



## HUBUNGAN ANTARA DAYA LEDAK OTOT LENGAN DAN KOORDINASI MATA-TANGAN DENGAN KEMAMPUAN *SHOOTING* BOLA BASKET PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS

Muhammad Rian Subekti\*

Program Studi PGSD, STKIP Persada Khatulistiwa Sintang

Diterima: 24 April 2019 . Dipublikasi: 30 April 2019.

**Abstract.** The study aims to determine the relationship between arm muscle explosive power and hand eye coordination with the ability of XI grade men's basketball shooting skills in 1 sintang public high school. The form of this study is interrelationship studies with a sample of research that is a class XI student at Sintang 1 Public High School with a total of 52 students. The data collection tool used is a measurement technique that complements the tests and measurements and the type of data collection tool in this study for the test and measurement of arm muscle explosive power using two-handed medicine balls, for test and measurement of hand eye coordination using the catch ball throw test and for tests and measurements of shooting basketball using a ball firing test ball into a basketball basket. Based on data collected from research on arm muscle explosion, obtained the lowest score of 4.07 and the highest score of 6.33. from 52 students who were used as the study sample 16 students (30.7%) obtained a group score below the average, 17 students obtained an average group score (32.5%) and 19 students were above the average group (36.7%). To collect hand-eyes get the lowest score of 9 and the highest score of 14, 14 students (26.9%) get an average score, 24 students (46.2%) are in the average group and 14 students (26.9%) ) approaching in accordance with the average rating. basketball shooting ability obtained the lowest score of 2 students and the highest was 7 students. The ability to shoot basketball gets the lowest score of 2 students and the highest is 7 students. 21 students (40.4%) received scores below the average, 26 students (50.0%) were in the average group and 5 students (9.6%) were above the average group. It can be concluded that there is a relationship between arm muscle explosive power and eye-hand coordination with basketball shooting ability in male students of class XI of SMAN 1 Sintang.

**Keywords:** Arm Muscle Explosive Power, Eye-Hand Coordination, Shoot Basketball

**Abstrak.** Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan antara daya ledak otot lengan dan koordinasi mata tangan dengan kemampuan *shooting* bola basket putra kelas XI sekolah menengah atas negeri 1 sintang. Bentuk penelitian ini adalah *interrelationship studies* dengan sampel penelitian adalah siswa kelas XI Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Sintang sebanyak 52 siswa . Alat pengumpulan data yang digunakan adalah teknik pengukuran yang mencakup tes dan pengukuran dan jenis alat pengumpulan data dalam penelitian ini untuk tes dan mengukur daya ledak otot lengan menggunakan *two hand medicine ball*, untuk tes dan pengukuran koordinasi mata tangan menggunakan tes lempar tangkap bola dan untuk tes dan pengukuran *shooting* bola basket menggunakan alat ukur tes menembak bola ke keranjang basket. Berdasarkan data yang dikumpulkan dari penelitian tentang daya ledak otot lengan, diperoleh skor terendah 4.07 dan skor tertinggi 6.33. dari 52 siswa yang dijadikan sampel penelitian 16 siswa (30.7%) memperoleh skor kelompok dibawah rata-rata, 17 siswa memperoleh skor kelompok rata-rata (32.5%) dan 19 siswa berada diatas kelompok rata-rata (36.7%). Untuk koordinasi mata-tangan diperoleh skor terendah 9 dan skor tertinggi 14. 14 siswa (26.9%) memperoleh skor rata-rata, 24 siswa (46.2%) berada pada kelompok rata-rata dan 14 siswa (26.9%) berada diatas kelompok rata-rata. Kemampuan

*shooting* bola basket diperoleh skor terendah 2 siswa dan tertinggi 7 siswa. 21 siswa (40.4%) memperoleh skor dibawah rata-rata, 26 siswa (50.0%) berada pada kelompok rata-rata dan 5 siswa (9.6%) berada diatas kelompok rata-rata. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara daya ledak otot lengan dan koordinasi mata-tangan dengan kemampuan *shooting* bola basket pada siswa putra kelas XI SMAN 1 Sintang.

