

Hubungan Tinggi Lompatan Terhadap Kemampuan Lay Up Shoot Permainan Bola Basket Pada Siswa Putra Kelas XII IPA 3 Sma Negeri 7 Manado

¹ Anuardin Mokoagow, ² Theo Mautang, ³ Don Corleon Graciano Zougria

¹Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Manado, Manado, Indonesia

Email: [1Anuardinmokoagow@unima.ac.id](mailto:Anuardinmokoagow@unima.ac.id) [2 theomautang@gmail.com](mailto:theomautang@gmail.com) [3 corleonzou@gmail.com](mailto:corleonzou@gmail.com)

Diterima:3-8-2023 Direvisi : 4-8-2023 Disetujui 12-8-2023

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui secara ilmiah tentang hubungan antara tinggi lompat dengan kemampuan lay up shoot dalam permainan bola basket siswa putra kelas XII IPA 3 SMA Negeri 7 Manado. Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan jenis penelitian korelasional. Penelitian ini dilaksanakan di SMAN 7 Manado. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa laki-laki kelas XII IPA 3 SMA Negeri 7 Manado yang berjumlah 21 orang. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 21 orang dengan menggunakan teknik total sampling. Instrumen yang digunakan dalam pengambilan data pada penelitian ini adalah Tes Lompat Tinggi dan 2. Tes lay up shoot. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis Product moment Pearson dengan bantuan SPSS 22. Berdasarkan hasil analisis di atas diperoleh nilai sig sebesar $0,009 < 0,05$. Dengan demikian hipotesis yang berbunyi "Ada hubungan yang signifikan antara tinggi loncatan dengan lay up shoot pada siswa kelas XI IPA 3 SMA Negeri 7 Manado"

Kata Kunci : Tinggi Lompatan, Kemampuan Lay Up Shoot

Abstract

The purpose of this study was to find out scientifically about the relationship between jump height and lay-up shoot ability in the basketball game of class XII IPA 3 boys' students at SMA Negeri 7 Manado. The research design used in this research is a correlational research type. This research was carried out at SMAN 7 Manado. The population in this study were all male students of class XII IPA 3 SMA Negeri 7 Manado, totaling 21 people. The sample in this study was 21 people using total sampling technique. The instruments used in collecting data in this study were the High Jump Test and 2. The lay up shoot test. The data analysis technique used in this study is the Pearson Product moment analysis technique with the help of SPSS 22. Based on the analysis results above, a sig value of $0.009 < 0.05$ is obtained. Thus the hypothesis that reads "There is a significant relationship between the height of the jump with the lay up shoot in class XI IPA 3 SMA Negeri 7 Manado"

Keywords: Jump Height, Lay Up Shoot Ability

Pendahuluan

Bola basket selalu dipertandingkan dalam semua pertandingan resmi di tingkat nasional maupun daerah, antara lain: B. Pekan Olahraga Pelajar Daerah (POPDA), Pekan Olahraga Pelajar Daerah (POPWIL), Pekan Olahraga Mahasiswa Nasional (POPNAS), Pekan Olahraga Nasional (POPNAS). (PON), O2SN (Olimpiade Olahraga Sains Nasional) juga ikut dalam pertandingan bola basket. Namun, ditambah dengan pesatnya perkembangan daerah yang sering menjadi tuan rumah turnamen bola basket tingkat SMA dan SMA, keadaan di tingkat nasional tidak berjalan dengan baik. Hal yang dapat di pengaruhi oleh beberapa faktor: kemampuan fisik terutama penguasaan sikap tubuh, penguasaan teknik,. Postur atlet kita memiliki perbandingan yang di bawa rata-rata dengan atlet lain. Kekurangan ini perlu dipahami dan diajarkan kepada pemain basket, pelatih basket dan pemerintah daerah. Kemampuan lompatnya yang bagus bisa menutupi kekurangan pemain basket di daerah kami yang rata-rata tingginya lebih rendah dari daerah lain. Lompat, rebound (menangkap bola), lemparan, dan tembakan lompat, sama seperti bola basket. Telapak kaki yang dalam membutuhkan keterampilan melompat yang sangat baik. Layup berhasil bila ditunjang dengan latihan dan skill lompat yang dapat mencapai ring sehinga sangat sejajar dengan posisi pada saat melompat.

