HUBUNGAN ANTARA SQUAT JUMP DENGAN HASIL BELAJAR TEMBAKAN LAY UP PERMAINAN BOLA BASKET PADA SISWA PUTRA SMP PGRI 2 KEDIRI TAHUN AJARAN 2014-2015

SKRIPSI

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

Oleh :

DIDIK PRIYANTO
NPM: 13.1.01.09.0413P

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
2015

Skripsi oleh:

DIDIK PRIYANTO
NPM: 13.1.01.09.0413P

Judul:

HUBUNGAN ANTARA SQUAT JUMP DENGAN HASIL BELAJAR TEMBAKAN LAY UP PERMAINAN BOLA BASKET PADA SISWA PUTRA SMP PGRI 2 KEDIRI TAHUN AJARAN 2014-2015

Telah disetujui untuk diajukan Kepada
Panitia Ujian/Sidang Skripsi Prodi Penjaskesrek
FKIP UNP Kediri

Tanggal: .....

Pembimbing I	Pembimbing II
Drs. Sugito, M.Pd.	**Wasis Himawanto, S.Pd., M.Or.**
NIDN. 000404086001	NIDN. 0723128103

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh:

DIDIK PRIYANTO
NPM: 13.1.01.09.0413P

Judul:

HUBUNGAN ANTARA SQUAT JUMP DENGAN HASIL BELAJAR TEMBAKAN LAY UP PERMAINAN BOLA BASKET PADA SISWA PUTRA SMP PGRI 2 KEDIRI TAHUN AJARAN 2014-2015

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Jurusan Penjaskesrek FKIP UNP Kediri
Pada tanggal: _____

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji :

1. Ketua : Drs. Setya Adi Sancaya, M.Pd _____
2. Penguji I : Wasis Himawanto, M.Or _____
3. Penguji II : Drs. Sugito, M.Pd _____

Mengetahui:
Dekan FKIP.,

Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd
NIDN. 0716046202

HUBUNGAN ANTARA SQUAT JUMP DENGAN HASIL BELAJAR TEMBAKAN LAY UP PERMAINAN BOLA BASKET PADA SISWA PUTRA SMP PGRI 2 KEDIRI TAHUN AJARAN 2014-2015

DIDIK PRIYANTO
NPM: 13.1.01.09.0413P
FKIP – Penjaskesrek

Dosen Pembimbing I : Drs. Sugito, M.Pd.
Dosen Pembimbing II : Wasis Himawanto, M.Or.
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Bola basket merupakan olahraga yang sekarang mulai digemari oleh masya-rakat di Indonesia. Namun kenyataan membuktikan bahwa bola basket di Indonesia belum mampu berprestasi di tingkat Asia maupun Internasional. Prestasi bola basket di Indonesia kurang menonjol bila dibandingkan dengan negara lain padahal bola basket sudah populer dan sudah masuk dalam kurikulum sekolah. Sedangkan untuk mencapai prestasi yang maksimal itu perlu adanya latihan-latihan fisik dan teknik yang teratur dan benar selain itu dalam mencapai prestasi bola basket yang optimal banyak faktor yang mempengaruhinya salah satunya adalah squat jump (kekuatan otot kaki) faktor tersebut dapat menunjang dalam pencapaian prestasi yang optimal, terutama dalam mencapai angka dalam tembakan Lay Up.

Tujuan penelitian ini adalah ingin mendapatkan gambaran tentang hubungan antara squat jump dengan hasil belajar permainan bola basket pada siswa putra SMP PGRI 2 Kediri. Sedangkan metode penelitiannya adalah diskripsi analisis karena metode ini mengungkapkan hal apa adanya. Adapun populasinya adalah segenap siswa putra Kelas VII SMP PGRI 2 Kediri, sedangkan dalam pengambilan datanya tidak semua populasi dijadikan sampel melainkan diambil sebagian saja serta diambil secara random atau acak. Dan jumlah sampel yang digunakan 30 orang siswa putra.

Untuk pengambilan data menggunakan tes yaitu: 1). Tes squat jump atau kekuatan otot kaki yaitu menggunakan tes squat jump dalam waktu 60 detik. 2). Tes lay up tembakan ke ring dalam waktu 60 detik.

Hasil penelitian dalam mencari korelasi antara squat jump dengan tembakan lay up dapat diperoleh angka sebesar rxy = 0,848. Dalam r-tabel diketahui bahwa jumlah sampel 30 adalah = 0,361. Jadi dapat dikatakan bahwa r-hitung lebih besar dari r-tabel atau dengan kata lain hasilnya signifikan.

