HUBUNGAN ANTARA TINGGI LONCATAN DAN PANJANG LENGAN DENGAN KEMAMPUAN *SHOOT UNDER RING* BOLA BASKET PADA SISWA PUTRA KELAS VIII SEMESTER GENAP MTS NEGERI MODEL TRENGGALEK KABUPATEN TRENGGALEK TAHUN PELAJARAN 2014/2015

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)
Pada Jurusan PENJASKESREK

OLEH :

GINANJAR TUGAS SETYATMA
NPM: 11.1.01.09.0818

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA UNP KEDIRI
2015

Skripsi oleh:

GINANJAR TUGAS SETYATMA

NPM: 11.1.01.09.0818

Judul:

HUBUNGAN ANTARA TINGGI LONCATAN DAN PANJANG LENGAN DENGAN KEMAMPUAN *SHOOT UNDER RING* BOLA BASKET PADA SISWA PUTRA KELAS VIII SEMESTER GENAP MTS NEGERI MODEL TRENGGALEK KABUPATEN TRENGGALEK TAHUN PELAJARAN 2014/2015

Telah disetujui untuk diajukan Kepada
Panitia Ujian/Sidang Skripsi Jurusan PENJASKESREK
FKIP UNP Kediri

Tanggal: _____

Pembimbing I	Pembimbing II
Ruruh Andayani Bekti, M.Pd.	Wasis Himawanto, M.Or.
NIDN.	NIDN.

ii

Skripsi oleh:

GINANJAR TUGAS SETYATMA
NPM: 11.1.01.09.0818

Judul:

HUBUNGAN ANTARA TINGGI LONCATAN DAN PANJANG LENGAN DENGAN KEMAMPUAN *SHOOT UNDER RING* BOLA BASKET PADA SISWA PUTRA KELAS VIII SEMESTER GENAP MTS NEGERI MODEL TRENGGALEK KABUPATEN TRENGGALEK TAHUN PELAJARAN 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 : Ruruh Andayani Bekti, M.Pd.

Mengetahui,
Dekan FKIP

Dra. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd
NIDN.

HUBUNGAN ANTARA TINGGI LONCATAN DAN PANJANG LENGAN DENGAN KEMAMPUAN *SHOOT UNDER RING* BOLA BASKET PADA SISWA PUTRA KELAS VIII SEMESTER GENAP MTS NEGERI MODEL TRENGGALEK KABUPATEN TRENGGALEK TAHUN PELAJARAN 2014/2015

GINANJAR TUGAS SETYATMA
NPM: 11.1.01.09.0818
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan – Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
jin.anjar@yahoo.com
Ruruh Andayani Bekti, M.Pd. dan Wasis Himawanto, M.Or.
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Permainan bola basket merupakan suatu olahraga beregu dengan tujuan mencetak angka sebanyak-banyaknya dan teknik menembak/*shooting* adalah salah satu teknik yang sangat berperan penting dalam mencetak angka ke keranjang lawan. Peneitian ini di latabelakangi dari hasil pengamatan peneliti bahwa masih kurangnya penguasaan teknik bola basket khususnya kemampuan *shoot under ring* yang ditunjang oleh kondisi fisik seperti tinggi loncatan dan panjang lengan.

Permasalahan pada penelitian ini adalah adakah hubungan yang signifikan antara tinggi loncatan dan panjang lengan dengan kemampuan *shoot under ring* bola basket pada siswa putra kelas VIII semester genap MTs Negeri Model Trenggalek Kabupaten Trenggalek tahun pelajaran 2014/2015.

Pada penelitian ini menggunakan teknik korelasional dengan pedekatan deskriptif korelasi dan menggunakan metode kuantitatif. Subyek populasi dan sampel yang digunakan adalah siswa putra kelas VIII MTs Negeri Model Kabupaten Trenggalek berjumlah 91 orang. Instrumen tes dan pengukurang yang digunakan adalah tes loncat tegak (*Vertical Jump)*, pengukuran panjang lengan dan tes *bank shoot* selama 30 detik. Sedangkan jenis analisis menggunakan analisis statistika inferensial dengan teknik/uji korelasi.

Berdasarkan hasil perhitungan yang telah dilakukan didapat nilai rata-rata untuk variabel tinggi loncatan sebesar 49,6978, untuk variabel panjang lengan sebesar 70,2308, dan variabel *shoot under ring* sebesar 7,5165. Dari hasil analisis korelasi ganda diperoleh $r_{hitung} = 0,454 > r_{tabel} = 0,207$ pada 5% dengan kontribusi 20,61%. Sedangkan nilai f_{hitung} dari hasil analisis uji F diperoleh $F_{hitung} = 11,46 > F_{tabel} = 3,10$ pada 5% yang berarti bahwa Hipotesis alternatif (Ha) diterima dan Hipotesis nihil (Ho) ditolak. Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tinggi loncatan dan panjang lengan dengan kemampuan *shoot under ring* bola basket.

