

**HUBUNGAN KELINCAHAN DAN KOORDINASI MATA-TANGAN
DENGAN KETERAMPILAN LAY-UP ATLET PUTRI
BOLABASKETBINTANG MUDA KAB. PADANG
PARIAMAN**

SKRIPSI

*Diajukan kepada tim penguji skripsi jurusan Pendidikan Olahraga sebagai
salah satu persyaratan memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh :

MUHAMMAD FAHREZI

NIM. 16086170

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2020**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

Judul : Hubungan Kelincahan dan Koordinasi Mata Tangan dengan Keterampilan *Lay Up* Atlet Putri Bolabasket Bintang Muda Kabupaten Padang Pariaman

Nama : Muhammmad Fahrezi
NIM : 16086170
Program Studi : Penjaskesrek
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Universitas Negeri Padang

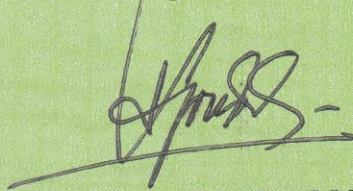
Padang, Agustus 2020

Mengetahui
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M.Kes
NIP. 19611230 198803 1 003

Disetujui
Pembimbing



Prof. Dr. Syafruddin, M.Pd
NIP. 19561102 198103 1 002

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Muhammmad Fahrezi
NIM : 16086170

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

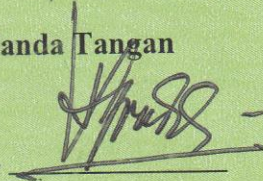
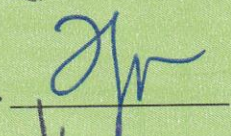

Hubungan Kelincahan dan Koordinasi Mata Tangan dengan Keterampilan
Lay Up Atlet Putri Bolabasket Bintang Muda
Kabupaten Padang Pariaman

Padang, Agustus 2020

Tim Penguji

1. Ketua : Prof. Dr. Syafruddin, M.Pd
2. Sekretaris : Dr. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO
3. Anggota : Drs. Nirwandi, M.Pd

Tanda Tangan

1. 
2. 
3. 

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Muhammad Fahrezi

NIM/BP : 16086170

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Judul : Hubungan Kelincahan Dan Koordinasi Mata-Tangan Dengan
Keterampilan Lay-up Atlet Putri Bolabasket Bintang Muda Kab.
Padang Pariaman.

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan, maka saya bersedia bertanggung jawab, sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan dari pihak manapun..

Padang, 19 Agustus 2020

Saya yang menyatakan,



Muhammad Fahrezi

NIM. 16086170

ABSTRAK

Muhammad Fahrezi, (2020) : “Hubungan Kelincahan dan Koordinasi Mata Tangan dengan Keterampilan *Lay Up* Atlet Bolabasket Bintang Muda Kabupaten Padang Pariaman”

Masalah dalam penelitian ini adalah kurang memperhatikan, kelincahan dan koordinasi mata-tangan terhadap keterampilan *lay-up shoot* dalam bolabasket. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang hubungan kedua aspek kondisi fisik tersebut, seberapa besar hubungan kelincahan dan koordinasi mata-tangan dengan keterampilan *Lay Up Shoot* atlet putri bolabasket Bintang Muda.

Jenis penelitian adalah korelasional, dengan populasi seluruh atlet putri bintang muda berjumlah 25 orang. Penarikan sampel dalam penelitian menggunakan teknik *total sampling* yaitu atlet putri yang berjumlah 25 orang. Instrument penelitian 1. Kelincahan menggunakan *Agility T- test*, 2. Koordinasi Mata Tangan menggunakan *Ball Werfen Und-Fangen* dan kemampuan *lay-up shoot* selama satu menit. Data dianalisis menggunakan formula product moment korelasi pada signifikan $\alpha=0.05$ dan korelasi ganda, untuk mengetahui kontribusi ditentukan dengan koefisien determinasi.

Dari hasil analisis diperoleh koefisien korelasi sederhana (X_1) dengan (Y) $r_{hitung} = 0,401 > r_{tabel} = 0,396$, uji signifikan distribusi $t_{hitung} = 2,08 > t_{tabel} = 1.714$. sedangkan analisis (X_2) dengan (Y) $r_{hitung} = 0,594 > r_{tabel} = 0,396$, uji signifikan distribusi $t_{hitung} = 3,51 > t_{tabel} = 1.714$ dan analisis korelasi ganda (X_1) dan (X_2) dengan (Y) $R_{hitung} = 0,681 > R_{tabel} = 0,396$, uji signifikan distribusi $F_{hitung} = 11,5 > F_{tabel} = 3,34$. artinya hipotesis yang diajukan dapat diterima. Sedang Kesimpulan penelitian : terdapat hubungan signifikan kelincahan dan koordinasi mata-tangan secara bersama-sama dengan keterampilan *lay-up* bolabasket Bintang Muda Kabupaten Padang Pariaman, dengan kontribusi 46,24%.

