

PENGARUH *POWER TUNGKAI*, *KELINCAHAN*, DAN *MOTIVASI BERPRESTASI* TERHADAP *KETERAMPILAN LAY UP SHOOT* DALAM PERMAINAN BOLA BASKET



**Kristalianto
7216158133**

**Tesis yang Ditulis Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Dalam Memperoleh Gelar Magister**

**PENDIDIKAN OLAHRAGA
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2020**

PENGARUH POWER TUNGKAI, KELINCAHAN, DAN MOTIVASI BERPRESTASI, TERHADAP KETERAMPILAN *LAY UP SHOOT* DALAM PERMAINAN BOLA BASKET

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh power tungkai, kelincahan, dan motivasi berprestasi terhadap keterampilan *lay up shoot* dalam permainan bola basket. Penelitian ini menggunakan metode analisis jalur (*Path Analysis*). Sampel merupakan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri Kota Bandung wilayah selatan. Uji coba penelitian dilakukan di empat sekolah dengan total sampel 69 orang, sedangkan penelitian dilakukan di enam sekolah dengan total sampel 120 orang. Hasil uji coba instrumen power tungkai menggunakan *Vertical Jump Test*, untuk instrumen kelincahan menggunakan *Illinois Agility Test*, untuk instrumen *Lay Up Shoot* yang diujicobakan dinyatakan valid, untuk instrumen motivasi berprestasi menggunakan angket dengan hasil 89 pernyataan dinyatakan valid dari 116 pernyataan, untuk semua instrumen yang digunakan telah divalidasi oleh ahli dan dinyatakan Valid. Untuk hasil penelitian dinyatakan bahwa power tungkai (X_1) berpengaruh signifikan terhadap keterampilan *lay up shoot* (Y) dengan kontribusi 93.50%, kelincahan (X_2) berpengaruh signifikan terhadap keterampilan *lay up shoot* (Y) dengan kontribusi 91.96%, motivasi berprestasi (X_3) berpengaruh signifikan terhadap keterampilan *lay up shoot* (Y) dengan kontribusi 95.64%, power tungkai (X_1) berpengaruh signifikan terhadap kelincahan (X_2) dengan kontribusi 90.06%, power tungkai (X_1) dan kelincahan (X_2) secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap keterampilan *lay up shoot* (Y) dengan kontribusi 90.82%. berdasarkan hasil tersebut disimpulkan bahwa power tungkai, kelincahan dan motivasi berprestasi memiliki pengaruh terhadap keterampilan *lay up shoot* dalam permainan bola basket.

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

**THE EFFECT OF CURRENT POWER , AGILITY AND ACHIEVEMENT
MOTIVATION TOWARDS LAY UP SHOOT SKILLS
IN BASKETBALL GAMES**

ABSTRACT

This study aims to determine the influence of leg power, agility and achievement motivation towards lay-up shooting skills in basketball game. The research uses the path analysis method. The results of small group trials for leg power instruments using the Vertical Jump Test, for agility instruments using the Illinois Agility Test, for the achievement motivation questionnaire instrument for 89 statements were declared valid from 116 statements, and for the Lay Up Shooting instrument tested all were declared valid, All instruments have been validated by an expert and declared Valid. For the results of testing large groups stated leg power (X_1) significantly influenced the lay up shooting skill (Y) with a contribution of 93.50%, agility (X_2) significantly influenced the lay up shooting skill (Y) with a contribution of 91.96%, achievement motivation (X_3) has a significant effect on lay-up shooting skills (Y) with a contribution of 95.64%, leg power (X_1) has a significant effect on agility (X_2) with a contribution of 90.06%, leg power (X_1) and agility (X_2) significantly influenced the lay up shooting skill (Y) with a contribution of 90.82%. It was concluded that leg power, agility and achievement motivation had an influence on lay-up shooting skills in basketball.



