HUBUNGAN ANTARA TINGGI BADAN DAN TINGGI LOMPATAN DENGAN KEMAMPUAN SHOOTING UNDER RING PADA SISWA PUTRA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET SMP NEGERI 1 TRENGGALEK KABUPATEN TRENGGALEK TAHUN PELAJARAN 2014/2015

S K R I P S I

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan (S-1) Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

Oleh:

YUDHA WAHYU BASUKI
NPM. 11.1.01.09.0864

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

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi Oleh:

YUDHA WAHYU BASUKI
NPM. 11.1.01.09.0864

Judul:

HUBUNGAN ANTARA TINGGI BADAN DAN TINGGI LOMPATAN DENGAN KEMAMPUAN SHOOTING UNDER RING PADA SISWA PUTRA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET SMP NEGERI 1 TRENGGALEK KABUPATEN TRENGGALEK TAHUN PELAJARAN 2014/2015

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing Untuk Diajukan kepada: Panitia Ujian Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
FKIP UNP Kediri

Tanggal:

Pembimbing I	Pembimbing II
Budiman Agung Pratama, M. Pd.	Drs. Sugito, M. Pd.

ii

HALAMAN PENGESAHAN

SkripsiOleh:

YUDHA WAHYU BASUKI
NPM 11.1.01.09.0864

Judul:

HUBUNGAN ANTARA TINGGI BADAN DAN TINGGI LOMPATAN DENGAN KEMAMPUAN SHOOTING UNDER RING PADA SISWA PUTRA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET SMP NEGERI 1 TRENGGALEK KABUPATEN TRENGGALEK TAHUN PELAJARAN 2014/2015

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
FKIP UNP Kediri
Pada Tanggal:

Dan Dinyatakan Telah Memenuhi Persyaratan

PANITIA PENGUJI		Tanda tangan
1. Ketua	:Drs. Setya Adi Sancaya, M. Pd	
2. Penguji I	:Drs. Sugito, M. Pd.	
3. Penguji II	:Budiman Agung Pratama, M. Pd.	

Mengetahui,
Dekan FKIP

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

iii

HUBUNGAN ANTARA TINGGI BADAN DAN TINGGI LOMPATAN DENGAN KEMAMPUAN SHOOTING UNDER RING PADA SISWA PUTRA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET SMP NEGERI 1 TRENGGALEK KABUPATEN TRENGGALEK TAHUN PELAJARAN 2014/2015

YUDHA WAHYU BASUKI
NPM:11.1.01.09.0864
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan-Program Study Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
yudhadempet@gmail.com
Budiman Agung Pratama, M.Pd dan Drs. Sugito, M.Pd
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Kemampuan shooting under ring dipengaruhi beberapa faktor yang saling berhubungan. Diantara beberapa macam kemampuan kondisi fisik yang cukup besar memberikan pengaruh adalah tinggi badan, tinggi lompatan dan kemampuan shooting under ring. Permasalahan dalam penelitian ini yaitu (1) Adakah hubungan antara tinggi badan dengan kemampuan shooting under ring, (2) Adakah hubungan antara tinggi lompatan dengan kemampuan shooting under ring, (3) Adakah hubungan antara tinggi badan dengan tinggi lompatan, (4) Adakah hubungan antara tinggi badan dan tinggi lompatan dengan kemampuan shooting under ring pada siswa putra ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 1 Trenggalek Kabupaten Trenggalek Tahun Pelajaran 2014/2015?

Penelitian ini terdiri dari dua variabel bebas yaitu tinggi badan dan tinggi lompatan, sedangkan variabel terikatnya yaitu kemampuan shooting under ring. Penelitian ini menggunakan teknik total sampling dengan jumlah populasi 15 siswa. Instrumen penelitian ini yaitu tes dan pengukuran tinggi lompatan, tes tinggi lompatan dan tes kemampuan shooting under ring. Pendekatan yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif. Analisis data menggunakan manual.