**Kata kunci:** Daya Ledak Otot Lengan, Koordinasi Mata-Tangan, *Shooting* Bola Basket

## Pendahuluan

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Dalam perspektif teoritik seringkali diartikan dan dimaknai orang secara beragam, bergantung pada sudut pandang masing-masing dan teori yang dipegangnya.

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta

kepribadian yang harmonis dalam rangka pembentukan manusia Indonesia berkualitas berdasarkan Pancasila (Rusli Lutan, 2001:3).

Tujuan dari pendidikan jasmani adalah meningkatkan kemampuan siswa melalui aktivitas jasmani yang diberikan melalui cabang-cabang olahraga yang sudah memasyarakat di lingkungan suatu lembaga sekolah yang bersangkutan. Pada kenyataannya masyarakat sangat banyak mengharapkan peningkatan kemampuan peserta didik terutama dalam cabang-cabang olahraga yang sudah dikenal oleh masyarakat pada umumnya. Tuntutan masyarakat tersebut timbul persoalan yang mendasar yaitu bagaimanakah cara meningkatkan kemampuan siswa dalam penguasaan keterampilan cabang olahraga, sehingga alokasi waktu yang tersedia dan sarana pada satu sekolah dapat diefektifkan penggunaan dan tujuan yang diinginkan dapat tercapai secara maksimal.

---

\* surel korespondensi: [m.rian.subekti@gmail.com](mailto:m.rian.subekti@gmail.com)

Olahraga adalah suatu bentuk kegiatan jasmani yang terdapat di dalam permainan, perlombaan dan kegiatan intensif dalam rangka memperoleh relevansi kemenangan dan prestasi optimal. Menurut Lutan (2001 : 67) Kegiatan olahraga mempunyai tujuan untuk membina dan meningkatkan kesegaran jasmani dan rohani secara optimal. Sementara tujuan kegiatan olahraga itu sendiri sesuai dengan Tujuan Pendidikan Nasional, seperti yang tercantum dalam Undang-Undang RI Nomor 20 Tahun 2003 Pendidikan nasional bertujuan mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, guna mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Permainan bola basket merupakan cabang olahraga yang dapat dimainkan oleh anak-anak sampai orang dewasa, baik laki-laki maupun perempuan yang dimainkan

oleh dua regu, yang masing-masing regu terdiri dari lima orang pemain. Dari kelima orang tersebut, mempunyai posisi dan tugas yang berbeda-beda. Bila di kategorikan maka olahraga permainan bola basket masuk ke dalam olahraga yang bercirikan permainan. Sebagaimana karakteristiknya permainan bola basket mengandung unsur keterampilan gerakan, yaitu berupa teknik-teknik memainkan bola di dalam permainan bola basket, nilai-nilai sosial seperti unsur kerjasama di antara teman sesama regu amat dibutuhkan, memahami diri atau regu, nilai-nilai kompetitif seperti memaknai keberhasilan dan ketidakberhasilan. Melalui olahraga ini para pelajar banyak memperoleh manfaat khususnya dalam pertumbuhan fisik, mental, dan sosial. Menurut Margono Permainan bola basket setiap waktunya mengalami perkembangan yang pesat terbukti dengan munculnya klub-klub tangguh di tanah air. Di Indonesia bola basket itu sendiri diurus oleh suatu organisasi yang bernama Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia (PERBASI).

Berbicara tentang cabang olahraga bola basket, tentu tidak terlepas dari teknik dasar permainan bola basket baik berupa teknik melempar (*passing*) dan menangkap, teknik menggiring bola (*dribbling*), teknik menembak (*shooting*), teknik gerakan berporos (*pivot*), teknik *lay-up* dan lain-lain. Teknik tersebut sering di jumpai di dalam permainan bola basket. Berdasarkan uraian di atas, kita ketahui bahwa dalam permainan bola basket ini memiliki teknik yang sangat menentukan untuk meraih poin dalam permainan yaitu *shooting*.