Berdasarkan hasil penelitian di atas dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut, terdapat pengaruh atau kontribusi yang positif yang berarti ada hubungan antara squat jump dengan hasil belajar tembakan lay up permainan bola basket atau dengan kata lain ada hubungan yang signifikan.

Kata kunci : Squat Jump, Tembakan Lay Up, bola basket

I. LATAR BELAKANG

Di zaman modern sekarang ini pemerintah Indonesia masih terus membangun di segala bidang. Salah satunya di bidang kependidikan, karena itu pendidikan memegang peranan yang sangatlah penting yang pada dasarnya pendidikan adalah cermin dari suatu budaya bangsa. Perkembangan dalam dunia pendidikan dewasa ini semakin kita rasakan bertambah pesat dibandingkan dengan dekade awal abad dua puluhan.

Di dalam perkembangannya yang dicapai baik dalam dunia pendidikan maupun ilmu pengetahuan pada umumnya adalah berkat usaha yang dilakukan dalam melakukan penemuan yang didasarkan pada bukti-bukti yang muncul, hal ini dilakukan dengan menggunakan metode "ilmiah" banyak sekali yang ditemukan dan dikembangkan, baik dalam bidang sistemnya itu sendiri, kurikulum, metodologi, sarana dan prasarana, teknologi ataupun aspek yang berkaitan dengan operasional pendidikan.

Dalam hal ini pendidikan jasmani/olahraga perlu sekali dipahami yang kemudian dapat digunakan sebagai pedoman dan cermin dalam pembinaan olahraga masa kini di Indonesia. Dari sinilah didapatkan pengertian bahwa pendidikan jasmani/olahraga tidak pernah lepas dari situasi dan kondisi peradaban kebudayaan maupun pandangan hidup serta taraf kemajuan suatu bangsa.

Pembangunan Nasional yang sedang dan akan berlangsung semata-mata tidak hanya membangun di salah satu bidang saja, melainkan pembangunan bangsa dan negara ke arah yang lebih merata dan lebih maju.

Oleh karena pendidikan diintegrasikan dalam suatu pembangunan Nasional bangsa Indonesia. Sesuai dengan apa yang tercantum dalam GBHN 1993, antara lain dijelaskan bahwa:

> "Pendidikan Nasional bertujuan untuk meningkatkan kualitas manusia Indonesia, yaitu manusia yang beriman serta bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa berbudi pekerti luhur, berkepribadian mandiri, maju, tangguh, cerdas, kreatif, berdisiplin, tanggung jawab, dan produktif serta sehat jasmani dan rohani".

Di negara kita olahraga berkedudukan sebagai alat pendidikan dan pembangunan bangsa. Oleh karena itu olahraga merupakan alat bantu untuk mengurangi kenakalan remaja guna untuk diarahkan ke hal yang

positif yang dapat membantu dan mencegah kemerosotan mental dan moral generasi muda saat ini. Hal ini sesuai dengan ketetapan MPR RI/II/1993: 108 yang berbunyi sebagai berikut:

> "Pembinaan dan pengembangan olahraga yang merupakan bagian upaya meningkatkan kualitas manusia Indonesia diarahkan pada peningkatan jasmani, mental dan rohani masyarakat, serta ditujukan untuk pembangunan watak dan kepribadian, disiplin dan seportifitas yang tinggi serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebangsaan Nasional".

Pendidikan olahraga yang ditempatkan sebagai tujuan untuk mencapai pendidikan merupakan sarana ampuh untuk pembentukan para remaja dan anak-anak. Seringkali pendidikan hanya memusatkan pada ilmu pengetahuan belaka dengan olahraga akan dapat mengembangkan kualitas kepribadian tertentu.

Olahraga yang diberikan di sekolah disebut olahraga pendidikan yang berfungsi untuk mendidik, karena itu dapat membantu meningkatkan kecerdasan berpikir dan meningkatkan kemampuan rohani, jasmani, mental dan sosial yang membentuk kepribadian pada anak didik. Dengan demikian berarti tujuan pendidikan nasional mudah dicapai.

