

**HUBUNGAN KEKUATAN OTOT LENGAN DAN
KOORDINASI MATA TANGAN TERHADAP HASIL
SHOOTING BOLA BASKET PADA ATLET PUTRA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**



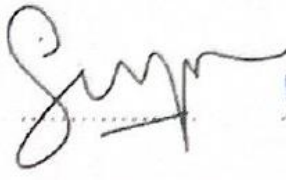
*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*



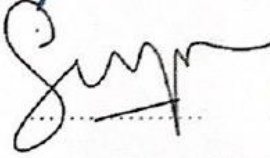


**KRISJAYANTI DESTYA PUTRI
1602618021**

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2023**

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I <u>Dr. Iman Sulaiman, M.Pd.</u> NIP.19630627198803101		18-08-2023
Pembimbing II <u>Ari Subarkah, S.Pd., M.Pd.</u> NIP.197404022005011003		21-08-2023

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Dr. Ika Novitaria Marani, S.Pd., SE., M.Si.</u> NIP. 197911092003122001	Ketua		22-08-2023
2. <u>Okki Yonda, S.Or., M.Pd.</u> NIDN. 0025109201	Sekretaris		18-08-2023
3. <u>Dr. Iman Sulaiman, M.Pd.</u> NIP. 19630627198803101	Anggota		18-08-2023
4. <u>Ari Subarkah, S.Pd., M.Pd.</u> NIP. 197404022005011003	Anggota		21-08-2023
5. <u>Hendro Wardovo, S.Pd., M.Pd.</u> NIP. 197205042005011002	Anggota		21-08-2023

Tanggal Lulus : 9 Agustus 2023

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dari dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah di tulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 26 Juli 2023

Yang membuat pernyataan,



Krisjayanti Destya Putri

NIM. 1602618002



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : KRISJAYANTI DESTYA PUTRI
NIM : 1602618021
Fakultas/Prodi : PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
Alamat email : krisjayjayjay@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

HUBUNGAN KEKUATAN OTOT LENGAN DAN KOORDINASI MATA TANGAN TERHADAP HASIL *SHOOTING* BOLA BASKET PADA ATLET PUTRA UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 23 Agustus 2023

Penulis

KRISJAYANTI DESTYA PUTRI

HUBUNGAN KEKUATAN OTOT LENGAN DAN KOORDINASI MATA TANGAN TERHADAP HASIL *SHOOTING* BOLA BASKET PADA ATLET PUTRA UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

ABSTRAK

Penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui: 1. Ada hubungan antara kekuatan otot lengan terhadap hasil *shooting*, 2. Ada hubungan antara koordinasi mata tangan terhadap hasil *shooting*, 3. Ada hubungan antara kekuatan otot lengan dan koordinasi mata tangan secara bersama-sama terhadap hasil *shooting*. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian hubungan sebab akibat. Pengambilan data dilakukan di FIK UNJ. Populasi penelitian adalah pemain basket putra UNJ. Sampel yang diambil sebanyak 14 pemain basket putra UNJ dengan menggunakan teknik *total sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah: 1) Untuk mengukur kekuatan otot lengan adalah tes *push-pull dynamometer*, 2) Untuk mengukur koordinasi mata tangan menggunakan tes tes lempar tangkap bola tenis dan 3) Untuk mengukur hasil *shooting* adalah tes *shooting*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1). Terdapat hubungan kekuatan otot lengan terhadap hasil *shooting*. Hal ini dapat dilihat dari hasil $t_{hitung} = 2,8 > t_{tabel} = 2,16$ dengan taraf signifikansi 0.05. Persamaan regresinya adalah: $\hat{Y} = 10,035 + 0,343X_1$. Kontribusi kekuatan otot lengan (X_1) sebesar 39% terhadap hasil *shooting*, dan sisanya 61% dipengaruhi oleh faktor lainnya. 2) Terdapat hubungan koordinasi mata tangan terhadap hasil *shooting*. Hal ini dapat dilihat dari hasil $t_{hitung} = 2,34 > t_{tabel} = 2,16$ dengan taraf signifikansi 0,05. Persamaan regresinya adalah: $\hat{Y} = 10,034 + 0,343X_2$. Kontribusi koordinasi mata tangan (X_2) sebesar 31% terhadap hasil *shooting*, dan sisanya 69% dipengaruhi oleh faktor lainnya. 3) Terdapat hubungan kekuatan otot lengan dan koordinasi mata tangan secara bersama-sama hasil *shooting*. Hal ini dapat dilihat dari hasil $F_{hitung} = 6,15 > F_{tabel} = 3,89$ dengan taraf signifikansi 0.05. Dengan persamaan regresinya adalah: $\hat{Y} = 6,720 + 0,198X_1 + 0,208X_2$. Kontribusi kekuatan otot lengan (X_1) dan koordinasi mata tangan (X_2) secara bersama-sama sebesar 49% terhadap hasil *shooting*, dan sisanya 51% dipengaruhi oleh faktor lainnya.