*Shooting* adalah usaha memasukkan bola ke dalam keranjang atau ring basket lawan untuk meraih poin. Dalam melakukan shooting ini dapat dilakukan dengan dua cara yaitu dengan shooting dengan dua tangan serta shooting dengan satu tangan. Menembak (*shooting*) adalah unsur yang menentukan dalam kemenangan dalam pertandingan, sebab kemenangan ditentukan oleh banyaknya bola yang masuk dalam keranjang (Margono, 2010:19). Setiap regu yang menguasai bola selalu mencari kesempatan untuk dapat menembak. Setiap serangan selalu

berusaha dapat berakhir dengan tembakan. *Shooting* merupakan tembakan bola ke jaring dengan tujuan meraih angka, yang sangat efektif dimana seorang pemain basket harus menguasai bola dengan mantap terlebih dahulu, maka perlu dimahirkan dalam penguasaan pada permainan bola basket.

Teknik *shooting* berkaitan erat dengan gerak tipu, lompat, blok dan lain sebagainya. Begitu banyak teknik permainan yang harus dikuasai oleh seorang pemain bola basket, sehingga sulit untuk diperinci satu-persatu dalam makalah ini. Namun demikian, dengan menguasai ketiga unsur teknik pokok tadi serta beberapa lanjutannya, seseorang sudah dapat melakukan permainan bola basket, walaupun tidak sempurna. Tetapi tidak jarang banyak bola waktu *shooting* yang tidak bisa masuk ke ring basket. Mungkin itu banyak kesalahan yang dilakukan pemain misalnya *shooting* dalam hal ini masuk tidaknya bola kedalam ring dipengaruhi oleh sikap pemain, terkadang pemain melakukan kesalahannya pada saat memegang bola, pembentukan sudut, kuda-kuda kaki dan yang dilupakan adalah keyakinan pada kemampuan

diri mereka sendiri. Menurut parmana (2008:45) Banyak faktor yang mempengaruhi dalam permainan bola basket yaitu aspek biologis yang terdiri atas potensi atau kemampuan dasar tubuh, fungsi organ tubuh, postur tubuh dan struktur tubuh serta gizi. Sedangkan aspek psikologis yaitu intelektual atau kecerdasan, motivasi, kepribadian, serta koordinasi kerja otot dan saraf.

Kenyataan yang terdapat pada olahraga permainan bola basket terutama pada teknik *shooting* dirasakan sulit karena membutuhkan daya ledak otot pada saat menolak bola dan koordinasi agar bola dapat masuk kedalam ring. Di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Sintang sebagian besar siswa mampu melakukan *shooting* bola basket, namun *shooting* yang dilakukan kurang baik dalam arti *shooting* yang dilakukan masih lemah sehingga bola tidak mencapai sasaran dari segi kemampuan menolak bola dan kurang tepat mengarah ke sasaran tembak. Berdasarkan survey yang peneliti lakukan, hal ini dikarenakan daya ledak otot lengan dan koordinasi mata-tangan masing-masing siswa masih kurang baik.

Berdasarkan informasi yang peneliti dapatkan dari guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan kelas XI Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Sintang, kemampuan siswa dalam melakukan *shooting* permainan bola basket bukan hanya memerlukan penguasaan teknik saja. Daya ledak otot lengan dan koordinasi mata-tangan juga memberikan kontribusi saat melakukan *shooting*. Semakin baik daya ledak otot lengan siswa maka semakin mempermudah siswa dalam melakukan *shooting* dengan *power* yang baik, begitu juga dengan koordinasi mata-tangan, semakin baik koordinasi mata-tangan siswa, maka semakin baik pula koordinasi bola yang dirahkan pada *shooting* yang lakukan. Selain dari hal diatas, sarana dan prasarana cabang olahraga permainan bola basket di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Sintang juga sudah tersedia dan merupakan faktor pendukung peneliti dalam melakukan penelitian.

Berdasarkan beberapa asumsi di atas, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian guna mengungkap permasalahan yang berkaitan dengan "Hubungan antara daya ledak otot lengan dan koordinasi

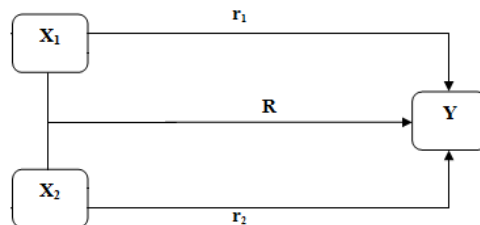
mata-tangan dengan kemampuan shooting bola basket pada siswa putra kelas XI Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Sintang”.