Diharapkan bagi anak didik untuk melaksanakan bidang pendidikan olahraga secara teratur sebagai kebiasaan hidup, seperti yang telah dikatakan oleh Ratal Wirjasantosa bahwa:

> "Melakukan kegiatan olahraga tidak hanya pada waktu mudanya saja, tetapi mereka gemar melakukan olahraga sampai usia lanjut, karena yakin akan manfaat yang membawa kebahagiaan dan kesejahteraan jasmani dan rohani"(Ratal Wirjasantosa, Supervisi Pendidikan Olahraga, Universitas Indonesia, 1994:29).

Untuk meningkatkan mutu pelajaran olahraga di sekolah, maka diharapkan adanya usaha ke arah perbaikan metode belajar dalam setiap cabang olahraga oleh pendidik itu sendiri, karena pendidik merupakan faktor utama yang dapat menunjang dalam suatu keberhasilan pengajaran.

Sekarang pendidik di bidang olahraga wajar apabila dapat menerapkan latihan-latihan yang

mempunyai tujuan masing-masing dan tak lupa menjelaskan fungsi serta hasilnya pada anak didiknya, sehingga anak didik mengerti dan dapat melaksanakan gerakan-gerakan yang efektif dan efisien.

Menurut buku supervisi pendidikan olahraga, latihan harus memenuhi syarat:

1. Mempunyai nilai-nilai paedagonis, yang memperhatikan keinginan-keinginan yang ada.
2. Mempunyai daya rangsang dan mengembangkan posi secara meluas.
3. Harus menarik dan memberi kegembiraan (kepuasan).
4. Harus banyak berfariasi, sehingga dapat memenuhi tiap-tiap sifat serta tabiat pribadi masing-masing.

(Ratal Wirjasantosa, Supervisi Pendidikan Olahraga, Universitas Indonesia 1984:32).

Dengan menguasai teknik mengajar yang baik, maka anak didik akan lebih giat untuk belajar. Dengan demikian anak bisa mencapai prestasi, baik tingkat Nasional maupun tingkat Internasional.

Mengingat semakin majunya perkembangan olahraga semakin banyaknya masalah dalam olahraga dewasa ini akan memotivasi manusia untuk ingin lebih tahu akan masalah olahraga tersebut.

Di samping itu manusia selalu berusaha dan berlomba guna mengadakan pemikiran-pemikiran lebih untuk memperoleh pembaharuan dalam rangka kemajuan olahraga terutama dalam peningkatan prestasi supaya nantinya disegani dalam gelanggang Nasional maupun Internasional.

Sehubungan olahraga di dalam kehidupan manusia adalah suatu hal yang sangat penting sekali, sehingga pemerintah Indonesia memandang perlu untuk mengembangkan kegiatan-kegiatan olahraga ini melalui sekolah-sekolah dasar hingga perguruan tinggi sebagai mata pelajaran dasar dengan tujuan mengembangkan dan membina fisik yang sehat.

Sebagaimana yang ditujukan oleh kata-kata olahraga maka sasaran dari olahraga adalah raga, yaitu tubuh manusia. Kata raga di sini semata-mata bukan badan, tetapi terdiri dari badan kasar dan badan halus atau yang lebih dikenal dengan jasmani dan rohani yang selalu bekerja sama dan tidak dapat dipisahkan atau dibagi-bagi.

Dengan demikian sangatlah perlu diperhatikan dengan sesungguhnya masalah olahraga ini, lebih-lebih di saat anak mengalami masa pertumbuhan. Sebab ada pendapat yang mengatakan tentang pertumbuhan sebagai berikut:

> "Setelah mengalami pertumbuhan cepat pada usia 11 sampai 12 tahun terlihat ukuran badan atau alat-alat mengenai rongga dada, maupun organ-organ penting bagi kehidupan. Lebih-lebih setelah umur 14 tahun terlihat pertumbuhan organ-organ secara intensif" (Hanan Said, 1969:1).

Di samping itu olahraga mengambil bagian untuk kehidupan dan kepentingan masyarakat demi pembangunan tunas-tunas muda yang sehat jasmani dan rohani yang akan berpengaruh bagi keberhasilan Pembangunan Nasional. Maka olahraga harus ditingkatkan ke arah permasalahan dan peningkatan prestasi.

Perwujudan dari usaha di atas terlihat di Indonesia telah berdiri organisasi-organisasi olahraga selain itu pembinaan olahraga sudah bisa dirintis pada lembaga pendidikan. Melalui pendidikan dan latihan olahraga serta melalui tes dan pengukuran diharapkan akan muncul bibit-bibit olahragawan yang benar-benar mempunyai kemampuan yang bisa diharapkan dan diandalkan.

