadwal metrik kegiatan penelitian adalah sebagai berikut :

Jadwal Kegiatan Penelitian

Jenis Kegiatan	Juni				Juli			
	Minggu Ke				Minggu Ke			
	1	2	3	4	1	2	3	4
1. Pengajuan Judul			X					
2. Proposal				X				
3. Bab I					X			
4. Bab II						X		
5. Bab III							X	
6. Bab IV								X
7. Bab V								X

C. Metode Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode tes dan pengukuran, yang dalam kategori metode diskriptif.

D. Subyek penelitian

Subyek di dalam penelian ini sebanyak 30, terdiri dari siswa kelas VIII. SMP PGRI Bangsal Kabupaten Mojokerto, sedangkan tehknik pengambilan sampel tersebut, penyusun menggunakan tehknik randon sampling.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

A. Deskripsi Data

Setelah melaksanakan pengambilan data, selanjutnya data tersebut diolah. Untuk mengolah data dari kedua tes di dalam penelitian ini, penyusun mempergunakan langkah-langkah sebagai berikut :

1. Menyusun Raw Score hasil dari kedua tes, baik dari vertical jump maupun tes shooting
2. Menukar skore dari tes vertikal jump menjadi T-Score agar dapat menjadi T-Skore terlebih dahulu menentukan panjang interval, rata-rata dan standart deviasi

B. Analisa Data

Untuk dapat mencari korelasi antara variabel X dan variabel Y, terlebih dahulu penyusun menyediakan tabel distribusi, kemudian masukan T.Score vertikal jump dan tes score tes shoooting ke dalam tabel tersebut untuk diolah.

Tabel

Distribusi Frekuensi Hasil Pengukuran
Dan Tes Shooting Dari 30 subyek Sampel

No. Test	X	Y	X^2	Y^2	XY
1	33	41	1.089	1.681	1.353
2	22	32	484	1.024	704
3	46	50	2.116	2.500	2.300
4	40	58	1.600	3.364	2.320
5	51	63	2.601	3.969	3.213
6	16	41	2.116	1.916	1.886
7	60	54	3.600	2.916	3.240
8	51	45	2.025	2.025	2.295
9	65	76	4.225	5.775	4.940
10	52	54	2.704	2.916	2.808
11	43	41	1.849	1.681	1.763
12	57	50	3.249	2.500	2.850
13	49	36	2.401	1.296	1.764
14	56	41	3.136	1.681	2.296

15	60	54	3.600	2.916	3.240
16	56	58	3.136	3.364	3.248
17	60	63	3.600	3.969	3.780
18	52	41	2.704	1.681	2.162
19	44	36	1.936	1.296	1.584
20	56	50	3.136	2.500	2.800
21	56	36	2.025	1.296	1.620
22	45	41	676	1.681	1.066
23	26	72	3.969	5.084	4.563
24	63	63	3.600	3.969	3.780
25	43	45	1.849	2.025	1.935
26	43	36	1.849	1.296	1.548
27	53	54	2.809	2.916	2.862
28	58	58	3.364	3.364	3.364
29	53	53	2.809	2.500	2.650
30	57	57	3.249	3.364	3.306
	1.500	**1.497**	**78.082**	**78.331**	**77.210**

Perhitungan Korelasi :

$$r_{xy} = \frac{\sum xy - \frac{(\sum x)\ (\sum y)}{N}}{\sqrt{\left\{\sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{N}\right\}\left\{\sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{N}\right\}}}$$

$$r_{xy} = \frac{77.210 - \frac{(1.500)\ (1.479)}{30}}{\sqrt{\left\{78.082 - \frac{(1.500)^2}{30}\right\}\left\{78.331 - \frac{(1.479)^2}{30}\right\}}}$$

$$r_{xy} = \frac{77.210 - 74.850}{\sqrt{(78.082 - 75.000)\ (78.331 - 74.700,3)}}$$

$$r_{xy} = \frac{2.360}{\sqrt{2.228.917,4}}$$

$$= 0,705505661$$

$$= 0,705$$

Keterangan :

r_{xy}	=	Koefisien korelasi antara variabel x dan y
$\sum xy$	=	Jumlah kali tiap skor x dan y
$\sum x$	=	Jumlah skor x
$\sum y$	=	Jumlah skor y
$\sum x^2$	=	Jumlah kuadrat tiap skor x
$\sum x^2$	=	Jumlah Kuadrat tiap skor y
N	=	Cacah Kasus