**Metode**

Metode yang digunakan yaitu metode deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif adalah suatu bentuk penelitian yang ditujukan untuk mendeskripsikan fenomena-fenomena yang ada, baik fenomena alamiah maupun fenomena buatan manusia. Fenomena itu bisa berupa bentuk, aktivitas, karakteristik, perubahan, hubungan, kesamaan, dan perbedaan antara fenomena yang satu dengan fenomena lainnya (Sukmadinata, 2008:72). bentuk yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi hubungan (*interrelationship studies*). Nawawi (2012:8) menyatakan bahwa bentuk penelitian

studi hubungan (*interrelationship studies*) ini tidak hanya sekedar menggambarkan atau melukiskan keadaan objeknya berdasarkan fakta-fakta yang ada, tetapi juga menghubungkan fakta yang satu dengan fakta lainnya sehingga suatu kondisi atau peristiwa dapat difahami. Sukmadinata (2012:79) mendefenisikan studi hubungan (*assiciational Study*), disebut juga studi korelasional (*Correlational Study*), meneliti hubungan antara dua hal, dua variabel atau lebih. Penelitian korelasi adalah suatu penelitian yang melibatkan tindakan pengumpulan data guna menentukan apakah ada hubungan antara dua variabel atau lebih (Sukardi, 2012:166).

Konstalasi penelitian yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut (Sugiyono, 2010:46):



**Gambar 1. Konstalasi Penelitian**

Keterangan:

- X<sub>1</sub> = Variabel bebas pertama (daya ledak otot lengan)
- X<sub>2</sub> = Variabel bebas kedua (koordinasi Mata-tangan)

- Y = Variabel terikat (kemampuan *shooting* bola basket)
- $r_1$  = Hubungan Daya ledak otot lengan dengan Kemampuan *shooting* bola basket
- $r_2$  = Hubungan Koordinasi Mata-tangan dengan Kemampuan *shooting* bola basket
- R = Hubungan antara Daya ledak otot lengan dan Koordinasi Mata-tangan dengan Kemampuan *shooting* bola basket.

Populasi dalam penelitian ini merupakan kelompok yang menjadi sasaran penelitian. Sebagai suatu populasi, kelompok subyek ini harus memiliki ciri-ciri atau karakteristik-karakteristik bersama yang membedakannya dari kelompok subyek yang lain. Ciri yang dimaksud tidak terbatas ciri khas lokasi, akan tetapi dapat terdiri dari karakteristik-karakteristik individu. Karakteristik populasi dalam penelitian ini adalah: (a) Siswa Putra kelas XI Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Sintang yang telah mempelajari cabang olahraga permainan bola basket. (b) Siswa putra yang sehat secara jasmani dan rohani. (c) Siswa putra yang berminat dalam permainan bola basket.

Populasi dalam penelitian ini menggunakan atau mengambil semua siswa putra kelas XI Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Sintang yang berjumlah 6 kelas yaitu jurusan IPA 2

kelas dan jurusan IPS 4 kelas sesuai dengan karakteristik.

Menurut Suharsimi Arikunto (2006:115) mengemukakan cara penarikan sampel adalah untuk sekedar ancer-ancer, maka apabila subyeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Tetapi jika jumlah subyeknya besar, maka dapat diambil 10-15% atau 20-25% atau lebih. Karena populasi dalam penelitian ini kurang dari 100 orang, maka keseluruhan populasi diambil semua yaitu yang berjumlah 52 siswa putra yang terdiri dari 6 kelas yaitu jurusan IPA 2 kelas dan jurusan IPS 4 kelas.