Oleh karena itu perlu dilakukan seleksi dan dalam menemukan atlet-atlet yang dapat meningkatkan skil bermainan bola basket sehinga dapat mencapai prestasi yang diharapkan. Selain teknik, kemampuan fisik, dan daya lompat, bola basket membutuhkan dukungan sikap atlet itu sendiri, sehingga latihan lanjutan atlet yang meningkatkan daya lompat dapat menjadi program yang mengarah pada kesuksesan pada masa mendatang. Tidak di tentukan oleh hal buruk, karena pelatihan bola basket yang terorganisir dan latihan manajemen juga merupakan faktor dalam mencapai tingkat yang lebih tinggi atau ekspektasi kinerja yang dapat mempengaruhi suatu tindakan, makan akan merasa kepercayaan diri mendikat dalam melakukan pukulan Anda dan tembakan Anda akan lebih akurat atau tepat. seolah kamu bisa. mencapai ring basket dan memasukkan bola ke ring atau keranjang. Posisi menembak pasti lebih baik dan lebih akurat. Lompat tinggi tidak hanya berguna untuk jump shot, tetapi juga untuk teknik dasar bola basket lainnya seperti melempar. Game secara resmi dimulai.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti ingin mengetahui hubungan tinggi loncatan dengan kemampuan menembak bola basket ke dalam ring melalui permainan yang dilakukan oleh kelas XII IPA-3 SMA Negeri-7 Manado terlebih khususnya pada siswa putra.

Metode Penelitian

Secara operasional untuk mendapatkan hubungan melalui tinggi loncatan dengan kemampuan positional shot dalam melalui permainan bola basket pada kelas XII IPA 3 SMA

Negeri 7 Manado terhadap siswa putra. Penelitian korelasi ini merupakan penelitian yang mengkaji hubungan antara variabel dan hipotesis yang dirumuskan. Korelasi bertujuan untuk menentukan seberapa besar kaitan antara perubahan satu faktor dengan perubahan satu faktor atau lebih dengan menggunakan koefisien korelasi. Penelitian yang diperoleh melalui dua variabel. Kedua variabel tersebut, variabel terikat dan variabel bebas, sangat penting dalam proses penelitian yang sedang berlangsung karena merupakan inti dari korelasi untuk menghasilkan data penelitian yang akurat dan rasional.

1. Variabel terikat (Y) : kemampuan *lay up shoot*
2. Variabel bebas (X) : Tinggi Lompatan

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu: tinggi lompatan dan *lay up shoot*. Adapun operasional variabel yang digunakan adalah sebagai berikut:

1. Lompatan

Lompatan adalah kemampuan seseorang untuk melompat se tinggi mungkin yang diukur dengan vertical jump dengan skala Rasio.

2. Lay up shoot

lay up shoot adalah tembakan yang dilakukan melalui jarak yang dekat sehingga mengenai keranjang basket yang di ukur dengan menggunakan tes lay up shoot dengan skala rasio.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa putra kelas XII IPA 3 SMA Negeri 7 Manado yang berjumlah 21 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswa putra kelas XII IPA 3 SMA Negeri 7 Manado yang berjumlah 21 orang. Pengambilan sampel didalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*, dimana seluruh populasi dijadikan subjek Lokasi penelitian yang akan penulis adakan penelitian yaitu di SMA Negeri 7 Manado. Waktu pelaksanaan dilakukan setelah keluarnya surat izin survei sampai selesai.

