

KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KOORDINASI MATA-TANGAN
TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN BOLABASKET
SISWA PUTERA SMA NEGERI 3 PEKANBARU

TESIS



Oleh :

ERMAN EFENDI

NIM: 92599

*Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam
mendapatkan gelar Magister Pendidikan*

**PROGRAM STUDI ADMINISTRASI PENDIDIKAN
KONSENTRASI MANAJEMEN PENDIDIKAN OLAAHRAGA**

**PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2010**

ABSTRACT

Erman Efendi, 2010, The Contribution of Agility and Hand-Eye Coordination to The Skill in Playing Basketball of Students at State SMA 3 Pekanbaru.

The problem in this research is the level of technical mastery skill in playing basketball which is not optimal yet, influenced by the agility and eye-hand coordination. This study aims to express the contribution of agility and eye-hand coordination to skills in playing basketball.

This research was conducted at state SMA 3 Pekanbaru to students who were doing extracurricular of basketball whose population is 70. The sampling technique is done by using purposive sampling where the taken samples have been determined beforehand. The samples used are boys of grade X and grade XI whose population is 38. The instrument used in this research was Zig-zag run test (run winding) which is used to measure agility, throwing the ball to the wall (ballwarfen-und fangen) is used to measure eye and hand coordination and the skill in playing basketball is measured by test of basketball play skill for SMA. The technique of data analysis is correlation and regression either single or double

The result of the data analysis shows : (1) agility gives meaningful contributions (61.9%) to skill in playing basketball, (2) eye-hand coordination contributes significantly 78.9% to skill in playing basketball. (3) and agility and eye-hand coordination together contribute significantly (85.5%) to basketball playing skill

ABSTRAK

Erman Efendi, 2010, Kontribusi Kelincahan Dan Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Keterampilan Bermain Bolabasket Siswa SMA Negeri 3 Pekanbaru.

Masalah dalam penelitian ini adalah tingkat penguasaan teknik keterampilan bermain bolabasket yang belum optimal yang antara lain dipengaruhi oleh kelincahan dan koordinasi mata-tangan. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan kontribusi kelincahan dan koordinasi mata-tangan terhadap keterampilan bermain bolabasket.

Penelitian ini dilaksanakan pada siswa ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 3 Pekanbaru dengan jumlah populasi sebanyak 70 orang. Teknik penarikan sampel dilakukan dengan *purposive sampling* dimana sampel yang diambil telah ditetapkan terlebih dahulu, siswa putra kelas X dan kelas XI yang berjumlah 38 orang. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah *Zig-zag run test* (lari berkelok-kelok) untuk mengukur kelincahan, melemparkan bola ke di dinding (*ballwarfen-und fangen*) untuk mengukur koordinasi mata-tangan dan tes keterampilan bermain bolabasket untuk siswa SMA. Teknik analisis data adalah korelasi dan regresi, baik tunggal maupun ganda.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa: (1) Kelincahan memberikan kontribusi yang berarti (61,9%) terhadap keterampilan bermain bolabasket. (2) Koordinasi mata-tangan memberikan kontribusi yang berarti 78,9% terhadap keterampilan bermain bolabasket. (3) Kelincahan dan koordinasi mata-tangan secara bersama-sama memberikan kontribusi yang berarti (85,5%) terhadap keterampilan bermain bolabasket.

Persetujuan Akhir Tesis

NAMA MAHASISWA : Erman Efendi

NIM : 92599

Nama	Tanda tangan	Tanggal
------	--------------	---------

Dr. Chalid Marzuki, M.A.Ed.D
Pembimbing I

Dr. Adnan Fardi, M.Pd
Pembimbing II

Direktur Program Pascasarjana
Universitas Negeri Padang

Ketua Program Studi/Konsentrasi

Prof. Dr. Mukhaiyar, M.Pd
NIP. 19500612 197603 1 005

Prof. Dr. Eddy Marheni, M.Pd
NIP. 19561020 198003 1 005

**Persetujuan Komisi
Ujian Tesis Magister Kependidikan**

No	Nama	Tanda Tangan
1.	<u>Dr. Chalid Marzuki, M.A. Ed.D.</u> <u>(Ketua)</u>	_____
2.	<u>Dr. Adnan Fardi, M.Pd</u> <u>(Sekretaris)</u>	_____
3.	<u>Prof. Dr. Eddy Marheni, M.Pd</u> <u>(Anggota)</u>	_____
4.	<u>Prof. Dr. Syafruddin, M.Pd</u> <u>(Anggota)</u>	_____
5.	<u>Prof. Dr. Rusdinal, M.Pd</u> <u>(Anggota)</u>	_____

Mahasiswa :

Nama : Erman Efendi

NIM : 92599

Tanggal ujian :

KATA PENGANTAR

Setinggi puji sedalam syukur, penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang selalu memberi rahmat dan karuniaNYA, sehingga tesis yang berjudul **“Kontribusi Kelincahan dan Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Keterampilan Bermain Bolabasket siswa SMA Negeri 3 Pekanbaru”** telah dapat diselesaikan.