Teknik yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah teknik pengukuran yaitu teknik pengukuran yang mencakup tes dan pengukuran. Jenis alat pengumpul data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

(a) Daya ledak otot lengan menggunakan alat ukur *two hand medicine ball put*. Alat yang digunakan adalah *bola medicine* (ismaryati, 2006:100). (b) Koordinasi mata-tangan menggunakan alat ukur tes lempar tangkap bola. Alat yang digunakan yaitu bola basket (Haryono, 2008:50). (c) Kemampuan *shooting* bola menggunakan alat ukur tes menembak bola ke keranjang basket. Alat yang digunakan yaitu bola basket (Nurhasan, 2007:186)

### Hasil dan Pembahasan

Data-data mentah yang diperoleh pada saat penelitian di lapangan disusun dan diurutkan

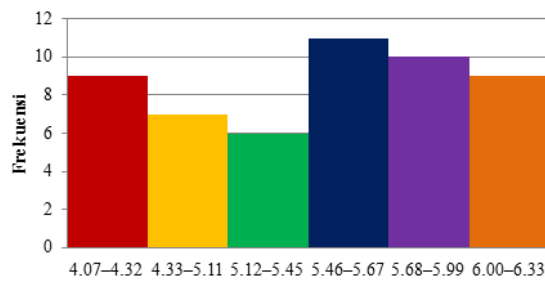
sesuai dengan hasil yang diperoleh. Skor mentah dalam penelitian ini meliputi: (1) daya ledak otot lengan dan (2) koordinasi mata-tangan sebagai variabel independen, (3) kemampuan *shooting* bola basket, sebagai variabel dependen. Statistik deskriptif adalah ukuran pemusatan data yang meliputi: nilai rata-rata hitung (*mean*), standar deviasi dan variansi data minimum dan maksimum. Sedangkan tabel distribusi frekuensi kelompok dan grafik histogram dimaksudkan untuk menambah penjelasan tentang deskripsi variabel-variabel penelitian.

**Tabel 1. Data Daya Ledak Otot Lengan ( $X_1$ ) dan Koordinasi Mata-tangan ( $X_2$ ) Dengan Kemampuan *Shooting* Bola Basket (Y)**

	Daya Ledak Otot Lengan ( $X_1$ )	Koordinasi Mata-tangan ( $X_2$ )	Kemampuan <i>Shooting</i> Bola Basket (Y)
N (Responden)	52	52	52
Mean	5.386	11.48	3.85
Median	5.560	11.00	4.00
Modus	5.56	11	4
Standar Deviasi	0.658	1.515	1.304
Variansi	0.433	2.294	1.701
Range	2.26	5	5
Minimum	4.07	9	2
Maksimum	6.33	14	7
Jumlah	280.09	597	200

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Daya Ledak Otot Lengan (X<sub>1</sub>)**

Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)	Frekuensi Kumulatif (%)
4.07 – 4.32	9	17.3	17.3
4.33 – 5.11	7	13.4	30.8
5.12 – 5.45	6	11.4	42.3
5.46 – 5.67	11	21.2	63.5
5.68 – 5.99	10	19.4	82.7
6.00 – 6.33	9	17.3	100
Total	52	100	

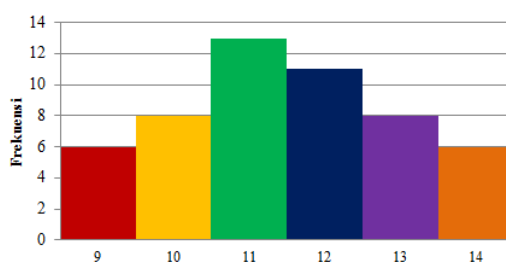


**Gambar 2. Histogram Daya Ledak Otot Lengan (X<sub>1</sub>)**

Berdasarkan data yang dikumpulkan dari lapangan tentang daya ledak otot lengan, maka diperoleh skor terendah 4.07 dan skor tertinggi 6.33. Dari 52 orang yang dijadikan sampel penelitian, maka 16 orang (30.7%) memperoleh skor dibawah rata-rata, 17 orang (32.5%) berada pada kelompok rata-rata dan 19 orang (36.7%) berada diatas kelompok rata-rata.