Kata Kunci: kelincahan, Koordinasi Mata Tangan, *Lay-Up Shoot*

KATA PENGANTAR

Puji syukur Penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya serta memberikan kesempatan kepada penulis, sehingga dapat menjalankan skripsi yang berjudul “**Hubungan Kelincahan dan Koordinasi Mata-tangan Dengan Keterampilan *Lay-up* Atlet Klub Bintang Muda**”.

Penulisan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi salah satu persyaratan bagi penulis dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Olahraga pada program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.(UNP)

Disadari bahwa penulisan skripsi ini dapat Dijalankan dengan baik berkat dukungan dan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu, pada kesempatan ini, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Prof. Dr. Syafrudin M.Pd yang dengan sabar telah membimbing penulis, dari awal masa perkuliahan sampai dengan selesainya skripsi ini, sangat bersyukur sekali bisa di bimbing oleh guru besar.
2. Dr. Hendri Neldi, Mkes.AIFO selaku penguji 1 Drs. Nirwandi,, M.Pd selaku penguji 2 yang telah banyak memberi masukan dan arahan dalam penulisan skripsi ini.
3. Dr. Alnedral, M.Pd Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal selama perkuliahan.
4. Drs. Zarwan, M.Kes Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga

peneliti dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.

5. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada peneliti selama mengikuti perkuliahan.
6. Pelatih beserta tim Bolabasket Bintang Muda Padang Pariaman yang telah membantu peneliti dalam pengambilan data, telah bersedia menjadi sampel dalam penelitian ini.
7. Teristimewa untuk kedua orang tua yang saya cintai Ayahdan dan ibunda yang merupakan jiwa dan kekuatan terbesar peneliti untuk menyelesaikan perkuliahan.
8. Rekan-rekan mahasiswa Pendidikan Olahraga 2016 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang senasib dan seperjuangan yang telah memberikan bantuan dan dorongan dalam penyusunan skripsi ini.
9. Tim Terimakasih yang telah mendukung dan membantu serta menjadi penyemangat peneliti dalam penyelesaian skripsi ini.

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang Dalam penulisan skripsi ini takkan luput dari kekilafan dan kekurangan . Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Amin.

Wassalam

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	8
1. Olahraga Bolabasket.....	8
2. Hakikat Keterampilan <i>Lay-up</i>	12
3. Hakikat Kelincahan	21
4. Hakikat Koordinasi mata-tangan.....	26
B. Penelitian Relevan.....	30
C. Kerangka Konseptual	33
D. Hipotesis.....	36
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	37
B. Tempat Dan Waktu Penelitian	37
C. Populasi Dan Sampel	38

1. Populasi	38
2. Sampel	38
D. Jenis Data dan Sumber Data	38
E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	39
F. Teknik Analisis Data	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data.....	47
1. Deskripsi Data Kelincahan.....	47
2. Deskripsi Data Koordinasi Mata-Tangan	48
3. Deskripsi Data <i>Lay-up Shoot</i>	49
B. Uji Persyaratan Analisis.....	51
1. Uji Normalitas	51
2. Pengujian Independensi.....	51
C. Uji Hipotesis	52
1. Hipotesis Pertama	52
2. Hipotesis Kedua	53
3. Hipotesis Ketiga	54
D. Pembahasan dan hasil penelitian.....	55
1. Hubungan Kelincahan Dengan Keterampilan <i>Lay-up Shoot</i>	55
2. Hubungan Koordinasi Mata-Tangan Dengan Keterampilan <i>lay-up Shoot</i>	57
3. Hubungan Kelincahan dan Koordinasi Mata-Tangan Dengan Keterampilan <i>Lay-up Shoot</i>	59