PERSETUJUAN YUDISIUM

| PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING DIPERSYARATKAN UNTUK YUDISIUM MAGISTER | | |
|--|---|------------|
| Pembimbing I | Pembimbing II | |
|  |  | |
| Dr. Yusnawati, M.Pd. | Dr. Imam Sulaiman, M.Pd. | |
| Tanggal 19-2-2020 | Tanggal 12-2-2020 | |
| Nama | Tanda Tangan | Tanggal |
| Prof. Dr. Nadiroh, M.Pd. (Direktur) ¹ |  | 21.02.2020 |
| Dr. Ramdan Pelana, M.Or. (Koordinator Program Studi) ² |  | 21/2 2020 |
| Nama | : Kristalhistianto | |
| No. Registrasi | : 7216158133 | |
| Tanggal Lulus | : 26-02-2020 | |
| 1. Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta 2. Koordinator Program Studi Pendidikan Olahraga S2 Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta | | |

PERNYATAAN KEASLIAN TESIS

PERNYATAAN KEASLIAN TESIS

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Tesis yang saya susun sebagai syarat untuk memperoleh gelar Magister dari Program Studi Pendidikan Ofahraga, Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta seluruhnya merupakan hasil karya saya sendiri.

Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan Tesis yang saya kutip dan hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian Tesis ini bukan hasil karya saya sendiri atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lainnya sesuai dengan peraturan perundangan yang berlaku.

Jakarta, Februari 2020



Kristalistianto
7216158133

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI



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 : KRISTALISTIANTO
NIM : 7216158133
Fakultas/Prodi : PASCASARJANA / PENDIDIKAN LAHRAGA
Alamat email : KRISTALISTIANTO@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 :

PENGARUH POWER TUNGKAI, KELINCAHAN, DAN MOTIVASI
BERPRESTASI TERHADAP KETERAMPILAN LAY UP SHOOT
DALAM PERMAINAN BOLA BASKET

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, 16 APRIL 2020

Penulis

(KRISTALISTIANTO)
nama dan tanda tangan

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarrakatuh,

Puji dan syukur peneliti panjatkan kehadirat Illahi Rabbi Allah S.W.T. atas nikmat, rahmat, dan karunia-Nya, tidak lupa shalawat serta salam tercurah selalu kepada Nabi Muhammad S.A.W., keluarga dan para sahabatnya. Peneliti mengucapkan syukur atas selesainya tesis ini yang berjudul “Pengaruh *Power* Tungkai, Kelincahan Dan Motivasi Berprestasi, Terhadap Keterampilan *Lay Up Shoot* Dalam Permainan Bola Basket”, Studi analisis jalur (*Path Analysis*) pada siswa ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri di Kota Bandung. Tesis ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister pada program studi Pendidikan Olahraga, Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Dalam menyelesaikan tesis ini peneliti banyak mendapatkan bantuan, baik berupa materi, saran, bimbingan, motivasi, maupun doa yang tidak terputus dari berbagai pihak. Oleh karena itu peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada, Ayahanda Siswanto dan Ibunda Euis Aan Rohaeni selaku orangtua, kepada Dr. Komarudin, M.Si. selaku Rektor Universitas Negeri Jakarta, kepada Prof. Dr. Nadiroh, M.Pd. selaku Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta, kepada Dr. Ramdan Pelana, S.Or. M.Or. selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Olahraga Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta, kepada Dr. Yusmawati, M.Pd. selaku Pembimbing I dan kepada Dr. Iman Sulaiman, M.Pd. selaku Pembimbing II yang telah membimbing, mengarahkan, memberikan motivasi serta memberikan masukan-masukan sehingga peneliti dapat menyelesaikan karya ilmiah ini dengan baik. Kemudian kepada Prof. Dr. Achmad Sofyan Hanif, M.Pd. dan kepada Dr. Yasep Setiakarnawijaya, M.Kes. selaku penguji dalam seminar proposal dan kepada Dr. Ika

Novitaria Marani, S.Pd., M.Si. serta Dr. Iwan Hermawa, M.Pd. yang telah memerikan saran-saran dan masukan-masukan yang baik untuk perbaikan tesis ini.

