

**KONTRIBUSI KEKUATAN OTOT LENGAN DAN KOORDINASI MATA-TANGAN
TERHADAP KEMAMPUAN *CHEST PASS* SISWA EKSTRAKURIKULER
PUTRA PERMAINAN BOLA BASKET SMAN 6 KERINCI**

SKRIPSI

*Diajukan sebagai Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan pada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang*



OLEH

**GHOZI MUHAMMAD
NIM. 19086485/ 2019**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2023**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

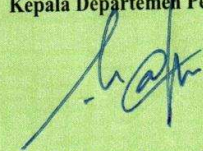
SKRIPSI

Judul : Kontribusi Kekuatan Otot Lengan dan Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Kemampuan *Chest Pass* Siswa Ekstrakurikuler Putra Permainan Bola Basket SMAN 6 Kerinci

Nama : Ghozi Muhammad
NIM : 19086485
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

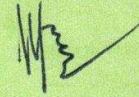
Padang, Oktober 2023

Mengetahui:
Kepala Departemen Pendidikan Olahraga



Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd, M.Pd
NIP. 19890901 201803 1 001

Disetujui:
Pembimbing



Drs. Nirwandi, M.Pd
NIP. 19580914 198102 1 001

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Ghozi Muhammad
NIM : 19086485

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
dengan judul

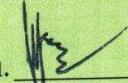
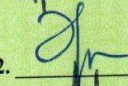
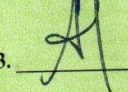
Kontribusi Kekuatan Otot Lengan dan Koordinasi Mata-Tangan Terhadap
Kemampuan *Chest Pass* Siswa Ekstrakurikuler Putra Permainan Bola
Basket SMAN 6 Kerinci

Padang, Oktober 2023

Tim Penguji

1. Ketua : Drs. Nirwandi, M.Pd
2. Anggota : Dr. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO
3. Anggota : Ibnu Andli Marta, S.Pd, M.Pd

Tanda Tangan

1. 
2. 
3. 

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi dengan judul **"Kontribusi Kekuatan Otot Lengan dan Koordinasi Mata Tangan terhadap Kemampuan Chest Pass Siswa Ekstrakurikuler Putra Permainan Bola Basket SMAN 6 Kerinci"** adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan Pembimbing dan Penguji.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam skripsi saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Oktober 2023

Yang menyatakan,



Ghozi Muhammad
2019/19086485

ABSTRAK

Ghozi Muhammad. 2023. "Kontribusi Kekuatan Otot Lengan dan Koordinasi Mata Tangan terhadap Kemampuan *Chest Pass* Siswa Ekstrakurikuler Putra Permainan Bola Basket SMAN 6 Kerinci" *Skripsi*. Padang: Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Departement Pendidikan Olahraga, Universitas Negeri Padang

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya kemampuan *chest pass* siswa ekstrakurikuler putra permainan bolabasket SMAN 6 Kerinci. Tujuan penelitian ini mengetahui kontribusi kekuatan otot lengan dan koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *chest pass* siswa ekstrakurikuler putra permainan bolabasket SMAN 6 Kerinci.

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional. Populasi Dalam penelitian ini adalah SMAN 6 Kerinci dalam kegiatan ekstrakurikuler sebanyak 15 orang putra. teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 15 orang. Instrument dalam penelitian ini menggunakan tes *push up*, tes koordinasi mata tangan dan tes kemampuan *chest pass*. Teknik analisa data menggunakan teknik analisis korelasi, korelasi ganda dan koefisien determinasi dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

Hasil analisis menunjukan: (1) Kekuatan otot lengan berkontribusi terhadap kemampuan *chest pass* siswa ekstrakurikuler putra SMA Negeri 6 Kerinci sebesar 37,96%. (2) Koordinasi mata tangan berkontribusi terhadap kemampuan *chest pass* siswa ekstrakurikuler putra SMA Negeri 6 Kerinci sebesar 32,26%. (3) Kekuatan otot lengan dan koordinasi mata tangan secara bersama sama berkontribusi terhadap kemampuan *chest pass* siswa ekstrakurikuler putra SMA Negeri 6 Kerinci sebesar 48,08%.