Sebagaimana diketahui dalam Undang Undang Pendidikan, tujuan pendidikan adalah memberikan kesempatan kepada anak untuk mengembangkan bakatnya. Di sini berarti sekolah juga merupakan sarana pengembangan serta penyaluran bakat. Dengan demikian pendidikan besar peranannya dalam ikut serta menggali bibit-bibit atlit yang mempunyai bakat dan kemampuan yang bisa diandalkan.

Sebagaimana tersirat dalam Tap. MPR RI/II/1993 yang berbunyi sebagai berikut :

> "Dalam upaya peningkatan prestasi olahraga perlu terus dilaksanakan pembinaan olahragawan sedini mungkin melalui pencarian dan pemantauan bakat, pembibitan, pendidikan dan pelatihan, olahraga prestasi yang didasarkan pada ilmu pengetahuan dan teknologi secara efektif dan efisien serta peningkatan kualitas organisasi keolahragaan baik di tingkat pusat maupun daerah" (Tap. MPR RI/II/1993:109).

Sehubungan dengan itu dalam Kurikulum tahun 1984 untuk Sekolah Lanjutan Pertama, di situ dicantumkan satu sub bidang studi olahraga yaitu bola basket.

Maka kiranya olahraga tersebut untuk mendapat perhatian yang selayaknya terutama dalam kaitannya terhadap pelajaran di sekolah, guna meningkatkan unsur-unsur pokok kesegaran jasmani.

Olahraga bola basket merupakan olahraga yang sekarang ini mulai digemari oleh masyarakat Indonesia terutama anak-anak muda. Namun kenyataan membuktikan bahwa bola basket di Indonesia belum mampu berprestasi di tingkat Asia maupun Internasional.

Sesuai dengan kenyataan di atas maka timbul pertanyaan mengapa bola basket di Indonesia kurang berprestasi di tingkat Asia maupun Internasional, apakah faktor yang mempengaruhi sehingga nampak sekali kekurangannya bila dibandingkan dengan negara-negara lain. Sehubungan dengan itu penulis ingin mengadakan penelitian mengenai hubungan squat jump (kekuatan otot kaki) dengan tembakan lay up pada permainan bola basket.

II. METODE

1. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah diskriptif analisis yang merupakan pengumpulan data dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang berhubungan dengan subyek penelitian. Penggunaan metode harus disesuaikan dengan jenis data yang dikumpulkan dan ciri-ciri responden sebagai sumber.

Bila pemilihan metode kurang sesuai, maka masalah yang akan diteliti tidak akan terungkap dengan baik. Dalam hal ini Kartini Kartono mengungkapkan bahwa *Research* (penelitian, penyelidikan) adalah aktivitas ilmiah secara sistematis, terarah dan bertujuan. Jadi bukan hanya data kebetulan saja, akan tetapi menghimpun secara terencana dan sistematis data informasi yang relevan.

Dalam penelitian pemilihan metode pengumpulan data tidak lepas dari lapangan sebelumnya. Dari hasil orientasi itu dapat dipertimbangkan metode pengumpulan data, mana yang sesuai dan mana yang dapat dipergunakan untuk pengumpulan data dengan tujuan penelitian dengan sumber yang ada.

2. **Pendekatan Penelitian**

Pendekatan menggunakan kuantitatif sehingga semua data hasil pengumpulan data dapat diolah, sebab hasil yang diperoleh berbentuk hasil tes squat jump dan hasil belajar tembakan lay up pada permainan bola basket.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Penelitian ini diarahkan pada suatu hipotesis seperti yang telah dirumuskan dan disajikan pada hipotesis di atas. Sebelum mengadakan pengujian terhadap hipotesis tersebut di atas, dipandang perlu untuk menempuh langkah-langkah sebagai berikut :

1. Mengadakan rumusan hipotesis statistik beserta alternatifnya untuk pengujian hipotesis.
2. Dengan menggunakan data yang sudah dikumpulkan dan menghitung statistik beserta tesnya dan sekaligus kriteria tes untuk penerimaan dan penolakan hipotesis pada tingkat signifikan yang dikehendaki.
3. Membuat keputusan terhadap penerimaan dan penolakan hipotesis.

