

**HUBUNGAN POWER OTOT LENGAN DAN KOORDINASI MATA-
TANGAN DENGAN KEMAMPUAN PASSING PADA PEMAIN
BOLA BASKET SMA NEGERI 1 GUNUNG TALANG
KABUPATEN SOLOK**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai Salah Satu Persyaratan
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh

**RAHMI
NIM. 06981**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DANREKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

2012

PERSETUJUAN SKRIPSI

**HUBUNGAN POWER OTOT LENGAN DAN KOORDINASI MATA-TANGAN
DENGAN KEMAMPUAN PASSING PADA PEMAIN BOLABASKET
SMAN 1 GUNUNG TALANG KABUPATEN SOLOK**

Nama : Rahmi
NIM : 06981
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Juli 2012

Disetujui Oleh

Pembimbing I



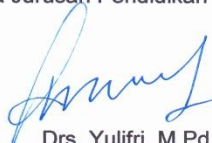
Dra. Erianti, M.Pd
NIP. 196205021987231002

Pembimbing II



Drs. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO
NIP. 196207051987112001

Mengetahui:
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Yulifri, M.Pd
NIP. 195907051985031002

PENGESAHAN

**Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang**

Judul : Hubungan Power Otot Lengan dan Koordinasi Mata-Tangan
Terhadap Kemampuan Passing SMAN 1 Gunung Talang
Kabupaten Solok

Nama : Rahmi

NIM : 06981

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2012

Tim Penguji

Nama	Tanda Tangan
1. Dra. Erianti, M.Pd	1. 
2. Drs. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO	2. 
3. Dr. Chalid Marzuki, M.A	3. 
4. Drs. Zainol johor, M.Pd	4. 
5. Drs. Jonni, M.Pd	5. 

KATA PERSEMBAHAN



*Atas segala ridho dan restu Mu ya Allah perjalanan panjang telah kutem-
puh
dan kulalui yang penuh tantangan dan cobaan Alhamdulillah atas rahmat
dan karunia Nya penulis dapat menyelesaikan studi dan skripsi ini
"Seandainya aku boleh memilih biarlah aku menjadi sang fajar
Yang gigih mengusir kelam namun rela menyingkir untuk
Memberikan tempat bagi sang surya yang lebih cemerlang
Biarlah aku menjadi Bintang atau Bulan yang tidak angkuh
Ketika bertahita dan tidak mengeluh ketika terbenam"
(Dari Buku Detik-detik Terakhir Kehidupan Rasulullah)*

*Ya Allah... Ya Rabbi ...
Hari ini setitik kebahagiaan telah kuraih sekeping cita
Dan harapan telah kudapatkan
Namun perjalanan masih panjang dan perjuangan belum Selesai
Semoga rahmat ini menjadi awal bagi keberhasilan
Di masa yang akan datang*

*Dalam suatu Kisah yang panjang ...
Penuh liku, ujian, cobaan dan hempasan ...
Saat jiwa telah penuh dengan kasih sayang dan doa ...
Seakan ujian, cobaan dan hempasan yang merasuk
Dengan kenikmatan dan kebahagiaan ...
Seiring dengan bergulirnya waktu kehidupan ...
Serentetan kisah masih kujalani ...
Harapanku sangat besar ...
Karena ku berharap ridho-mu ...
Alhamdulillah ya Allah ...
Hanya Engkau muara segala kesyukuran dan
Tumpahan keluh kesal
Karena engkaulah yang mengatur dan membuat semuanya
Bukan mimpi dan menjadi berarti..*

My Love Family

Ibu dan Papa aku yang tersayang (profil wanita dan lelaki tangguh dan tegar yang kukagumi tetesan keringat perjuangan, pengorbanan dan kasih sayangmu serta doa- doa yang senantiasa menyertai setiap langkah kuasa, cita dan cinta itu semua menjadi energi khusus bagiku)

Untuk kakanda Efa Afrianti, Neri Aswita, Roni andryadi, Sri Yulianti dan Yosi Oktasari yang telah banyak maembantu dengan biaya, tenaga dan waktu makasi ya kak, Teman-temanku, ija Lamang, Via, Iga dan semua teman kost Tempua Raya no 15 yang selalu menemani aku saat senang maupun susah Makasi geng galau, dan seluruh warga Pandopo CNR 2008 yang telah memberikan doa serta dukungan untuk demi selesainya skripsi ini Maman, Roli, Andika, Eka jngan sungkan2 ya minum kopi lagi ...