Kata Kunci : Kekuatan Otot Lengan, Koordinasi Mata Tangan, Kemampuan *Chest Pass*, Bolabasket

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, serta dengan izin-Nya penulis dapat menyusun dan menyelesaikan Skripsi dengan judul “**Kontribusi Kekuatan Otot Lengan dan Koordinasi Mata Tangan terhadap Kemampuan *Chest Pass* Siswa Ekstrakurikuler Putra Permainan Bola Basket SMAN 6 Kerinci**”.

Shalawat dan salam tidak lupa pula diuntukkan kepada nabi besar Muhammad SAW, sebagai sosok panutan yang telah membawa umat manusia dari zaman jahilia dan kebodohan menuju ke zaman islamiyah serta penuh ilmu pengetahuan.

Penulisan skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Strata Satu pada Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga Departemen Keperawatan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dan kelemahan skripsi ini ditinjau dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengharapkan bimbingan dan sangat mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Ganefri, M.Pd, Ph.D sebagai Rektor Universitas Negeri Padang beserta staf yang telah memberikan izin dalam pemakaian atau fasilitas yang ada untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. Prof. Nurul Ikhsan, S.Pd, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan pelayanan yang optimal

selama mengikuti perkuliahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

3. Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd, M.Pd selaku Ketua Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan bantuan administrasi dan konsultatif dalam perkuliahan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Drs. Nirwandi, M.Pd selaku pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, nasehat serta dukungan moral kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini
5. Dr. Hendri Neldi, M.Kes.AIFO dan Ibnu Andli Marta, S.Pd, M.Pd selaku dosen Kontributor yang banyak memberi arahan serta masukan dalam penulisan skripsi ini
6. Kepada seluruh staf pengajar Fakultas Pendidikan Olahraga yang telah memberikan ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua

Padang, Oktober 2023

Ghozi Muhammad

DAFTAR ISI

| | |
|--------------------------------------|-----|
| HALAMAN PERSETUJAUN | i |
| PERNYATAAN | ii |
| ABSTRAK | iii |
| KATA PENGANTAR | iv |
| DAFTAR ISI | vii |
| DAFTAR TABEL | ix |
| DAFTAR GAMBAR | x |
| DAFTAR LAMPIRAN | xi |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang Masalah | 1 |
| B. Identifikasi Masalah | 6 |
| C. Batasan Masalah..... | 7 |
| D. Rumusan Masalah | 7 |
| E. Tujuan Penelitian..... | 8 |
| F. Manfaat Penelitian | 8 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | |
| A. Kajian Teori..... | 10 |
| 1. Permainan Bolabasket | 10 |
| 2. Kekuatan Otot Lengan..... | 13 |
| 3. Koordinasi Mata Tangan..... | 20 |
| 4. <i>Chest Pass</i> | 24 |
| B. Penelitian Relevan | 30 |
| C. Kerangka Konseptual | 31 |
| D. Pertanyaan Penelitian | 32 |
| BAB III METODOLOGI PENELITIAN | |
| A. Desain Penelitian | 33 |
| B. Variabel Penelitian | 33 |
| C. Definisi Operasional..... | 34 |
| D. Populasi dan Sampel | 35 |
| E. Instrumen Penelitian..... | 36 |

| | |
|---|----|
| F. Teknik Pengumpulan Data | 39 |
| G. Teknik Analisis Data | 39 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | |
| A. Deskripsi Data..... | 41 |
| 1. Kekuatan Otot Lengan | 41 |
| 2. Koordinasi Mata Tangan | 42 |
| 3. Kemampuan <i>Chest Pass</i> | 43 |
| B. Pengujian Persyaratan Analisis | 45 |
| C. Pengujian Hipotesis | 46 |
| D. Pembahasan | 51 |
| E. Keterbatasan Penelitian | 58 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN | |
| A. Kesimpulan..... | 59 |
| B. Saran | 59 |
| DAFTAR PUSTAKA | 60 |
| LAMPIRAN | 64 |