Berdasarkan simpulan hasil penelitian ini, diharapkan untuk siswa dan khususnya bagi pemain bola basket dapat mengoptimalkan dan mengembangkan faktor tinggi loncatan dan panjang lengan dalam melakukan *shoot under ring*. Oleh sebab itu guru sebagai pelaksana pembelajaran dan pelatih dalam memilih pemain harus mempertimbangkan serta mengembangkan faktor-faktor yang dapat menunjang kemampuan dalam bermain bola basket pada siswa maupun bagi atlit bola basket.

Kata kunci: permainan bola basket, *shoot under ring*, tinggi loncatan, panjang lengan.

I.LATAR BELAKANG

Dalam dunia pendidikan mata pelajaran yang terkait dengan olahraga adalah pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani di sekolah adalah salah satu mata pelajaran yang wajib diberikan pada seluruh jenjang pendidikan mulai dari Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama, dan Sekolah Menengah Atas, bahkan dalam tingkat Perguruan Tinggi juga terdapat program pendidikan keolahragaan.

Dalam pendidikan jasamani, bola basket merupakan salah satu cabang olahraga yang menarik, dan dewasa ini bola basket menjadi olahraga yang berkembang. Perkembangan permainan bola basket beberapa tahun terakhir cukup bisa dikatakan menuju ke arah yang signifikan dan terarah baik. Itu bisa dibuktikan dengan banyaknya peminat permainan bola basket di sekolah–sekolah, dan diikuti dengan banyaknya kompetisi bola basket antar pelajar dari tingkatan–tingkatan sekolah mulai dari tingkat SD sampai tingkat SMA.

Teknik dasar permainan bola basket terdiri dari beberapa macam cara, yaitu: Cara melempar dan menangkap bola, cara memantul-mantulkan bola (*Dribbling*), cara memasukkan bola atau menembak (*Shooting*), cara berputar (*Pivot*), olah kaki atau gerakan kaki (*Foot work*), melompat atau meloncat (*Jumping*), dan gerakan tipu (*Fakes and Faints*), (Engkos Kosasih, 1985: 153).

Tingkat keberhasilan seorang pemain dalam memasukkan bola ke keranjang sangat dipengaruhi oleh teknik dan kebiasaan dalam melakukan teknik menembak. Menurut Dedi Sumiyarsono (2002: 32), ada faktor yang berpengaruh terhadap hasil menembak yaitu: jarak, mobilitas, sikap penembak, ulangan tembakan.

Dari uraian diatas banyak faktor yang menunjang kemampuan melakukan *shoot under ring*. Tapi peneliti beranggapan bahwa faktor tinggi loncatan dan panjang lengan yang lebih menunjang daripada faktor yang lain. Maka dari itu peneliti berkeinginan untuk meneliti secara ilmiah dan berdasarkan teoritis tentang kemampuan *shoot under ring* dengan faktor tinggi loncatan dan panjang lengan pada siswa putra kelas VIII MTs Negeri Model Trenggalek.

II.METODE

Dalam penelitian "Hubungan Antara Tinggi Loncatan Dan Panjang Lengan Dengan Kemampuan *Shoot Under Ring* Bola Basket Pada Siswa Putra Kelas VIII Semester Genap MTs Negeri Model Trenggalek Kabupaten Trenggalek Tahun Pelajaran 2014/2015" ini terdapat dua macam variabel, yaitu variabel bebas (Tinggi Loncatan dan Panjang Lengan) dan variabel terikat (Kemampuan *Shoot Under Ring*).

Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan deskriptif korelasi dan penelitian ini akan menggunakan metode kuantitatif. Untuk mengetahui validitas instrument penelitian ini peneliti menggunakan siswa putra kelas VIII yang berjumlah 91 siswa. Jika r hitung ≥ r tabel maka hipotesis alternatif (HA) diterima. Dalam hal ini "n" adalah jumlah sampel yang diuji, dan diperoleh r hitung = 0,454 > r tabel = 0,207 pada taraf signifikansi 5%.

Untuk menguji kevalidan masing-masing item, hasil r hitung dibandingkan dengan r table. Jika r hitung ≥ r tabel maka item dinyatakan valid. Dan sebaliknya, apabila r hitung ≤ r tabel dinyatakan tidak valid karena item-item pernyataan berkorelasi tidak signifikan dengan r hitung. Untuk mengetahui apakah item yang terdapat dalam data termasuk kategori valid atau tidak, digunakan teknik/uji korelasi *product moment* dan menggunakan *software Microsoft excel 2007*.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk membuktikan ada tidaknya hubungan antara tinggi loncatan dan panjang lengan dengan kemampuan *shoot under ring* bola basket. Adapun teknik statistika uji korelasi *product moment*.

III.HASIL DAN KESIMPULAN

Untuk mengetahui "Hubungan Antara Tinggi Loncatan Dan Panjang Lengan Dengan Kemampuan *Shoot Under Ring* Bola Basket Pada Siswa Putra Kelas VIII Semester Genap MTs Negeri Model Trenggalek Kabupaten Trenggalek Tahun Pelajaran 2014/2015", ditepuh dengan melakukan analisis data. Adapun persiapan yang dilakukan sebelum melakukan analisis data diantaranya: dilakukan uji asumsi terhadap hasil penelitian yang meliputi uji normalitas, linearitas, dan homogenitas.