Untuk kedua dosen pembimbing skripsiku, Dra. Erianti M.pd dan Drs. Hendri Naldi M.Kes AIFO yang selalu memberikan pembelajaran bagiku semoga semua yang Bapak berikan menjadi bekal masa depanku ...

Dan untuk tim penguji Drs. Zainol Johor M.pd, Drs. Jonni M.pd, dan Dr. Chalid Marzuki M.A Yang memberikan masukan- masukannya dan pikiran yang membangun Demi kesempurnaan skripsi ini ...

Atas bantuan dan kerjasama dari semuanya saya ucapkan terima kasih, semoga Allah membelasnya dengan yang setimpal...amin!

By : RAHMI S.pd



ABSTRAK

Rahmi, (06981) : **Hubungan Power Otot Lengan dan Koordinasi Mata Tangan Dengan Kemampuan Passing Pada Pemain Bola Basket SMA Negeri 1 Gunung Talang Kabupaten Solok**

Masalah dalam penelitian ini yaitu rendahnya kemampuan passing pada pemain bola basket SMA Negeri 1 Gunung Talang Kabupaten Solok. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan power otot lengan dan koordinasi mata-tangan dengan pemain bola basket SMA Negeri 1 Gunung Talang Kabupaten Solok.

Jenis penelitian ini adalah *korelasional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh pemain tersebut berjumlah sebanyak 43 orang, terdiri dari 25 orang pemain putra dan 18 orang pemain putri. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Dengan demikian jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 25 orang. Data dikumpulkan dengan menggunakan pengukuran terhadap ketiga variabel. variabel power otot lengan menggunakan tes *two hand medicine ball put* dan koordinasi mata-tangan menggunakan *Ballwerfen Und-Fangen Test*. Sedangkan kemampuan passing menggunakan tes kemampuan passing bola basket. Data dianalisis dengan korelasi *product moment* dan dilanjutkan dengan korelasi ganda.

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa power otot lengan mempunyai hubungan secara signifikan dengan kemampuan *passing*, karena ditemukan $r_{hitung} 0,464 > r_{tabel} 0,396$ dan $t_{hitung} = 2,51 > t_{tabel} 1,71$. Untuk variabel koordinasi mata-tangan mempunyai hubungan secara signifikan dengan kemampuan *passing* karena ditemukan $r_{hitung} 0,412 > r_{tabel} 0,396$ dan $t_{hitung} = 2,17 > t_{tabel} 1,71$. Sedangkan power otot lengan dan koordinasi mata-tangan secara bersama-sama mempunyai hubungan secara signifikan dengan kemampuan *passing* dan diterima kebenarannya secara empiris, karena ditemukan $r_{hitung} = 0,559 > r_{tabel} 0,396$ dan $F_{hitung} = 5,00 > F_{tabel} 3,44 \alpha = 0.05$

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Penulis Ucapkan Kehadirat Allah SWT Yang Telah Memberikan Rahmat Dan Karunia-Nya, Sehingga Penulis Dapat Menyelesaikan Skripsi Yang Berjudul “Hubungan Power Otot Lengan dan Koordinasi Mata Tangan Dengan Kemampuan *Passing* Pada Pemain BolaBasket SMA Negeri 1 Gunung Talang Kabupaten Solok”.