DAFTAR TABEL

| Tabel | Halaman |
|---|----------------|
| 1. Populasi Penelitian..... | 35 |
| 2. Distribusi Distribusi Frekuensi Kekuatan Otot Lengan..... | 41 |
| 3. Distribusi Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata Tangan | 42 |
| 4. Distribusi Distribusi Frekuensi Kemampuan <i>Chest Pass</i> | 44 |
| 5. Rangkuman Uji Normalitas Sebaran Data..... | 45 |
| 6. Rangkuman Uji korelasi dan Uji signifikansi Koefisien Korelasi antara Kekuatan Otot Lengan terhadap Kemampuan <i>Chest Pass</i> | 47 |
| 7. Rangkuman Uji korelasi dan Uji signifikansi Koefisien Korelasi antara Koordinasi Mata Tangan terhadap Kemampuan <i>Chest Pass</i> | 48 |
| 8. Rangkuman Uji korelasi dan Uji signifikansi Koefisien Korelasi antara Kekuatan Otot Lengan dan Koordinasi Mata Tangan Secara Bersama-sama terhadap Kemampuan <i>Chest Pass</i> | 50 |

DAFTAR GAMBAR

| Gambar | Halaman |
|---|----------------|
| 1. Kerangka Konseptual | 32 |
| 2. Tes Kekuatan Otot Lengan..... | 37 |
| 3. Lapangan Tes Koordinasi Mata-Tangan | 38 |
| 4. Tes <i>Wall bounce</i> | 39 |
| 5. Grafik Histogram Kekuatan Otot Lengan | 42 |
| 6. Grafik Histogram Koordinasi Mata-Tangan | 43 |
| 7. Grafik Histogram Kemampuan <i>Chest Pass</i> | 44 |
| 8. Tes Kekuatan Otot Lengan..... | 83 |
| 9. Tes Koordinasi Mata-Tangan..... | 84 |
| 10. Tes Kemampuan <i>Chest Pass</i> | 85 |
| 11. Alat Penelitian..... | 86 |
| 12. Foto Bersama | 86 |

DAFTAR LAMPIRAN

| Lampiran | Halaman |
|--|---------|
| 1. Data Mentah Kekuatan Otot Lengan, Koordinasi Mata Tangan, dan Kemampuan <i>Chest Pass</i> | 64 |
| 2. Tabulasi Data Kekuatan Otot Lengan | 65 |
| 3. Tabulasi Data Koordinasi Mata Tangan..... | 66 |
| 4. Tabulasi Data Kemampuan <i>Chest Pass</i> | 67 |
| 5. Analisis Uji Normalitas Sebaran Data Kekuatan Otot Lengan Melalui Uji liliefors..... | 68 |
| 6. Analisis Uji Normalitas Sebaran Data Koordinasi Mata Tangan Melalui Uji liliefors..... | 69 |
| 7. Analisis Uji Normalitas Sebaran Data Kemampuan <i>Chest Pass</i> Melalui Uji liliefors..... | 70 |
| 8. Uji Hipotesis..... | 71 |
| 9. Pengujian Hipotesis Pertama..... | 72 |
| 10. Pengujian Hipotesis Kedua | 74 |
| 11. Pengujian Hipotesis Ketiga..... | 76 |
| 12. Tabel Nilai Kritik L Uji Liliefors..... | 78 |
| 13. Harga kritik Dari Product Moment | 79 |
| 14. Daftar Luas di Bawah Garis Lengkung Standar | 80 |
| 15. Nilai Persentil untuk Distribusi t..... | 81 |
| 16. Nilai Persentil untuk Distribusi f | 82 |
| 17. Dokumentasi Penelitian | 83 |
| 18. Surat Izin Penelitian..... | 87 |
| 19. Surat Balasan Penelitian | 88 |

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Komitmen pemerintah terhadap olahraga khususnya dari segi pembentukan prestasi olahraga diuraikan dan dijelaskan dalam Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional Negara Republik Indonesia Nomor : 3 Tahun (2005 : 16). mengenai pembangunan dan pengembangan olahraga prestasi dalam Pasal 27 Ayat : 4 yang menyatakan bahwa: "Perkembangan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan pemberdayaan olahraga perkumpulan, pembinaan dan pembinaan nasional dan olah raga daerah, dan penyelenggaraan perlombaan secara bertahap dan secara berkelanjutan".