Di bawah ini akan disajikan hasil hipotesis dengan langkah-langkah tersebut di atas.

a. Uji Hipotesis

Hipotesis kerja (Ha) dinyatakan sebagai berikut :

"Terdapat hubungan yang positif antara squat jump dengan hasil belajar tembakan lay up permainan bola basket siswa putra SMP PGRI 2 Kediri tahun ajaran 2014-2015.

b. Analisis Statistik

Untuk pengujian hipotesis di atas, dapat dirumuskan sebagai berikut :

Ho = O melawan Ha =)

Tes statistik yang dipakai untuk menguji hipotesis di atas adalah tes.

c. Kriteria Tes

Hipotesis menunjukkan bahwa r-hitung besar dari r-tabel dengan taraf signifikansi 5%, yaitu r-hitung = 0,848 dan r-tabel = 0,361.

Dengan demikian hipotesis Ho = 0 ditolak, sebab rxy hasil olahan data lebih besar daripada hasil tabel.

Sehubungan dengan hal ini, Suharsimi Arikunto menyatakan, bahwa, "Ada atau tidaknya korelasi, dapat dinyatakan dengan indeks. Betapapun angka pada indeks korelasi asalkan tidak 0,000, maka dapat diartikan bahwa kedua variabel yang dikorelasikan terdapat korelasi" (Suharsimi Arikunto, 1989:213).

Jadi sesuai dengan pernyataan di atas, maka dapat

disimpulkan bahwa hasil penelitian antara squat jump siswa putra SMP PGRI 2 Kediri tahun ajaran 2014-2015 mempunyai hubungan yang berarti dengan hasil belajar tembakan lay up pada permainan bola basket.

KESIMPULAN

Untuk mengawali proses penelitian guna penyusunan skripsi ini telah ditempuh langkah-langkah penelitian sesuai dengan aturan-aturan yang telah dilakukan, segala sesuatu yang mendukung penyusunan skripsi ini telah diupayakan semaksimal mungkin, di antaranya berupa literatur, yang berupa buku-buku maupun praktek langsung di lapangan.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dibuktikan dengan analisa statistik, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Berdasarkan korelasi antara squat jump dengan hasil belajar tembakan lay up pada permainan basket adalah rxy = 0,848.
2. Besarnya kontribusi antara squat jump dengan tembakan lay up pada permainan bola basket adalah K = 71,910.
3. Hasil analisa statistik menunjukkan bahwa r-hitung = 0,848 sedangkan r-tabel untuk taraf signifikansi 5% adalah 0,361 pada sampel (N) = 30 maka r-hitung lebih besar dari r-tabel sehingga dalam penelitian ini terbukti kebenarannya bahwa squat jump dengan tembakan lay up pada permainan bola basket.

IV. DAFTAR PUSTAKA

FIBA. 1990. Official Basket Ball Rules. PB. Perbasi.

GBHN. 1993/1998. Surabaya: Penerbit Bina Pustaka Tama.

Hannes Neumann. 1982. Bola Basket Pendidikan Dasar dan Latihan. Jakarta: PT. Gramedia.

I Nyoman Kanca. 1991. Makalah. Pengaruh Latihan Acceleration Sprint dan Latihan Haloww Sprint terhadap Agility. Power dan Speed.

Miada. Skripsi. 1994. Hubungan antara Wall Pass dengan Ketepatan Passing Permainan Bola Basket.

Ratal Wirjasantosa. 1984. Supervisi Pendidikan Olahraga. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia

Sajoto Muhammad. 1988. Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti PPLPTK.

Soeharno. HP. 1973. Coaching Umum. Yogyakarta: STO Yogyakarta.

STO Yogyakarta. 1971. Tes Keterampilan Bola Basket. Yogyakarta: STO Yogyakarta.

Suharsimi Arikunto. 1989. Prosedur Penelitian. Jakarta: Penerbit Bina Aksara.

Sujana. 1982. Metode Statistik. Bandung: Tarsito.

Sukardi. Buku Penataran.

Sukardjo. 1991. Peranan Olahraga terhadap Kesehatan Bahan Penataran Guru-guru Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Sekolah Menengah Tingkat Pertama. Jawa Timur.

Sutrisno Hadi. 1968. Metodologi Research. Yogyakarta: Yayasan Penerbit FIP IKIP Yogyakarta

Untung Suhardjo.1988. Pendidkikan Jasmani.Jakarta:Gramedia

Vic Ambler.Tanpa tahun.The Basics for Coach and Player.Bandung:Pione