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	61
B. Saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Lapangan Bolabasket	11
2. Papan Pantul.....	11
3. Langkah <i>Lay-up</i>	15
4. Tembakan <i>Lay-up</i>	16
5. Gerakan <i>Lay-up</i>	19
6. Kerangka Konseptual.....	35
7. Lintasan <i>Agillity T-test</i>	40
8. Ballwefen und fangen test.....	42
9. Grafik Hasil Tes Kelincahan.....	48
10. Grafik Hasil Tes Koordinasi Mata-Tangan.....	49
11. Histogram Hasil Tes <i>Lay-up Shoot</i>	50
12. Pemanasan Sebelum Melakukan Tes	79
13. Mengukur Lintasan <i>Agillity T-Tes</i>	79
14. Pelaksanaan <i>Agillity T-test</i>	80
15. Memberi Arahan Pelaksanaan <i>Lay-up Test</i>	80
16. Pelaksanaan <i>Lay-up Test</i>	81
17. Pelaksanaan <i>Ballwefend Und Fangen Test</i>	81
18. Alat Tes Pengukuran.....	82
19. Lisensi Pelatih Klub Bintang Muda 1.....	83
20. Lisensi Pelatih Klub Bintang Muda 2.....	83
21. Surat Izin Penelitian.....	84
22. Surat Balasan Penelitian.....	85

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian.....	35
2. Norma Penilaian Tes Kelincahan.....	38
3. Distribusi Data Penelitian Kelincahan.....	43
4. Deskripsi Data Kelincahan.....	43
5. Deskripsi Data Koordinasi Mata -Tangan.....	44
6. Deskripsi Data tes Koordinasi Mata-Tangan.....	45
7. Deskripsi Data <i>Lay-Up Shoot</i>	46
8. Deskripsi Data Hasil tes <i>Lay-Up Shoot</i>	46
9. Uji Normalitas Data Penelitian	47
10. Kelincahan Dengan Keterampilan <i>Lay-up shoot</i>	49
11. Kordinasi Mata-Tangan Dengan Keterampilan <i>Lay-up Shoot</i>	50
12. Kelincahan Dan Koordinasi Mata-Tangan Dengan Keterampilan <i>Lay-up</i>	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Metah Variabel X1, X2, dan Y.....	61
2. Uji Normalitas Kelincahan (X1).....	62
3. Uji Normalitas Koordinasi Mata-Tangan (X2).....	63
4. Uji Normalitas <i>Lay-up Shoot</i> (Y).....	64
5. Pengolahan Data Korelasi Product Moment X1,X2,dan Y	65
6. Perhitungan Koefisiensi Korelasi X1 Dengan Y	66
7. Perhitungan Koefisiensi Korelasi X2 Dengan Y	67
8. Uji Hipotesis	68
9. Nilai Kritis L Untuk Uji Liliefors	69
10. Tabel Nilai Kritis Untuk Korelasi <i>Product Moment</i>	70
11. Distribusi Nilai T	71
12. Komulatif Sebaran Frekuensi Normal	72
13. Dokumentasi Penelitian	73

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

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. Selain itu, dengan sering diadakannya pertandingan-pertandingan antar klub, antar pelajar tingkat daerah maupun nasional, melalui kegiatan olahraga bolabasket pada usia remaja banyak memberikan manfaat khususnya pertumbuhan fisik, mental dan sosial.

Agar dapat melakukan permainan bolabasket dengan baik, seseorang harus menguasai teknik-teknik dasar bermain bolabasket dengan baik secara individu seperti *dribbling* dengan baik, *passing* yang baik dan juga *shooting* yang baik. Diperlukannya penguasaan teknik dasar yang baik dari masing-masing individu agar dapat memperoleh kemenangan dalam pertandingan karena permainan bolabasket bukan hanya permainan tim saja, tetapi kemampuan setiap individu juga mempengaruhi kemenangan team. Dari beberapa macam teknik dasar permainan bolabasket teknik yang sangat perlu dikuasai adalah teknik menembak, karena tujuan dari permainan bolabasket adalah mencetak angka atau poin sebanyak-banyaknya dan salah satu cara paling efektif mencetak point itu dengan tembakan ke dalam ring.

Menembak (*shooting*) adalah unsur yang menentukan kemenangan dalam pertandingan, sebab kemenangan ditentukan oleh banyaknya bola yang

masuk ke keranjang lawan. Madri (2002: 68) menjelaskan “*Shooting* adalah keterampilan dasar bolabasket yang paling dikenal dan digemari, karena setiap pemain pasti punya naluri untuk mencetak skor”. Setiap regu yang menguasai bola selalu mencari kesempatan untuk dapat menembak. Setiap serangan selalu berusaha dapat berakhir dengan tembakan, oleh karena itu unsur menembak ini merupakan teknik dasar yang harus dipelajari dengan baik dan benar serta ditingkatkan keterampilannya dengan latihan. Syafruddin (2013: 55) juga menjelaskan “kemampuan seseorang atau atlet dalam suatu pertandingan atau kompetisi pada dasarnya di tentukan oleh empat faktor yaitu kondisi fisik, tehnik, taktik, dan mental”. untuk membuat seorang atlet bisa menguasai empat faktor diatas maka bisa diasah melalui latihan. Latihan latihan yang diberikan harus mencakupempat faktor tersebut, begitu juga untuk latihan bolabasket.