Menurut Hendri Neldi, 2021, berdasarkan kutipan di atas dijelaskan oleh pemerintah bahwa perkembangan olahraga di Indonesia diarahkan pada pembentukan dan pengembangan prestasi. Untuk mencapai suatu prestasi dalam suatu cabang olahraga, maka pemerintah menginstruksikan masyarakat Indonesia untuk mendirikan klub atau asosiasi olahraga. Salah satu cabang olahraga yang dikembangkan untuk berprestasi di Indonesia adalah bola basket. Pemerintah upaya pengembangan bola basket melalui PERBASI (Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia).

Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaraan, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas serta disiplin dapat memperat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta

mengangkat harkat, martabat dan kehormatan bangsa. Untuk itu perlu adanya pengenalan dan pembinaan olahraga sejak dini. Salah satu usaha pemerintah yaitu dengan memasukkan pelajaran olahraga menjadi salah satu mata pelajaran wajib di sekolah. Selain diajarkan pada jam belajar di sekolah, olahraga juga diberikan dalam bentuk pelajaran ekstra diluar jam belajar, langkah tersebut dikenal dengan ekstrakurikuler.

Seperti tertuang dalam Undang – Undang Republik Indonesia No. 3 tahun 2005 Bab VI pasal 25 ayat 3 dan 4 (2005 : 9) dijelaskan bahwa “(3) Pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan pada semua jenjang pendidikan memberikan kebebasan kepada peserta didik untuk melakukan kegiatan olahragasesuai dengan bakat dan minat. (4) Pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan dilaksanakan dengan memperhatikan potensi, kemampuan, minat, dan bakat peserta didik secara menyeluruh, baik melalui kegiatan intrakurikuler maupun ekstrakurikuler”.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dijelaskan bahwa kegiatan ekstrakurikuler merupakan salah satu bentuk pembinaan dan pengembangan olahraga di sekolah. Siswa dibebaskan untuk memilih cabang olahraga yang akan diperdalamnya di kegiatan ekstrakurikuler. Ekstrakurikuler di lakukan diluar jam belajar dan hanya beberapa kali seminggu, hal ini dikarenakan agar tidak mengganggu jam belajar sekolah dan jam bermain siswa. Banyak cabang olahraga yang dijadikan pelajaran dalam ekstrakurikuler, salah satunya adalah olahraga bolabasket.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola

hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Bangsa Indonesia dewasa ini sedang giat-giatnya melaksanakan pembangunan di segala bidang. Salah satunya pembangunan nasional yang bertujuan untuk mewujudkan bangsa Indonesia yang adil dan makmur berdasarkan Pancasila. Untuk mencapai tujuan tersebut pendidikan merupakan salah satu sektor pembangunan yang sangat penting bagi kemajuan negara dan bangsa Indonesia. Karena dalam pendidikan tersebut terdapat pelajaran bidang studi pendidikan jasmani dan kesehatan. Bidang studi pendidikan jasmani dan kesehatan di sekolah merupakan mata pendidikan yang sangat penting dalam usaha membentuk sumber daya manusia seutuhnya.

Sebagai landasan filosofis tentang pendidikan jasmani di sekolah dijelaskan pada Undang-Undang Negara Republik Indonesia nomor 3 tahun 2005 pada bab I pasal 1 butir ke 11 (2010:35) yang berbunyi olahraga pendidikan adalah pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, keribadian, keterampilan, kesehatan, dan kebugaran jasmani.

Dari penjelasan di atas diketahui bahwa kegiatan proses belajar pendidikan jasmani melibatkan seluruh organ tubuh yang potensial dalam belajar. Maka kebugaran jasmani sangat dibutuhkan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani. Karena kesegaran jasmani dapat memberikan sumbangan kebugaran terhadap siswa. Hal tersebut membuat pendidikan jasmani tidak dapat terpisahkan dari sistem pendidikan di Indonesia.

Bolabasket merupakan cabang olahraga yang makin banyak digemari oleh masyarakat terutama dari kalangan pelajar dan mahasiswa, ini terbukti dengan munculnya klub-klub tangguh di tanah air dan atlet-atlet bolabasket baik tingkat sekolah maupun perguruan tinggi ditunjang lagi dengan sering diadakannya pertandingan-pertandingan antar klub, antar pelajar tingkat daerah maupun nasional (Neldi, 2019).