Rasa terima kasih yang tulus dan penghargaan yang setinggi-tingginya penulis sampaikan kepada:

1. Dr. H. Chalid Marzuki, M.A.Ed.D dan Dr. Adnan Fardi, M.Pd. sebagai dosen pembimbing I dan II yang telah memberikan pengarahan dan bimbingan selama penulisan dan penyelesaian tesis ini.
2. Prof. Dr. Syafruddin, M.Pd. dan Prof. Dr. Rusdinal, M.Pd. sebagai dosen penguji yang telah banyak memberikan masukan dan kritikan dalam kesempurnaan tesis ini.
3. Prof. Dr. Eddy Marheni, M.Pd. sebagai dosen penguji yang telah memberikan masukan dan kritikan dalam rangka penyempurnaan tesis ini sekaligus sebagai ketua Konsentrasi Manajemen Pendidikan Olahraga Pascasarjana Universitas Negeri Padang.
4. Prof. Dr. H. Mukhaiyar, M.Pd. sebagai Direktur Program Pascasarjana UNP serta seluruh staf dan pegawai yang telah memberikan bantuan selama mengikuti perkuliahan.
5. Dra. Hj. Yusnimar, M.Pd. selaku kepala SMA Negeri 3 Pekanbaru yang telah memberikan izin menggunakan siswa dalam pengambilan data penelitian ini.
6. Khairul Asbar, S.Pd, Ajrul Boy, S.Pd, Titin Anggraina, S.Pd, Rengga, Nurul dan Rizki yang telah membantu dalam pengambilan data penelitian ini.
7. Siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 3 Pekanbaru yang telah bersedia menjadi sampel dalam penelitian ini.

8. Ayahanda (Alm) Syarief Malin Marajo dan Ibunda (alm) Rosnibar, yang telah memberikan Do'a dan restu sehingga penulis dapat menyelesaikan studi ini.
9. Istri ku tercinta Cup Hastuti dan buah hatiku Muhammad Fadli Efendi, Muhammad Fauzan Efendi dan Muhammad Haniffullah Efendi yang selalu memberikan Motivasi, pengertian dan kasih sayang kepada penulis sehingga studi ini dapat diselesaikan.
10. H. Munir DT. B. Mudo, S.Pd. Selaku kepala SMP Negeri 1 Bandar Seikijang dan rekan-rekan sesama guru yang telah memberikan dorongan sehingga penulisan ini dapat diselesaikan.
11. Rekan-rekan mahasiswa Konsentrasi Manajemen Pendidikan Olahraga angkatan 2007 kelas Pekanbaru yang banyak memberikan bantuan dalam penyelesaian penulisan tesis ini.
12. Semua pihak yang telah memberikan motivasi dan bantuan yang tidak dapat penulis sebutkan namanya satu persatu dalam penyelesaian tesis ini.

Demikianlah ucapan terima kasih yang tulus ini penulis sampaikan, semoga jasa baik tersebut akan menjadi amal ibadah bagi kita di sisi Allah SWT amiin.

Pekanbaru, 31 Agustus 2010

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRACT	i
ABSTRAK	ii
PERSETUJUAN AKHIR	iii
PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING	iv
SURAT PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii

BAB I Pendahuluan

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Pembatasan Masalah.....	9
D. Perumusan Masalah.....	9
E. Tujuan Penelitian.....	9
F. Manfaat Penelitian.....	10

BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN

A. Kajian Teori	12
1. Hakikat Keterampilan Bermain Bolabasket	12
a. <i>Basic Motion</i> (Gerak Dasar).....	15
b. <i>Ballhandling</i> (Penguasaan Bola).....	18
c. <i>Rebound</i> (Mengambil Bola Pantul dari <i>Ring</i>).....	20
d. <i>Dribble</i> (Memantulkan Bola ke Lantai).....	22
e. <i>Passing</i> (Memberikan Bola Ke Kawan)	27
f. <i>Shooting</i> (Memasukan Bola ke Keranjang).....	31