Ide dari permainan bolabasket adalah memasukkan bola ke dalam keranjang/ring lawan. Untuk merealisasikan ide tersebut, salah satu teknik yang harus dikuasai oleh seorang atlet bola basket adalah teknik *lay up shoot*. Oliver (2004:13) menerangkan “meskipun banyak pemain bola basket terus mencoba melakukan tembakan tiga angka, statistik mengungkapkan bahwa para penembak tiga angka terbaikpun hanya berhasil 40 hingga 45 persen dari semua usaha lemparan tiga angka mereka. Persentase tembakan tertinggi adalah tembakan dalam seperti *lay up*, yang dilakukan seorang pemain penyerang yang berada pada jarak sekitar satu meter dari ring basket”.

Dari penjelasan di atas, *lay-up* merupakan suatu tembakan yang paling efektif untuk menghasilkan angka atau membuat skor ke ring lawan. Hal ini dimungkinkan karena dalam gerakannya pemain diperbolehkan untuk membawa bola sebanyak dua hitungan setelah akhir dari menggiring atau menerima operan dan melepaskan bola pada saat melayang pada hitungan kedua. Dengan teknik ini memungkinkan pemain untuk lebih mendekatkan diri ke ring lawan. Melakukan *lay-up* tidak hanya gerakan berlari dengan membawa bola ke ring tetapi juga didukung dengan teknik *dribbling* dan gerakan kaki serta tangan.

Untuk dapat melakukan teknik *lay up shoot* dengan baik dan benar seorang pemain didukung oleh banyak faktor. Selain faktor kualitas pelatih, metode latihan, penguasaan teknik dan taktik dan motivasi dalam berlatih, faktor yang tidak kalah penting dalam menunjang kemampuan *lay up shoot* olahraga bolabasket adalah faktor kondisi fisik yang merupakan persiapan dasar yang paling dominan. Di antara komponen kondisi fisik yang dominan mempengaruhi keterampilan *lay up shoot* adalah koordinasi mata-tangan dan kelincahan (*Agility*) pemain.

Menurut Penulis *lay up shoot* merupakan gerakan yang menggunakan koordinasi mata-tangan yang dapat mempermudah dalam memasukkan bola ke dalam ring. Semakin baik koordinasi mata-tangan yang dimiliki maka semakin baik pula gerakan *lay-up* yang dihasilkan. Kemudian selain koordinasi mata-tangan yang baik, kelincahan juga sangat diperlukan dalam melakukan teknik *lay-up* pada permainan bolabasket karena permainan

bolabasket menuntut gerak yang lincah. . Widiastuti (2015: 137) menjelaskan, “*Agility* atau kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah atau posisi tubuh dengan cepat yang dilakukan bersama-sama dengan gerakan lainnya”. Hal ini karena, setiap pemain bolabasket harus mampu bergerak dengan cepat pada saat mendapat rintangan dari lawan, sehingga dapat melepaskan diri dari rintangan tersebut. Seorang pemain harus mampu merubah arah dan kecepatannya, sehingga lawan akan salah mengantisipasi gerakanya”.

Teknik dalam gerakan *lay up shoot* memiliki hubungan yang erat dengan kemampuan koordinasi mata-tangan dan kelincahan. Dimana kemampuan koordinasi mata-tangan berguna saat memasukkan bola kedalam ring, sedangkan kelincahan berguna menghindari dari cegahan lawan dengan mengubah arah sambil atau posisi tubuh sambil *mendribble* bola untuk mencari tempat yang kosong agar bisa melakukan gerakan *lay up*. Jadi jelas bahwa kedua komponen tersebut sangat dibutuhkan dalam melakukan *lay up shoot*, agar teknik tersebut dapat direalisasikan dengan gerakan yang baik.