Untuk bisa berprestasi dengan baik dalam olahraga Bolabasket faktor kondisi fisik, teknik, taktik dan mental akan sangat memegang peran penting. “Permainan bolabasket merupakan permainan cepat yang membutuhkan gerak yang cepat membutuhkan gerak dan kelincahan yang baik dan tingkat kondisi fisik yang baik” (Trianda, 2019:1399). Semakin baik kondisi atau kemampuan fisik seseorang, maka akan semakin besar peluangnya untuk berprestasi. “Peningkatan prestasi maksimal dapat dicapai apabila atlet tersebut dapat meningkatkan kondisi fisik seluruh komponen tersebut dan dikembangkan sesuai dengan kebutuhan” (Mulyadi & Nikon dalam Devira 2019: 132). Begitu juga sebaliknya, semakin rendah tingkat kondisi fisiknya maka semakin sulit ia untuk meraih prestasi.

Salah satu teknik dalam bolabasket adalah *passing*, atau mengoperkan bola dari satu pemain kepada pemain lainnya. *Passing* dalam permainan bola basket terdiri dari banyak jenis. Diantara adalah 1.*Bounce Pass*, 2.*Chest pass*, 3.*Overhead Pass*, 4.*Baseball Pass*, dan 5.*Behind the back pass*. *Passing* tersebut dilakukan menurut keadaan di lapangan. *Passing* harus cepat dan akurat agar tidak dipotong oleh lawan..

Operan dan tangkapan yang baik penting bagi permainan tim, dan keahlian seperti itulah yang membuat bolabasket menjadi permainan tim yang indah. Tapi, operan adalah keahlian paling dasar yang sering diabaikan. Pemain jarang berlatih operan atau *passing* karena kurang mendapat perhatian penonton dibandingkan pencetak skor. Para pemain terbaik membuat rekannya lebih baik. Operan atau *passing* dalam permainan basket bertujuan untuk beberapa hal berikut: Mengalihkan bola dari daerah padat pemain, menggerakkan cepat bola pada *fast break* Menciptakan permainan yang *offensive* Mengoper bola kearah teman yang sedang bebas hambatan lawan dan mengoper dan memotong untuk melakukan tembakan sendiri. Salah satu operan yang sering dipakai untuk mempertahankan bola adalah *chest pass* atau operan dada.

Pada Permainan bolabasket pelaksanaan lemparan bola (*passing*) terutama lemparan setinggi dada (*chest pass*) sangat besar sekali kegunaannya, seperti. melakukan. serangan, lemparan ke dalam, operan jarak pendek, menyusup ke pertahanan musuh lawan dan sebagainya karena chest pass (lemparan dada) ini biasa dilakukan dengan cepat dan kuat yang tentunya disesuaikan dengan jarak. Salah satu latihan yang mampu meningkatkan kemampuan operan setinggi dada ini adalah latihan *push up*, karena dapat meningkatkan kekuatan otot lengan apabila dilakukan secara berkala dan rutin. Untuk menghasilkan lemparan yang jauh dan kuat diperlukan otot lengan yang kuat, karena operan setinggi dada bukan hanya jauhnya lemparan yang dinilai, akan tetapi juga dilihat dari kecepatan dan ketepatan lemparan tersebut.

Berdasarkan penjelasan di atas penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan push up terhadap peningkatan passing *chest pass*.

Chest pass ialah memberikan bola ke teman satu *team* dengan cara *passing* tepat di depan dada. Jenis operan ini lebih cepat dan lebih kuat untuk mencapai rekan satu *team* yang menjadi sasaran untuk menangkap bola. Pada saat melakukan *chest pass* ada beberapa urutan teknik diantaranya: cara memegang bola, awalan, tolak atau lemparan, dan gerakan lanjut.

Ketika melakukan *chest pass*, teknik tidak hanya mengandalkan penguasaan teknik semata, akan tetapi juga membutuhkan kondisi fisik pula. Terdapat beberapa kondisi fisik yang turut berperan dalam gerakan *chest pass* (passing dada) dalam permainan bola basket. Kondisi fisik tersebut salah satu diantaranya adalah kekuatan otot lengan.