Penulisan skripsi ini merupakan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi tugas dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Negeri Padang. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Penulisan skripsi ini banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil.. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada:

1. Drs. H. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragan Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas belajar selama perkuliahan dan penyelesaian skripsi ini.
2. Drs. Yulifri, M.Pd Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragan Universitas Negeri Padang, yang telah memberi kesempatan dan mengizinkan penelitian ini.
3. Dra. Erianti, M.Pd dan Drs. Hendri Neldi, M.Kes AIFO yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, pemikiran, pengarahan dan bantuan secara moril maupun materil yang sangat berarti kepada penulis.
4. Drs. Zainol johor, Mpd, Drs. Jonni, Mpd dan Dr. chalid Marzuki M.A, selaku tim penguji yang telah memberikan masukan, kritikan dan saran di dalam penyusunan skripsi ini.
5. Kepala SMA Negeri 1 Gunung Talang Kabupaten Solok yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut dan siswa yang terpilih menjadi sampel yang telah membantu kelancaran pengambilan data.
6. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragan Universitas Negeri Padang.

Akhir kata penulis do'akan semoga semua amal yang diberikan kepada penulis mendapat imbalan yang setimpal dan bermanfaat bagi kita semua. Maka pada kesempatan ini penulis mengharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini. Amin...Amin.. Ya Robal.. Alamin.

Padang, Juni 2012

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. .Identifikasi Masalah	3
C. .Pembatasan Masalah.....	4
D..Perumusan Masalah	4
E. .Tujuan Penelitian	4
F. .Kegunaan Penelitian	5
 BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	
1. Permainan Bolabasket.....	6
2. Kemampuan <i>passing</i>	8
3. <i>Power</i> otot lengan	19
4. Koordinasi Mata-Tangan	23
B. Kerangka Konseptual.....	29
C. .Hipotesis Penelitian.....	30
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis, Tempat dan Waktu Penelitian	32
B.. Populasi dan Sampel	32
C.. Jenis dan Sumber Data	33

D. Instrumen Penelitian	33
E. Teknik Analisa Data	38
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	
1. Power Otot Lengan.....	41
2. Koordinasi Mata-Tangan	43
3. Kemampuan <i>Passing</i>	45
B. Uji Persyaratan Analisis	46
C. Uji Hipotesis.....	47
D. Pembahasan dan Hasil Penelitian	51
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	57
B. Saran.....	57
DAFTAR PUSTAKA.....	59

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian	32
2. Distribusi Hasil Data Daya Ledak Otot Lengan	42
3. Distribusi Hasil Data Koordinasi Mata-Tangan.....	43
4. Distribusi Hasil Data Keterampilan Smash	45
5. Rangkuman Uji Normalitas Data	47
6. Rangkuman Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Antara X_1 dengan Y.....	48
7. Rangkuman Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Antara X_2 dengan Y.....	49
8. Rangkuman Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Antara X_1 dan X_2 Secara Bersama-sama dengan Y	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Bentuk Pelaksanaan chest pass (umpan dada)	12
2. Bentuk Pelaksanaan bounce pass (umpan pantul)	13
3. Bentuk Pelaksanaan two-handed overhead pass	15
4. Bentuk Pelaksanaan baseball pass (umpan bisbol).....	16
5. Bentuk Pelaksanaan shuffle pass	17
6. Bentuk Pelaksanaan dribble pass	18
7. Bentuk Pelaksanaan behind the back pass.	19
8. Struktur anatomi otot lengan.....	21
9. Histogram Power otot lengan	35
10. Histogram Koodinasi	36
11. Histogram Kemampuan Passing.....	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Rekap Hasil Data Penelitian	61
2. Uji Normalitas Variabel Daya Ledak Otot Lengan	62
3. Uji Normalitas Variabel Koordinasi Mata-Tangan.....	63
4. Uji Normalitas Variabel Kemampuan passing	64
5. Uji Hipotesis X_1 dan Y	65
6. Uji Hipotesis X_2 dan Y	66
7. Korelasi Ganda	67
8. Tabel Luas Standar Normal	68
9. Tabel Uji Lilliefors	69
10. Tabel Nilai r Product Moment.....	70
11. Tabel Nilai Distribusi T.....	71
12. Tabel Nilai Distribusi F.....	72
13. Surat Izin Penelitian Dari Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP	73
14. Surat Izin Penelitian dari Kantor Pelayanan Perizinan dan Penanaman Modal Kab. Solok	74
15. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian Dari SMA Negeri 1 Gunung Talang Kab.Solok.....	75
16. Dokumentasi Penelitian	76