Terima kasih juga kepada keluarga besar SMAN 7 Bandung, SMAN 8 Bandung, SMAN 10 Bandung, SMAN 11 Bandung, SMAN 15 Bandung, SMAN 17 Bandung, SMAN 18 Bandung, dan SMAN 22 Bandung, khususnya Kepala Sekolah beserta staf pengajar dan staf administrasi, rekan-rekan di ekstrakurikuler bola basket, dan Siswa-Siswi atas bantuan dan doanya. Tidak lupa kepada keluarga, sahabat, dan teman-teman yang telah memberikan motivasi dan doa yang tiada henti sehingga karya ilmiah ini dapat diselesaikan. Serta terima kasih kepada semua pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa masih banyak terdapat kekurangan dan karya ilmiah ini jauh dari sempurna dalam penyusunannya, oleh karena itu peneliti harapkan kepada para pembaca agar dapat memberikan masukan-masukan dan saran-saran yang membangun untuk perbaikan karya ilmiah ini. Semoga karya ilmiah ini dapat berkontribusi dan memberikan manfaat bagi ilmu pengetahuan khususnya di dunia pendidikan, serta dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan di Indonesia. Akhir kata peneliti ucapkan terima kasih.

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarokatuh.

Bandung, Februari 2020

Kristalianto
7216158133

DAFTAR ISI

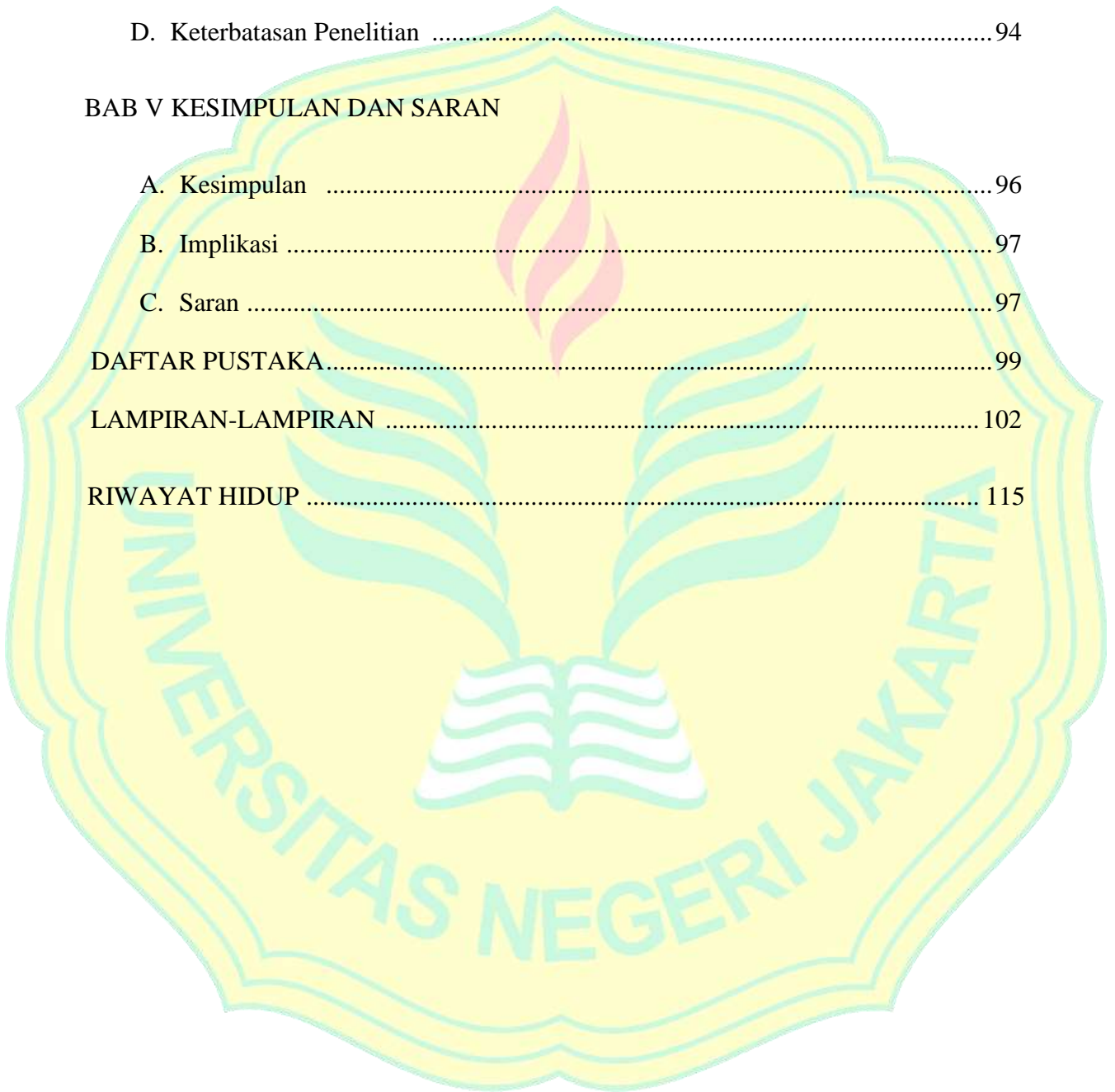
| | |
|--|-----|
| ABSTRAK | i |
| PERNYATAAN KEASLIAN TESIS | iii |
| KATA PENGANTAR | iv |
| DAFTAR ISI | vi |
| DAFTAR GAMBAR | ix |
| DAFTAR TABEL | x |
| DAFTAR LAMPIRAN | xi |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang Masalah | 1 |
| B. Identifikasi Masalah | 6 |
| C. Pembatasan Masalah | 7 |
| D. Rumusan Masalah | 8 |
| E. Kegunaan Hasil Penelitian | 9 |
| BAB II KAJIAN TEORETIK | |
| A. Deskripsi Konseptual | 10 |
| 1. Tembakan Melayang (<i>Lay Up Shoot</i>) | 10 |
| 2. Daya Ledak (<i>Power</i>) Tungkai | 15 |
| 3. Kelincahan (<i>Agility</i>) | 21 |
| 4. Motivasi Berprestasi | 26 |
| B. Hasil Penelitian yang Relevan | 42 |
| C. Kerangka Berfikir | 43 |
| 1. Pengaruh <i>Power</i> Tungkai (X_1) Terhadap Keterampilan <i>Lay Up Shoot</i> (Y) | 43 |
| 2. Pengaruh Kelincahan (X_2) Terhadap Keterampilan <i>Lay Up Shoot</i> (Y) | 44 |