2. <i>Agility</i> Hakikat Kelincahan	35
3. Hakikat Koordinasi Mata-Tangan	38
B. Kerangka Pemikiran	43
1. Kontribusi Antara Kelincahan Terhadap Keterampilan Bermain Bolabasket	43
2. Kontribusi Antara Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Keterampilan Bermain Bolabasket	44
3. Kontribusi Antara Kelincahan dan Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Keterampilan Bermain Bolabasket...	45
C. Hipotesis	47

BAB III Metode Penelitian

A. Jenis Penelitian	48
B. Populasi dan Sampel Penelitian	48
1. Populasi	48
2. Sampel	49
C. Instrumen Penelitian	50
1. <i>Zig-Zag Run Test</i>	50
2. <i>Ballwerfen Und-fangen</i>	52
3. Tes Untuk mengukur Keterampilan Bermain Bolabasket..	53
D. Definisi Operasional.....	58
1. Kelincahan	59
2. Koordinasi Mata-Tangan	59
3. Keterampilan Bermain Bolabasket	59
E. Pengembangan Instrumen	60
F. Teknik Analisis Data	60

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data	62
1. Kelincahan	62
2. Koordinasi Mata-Tangan	64

3. Keterampilan Bermain Bolabasket	65
B. Pengujian Persyaratan Analisis	67
1. Uji Normalitas.....	67
2. Uji Linearitas	69
3. Uji Independensi Antar Variabel Bebas	69
C. Pengujian Hipotesis	70
1. Hipotesis pertama	70
2. Hipotesis Kedua	73
3. Hipotesis Ketiga	75
D. Pembahasan	78
E. Keterbatasan Penelitian	81

BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan	83
B. Implikasi Penelitian	83
C. Saran	85
DAFTAR RUJUKAN	87
LAMPIRAN-LAMPIRAN	89

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi dan Sampel.....	49
2. Distribusi Frekuensi Skor Kelincahan	63
3. Distribusi Frekuensi skor Koordinasi Mata-Tangan	64
4. Distribusi Frekuensi Skor Keterampilan Bermain Bolabasket.....	66
5. Rangkuman Uji Normalitas Variabel Kelincahan, Koordinasi Mata-Tangan dan Keterampilan Bermain Bolabasket.....	68
6. Hasil Uji Linearitas Variabel Kelincahan, Koordinasi Mata-Tangan dan Keterampilan Bermain Bolabasket.....	69
7. Uji Signifikan Korelasi X_1 dengan X_2	70
8. Uji Signifikan X_1 dengan Y	71
9. Anava Pengujian Signifikansi dan Linearitas Regresi.....	72
10. Uji Signifikan X_2 dengan Y	74
11. Anava Pengujian Signifikansi dan Linearitas	74
12. Uji Signifikansi Korelasi X_1 , X_2 dengan Y	76
13. Anava Pengujian Signifikan Regresi Ganda	77

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Gerakan posisi siap	16
2. <i>Jump Stop</i>	17
3. <i>Stride Stop</i>	18
4. <i>Ballhandling</i> memutar bola di pinggang	18
5. <i>Ballhandling</i> memutar bola di kepala	19
6. <i>Ballhandling</i> memutar bola diantara kaki	20
7. Gerakan <i>rebound</i>	22
8. Gerakan <i>Change of Pace Dribble</i>	24
9. Gerakan <i>Crossover Dribble</i>	24
10. Gerakan <i>Head and Shoulders Move</i>	25
11. Gerakan <i>Spin Dribble</i>	26
12. <i>Behind The Back Dribble</i>	26
13. Gerakan <i>Chest Pass</i>	28
14. Gerakan <i>Bounce Pass</i>	29
15. Gerakan <i>Over Head Pass</i>	30
16. Gerakan <i>Baseball Pass</i>	30
17. Gerakan <i>Shooting</i>	32
18. Gerakan <i>Lay Up</i>	33
19. Gerakan <i>Set and Jump Shoot</i>	34
20. Gerakan <i>Jump Shoot</i>	34
21. Kerangka Pemikiran Penelitian	47
22. Lintasan Pelaksanaan <i>Zig-Zag Run Tes</i>	51
23. <i>Ballwerfen Und Fangen</i>	53
24. Memantulkan Bola Ke Dinding	55
25. Pelaksanaan Tes Menggiring Bola (<i>Dribble</i>)	56
26. Memasukan Bola Ke <i>Ring</i> Selama Satu menit	58

27. Histogram Skor Kelincahan	63
28. Histogram Skor Koordinasi Mata-Tangan	65
29. Histogram Skor Keterampilan Bermain Bolabasket	67
30. Photo Penelitian	116