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga bolabasket merupakan olahraga yang besar manfaatnya, karena apabila seseorang bermain bolabasket, maka seluruh tubuhnya bergerak aktif, sebab seluruh tubuhnya baik kaki maupun tangannya harus selalu bergerak mengikuti alur lajunya bola dalam permainan sehingga dapat meningkatkan kesegaran jasmani pemainnya. Akibat perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) pada masa sekarang ini, bermain bola basket bukan saja merupakan olahraga semata, tetapi juga merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak digemari oleh masyarakat untuk tujuan rekreasi, kesegaran jasmani dan untuk prestasi.

Memang dalam peningkatan prestasi olahraga bolabasket merupakan cabang olahraga yang sangat rumit dan kompleks, karena sangat banyak faktor yang mempengaruhi untuk mencapai prestasi yang maksimal. Bolabasket merupakan permainan dengan menggunakan tangan dan kaki, seperti halnya sepakbola, bolabasket juga mempunyai ide permainan yakni memasukkan bola sebanyak mungkin ke ring basket lawan dan mempertahankan ring basket sendiri dari ancaman lawan. Oleh sebab itu, seorang yang ingin menjadi pemain bolabasket, yang utama harus menguasai teknik *passing* secara mahir yang mana merupakan teknik dasar dalam menyusun serangan sebelum terjadinya kesempatan *shooting* Yulianto (2007: 102).

Sesuai dengan tujuannya, olahraga bolabasket menuntut gerakan cepat dan gesit yang dilakukan terus-menerus dalam 4 babak. Oleh karena itu, untuk

memenuhi hal tersebut atlet harus memiliki kondisi fisik yang bagus seperti: daya tahan, kekuatan, kecepatan dan stamina yang tinggi serta *power* dan koordinasi yang baik sekali. Selain itu, pemain bolabasket juga harus menguasai teknik bermain seperti *passing*, *dribbling* bola, *pivot* dan *shooting* bola ke ring basket lawan. Kemudian didukung oleh pengadaan sarana dan prasarana yang lengkap dan memakai serta program latihan yang telah disusun secara terencana Amber (1982:10).

Setelah melihat kutipan mengenai komponen-komponen kondisi fisik dan teknik di atas, maka penelitian beranggapan bahwa kondisi fisik dan teknik merupakan unsur penting dalam olahraga bolabasket. Diantarnya unsur kondisi fisik tersebut adalah *power* otot lengan dan koordinasi gerakan, sedangkan unsur teknik yang sangat berperan penting adalah *Passing*.

Selanjutnya berdasarkan pengamatan yang penulis lakukan, terlihat dengan jelas bahwa perkembangan permainan tim bolabasket SMA Negeri 1 Gunung Talang Kabupaten Solok dalam tiap-tiap pertandingan banyak sekali mengalami kegagalan terhadap keterlambatan menyusun serangan, terutama pada saat terjadinya serangan balik. Serangan yang dilibatkan oleh kegagalan sering terjadi pada saat melakukan *passing* kepada rekan satu tim yang sangat diutamakan untuk tujuan penyerangan sebelum melakukan *shooting* ke ring basket lawan. Diantaranya kesalahan-kesalahan itu berupa lambatnya atlet dalam melakukan *passing*, lemahnya bola *passing* yang diberikan sehingga sering bola tidak tepat sasaran, tidak sampai pada tujuan, bahkan dapat ditangkap oleh lawan. Semua itu diakibatkan kurangnya kemampuan koordinasi fisik mental, motivasi, konsentrasi, penguasaan teknik, koordinasi gerakan serta emosional