Berdasarkan observasi yang dilakukan di klub Satria Muda Padang Pariaman, penulis menemukan banyak atlet putri yang melakukan kesalahan dalam kegiatan permainan bolabasket khususnya untuk pelaksanaan *lay-up*. Adapun kesalahannya yaitu seringkali bola terlepas dari tangan baik itu karena direbut oleh pemain lawan, ataupun karena kesalahan sendiri, kemudian atlet masih terlihat sedikit kaku, kurang cepat dan tepat pada saat akan melewati lawan ataupun pada saat melakukan penyerangan, tentunya ini sangat merugikan tim yang menginginkan poin sebanyak-banyaknya, hal itu

disebabkan kurangnya kelincahan dan koordinasi mata-tangan yang terdapat pada atlet.

Kelincahan dan koordinasi mata-tangan memiliki pengaruh yang cukup besar terhadap keterampilan dasar bermain bolabasket. Ini dikarenakan dalam keterampilan dasar bermain bolabasket dibutuhkan faktor pendukung seperti kelincahan yang digunakan pada saat menggiring bola atau melewati lawan, dan koordinasi mata-tangan pada saat melakukan *Lay-Up*, dengan adanya kedua faktor tersebut diharapkan atlet memiliki keterampilan dasar bermain bolabasket yang baik pula, namun pada kenyataannya atlet putri yang mengikuti latihan di club Bintang Muda, kurang memperhatikan pengaruh kelincahan dan koordinasi mata-tangan terhadap keterampilan *lay-up*, sehingga pada saat bermain hasil yang didapatkan kurang maksimal dan memuaskan.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka permasalahan dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Masih kurangnya kemampuan kelincahan (*Agility*).
2. Masih rendahnya kemampuan koordinasi mata-tangan.
3. Masih rendahnya penguasaan bola (*ball possession*).
4. Belum baiknya kondisi fisik atlet (*physical condition*).
5. Masih kurangnya kelentukan tubuh (*flexibility*).
6. Masih kurangnya kecepatan yang di miliki atlet (*speed*).
7. Penguasaan teknik yang masih rendah.
8. Masih rendahnya daya tahan aerobik.

9. Masih lemahnya kekuatan otot tangan atlet.
10. Masih belum stabilnya Emosional atlet pada saat melakukan *lay up shoot*.

C. Pembatasan Masalah

Dari identifikasi masalah yang ada di atas, maka perlu diadakan pembatasan masalah agar peneliti lebih mendalami kajiannya. Mengingat banyaknya permasalahan yang ada dan keterbatasan waktu, dan kemampuan, maka pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah.

1. Kelincahan (agility) sebagai variabel bebas.
2. Koordinasi mata-tangan sebagai variabel bebas.
3. Keterampilan *lay-up shoot* sebagai variabel terikat.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang dikemukakan di atas, maka masalahnya dapat dirumuskan yaitu:

1. Apakah terdapat hubungan kelincahan dengan keterampilan *lay-up shoot* atlet putri bolabasket Bintang Muda?
2. Apakah terdapat hubungan koordinasi mata-tangan dengan keterampilan *lay-up shoot* atlet putri bobabasket Bintang Muda?
3. Apakah terdapat hubungan antara kelincahan dan koordinasi mata-tangan dengan keterampilan *lay-up shoot* atlet putri bolabasket Bintang Muda?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan diatas yang telah diuraikan, tujuan penelitian yang hendak dicapai adalah :

1. Untuk mengetahui hubungan kelincahan dengan keterampilan *lay-up shoot* atlet putri bobabasket Bintang Muda.

2. Untuk mengetahui hubungan koordinasi mata-tangan dengan keterampilan *lay-up shoot* atlet putri bolabasket Bintang Muda.
3. Untuk mengetahui hubungan antara kelincahan dan koordinasi mata-tangan dengan keterampilan *lay-up shoot* atlet putri bolabasket Bintang Muda.

F. Manfaat Penelitian

1. Penulis, sebagai salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang.
2. Peneliti, selanjutnya sebagai referensi dan bahan masukan dalam meneliti kajian yang sama secara lebih mendalam.
3. Mahasiswa, sebagai bahan bacaan di perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang.
4. Sebagai bahan pembanding dengan penelitian sebelumnya dan juga sebagai salah satu bahan referensi bagi penelitian selanjutnya.
5. Menambah khazanah pengetahuan tentang bolabasket pada khususnya.
6. Bagi guru olahraga, pelatih dan pembina olahraga bahwa dalam penelitian ini mengkaji tentang ada atau tidaknya hubungan antara kelincahan dan koordinasi mata-tangan terhadap hasil tembakan *lay up* khususnya di klub bolabasket Bintang Muda Padang Pariaman.