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata-tangan (X<sub>2</sub>)**

Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)	Frekuensi Kumulatif (%)
9	6	11.5	11.5
10	8	15.4	26.9
11	13	25.0	51.9
12	11	21.2	73.1
13	8	15.4	88.5
14	6	11.5	100
Total	18	100	



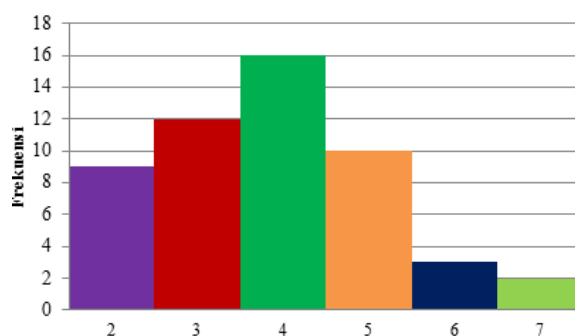
**Gambar 3. Histogram Koordinasi Mata-tangan (X<sub>2</sub>)**

Berdasarkan data yang dikumpulkan dari lapangan tentang koordinasi mata-tangan, maka diperoleh skor terendah 9 dan skor tertinggi 14. Dari 52 orang yang dijadikan sampel penelitian, maka 14

orang (26.9%) memperoleh skor dibawah rata-rata, 24 orang (46.2%) berada pada kelompok rata-rata dan 14 orang (26.9%) berada diatas kelompok rata-rata.

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kemampuan *Shooting* Bola Basket (Y)**

Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)	Frekuensi Kumulatif (%)
2	9	17.3	17.3
3	12	23.1	40.4
4	16	30.8	71.2
5	10	19.2	90.4
6	3	5.8	96.2
7	2	3.8	100.0
Total	18	100.0	



**Gambar 4. Histogram Kemampuan *Shooting* Bola Basket (Y)**

Berdasarkan data yang dikumpulkan dari lapangan tentang kemampuan *shooting* bola basket,

maka diperoleh skor terendah 2 dan skor tertinggi 7. Dari 52 orang yang dijadikan sampel penelitian, maka 21

orang (40.4%) memperoleh skor dibawah rata-rata, 26 orang (50.0%) berada pada kelompok rata-rata dan 5 orang (9.6%) berada diatas kelompok rata-rata.

Uji normalitas ini menggunakan rumus *Kolmogorov-Smirnov<sup>a</sup>* dengan bantuan pengerjaan Program *IBM SPSS Statistic 19* dengan kriteria bahwa data berdistribusi

normal apabila harga *Kolmogorov-Smirnov<sup>a</sup>* mempunyai peluang kesalahan atau probabilitas kurang dari 5%. Hasil perhitungan uji normalitas data daya ledak otot lengan ( $X_1$ ) dan koordinasi mata-tangan ( $X_2$ ) dengan kemampuan *shooting* bola basket (Y) adalah sebagai berikut :

**Tabel 5. Hasil Uji Normalitas Data**

Variabel	<i>Kolmogorov-Smirnov<sup>a</sup></i>		
	Statistik	k	df
Daya Ledak Otot Lengan ( $X_1$ )	0.169	52	0.001
Koordinasi Mata-tangan ( $X_2$ )	0.144	52	0.009
Kemampuan <i>Shooting</i> Bola Basket (Y)	0.165	52	0.001

Berdasarkan tabel 5 di atas diketahui bahwa harga *Kolmogorov-Smirnov<sup>a</sup>* untuk variabel bebas daya ledak otot lengan ( $X_1$ ) adalah 0.169 dengan signifikansi sebesar 0.01 dan koordinasi mata-tangan ( $X_2$ ) adalah 0.144 dengan signifikansi sebesar 0.09 dan untuk variabel terikat kemampuan *shootingg* bola basket (Y) adalah 0.165 dengan signifikansi sebesar 0.01. Karena harga untuk variabel  $X_1$   $X_1$  dan Y lebih besar dari

harga signifikansi, maka dapat disimpulkan bahwa data dari kedua variabel tersebut berdistribusi normal.

Data yang telah diperoleh kemudian disusun dan diurutkan sesuai dengan perhitungan statistik. Data pertama yaitu hasil perhitungan standar skor (T-Skor) yang disajikan kedalam tabel 6 seperti dibawah ini.