| | |
|---|----|
| 3. Pengaruh Motivasi Berprestasi (X_3) Terhadap Keterampilan <i>Lay Up Shoot</i> (Y) | 44 |
| 4. Pengaruh <i>Power</i> Tungkai (X_1) Terhadap Kelincahan (X_2) | 46 |
| 5. Pengaruh <i>Power</i> Tungkai (X_1) dan Kelincahan (X_2) Terhadap Keterampilan <i>Lay Up Shoot</i> (Y) | 47 |
| D. Hipotesis Penelitian | 48 |
| BAB III METODOLOGI PENELITIAN | |
| A. Tujuan Penelitian | 49 |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian | 49 |
| C. Metode Penelitian | 50 |
| D. Populasi dan Sampel | 51 |
| E. Teknik Pengumpulan Data | 53 |
| 1. Instrument <i>Lay Up Shoot</i> | 54 |
| 2. Instrument <i>Power</i> Tungkai | 57 |
| 3. Instrumen Kelincahan | 60 |
| 4. Instrumen Motivasi Berprestasi | 62 |
| F. Pengujian Validitas dan Pengujian Reliabilitas | 68 |
| G. Teknik Analisis Data | 72 |
| H. Hipotesis Statistik | 74 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN | |
| A. Deskripsi Data | 76 |
| 1. Hasil Keterampilan <i>Lay Up Shoot</i> (Y) | 77 |
| 2. <i>Power</i> Tungkai (X_1) | 77 |
| 3. Kelincahan (X_2) | 78 |
| 4. Motivasi Berprestasi (X_3) | 79 |
| B. Analisis Pengaruh X_1, X_2, X_3 Terhadap Y | 80 |

| | |
|--|----|
| 1. Uji Normalitas | 81 |
| 2. Pengujian Hipotesis | 83 |
| 3. Hasil Pengujian Jalur (Path Analysis) | 90 |
| C. Pembahasan Hasil Penelitian | 91 |
| D. Keterbatasan Penelitian | 94 |

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

| | |
|-------------------------|-----|
| A. Kesimpulan | 96 |
| B. Implikasi | 97 |
| C. Saran | 97 |
| DAFTAR PUSTAKA | 99 |
| LAMPIRAN-LAMPIRAN | 102 |
| RIWAYAT HIDUP | 115 |



DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|----|
| Gambar 2.1 Titik Sasaran <i>Lay Up Shoot</i> | 11 |
| Gambar 2.2 <i>Lay Up Shoot</i> | 12 |
| Gambar 2.3 Gerakan <i>Lay Up Shoot</i> | 13 |
| Gambar 2.4 <i>Fleksor Plantar</i> pada Pergelangan Kaki | 17 |
| Gambar 2.5 Otot Tungkai Bagian Depan | 17 |
| Gambar 2.6 Otot Tungkai Bagian Belakang | 18 |
| Gambar 3.1 Konstelasi Kausal Antar Variabel X_1 , X_2 , X_3 , dan Y | 51 |
| Gambar 3.2 <i>Vertical Jump Test</i> | 58 |
| Gambar 3.3 <i>Illinois Agility Run Test</i> | 60 |
| Gambar 4.1 Konstelasi pengaruh antara X_1 , X_2 , X_3 , dengan Y | 80 |
| Gambar 4.2 Hipotesis struktural Model-1 | 84 |
| Gambar 4.3 Hipotesis struktural Model-2 | 86 |
| Gambar 4.4 Konstelasi Hubungan Struktural Antar Variabel Penelitian | 90 |



DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 3.1 Format Penilaian Keterampilan <i>Lay Up Shoot</i> | 55 |
| Tabel 3.2 Instrumen Tes Keterampilan <i>Lay Up Shoot</i> | 56 |
| Tabel 3.3 Format Penilaian Power Tungkai | 59 |
| Tabel 3.4 Format Penilaian Kelincahan | 61 |
| Tabel 3.5 Kisi-Kisi Angket Motivasi Berprestasi | 63 |
| Tabel 3.6 Contoh Skala Model Likert | 65 |
| Tabel 3.7 Hasil Uji Instrumen Motivasi Berprestasi | 67 |
| Tabel 3.8 Pedoman Interpretasi Nilai Koefisien Korelasi | 73 |
| Tabel 4.1 Rangkuman Hasil Penelitian | 76 |
| Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Skor Keterampilan <i>Lay Up Shoot</i> | 77 |
| Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Skor Hasil Power Tungkai | 78 |
| Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Skor Kelincahan | 78 |
| Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Skor Motivasi Berprestasi | 79 |
| Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas <i>One Sample Kolmogorov Smirnov</i> | 81 |
| Tabel 4.7 Korelasi Antar Variabel Penelitian | 82 |
| Tabel 4.8 Model-1 Summary | 84 |
| Tabel 4.9 Model ANOVA ^b | 84 |
| Tabel 4.10 Model-2 Summary X_1 terhadap X_2 | 86 |
| Tabel 4.11 Model ANOVA ^a | 87 |
| Tabel 4.12 Model Coefficients ^a | 87 |
| Tabel 4.13 Model-2 Summary X_1 terhadap X_3 | 88 |
| Tabel 4.14 ANOVA ^a | 88 |
| Tabel 4.15 Model Coefficients ^a | 89 |
| Tabel 4.16 Ringkasan Hasil Pengujian | 90 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|---|-----|
| Lampiran 1. Instrumen Penelitian <i>Lay Up Shoot</i> | 102 |
| Lampiran 2. Instrumen Penelitian Power Tungkai | 103 |
| Lampiran 3. Instrumen Penelitian Kelincahan | 104 |
| Lampiran 4. Pernyataan-Pernyataan Angket Motivasi Berprestasi | 105 |
| Lampiran 5. Angket Motivasi Berprestasi | 114 |
| Lampiran 6. Hasil Validitas X_1 , X_2 , X_3 , dan Y | 125 |
| Lampiran 7. Data Uji Instrumen | 126 |
| Lampiran 8. Data Penelitian | 129 |
| Lampiran 9. Surat Keterangan Validasi Ahli | 133 |
| Lampiran 10. Pengujian Jalur (<i>Path Analysis</i>) | 135 |
| Lampiran 11. Surat Izin Penelitian | 138 |
| Lampiran 12. Surat Balasan Penelitian..... | 148 |
| Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian | 158 |
| Lampiran 14. Riwayat Hidup | 171 |