Terdapat hubungan yang signifikan antara tinggi loncatan dan panjang lengan dengan kemampuan *shoot under ring* bola basket pada siswa kelas VIII semester genap MTs Negeri Model Trenggalek Kabupaten Trenggalek Tahun Pelajaran 2014/2015, dimana didapatkan koefisien korelasi sebesar 0,454 sedangkan r table untuk 91 sampel pada taraf signifikan 1% sebesar 0,270 dan pada taraf signifikan 5% sebesar 0,207, jadi hal ini tergolong pada taraf signikan 1% karena r hitung lebih besar dari r table.

IV.DAFTAR PUSTAKA

Ahmadi, Nuril. 2007. *Permainan Bola Basket*. Surakarta: Era Intermedia.

Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.

Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.

DEPDIKNAS. 2007. *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Edisi Ketiga). Jakarta: Balai Pustaka.

FIBA. 2012. *Peraturan Resmi Bola Basket 2012*. (Online), tersedia: https://pr4zh.wordpress.com/2014/09/01/peraturan-fiba-rules-2012/. diunduh 8 Maret 2014.

FIBA. 2014. *Official Basketball Rules 2014: "Basketball Equipment"*. (Online), tersedia: www.**fiba**.com/asp_scripts/downMana.asp?fileID=4626. diunduh 31 Mei 2015.

http://honxienbasketballtasikmalaya.blogspot.com/. diunduh 30 Juni 2015

https://pivotbolabasket.wordpress.com/2014/03/19/memilih-bola-basket/. diunduh 2 Juni 2015

Ibnu S., Mukhadis A., dan Dasna, I.W. 2003. *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian*. Malang: Universitas Negeri Malang.

Imam Sodikun. 1992. *Olahraga Pilihan Bola Basket*. Jakarta: Depdikbud.

Irsyada Machfud. 2000. *Bola Basket*. Jakarta: Depdiknas.

Ismaryati. 2008. *Tes Dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: LPP UNS dan UNS Press.

Kerlinger. 1990. *Asas-Asas Penelitian Behavioral*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

Kosasih, Engkos. 1985. *Olahraga Teknik dan Program Latihan*. Jakarta: Akedemika Pressindo.

Lukman O.T. 2011. *Kinesiologi*. Malang: IKIP Budi Utomo.

Murtiantmo Wibowo Adi. 2008. *Hubungan Antara Motor Ability, Tinggi Badan, Dan Panjang Lengan terhadap Ketrampilan Lay Up Shoot Bolabasket Siswa Putra SMA N 1 Depok Sleman*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.

Nazir, M. 1998. *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.

Nugroho Hadi. 2005. *Hubungan Kekuatan Otot Tungkai, Kekuatan Otot Lengan Dan Kelentukan Pergelangan Tangan Dengan Hasil Tembakan Bebas Dalam Permainan Bola Basket Pada Siswa Putra Ekstrakurikuler SMA 1 Kendal Tahun Pelajaran 2004 /2005. Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.

Nurhasan. 2007. *Penilaian Pembelajaran Penjas* (Edisi 2). Jakarta: Universitas Terbuka.

Oliver, Jon. 2007. *Basketball Fundamental*. Bandung: Pakar Raya.

PERBASI. 2012. *Official Basketball Rules 2012*. Jakarta: Perbasi.

Putrawan I.M. 1990. *Pengujian Hipotesis dalam Penelitian-Penelitian Sosial*. Jakarta: Rineka Cipta.

Ricardo, Andy. 2014. *Kontribusi Kekuatan Otot Lengan Dan Rentang Lengan Terhadap Keterampilan Jump Shoot Pada Permainan Bola Basket Siswa Dan Siswi Kelas VIII Smp Negeri 17 Kota Bengkulu*. Skripsi. Bengkulu: FKIP UNIB.

Richard H.Perry. 1980. *Bimbingan Bermain Bola Basket Untuk Pria*. Jakarta: Mutiara.

Sloane, Ethel. 2003. *Anatomi Dan Fisiologi Untuk Pemula*. Jakarta: EGC.

Sumiyarsono, Dedi. 2002. *Ketrampilan Bola Basket*. Yogyakarta: FIK UNY.

Suntoda, Andi. 2007. *Pedoman Dan Instrumen Praktikum Tes Dan Pengukuran Olahraga.* Bandung: FPOK UPI.

Suriasumantri, Jujun S. 2001. *Filsafat Ilmu: Sebuah Pengantar Populer*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.

Winarno. 2011. *Metodologi Penelitian Dalam Pendidikan Jasmani*. Malang: Media Cakrawala Utama Press.

Wirasasmita, Ricky. 2013. *Ilmu Urai Olahraga 1 Analisis Kinetik pada Olahraga*. Bandung: Alfabeta.

Yadi, Supri. 2014. *Hubungan Tinggi Lompatan Terhadap Kemampuan Lay Up Shoot Pada Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Basket Di SMP Negeri 17 Kota Bengkulu*. Skripsi. Bengkulu: FKIP UNIB.