Kata Kunci: kekuatan otot lengan, koordinasi mata tangan, hasil *Shooting*

**THE RELATIONSHIP BETWEEN ARM MUSCLE STRENGTH AND HAND
EYE COORDINATION TO THE RESULTS OF BASKETBALL SHOOTING
IN PUTRA ATHLETETS OF JAKARTA STATE UNIVERSITY**

ABSTRACT

This study aims to find out: 1. There is a relationship between arm muscle strength and shooting results, 2. There is a relationship between hand-eye coordination and shooting results, 3. There is a relationship between arm muscle strength and hand-eye coordination together with shooting results. . The research method used in this research is a causal relationship research. Data collection was carried out at FIK UNJ. The population of this research is the men's basketball players at UNJ. The samples taken were 14 UNJ men's basketball players using the total sampling technique. The research instruments used in the study were: 1) To measure arm muscle strength was a push-pull dynamometer test, 2) To measure hand-eye coordination using a tennis ball throw-catch test and 3) To measure shooting results was a shooting test. The results showed that: 1). There is a relationship between arm muscle strength and shooting results. This can be seen from the results of $t_{count} = 2.8 > t_{table} = 2.16$ with a significance level of 0.05. The regression equation is: $\hat{Y} = 10.035 + 0.343X_1$. The contribution of arm muscle strength (X_1) is 39% of the shooting results, and the remaining 61% is influenced by other factors. 2) There is a relationship between hand eye coordination and shooting results. This can be seen from the results of $t_{count} = 2.34 > t_{table} = 2.16$ with a significance level of 0.05. The regression equation is: $\hat{Y} = 10.034 + 0.343X_2$. The contribution of hand eye coordination (X_2) is 31% of the shooting results, and the remaining 69% is influenced by other factors. 3) There is a relationship between arm muscle strength and hand-eye coordination together with shooting results. This can be seen from the results of $F_{count} = 6.15 > F_{table} = 3.89$ with a significance level of 0.05. With the regression equation is: $\hat{Y} = 6.720 + 0.198X_1 + 0.208X_2$. The contribution of arm muscle strength (X_1) and hand eye coordination (X_2) together is 49% of the shooting results, and the remaining 51% is influenced by other factors.