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Hasil Tes Kelincahan	89
2. Hasil Koordinasi Mata-Tangan	90
3. Hasil Keterampilan Bermain Bolabasket	91
4. Rangkuman Hasil Tes	94
5. Uji Normalitas Kelincahan	95
6. Uji Normalitas Koordinasi Mata-Tangan	96
7. Uji Normalitas Keterampilan Bermain Bolabasket	97
8. Analisis Linieritas dan keberartian Regresi.....	98
9. Korelasi X_1 dengan Y	99
10. Analisis Pengujian Linear X_1 dengan Y	100
11. Penghitungan Kuadrat Galat Kelincahan	101
12. Daftar Anava Linear Sederhana Kelincahan	102
13. Korelasi X_2 dengan Y	103
14. Analisis Pengujian Linear X_2 dengan Y	104
15. Penghitungan Kuadrat Galat Koordinasi Mata-Tangan	105
16. Daftar Anava Linear Sederhana Koordinasi Mata-Tangan	106
17. Pengujian Hipotesis Ketiga Variabel	107
18. Analisis Korelasi Ganda	110
19. Koefisien Korelasi Kelincahan dan Koordinasi Mata-Tangan	111
20. Distribusi T	112
21. Distribusi F	113
22. Nilai Kritis Untuk Uji Lilliefors	114
23. Daftar Luas Kurva	115

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pembinaan dan pengembangan olahraga merupakan salah satu wadah dalam membentuk manusia Indonesia ke arah peningkatan kualitas kemampuan dalam segala aspek pada diri manusia. Sumber daya manusia yang berkualitas di antaranya ditandai dengan peningkatan kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian, disiplin dan sportivitas yang tinggi yang dapat membawa rasa kebanggaan nasional. Pentingnya pembinaan dan pengembangan di bidang olahraga dicantumkan dalam Undang-Undang Republik Indonesia No 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Bab II Pasal 4 yaitu;

Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, ketahanan nasional serta mengangkat harkat dan martabat dan kehormatan bangsa (UU RI No 3 Th 2005: 2006:6) .

Aktivitas berolahraga juga memiliki beberapa tujuan khusus. Menurut Sajoto (1988:1-2) ada empat dasar yang menjadi tujuan manusia melakukan aktivitas olahraga. Tujuan aktivitas olahraga yang dilakukan seseorang adalah untuk (1) rekreasi. (2) pendidikan. (3) kesegaran jasmani. (4) prestasi.

Berdasarkan Undang-Undang RI No 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, saat sekarang ini banyak olahraga yang mendapat perhatian serius dalam pembinaannya. Salah satu cabang

olahraga yang mendapat perhatian yang serius dalam pembinaannya adalah permainan bolabasket. Permainan bolabasket merupakan permainan bola besar beregu yang sangat digemari oleh semua kalangan masyarakat. Mulai dari tingkat anak-anak, remaja maupun orang dewasa baik itu putera maupun puteri.

Perkembangan olahraga bolabasket di Indonesia sudah memasyarakat dan ini jelas tampak dengan banyak dilaksanakannya kejuaraan seperti; kejuaraan pelajar tingkat SMP dan tingkat SMA maupun mahasiswa, baik tingkat kabupaten atau kota maupun tingkat provinsi. Begitu pula dengan kejuaraan-kejuaraan tingkat umum seperti; antar klub kota dan kabupaten, KOBATAMA (kompetisi bolabasket utama), IBL (*Indonesia Basketball League*). Dengan adanya jenjang kejuaraan yang teratur, merupakan suatu bukti bahwa permainan bolabasket sudah sangat digemari oleh masyarakat Indonesia.

Para pemain bolabasket saat ini sudah menjurus pada tingkat profesional karena dewasa ini klub-klub besar tak segan-segan lagi mengeluarkan uang untuk mendapatkan atau membayar pemain terbaik untuk memperkuat timnya. Dengan kata lain seorang pemain yang mempunyai prestasi tinggi sudah dapat menjadikan prestasinya tersebut untuk mencari nafkah. Berdasarkan kenyataan ini dapat dijadikan sebagai pemicu bagi para pembina atau pelatih untuk meningkatkan kemampuan para atlet menjadi atlet yang profesional. Untuk itu diperlukan pendekatan secara ilmiah dalam memilih bentuk-bentuk latihan, metode latihan,

pelatih yang profesional, minat atlet serta faktor pendukung lain seperti sarana dan prasarana dalam pencapaian prestasi yang terbaik.