Kekuatan otot lengan ini akan sangat berguna untuk seorang pemain bola basket sewaktu mengoperkan bola kepada kawan sebangkai. Permainan bolabasket adalah olahraga yang menyenangkan, *kompetitif*, mendidik, menghibur dan menyehatkan. Keterampilan-keterampilan perseorangan yang merupakan teknik dasar dalam bola basket seperti tembakan, umpan, *dribbling*, dan *rebound*, serta kerja tim untuk menyerang atau bertahan, adalah prasyarat agar berhasil dalam memainkan olahraga ini.

Berdasarkan observasi yang peneliti lakukan masih cenderung kemampuan *chest pass* pada siswa ekstrakurikuler putra SMAN 6 Kerinci. Ketika siswa melakukan *chest pass* yang dilakukan siswa tidak tepat sehingga bola keluar atau direbut oleh lawan. Kurangnya kemampuan *chest*

pass ini karena disebabkan oleh beberapa faktor seperti, kekuatan otot lengan, koordinasi mata tangan, kekuatan otot tungkai, kekuatan otot perut, dan koordinasi gerak tubuh sikap badan.

Berdasarkan permasalahan di atas, peneliti tertarik untuk mengangkatnya dalam sebuah penelitian dengan mengangkat judul kontribusi kekuatan otot lengan dan koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *chest pass* siswa ekstrakurikuler putra SMA Negeri 6 Kerinci.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini yaitu :

1. Rendahnya kekuatan otot lengan siswa ekstrakurikuler putra SMAN 6 Kerinci.
2. Rendahnya koordinasi mata tangan siswa ekstrakurikuler putra SMAN 6 Kerinci.
3. Rendahnya kekuatan otot tungkai siswa ekstrakurikuler putra SMAN 6 Kerinci.
4. Rendahnya kekuatan otot perut siswa ekstrakurikuler putra SMAN 6 Kerinci.
5. Rendahnya koordinasi gerak tubuh sikap badan siswa ekstrakurikuler putra SMAN 6 Kerinci.

C. Batasan Masalah

Dari beberapa masalah yang telah teridentifikasi dari permasalahan yang ada, maka perlu dilakukan pembatasan permasalahan sebagai berikut.

1. Kekuatan otot lengan
2. Koordinasi mata tangan
3. Kemampuan *Chest pass*

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas maka penelitian ini dirumuskan pada :

1. Bagaimana hubungan dan kontribusi kekuatan otot lengan terhadap kemampuan *chest pass* siswa ekstrakurikuler putra SMAN 6 Kerinci?
2. Bagaimana hubungan dan kontribusi koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *chest pass* siswa ekstrakurikuler putra SMAN 6 Kerinci?
3. Bagaimana hubungan dan kontribusi kekuatan otot lengan dan koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *chest pass* siswa ekstrakurikuler putra SMAN 6 Kerinci?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan diatas, maka tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui:

1. Untuk mengetahui hubungan dan kontribusi kekuatan otot lengan terhadap kemampuan *chest pass* siswa ekstrakurikuler putra SMAN 6 Kerinci.
2. Untuk mengetahui hubungan dan kontribusi koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *chest pass* siswa ekstrakurikuler putra SMAN 6 Kerinci.

3. Untuk mengetahui hubungan dan kontribusi kekuatan otot lengan dan koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *chest pass* siswa ekstrakurikuler putra SMAN 6 Kerinci.

F. Manfaat penelitian

Hasil yang didapat dari penelitian ini akan memberikan sumbangan maupun manfaat baik secara teoritis maupun praktis. Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmu pengetahuan dan pendidikan.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi pemain hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan tentang *chestpass* dengan kemampuan *passing* yang di miliki untuk bekal latihan dalam permainan bolabasket.
- b. Bagi guru penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dalam proses belajar mengajar, latihan kemampuan *chest pass* yang di miliki untuk bekal dalam permainan bolabasket.
- c. Bagi pelatih untuk memotivasi pelatih agar lebih kreatif dalam pengembangan latihan *passing* bolabasket dan tidak terpaku pada alat atau media yang sudah ada.