atlet dalam melakukan *passing* bola dalam permainan, disisi lain Seorang pemain bolabasket untuk bisa melakukan gerakan *passing* bola dengan cepat dan tepat serta gerakan *passing* bola dengan cepat dan tepat serta gerakan yang benar harus didukung oleh unsur-unsur di atas.

Bertolak dari uraian di atas maka tampaklah permasalahan yang akan diteliti, bahwa dalam olahraga bolabasket unsur *power* otot lengan dan koordinasi gerakan mempengaruhi kemampuan *passing* bolabasket tim SMA Negeri 1 Gunung Talang Kabupaten Solok oleh sebab itu peneliti tertarik untuk mengetahui peranan *power* otot lengan dan koordinasi dengan kemampuan *passing* pada pemain bolabasket SMA Negeri 1 Gunung Talang Kabupaten Solok.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah di atas dapat diidentifikasi beberapa hal yang berkaitan dengan kemampuan *passing* pada pemain bola basket SMA Negeri 1 Gunung Talang Kabupaten Solok diantaranya, yaitu:

1. *Power* otot lengan.
2. Kekuatan otot jari-jari tangan.
3. Konsentrasi.
4. Sikap badan
5. Koordinasi gerak.
6. Emosional pemain pada saat melakukan *passing*.
7. Koordinasi mata-tangan
8. Penguasaan teknik.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya permasalahan yang dikemukakan pada identifikasi masalah di atas dan tidak mungkin semuanya akan diteliti secara bersama, oleh sebab itu penelitian ini hanya dibatasi pada

1. *Power* otot lengan
2. Koordinasi mata-tangan

D. Perumusan Masalah

Sesuai dengan pembatasan masalah di atas maka dalam penelitian ini dikemukakan perumusan masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan *power* otot lengan dengan kemampuan *passing* pada pemain bolabasket SMA Negeri 1 Gunung Talang Kabupaten Solok?
2. Apakah koordinasi mata-tangan berhubungan dengan kemampuan *passing* pada pemain bolabasket SMA Negeri 1 Gunung Talang Kabupaten Solok?
3. Apakah *power* otot lengan dan koordinasi mata-tangan secara bersama-sama berhubungan dengan kemampuan *passing* pada pemain bolabasket SMA Negeri 1 Gunung Talang Kabupaten Solok?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Hubungan *power* otot lengan dengan kemampuan *passing* pada pemain bolabasket SMA Negeri 1 Gunung Talang Kabupaten Solok?
2. Koordinasi mata-tangan dengan kemampuan *passing* pada pemain bolabasket SMA Negeri 1 Gunung Talang Kabupaten Solok?

3. Hubungan *power* otot lengan dan koordinasi mata-tangan secara bersama-sama dengan kemampuan *passing* pada pemain bolabasket SMA Negeri 1 Gunung Talang Kabupaten Solok?

F. Kegunaan Penelitian

Sesuai dengan tujuan dalam penelitian ini nantinya diharapkan berguna sebagai bahan masukanyang berarti yaitu:

1. Peneliti, sebagai syarat bagi penulis dalam memperoleh gelar sarjana pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
2. Mahasiswa, sebagai bahan bacaan di perpustakaan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Peneliti selanjutnya, sebagai referensi dalam meneliti kajian yang sama secara lebih mendalam.
4. Pelatih, sebagai bahan pertimbangan dalam pelaksanaan latihan bolabasket pada pemain SMAN 1 Gunung Talang Kabupaten Solok.
5. Lembaga FIK UNP, sebagai sarana menambah koleksi karya-karya ilmiah dalam bentuk skripsi.