Dari analisis data diperoleh rx_1y=0,875 dengan *r hitung 0,875 > r tabel 0,514 sehingga*, artinya ada hubungan antara tinggi badan dengan kemampuan shooting under ring. rx_2y=0,582 dengan *r hitung 0,582> r tabel 0,514 sehingga*, artinya ada hubungan antara tinggi lompatan dengan kemampuan shooting under ring. rx_1x_2=0,631 dengan *r hitung 0,631> r tabel 0.514 sehingga*, artinya ada hubungan antara tinggi badan dan tinggi lompatan dengan kemampuan shooting under ring. Hasil penghitungan rx_1x_2y= 0,876 dan setelah disignifikan diperoleh hasil F=18,19 dengan *f hitung 18,19 > f tabel 3,59 sehingga*,artinya ada hubungan interaktif antara tinggi badan dan tinggi lompatan dengan kemampuan shooting under ring dengan konstribusi sebesar 5%.

Kesimpulan yang dapat diambil dari hasil diatas yaitu ada hubungan yang signifikan antara tinggi badan dan tinggi lompatan dengan kemampuan shooting under ring pada siswa putra ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 1 Trenggalek Kabupaten Trenggalek Tahun Pelajaran 2014/2015. Melihat besarnya kontribusi yang diberikan, penulis menyarankan agar dalam melatih shooting under ring, tinggi badan dan tinggi lompatan diperhatikan dengan baik. Selain itu haruslah ada jadwal latihan yang baku dan latihan yang lebih intensif agar diperoleh hasil yang optimal.

Kata Kunci : tinggi badan. tinggi lompatan. shooting under ring

I. LATAR BELAKANG

Pendidikan jasmani di sekolah adalah salah satu mata pelajaran yang wajib diberikan kepada seluruh jenjang pendidikan mulai dari Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama, Sekolah Menengah Atas, bahkan dalam Perguruan Tinggi juga ada jurusan olahraga.

Olahraga bola basket merupakan cabang olahraga yang populer diseluruh dunia. Olahraga ini telah digemari orang-orang baik di Indonesia maupun negara-negara lain di dunia, mulai dari usia anak-anak, remaja hingga dewasa. Menurut peraturan FIBA (2008: 1) bola basket dimainkan oleh dua regu yang masing-masing terdiri dari lima pemain. Tujuan dari masing-masing regu untuk memasukkan bola ke keranjang lawan dan berusaha mencegah lawan memasukkan bola.

Pemain harus memiliki teknik dasar yang baik. Beberapa teknik dasar dalam permainan bola basket menurut para ahli olahraga seperti Jon Oliver (2007: 6), ada lima macam teknik dasar yaitu : 1. Menembak bola (*shooting*), 2. Mengoper bola (*passing*), 3. Menggiring bola (*dribbling*), 4. Pertahanan, 5. *Rebounding*.

Menurut uraian di atas teknik menembak/ *shooting* adalah salah satu teknik yang sangat penting untuk dikuasai dengan baik dan benar karena teknik menembak digunakan untuk mencetak angka ke keranjang lawan. *Shooting under ring* adalah salah satu jenis tembakan yang sangat efektif untuk mencetak angka ke keranjang lawan karena *shooting* ini dilakukan di bawah *ring* pemain lawan, semakin dekat jarak tembakan maka semakin banyak pula presentase bola tersebut akan masuk. Selain itu postur tubuh yang tinggi serta lompatan yang tinggi sangat berpengaruh dalam melakukan teknik *shooting under ring* ini.

Berdasarkan uraian di atas peneliti beranggapan bahwa tinggi badan dan tinggi lompatan sangat berperan dalam melakukan teknik *shooting under ring* karena pemain tersebut semakin dekat dengan *ring*, maka peneliti mengadakan suatu penelitian ilmiah yang perlu diteliti dengan judul : Hubungan Antara Tinggi Badan Dan Tinggi Lompatan Dengan Kemampuan Shooting Under Ring Pada Siswa Putra Ektrakurikuler Bola Basket SMP Negeri 1 Trenggalek Kabupaten Trenggalek Tahun Pelajaran 2014/ 2015.