**Tabel 6. Hasil Perhitungan T – Skor**

T-Skor Daya Ledak Otot Lengan ( $X_1$ )	T-Skor Koordinasi Mata Tangan ( $X_2$ )	T-Skor Kemampuan <i>Shooting</i> Bola Basket (Y)
49.945	49.961	50.002

Setelah didapat hasil T-Skor, perhitungan korelasi disajikan kedalam kemudian dilanjutkan dengan tabel 7 sebagai berikut. menghitung korelasi. Rangkuman hasil

**Tabel 7. Hasil Perhitungan Korelasi antara Daya Ledak Otot Lengan ( $X_1$ ) dan Koordinasi Mata-tangan ( $X_2$ ) Dengan Kemampuan Kemampuan *Shooting* Bola Basket (Y)**

Perhitungan	Korelasi
Daya Ledak Otot Lengan dengan Kemampuan <i>Shooting</i> Bola Basket ( $X_1 Y$ )	$r_{x_1 y} = 0,799$
Kordinasi Mata-tangan dengan Kemampuan <i>Shooting</i> Bola Basket ( $X_2 Y$ )	$r_{x_2 y} = 0,830$
Daya Ledak Otot Lengan dengan Koordinasi Mata Tangan ( $X_1 X_2$ )	$r_{x_1 x_2} = 0,838$
Daya Ledak Otot Lengan dan Koordinasi Mata-tangan Dengan Kemampuan <i>Shooting</i> Bola Basket ( $X_1 X_2 Y$ )	$r = 0,851$

$$db N-1 = 52-1 = 51 (50), r_{tabel} = 0.279$$

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh adanya hubungan antara daya ledak otot lengan dan koordinasi mata-tangan dengan kemampuan *shooting* bola basket.

### Simpulan

Sesuai dengan hasil yang diperoleh, seperti yang dijabarkan

maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara daya ledak otot lengan dan koordinasi mata-tangan dengan kemampuan *shooting* bola basket pada siswa putra kelas XI Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Sintang, Terdapat hubungan antara koordinasi mata-tangan dengan

kemampuan *shooting* bola basket pada siswa putra kelas XI Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Sintang dan Ada hubungan antara daya ledak otot lengan dan koordinasi mata-tangan dengan kemampuan *shooting* bola basket pada siswa putra kelas XI Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Sintang. Dapat dinyatakan bahwa semakin baik daya ledak otot lengan siswa dan semakin baik koordinasi mata-tangan siswa maka semakin baik pula kemampuan *shooting* bola basket yang dilakukan begitu juga dengan sebaliknya semakin kurang daya ledak otot lengan siswa dan semakin kurang koordinasi mata-tangan siswa maka semakin kurang pula kemampuan *shooting* bola basket yang dilakukan.

#### **Daftar Pustaka**

- Agus Margono. (2010). *Permainan Bola Basket*. Surakarta: UNS Press.
- Asepta Yoga Permana. (2008). *Bermain dan Olahraga Bola Basket*. Surabaya: Penerbit Insan Cendekia.
- Hadari Nawawi. (2012). *Metode Penelitian Bidang Sosial*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Ismaryati. (2006). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: UNS Press.
- Nurhasan. (2001). *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani Prinsip-Prinsip dan Penerapannya*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga.
- Rusli Lutan. (2001). *Asas-Asas Pendidikan Jasmani Pendekatan Pendidikan Gerak di Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas.
- Sri Haryono. (2008). *Pedoman Praktek Laboratorium Mata Kuliah Tes dan Pengukuran Olahraga*. Semarang: Fakultas Ilmi Kedokteran.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Administrasi di Lengkapi Metode R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sukardi. (2012). *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Sukmadinata. (2008). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Wibowo, D. C. (2015). Korelasi Antara Hasil Belajar Siswa Semester Akhir Dengan Hasil Ujian Akhir

Nasional Siswa Kelas VI SD Negeri 13 Sungai Kawat. *Jurnal Vox Edukasi: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*. 6 (2), 80-88.

Wibowo, D. C., Dkk. (2017). Hubungan Kebiasaan Menulis Pantun Dengan Kemampuan Berbalas Pantun. *Jurnal Pendidikan Bahasa*. 6 (2), 271-280.