Dalam mencapai suatu prestasi puncak bagi seorang atlet, sangat banyak faktor-faktor yang dapat mempengaruhinya, antara lain adalah faktor kondisi fisik, teknik, minat, taktik dan mental dalam bermain serta faktor lingkungan dan keluarga juga sangat menentukan. Untuk dapat menguasai teknik dasar yang baik seorang atlet harus memiliki kondisi fisik yang baik pula. Kondisi fisik yang prima sangat dituntut dalam meningkatkan prestasi atlet. Kondisi fisik yang dimaksud di sini adalah seperti; kekuatan (*strength*), daya tahan (*endurance*), daya ledak (*explosive power*), kecepatan (*speed*), daya lentur (*flexibility*), kelincahan (*agility*), koordinasi (*coordination*), keseimbangan (*balance*), ketepatan (*accuracy*) serta reaksi (*reaction*) (Sajoto:1988 16–18). Faktor lain yang tak boleh dilupakan adalah bakat seseorang terhadap olahraga tersebut, karena tidak adanya bakat terhadap suatu cabang olahraga tertentu misalnya bakat terhadap permainan walaupun sudah dilakukan latihan dengan baik tapi kemungkinan dalam mencapai suatu prestasi puncak dari permainan itu sendiri tidak akan dapat dicapai.

Sebagaimana yang telah diuraikan di atas bahwa usaha atlet untuk mencapai suatu prestasi maksimal bukan hanya ditentukan oleh penguasaan teknik dan taktik saja melainkan kondisi fisik yang sempurna merupakan syarat yang penting bagi atlet. Kondisi fisik atlet perlu pemeliharaan dan peningkatan secara kontinyu untuk menghadapi latihan

dan pertandingan. Diharapkan atlet selalu dalam keadaan kondisi yang sempurna dalam menghadapi pertandingan agar timnya memperoleh suatu kemenangan dalam pertandingan. Apabila seorang atlet memiliki kondisi fisik yang kurang baik dalam pertandingan maka prestasi timnya juga akan menurun secara keseluruhan dalam pertandingan tersebut.

Faktor kondisi fisik merupakan suatu komponen penting yang selalu diperhatikan dalam pembinaan prestasi setiap cabang olahraga begitu pula halnya dengan cabang olahraga permainan bolabasket. Suatu keterampilan akan dapat sempurna ditampilkan apabila didukung oleh kemampuan kondisi fisik yang sempurna pula. Berdasarkan penjelasan di atas dapat dikemukakan bahwa untuk mendapatkan keterampilan yang sempurna dalam permainan bolabasket harus didukung oleh kemampuan fisik yang sempurna pula, kemampuan fisik yang sempurna akan diperoleh melalui latihan yang teratur dan kontinyu.

Dalam permainan bolabasket, kemampuan teknik dasar harus betul-betul dikuasai terlebih dahulu dalam mengembangkan prestasi atlet. Menurut Fardi (1999:24) teknik dasar dalam permainan bolabasket mencakup *footwork* (gerakan kaki), menembak (*shotting*), berlari (*start*) dan berhenti (*stop*), penguasaan tubuh (*body control*), memeros (*pivot*) dan menjaga lawan (*guarding*). Dengan adanya pendapat di atas dapat dijadikan sebagai panduan dalam mengetahui teknik dasar dalam permainan. Penguasaan teknik dasar dalam permainan merupakan salah

satu unsur yang ikut menentukan menang atau kalahnya satu tim dalam suatu pertandingan di samping unsur kondisi fisik, mental dan taktik.

Untuk mendapatkan keterampilan bermain yang baik, seorang atlet harus menguasai teknik dasar dalam bermain dengan sempurna seperti teknik *dribble*, teknik memasukan bola ke *ring*, teknik mengoper bola ke kawan dan lain sebagainya. Keterampilan bermain yang sempurna akan dapat ditampilkan oleh seorang atlet apabila didukung oleh kemampuan kondisi fisik yang prima.

Kelincahan (*agility*) merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam bermain. Seorang atlet yang mempunyai kelincahan yang baik, akan mudah untuk melakukan manipulasi-manipulasi gerakan dalam lapangan baik itu dengan bola maupun tanpa bola dan gerakannya akan sulit diprediksi oleh lawan. Begitu pula halnya dengan koordinasi mata tangan, seorang atlet yang memiliki koordinasi mata-tangan yang baik dia akan dapat tampil dengan baik dan mempunyai koordinasi gerakan yang baik pula. Koordinasi merupakan salah satu faktor kemampuan kondisi fisik yang sangat mempengaruhi keterampilan bermain bolabasket. Kedua komponen kondisi fisik ini sangat mempengaruhi keterampilan bermain seorang atlet. Seorang atlet harus mempunyai kelincahan yang baik dalam melakukan gerakan-gerakan di lapangan dan ini sangat didukung oleh koordinasi mata-tangan. Seorang atlet yang lincah, akan mudah bergerak mencari tempat dan dengan koordinasi mata-tangan yang baik dia akan dapat menyusun pertahanan dan serangan dalam timnya.