Untuk mengetahui besarnya sumbangan variabel X kepada variabel Y adalah, koefisien Determinasi :

$$= 100\ \%\ (r\ x\ y)^2$$

= 100 % $(0,705)^2$

= 100 % (0,497025)

= 49 %

C. Pengujian Hipotesis

Setelah selesai pengolahan data dari dua variabel di dalam penelitian ini, maka hasilnya sebagai berikut :

1. Hasil Tes Vertical Jump.

   Jumlah sampel (N) = 30, nilai kelompok rata-rata dari vertikal jump = 41,50 (diperoleh dengan menggunakan rumus mean) dan simpangan bakunya 8,88 (diperoleh dengan menggunakan rumus standart deviasi).

2. Hasil Tes Shooting

   Jumlah sampel (N) = 30, nilai kelompok rata-rata dari tes shooting adalah = 14,24 (diperoleh dengan menggunakan rumus mean) dan simpangan bakunya 2,47 (diperoleh dnegan menggunakan rumus standart deviasi).

3. Hasil Korelasi

   Perhitungan di dalam mencari korelasi antara variabel x dengan variabel y dapat ditemukan angka sebesar rxy = 0,705 diperoleh dengan menggunakan rumus product moment.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengumpulan data dan pengolahan data yang telah diuraikan di halaman terdahulu, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Hasil rata-rata vertikal jump adalah = 41,50 dan hasil rata-rata tes shooting = 14,24.
2. Hasil korelasi antara kedua variabel tersebut = 0,705.

   Setelah melihat r tabel untuk jumlah sampel (N) yang sebanyak 30 hasilnya = 0,361. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa 0,705 >

0,361 atau dengan kata lain hasil penelitian ini lebih besar daripada r tabel, berarti ada hubungan antara variabel x dengan variabel y.

3. Dengan adanya hubungan yang positif antara variabel x dengan variabel y di dalam penelitian ini, berarti hipotesis alternatif atau Ha diterima dan hipotesa nilai Ho ditolak.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Engkos Kosasih. 1985. Teknik dan Program Latihan Dalam Olahraga. Jakarta: Penerbit Akademi Presindo.

Nurhasan. 1986. Macam-macam Jenis Tes Keolahragaan dan Pengukuran Unsur-unsur Gerak Dalam Olahraga. Jakarta: Penerbit Karunia.

Suharsini Arikunto. 1986. Prosedur Penelitian. Jakarta: Penerbit Bina Aksara.

Soeharsono HP. 1990. Ilmu Coaching Umum. Yogyakarta: Yayasan Penerbit Proyek Pembinaan Universitas Gajah Mada.

Sutrisno Hadi. 1990. Statistik Jilid 2. Cetakan 10. Yogyakarta: Yayasan Penerbit Universitas Gajah Mada.

Soekarjo. 1988. Evaluasi Hasil Belajar Di Bidang Keolahragaan. Surabaya: Yayasan Penerbit IKIP Negeri Surabaya.

Sadoso Sumardjono. 1986. Pengetahuan Praktis Kesehatan Dalam Olahraga. Jakarta: Penerbit Gramedia.

Untung Suharjo. 1988. Pendidikan Jasmani. Jakarta: Penerbit Gramedia.

Vic Ambler. 1986. The Basics For Coach and Player. Bandung: Penerbit Pioner.