Keywords: *arm muscle strength, hand eye coordination, Shooting*

KATA PENGANTAR

Puji Syukur saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta. Adapun judul skripsi ini adalah: **Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Hasil *Shooting* Pada Atlet Universitas Negeri Jakarta.** Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa tanpa bantuan bimbingan dari berbagai pihak, sangatlah sulit bagi peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini. Peneliti tidak lupa untuk mengucapkan terima kasih kepada Bapak **Dr. Johansyah Lubis, M.Pd** selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta. Bapak **Dr. Tirta Apriyanto, S.Pd., M.Si.** selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Universitas Negeri Jakarta. Bapak **Dr. Iman Sulaiman, S.Pd, M.Pd** selaku Dosen Pembimbing 1, yang telah memberikan waktu dan pikiran untuk membimbing saya dalam menyusun skripsi ini serta memberikan ilmu. Bapak **Ari Subarkah, S.Pd, M.Pd** selaku Dosen Pembimbing 2, yang telah memberikan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing saya dalam menyusun skripsi serta memberikan ilmu. Bapak **Hendro Wardoyo, S.Pd, M.Pd** selaku Penasihat Akademik, yang telah membimbing saya selama kuliah. Pihak KOP Bola Basket yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang diperlukan. Akhir kata, saya berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, 1 Juli 2023

KDP

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Pembatasan Masalah	8
D. Perumusan masalah	8
E. Kegunaan Hasil Penelitian	9
BAB II KERANGKA TEORI, KERANGKA BERFIKIR DAN PENGUJIAN HIPOTESIS	
A. Kerangka Teoritis	11
B. Kerangka Berpikir	41
C. Pengujian Hipotesis	50
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Tujuan Penelitian	51
B. Tempat dan Waktu Penelitian	51
C. Metode Penelitian.....	52
D. Populasi dan Sampel	53
E. Instrumen Penelitian.....	54
F. Teknik Pengumpulan Data	57
G. Teknik Analisis Data	62

H. Hipotesis Statistika	66
-------------------------------	----

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data	68
B. Pengujian Hipotesis	73
C. Pembahasan	76

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	82
B. Saran	82

DAFTAR PUSTAKA	84
-----------------------------	----

LAMPIRAN	90
-----------------------	----

RIWAYAT HIDUP	118
----------------------------	-----



DAFTAR GAMBAR

Posisi Awal <i>Shooting</i>	14
Posisi Siap <i>Shooting</i>	15
Posisi Pelepasan <i>Shooting</i>	16
Gerakan <i>Lay Up</i>	17
Gerakan <i>Jump Shoot</i>	18
Gerakan <i>Under Basket</i>	19
Gerakan <i>Three Point Shoot</i>	19
Gerakan <i>Hook Shoot</i>	20
Desain Penelitian Korelasional	53
Tes <i>Shooting</i>	55
<i>Push Pull Dynamometer</i>	56
Tes Lempar Tangkap Bola Tenis ke Tembok Sasaran	57
Grafik Histogram Variabel Kekuatan Otot Lengan (X_1)	70
Grafik Histogram Variabel Koordinasi Mata Tangan (X_2).....	71
Grafik Histogram Variabel Hasil <i>Shooting</i> (Y)	72

DAFTAR TABEL

Form Tes Hasil <i>Shooting</i>	58
Form Tes Kekuatan Otot Lengan	59
Form Tes Koordinasi Mata Tangan	62
Data Kekuatan Otot Lengan, Koordinasi Mata Tangan, dan Hasil <i>Shooting</i>	68
Distribusi Frekuensi Variabel Kekuatan Otot Lengan (X_1)	69
Distribusi Frekuensi Variabel Koordinasi Mata Tangan (X_2)	70
Distribusi Frekuensi Variabel Hasil <i>Shooting</i> (Y)	72
Uji keberartian koefisien korelasi (X_1) dengan (Y)	73
Uji keberartian koefisien korelasi (X_2) dengan (Y)	74
Uji Keberartian Koefisien Korelasi Ganda	75

DAFTAR LAMPIRAN

Data Penelitian	90
Perhitungan Deskripsi Data	91
Data Mentah Hasil Tes	95
Mencari Persamaan Regresi	96
Mencari Koerartian korelasi	105
Surat Permohonan Izin Mengadakan Penelitian	110
Surat Keterangan Balasan Penelitian	111
Dokumentasi Penelitian	112