Di samping kedua komponen di atas keterampilan bermain bolabasket sangat didukung oleh penguasaan keterampilan bolabasket itu sendiri. Seseorang baru akan dapat menampilkan keterampilan bolabasket dengan baik apabila dia sudah menguasai teknik keterampilan bermain bolabasket itu sendiri dengan baik, keterampilan bermain bolabasket yang baik akan muncul apabila atlet tersebut mempunyai tingkat kemampuan fisik yang baik pula.

SMA Negeri 3 Pekanbaru merupakan salah satu SMA Negeri di Pekanbaru yang mempunyai prestasi cukup baik pada cabang permainan bolabasket. Ini dibuktikan dengan selalu sekolah ini masuk finalis dalam kejuaraan-kejuaraan antar pelajar SMA se kota Pekanbaru. Namun dari pengamatan yang peneliti lakukan di SMA Negeri 3 Pekanbaru pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket ada beberapa permasalahan yang perlu diperhatikan dalam peningkatan keterampilan bermain bolabasket di sekolah ini pada masa-masa yang akan datang. Atlet sekolah ini masih mempunyai kemampuan keterampilan bermain yang belum sempurna, ini terlihat saat melakukan teknik dasar seperti *ballhandling, dribbling, passing, catching, shooting, rebounding* (baik saat *offence* dan *defence*), *pivoting* dan lain sebagainya. Dalam melakukan permainan masih banyak pemain yang menunggu datangnya bola dan lambat dalam melakukan gerakan-gerakan baik itu gerakan tanpa bola maupun gerakan dengan bola.

Kelincahan dan koordinasi mata-tangan yang baik akan tampak pada penampilan keterampilan bermain siswa, dan begitu pula sebaliknya. Kedua variabel ini sangat berpengaruh dalam pencapaian keterampilan bermain yang optimal bagi atlet. Oleh karena itu secara teoretis variabel ini sangat berpengaruh dalam keterampilan bermain.

B. Identifikasi Masalah.

Rendahnya prestasi permainan dipengaruhi oleh beberapa faktor baik yang bersifat internal maupun yang bersifat eksternal. Faktor internal berasal dari dalam diri atlet seperti bakat, kondisi fisik, motivasi, intelegensi, kesegaran jasmani, minat dan persepsi. Faktor eksternal seperti sarana dan prasarana, sosial ekonomi, keluarga, lingkungan dan lain sebagainya. Seluruh faktor ini sangat menentukan terhadap proses peningkatan prestasi permainan bolabasket.

Sesuai dengan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diidentifikasi sejumlah masalah yang dapat mempengaruhi kemampuan pemain bolabasket di SMA Negeri 3 Pekanbaru sebagai berikut;

1. Apakah terdapat pengaruh kelincahan dengan keterampilan bermain bolabasket siswa di SMA Negeri 3 Pekanbaru?
2. Apakah terdapat pengaruh koordinasi mata tangan dengan keterampilan bermain bolabasket siswa di SMA Negeri 3 Pekanbaru?

3. Apakah terdapat pengaruh daya ledak otot tangan dengan keterampilan bermain bolabasket siswa di SMA Negeri 3 Pekanbaru?
4. Bagaimakah program latihan yang diberikan pelatih saat memberikan latihan bolabasket pada siswa SMA Negeri 3 Pekanbaru?
5. Seberapa tinggikah minat siswa SMA Negeri 3 Pekanbaru dalam mengikuti ekstrakurikuler bolabasket?
6. Apakah keadaan lingkungan tempat tinggal siswa mempengaruhi keterampilan bermain bolabasket siswa SMA Negeri 3 Pekanbaru?
7. Bagaimana pengaruh latar belakang keluarga siswa terhadap keterampilan bermain bolabasket siswa di SMA Negeri 3 Pekanbaru?
8. Apakah sarana dan prasarana yang tersedia sudah memadai dalam peningkatan keterampilan bermain bolabasket siswa di SMA Negeri 3 Pekanbaru?
9. Bagaimanakah pengaruh daya tahan terhadap keterampilan bermain bolabasket siswa di SMA Negeri 3 Pekanbaru?
10. Bagaimana Pengaruh kecepatan terhadap keterampilan bermain bolabasket siswa di SMA Negeri 3 Pekanbaru?