II. METODE

Dalam penelitian "Hubungan Antara Tinggi Badan Dan Tinggi Lompatan Dengan Kemampuan Shooting Under Ring Pada Siswa Putra Ektrakurikuler Bola Basket SMP Negeri 1 Trenggalek Kabupaten Trenggalek Tahun Pelajaran 2014/ 2015" terdapat dua macam variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini ada dua yaitu tinggi badan dan tinggi lompatan, sementara variabel bebas dalam penelitian ini adalah kemampuan *shooting under ring* bola basket.

Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan deskriptif korelasi sedangkan metode yang digunakan adalah metode kuantitatif. Untuk mengetahui validitas instrumen penelitian ini peneliti menggunkan siswa putra ekstrakurikuler bola basket yang berjumlah 15 siswa. Jika r hitung ≥ r tabel maka item dinyatakan valid dengan diperoleh r tabel 0,514 (lihat r tabel N=15). Untuk menguji kevalidan masing-masing item, hasil r hitung dibandingkan dengan hasil r tabel. Jika r hitung ≥ r tabel maka item dinyatakan valid. Dan sebaliknya butir soal yang memiliki r hitung ≤ r tabel dinyatakan tidak valid karena item-item pernyataan berkorelasi tidak signifikan dengan r hitung. Untuk mengetahui apakah item yang terdapat dalam angket termasuk kategori valid atau tidak, digunakan rumus korelasi ganda dengan bantuan microsoft exel.

Teknik yang digunakan untuk analisis data dalam penelitian sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui ada tidaknya hubungan tinggi badan dan tinggi lompatan dengan kemampuan *shooting under* ring bola basket. Adapun teknik yang digunakan adalah teknik analisis statistika.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Untuk mengetahui "Hubungan Antara Tinggi Badan Dan Tinggi Lompatan Dengan Kemampuan Shooting Under Ring Pada Siswa Putra Ektrakurikuler Bola Basket SMP Negeri 1 Trenggalek Kabupaten Trenggalek Tahun Pelajaran 2014/ 2015" dengan melakukan analisis data. Adapun persiapan sebelum analisis data melakukan uji asumsi terhadap hasil penelitian.

Terdapat hubungan yang signifikan antara tinggi badan dan tinggi lompatan dengan kemampuan shooting under ring pada siswa putra ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 1 Trenggalek Kabupaten Trenggalek Tahun Pelajaran 2014/ 2015, dimana diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,876 sedangkan r tabel untuk 15 sampel pada taraf signifikan 1% sebesar 0,641 dan pada taraf signifikan 5% sebesar 0,514, jadi hal ini tergolong taraf signifikan 5% karena r hitung lebih besar dari r tabel.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Kosasih, Engkos. 1985. ***Olahraga Teknik dan Program Latihan.*** Jakarta: Akemedia Presinda.

Oliver, Jon. 2007. ***Dasar-Dasar Bola Basket.*** Klaten. Pakar Raya.

Irsyada, Machfud. 2000. ***Bola Basket.*** Jakarta: Depdikbud.

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

Sugiyono, 2010. ***Metode Penelitian Pendidikan.*** Bandung: Alfabeta.

Sajoto, M, 1995. ***Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga***. Jakarta: Depdikbud.

Wissel, Hal. 1994. ***Basketball Step to Succes.*** Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

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

Sumadi, 2005. ***Metodologi Penelitian***. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.

Arikunto, Suharsimi. 2002. ***Metodologi Penelitian.*** Jakarta: PT Rineka Cipta.

Nurhasan, 2007. ***Tes dan Pengukuran Keolahragaan.*** Bandung: Jurusan Kepelatihan. Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan UPL.

Sudjana, 2002. ***Metode Statistika.*** Bandung: Tarsito.

Arikunto, Suharsimi. 1993. ***Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik.*** Jakarta: Rineka Cipta.

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

Yudiana, Yunyun dkk.. 2008. ***Dasar–Dasar Kepelatihan***. Jakarta : Universitas Terbuka.

Gambar lapangan bola basket. (http: //pengertiansejarah.com)

Gambar papan pantul bola basket. (http: // *kurniamp.wordpress.com*)

Gambar ring bola basket. (http: // *nicepromise.wordpress.com*)

Gambar bola. (http: //pinsta.me.com)