C. Pembatasan Masalah

Mengingat masalah yang berhubungan dengan keterampilan bermain bolabasket di SMA Negeri 3 Pekanbaru dipengaruhi oleh beberapa faktor, maka penelitian ini hanya dibatasi pada hal-hal yang berkaitan dengan “Kelincahan dan koordinasi mata-tangan serta keterampilan bermain bolabasket pada siswa SMA Negeri 3 Pekanbaru”.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka masalah dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

1. Berapa besar kontribusi kelincahan terhadap keterampilan bermain bolabasket siswa di SMA Negeri 3 Pekanbaru?
2. Berapa besar kontribusi koordinasi mata-tangan terhadap keterampilan bermain bolabasket siswa di SMA Negeri 3 Pekanbaru?
3. Berapa besar kontribusi kelincahan dan koordinasi mata tangan secara bersama-sama terhadap keterampilan bermain bolabasket siswa di SMA Negeri 3 Pekanbaru?

E. Tujuan Penelitian

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan dan menjelaskan kontribusi kelincahan dan koordinasi mata-tangan terhadap

keterampilan bermain bolabasket siswa SMA Negeri 3 Pekanbaru. Secara khusus tujuan penelitian ini adalah ;

1. Menjelaskan seberapa besar kontribusi kelincahan terhadap keterampilan bermain bolabasket siswa SMA Negeri 3 Pekanbaru.
2. Menjelaskan seberapa besar kontribusi koordinasi mata tangan terhadap keterampilan bermain bolabasket siswa SMA Negeri 3 Pekanbaru.
3. Menjelaskan seberapa besar kontribusi kelincahan dan koordinasi mata tangan secara bersama-sama terhadap keterampilan bermain bolabasket siswa SMA Negeri 3 Pekanbaru.

F. Manfaat Penelitian

Dengan selesainya penelitian ini, hasil penelitian diharapkan bermanfaat bagi:

1. Pelatih dan pembina olahraga sebagai bahan masukan dalam meningkatkan keterampilan bermain bolabasket.
2. Siswa SMA Negeri 3 Pekanbaru dalam meningkatkan keterampilan bermain bolabasket.
3. Bagi masyarakat, khususnya masyarakat penggemar permainan bolabasket sebagai bahan rujukan dalam melakukan latihan.

4. Peneliti selanjutnya sebagai bahan referensi dalam penelitian yang relevan dalam mengembangkan keilmuan.
5. Penulis sendiri sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan (M.Pd) Pada Program Pascasarjana Universitas Negeri Padang (PPs UNP), kerjasama dengan Program Pascasarjana Universitas Riau (PPs UNRI).

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasan dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Terdapat kontribusi variabel kelincahan terhadap keterampilan bermain bolabasket sebesar 61,9%.
2. Terdapat kontribusi variabel koordinasi mata-tangan terhadap keterampilan bermain bolabasket sebesar 78,9%.
3. Terdapat kontribusi variabel Kelincahan dan koordinasi mata-tangan secara bersama-sama terhadap keterampilan bermain bolabasket sebesar 85,5%.

B. Implikasi Penelitian

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelincahan dan koordinasi mata-tangan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap keterampilan bermain bolabasket siswa SMA Negeri 3 Pekanbaru, baik secara sendiri-sendiri maupun secara bersama-sama. Sebagai implikasi atau tindak lanjut dari penelitian, bagi pelatih-pelatih yang ingin membentuk suatu team yang bagus harus mempertimbangkan tingkat kelincahan dan koordinasi mata-tangan seorang pemain. Diharapkan pemain yang dipilih hendaknya mempunyai tingkat kelincahan dan koordinasi mata-tangan yang relatif tinggi, dengan tingkat kelincahan dan

koordinasi mata-tangan yang relatif tinggi seorang pemain akan mudah untuk mempelajari dan menguasai suatu keterampilan bermain bolabasket

Kelincahan merupakan suatu kemampuan dalam permainan bolabasket, seorang atlet harus lincah bergerak kian kemari untuk mencari atau mendapatkan bola. Untuk mendapatkan kelincahan yang baik bagi seorang atlet bolabasket memerlukan latihan yang teratur. Peranan kelincahan dalam permainan bolabasket sangat penting sekali karena seorang atlet yang mempunyai kelincahan yang baik akan dapat menampilkan permainan yang baik pula, sebab atlet tersebut akan mudah bergerak kian kemari di lapangan. Dalam permainan bolabasket seorang atlet selalu bergerak kian kemari dengan cepat, ini menunjukkan bahwa seorang atlet bolabasket harus mempunyai kelincahan yang bagus untuk dapat berprestasi dalam permainan ini.

Koordinasi mata-tangan adalah kerjasama antara sistem persyarafan mata dan tangan dalam pengaturan gerak untuk menyelesaikan tugas-tugas motorik. Koordinasi mata-tangan sangat dibutuhkan, seperti teknik menangkap bola, menggiring bola, memasukan bola kekeranjang dan lain sebagainya. Untuk meningkatkan koordinasi mata-tangan yaitu dengan mempersulit gerakan-gerakan yang dilakukan melalui perubahan pelaksanaan gerakan dan meningkatkan *pressure-pressure* terhadap pemain. Untuk meningkatkan *pressure-pressure* terhadap pemain bisa dilakukan dengan menambah pemain lawan atau latihan dengan mempersempit ruangan.

Untuk dapat menjadi pemain bolabasket yang berkualitas tidak cukup hanya dengan mengandalkan kelincahan dan koordinasi mata-tangan saja, melainkan keterampilan bermain bolabasket yang baik akan dipengaruhi oleh beberapa faktor disamping faktor kondisi fisik juga faktor lain seperti kecerdasan emosional dan lain sebagainya. kecerdasan emosional yang baik nantinya akan dapat mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain atau empati yang dapat membina hubungan. Diharapkan nantinya akan menjadi pemain yang mempunyai keterampilan dengan kecerdasan intelektual yang baik, disiplin yang tinggi, motivasi yang tinggi, menghargai orang lain, termasuk keputusan-keputusan terjadi dilapangan dan dapat membina hubungan baik dengan orang lain. Hal ini merupakan modal dasar menjadi pemain bolabasket yang profesional.

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian dapat disarankan beberapa hal;

1. Pelatih yang akan membentuk suatu team yang bagus harus mencari pemain yang mempunyai tingkat kelincahan dan koordinasi mata-tangan yang tinggi.
2. Dalam upaya meningkatkan keterampilan bermain bolabasket para pelatih, pembina perlu mengembangkan berbagai bentuk latihan dengan memberikan ,materi latihan yang memperhatikan kelincahan dan koordinasi mata-tangan.

3. Kelincahan dan koordinasi mata-tangan sangat diperlukan dalam upaya peningkatan keterampilan bermain bolabasket.
4. Peneliti lain, karena keterbatasan penelitian ini dan masih kecilnya ruang lingkup dan kecilnya kelompok sampel, disarankan pada peneliti lain yang ingin untuk melakukan penelitian lanjutan, baik untuk meneliti unsur yang sama maupun unsur yang berbeda sebaiknya memperluas ruang lingkup dan kelompok sampel yang lebih banyak.
5. Kepada atlet yang ingin meningkatkan keterampilan bermain bolabasket untuk selalu mengoptimalkan kemampuan kelincahan dan koordinasi mata-tangan dengan latihan yang teratur.

DAFTAR RUJUKAN

- Adnan, Aryadi. 2005. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Padang: FIK UNP
- Bidang Kepelatihan PB PERBASI. 2004. *Metode Pelatihan Bolabasket Dasar*.
- Bompa. Tudor O. 1999. *Total Training For Young Champion*. York University:
- Depdikbud. 1977. *Tes Keterampilan Bermain Bolabasket*. Untuk siswa Putra SMA.
- Dinata, Marta. 2006. *Bolabasket*. Jakarta. Cerdas Jaya
- Dinata, Marta. 2008. *Konsep dan Teknik Bermain Bolabasket*. Jakarta. Cerdas Jaya
- Fardi, Adnan. 1999. *Permainan bolabasket*. Padang: KEPEL FIK UNP
- Fardi, Adnan. 2004. *Kemampuan-kemampuan Biomotorik dan metode pengembangannya*. Padang: KEPEL FIK UNP
- Fardi, Adnan. 2008. *Hand Out Matakuliah Statistik. Pascasarjana UNP*
- Haag, Herbet, Hand dan Dassel. 1981. *Fitness test*. Stuttgart; Karl Haffman Verlag. 7060 Schondorf
- Hadi, Sutrisno. 2000. *Petunjuk Singkat Uji Asumsi Persyaratan*. Yogyakarta: Universitas gajah mada
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta: Depdikbud Direktorat Jendral Dikti P2LPTK
- Hartyani, Zollt. 2006. *Bolabasket Untuk Semua*. Jakarta. Bidang III PB PERBASI
- Harsuki. 2003. *Perkembangan Olahraga Terkini*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada
- Kiram, Yanuar. 1994. *Teori-teori Belajar dan Implementasinya kedalam pembelajaran keterampilan motorik Olahraga*. Padang: FPOK IKIP Padang