Instrumen Penelitian

Sugiyono (2007:98) menyatakan bahwa instrumen penelitian adalah alat atau percobaan yang digunakan untuk mengumpulkan data guna menunjang keberhasilan penelitian. Tes adalah serangkaian pertanyaan atau alat lain yang digunakan untuk menilai kemampuan, pengetahuan,

kecerdasan, keterampilan, atau bakat seseorang atau kelompok (Arikunto, 2006, 139). Periksa ketinggian lompatan. Tinggi lompatan dapat diperiksa atau diukur dengan tes lompat vertikal (Briggs, 2013). pertandingan menembak bola basket. Tes ini dimaksudkan untuk menilai keterampilan dan kemampuan Anda dalam melempar bola saat bermain bola basket. Siswa harus memiliki keterampilan bola basket (soft skill) yang baik.

teknologi pengumpulan data. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen dan pengukuran. Untuk pengumpulan data, subjek menjalani tes dan dosis secara bergantian, dan setelah tes pertama selesai, tes kedua dilanjutkan dan diulang. Teknik analisis data. Metode yang digunakan berupa analisis data atau digunakan melalui aplikasi produk Pearson, yang menggunakan SPSS 22 untuk menghitung variabel X dan Y dalam hubungan antara tinggi lompatan dan kemampuan melempar dalam tata letak bola basket menggunakan skala dan keselarasan.

Hasil dan Pembahasan

Penelitian dilaksanakan pada tanggal 13-25 Juni 2022. Subyek penelitian pada siswa laki-laki di kelas XI IPA 3 SMA Negeri 7 Manado yang berjumlah 21 orang. Secara terperinci hasil data penelitian tiap-tiap variabel adalah pada tabel 4.1 sebagai berikut:

No	Tinggi Lompatan (X1)	Lay Up (Y)
1	25	8
2	23	7
3	29	7
4	32	7
5	21	5
6	37	8
7	38	8
8	36	8
9	32	7
10	33	5
11	41	7
12	40	7
13	41	8
14	39	8
15	40	9
16	41	8
17	39	9
18	37	7

19	39	9
20	39	8
21	37	9

Tabel 4.1

Data Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel 4.1 hasil penelitian di atas, jika ditampilkan dalam bentuk deskriptif statistik, hasilnya dapat dilihat pada tabel 4.2 sebagai berikut:

Descriptive Statistics					
	N	Mean	Minimum	Maximum	Std. Deviation
Tinggi Lompatan	21	35.19	21	41	6.088
Kamampuan Lay Up	21	7.57	5	9	1.121
Valid N (listwise)	21				

Tabel 4.2

Deskriptif Statistik

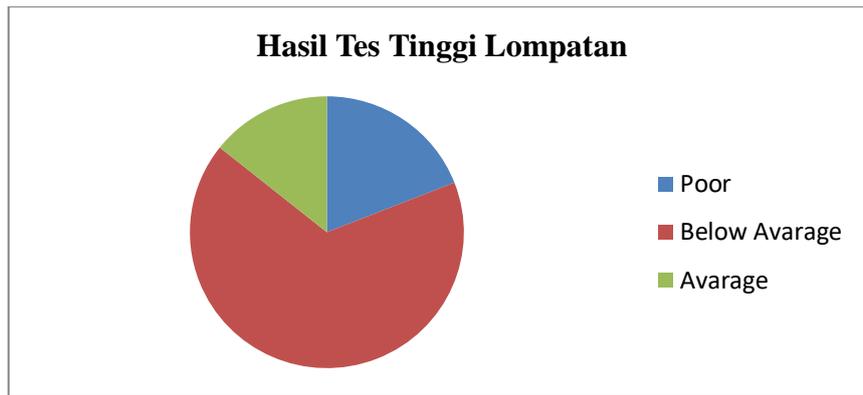
1. Hasil Tes Tinggi Lompatan

Berdasarkan tes Tinggi Lompatan siswa putra kelas XI IPA 3 SMA Negeri 7 Manado, maka ditemukan siswa putra yang berada pada kategori Poor 4 orang, Below Average 14 orang, Average 3 orang dan sangat kurang 1 orang. Dapat kita lihat pada tabel 4.3 di bawah ini:

Kategori Frekuensi	Frekuensi	Persentasi %
Excellent >70 Cm	-	-
Very Good 61 - 70 Cm	-	-
Above Average 51 - 60 Cm	-	-
Average 41 - 50 Cm	3	14 %
Below Average 30 - 40 Cm	14	67 %
Poor 21 - 30 Cm	4	19 %
Very Poor <21 Cm	-	-
Total	21	100 %

Tabel 4.3

Hasil Tes Tinggi Lompatan



Gambar 4.1
Diagram Hasil Tes Tinggi Lompatan

2. Hasil Tes Lay Up

Berdasarkan tes Lay Up shoot siswa putra kelas XI IPA 3 SMA Negeri 7 Manado, maka ditemukan kategori yang baik sebanyak 4 orang, baik 15 orang dan cukup baik 2 orang. Dapat kita lihat pada tabel 4.4 di bawah ini:

Kategori	Frekuensi	Persentasi %
Sangat Kurang 1-2	-	-
Kurang 3-4	-	-
Cukup Baik 5-6	2	10%
Baik 7-8	15	71%
Sangat Baik 9-10	4	19%
Total	21	100 %

Tabel 4.4

Hasil Tes Lay Up Shoot



Gambar 4.2
Diagram Hasil Tes Lay Up Shoot

Pembahasan

Melalui penelitian ini maka didapatkan hubungan yang signifikan melalui tinggi lompatan dengan penempatan pukulan pada siswa kelas XI IPA 3 Candi SMA Negeri 7 Manado. Berikut

temuannya: Berdasarkan tes lompat tinggi putra kelas XI IPA 3 SMA Negeri 7 Manado, siswa putra termasuk dalam kategori kurang baik, 1 siswa berada pada kategori di bawah rata-rata dan 3 siswa di dapat mengerti serta di bawah rata-rata. Itu masuk akal. Siswa dan satu orang sangat sedikit. Berdasarkan tes lay-up shooting anak laki-laki di Kelas XI IPA 3 SMA Negeri 7 Manado, siswa termasuk dalam kategori sangat baik, 15 siswa dalam kategori baik, dan 2 siswa dalam kategori cukup baik. . Diperoleh nilai sig sebesar 0,009 berdasarkan hasil analisis di atas. 0,05. Didapatkan hipotesis yang sesuai “Di Kelas XI IPA 3 SMA Negeri 7 Manado ada hubungan yang signifikan antara tinggi lompatan dengan penempatan pukulan” diterima.

Kesimpulan

Melalui penelitian yang dilakukan maka ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara Hubungan Yang Signifikan Antara Tinggi Lompatan terhadap Lay Up Shoot pada siswa putra kelas XI IPA 3 SMA Negeri 7 Manado

Daftar Pustaka

- Aan Noprianto (2013), yang berjudul “Hubungan Tinggi Lompatan, Rentang Lengan, dengan Keterampilan Smash dalam Permainan Bola Voli Di Ekstrakurikuler SMP 22 Kota Bengkulu”.
- Ahmadi, Nuril. 2007. Permainan Bolabasket. Surabaya: Unesa- Universitas Press.
- Ambler, Vic. 2006. Bola Basket. Bandung : CV. PIONIR JAYA
- Dedy Sumiyarsono. (2002). Keterampilan Bolabasket. Yogyakarta: FIK UNY.
- Imam Sodikun. (1992). Olahraga Pilihan Bola Basket. Jakarta : Depdikbud Dirjen Dikti Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Listi Octantia. A (2013), “Hubungan Tinggi Lompatan, terhadap kemampuan Jump Shoot dalam Permainan Basket Siswa SMAN 3 Kota Bengkulu”
- Listi Oktantia. A. (2013). Hubungan Tinggi Lompatan Terhadap Kemampuan Memasukkan Bola Dengan Cara Jump Shoot Dalam Permainan Bola Basket Siswa Putra SMAN 3 Kota Bengkulu. Universitas Bengkulu, <http://repository.unib.ac.id/9186/>
- Maskuri, Hendra. 2012. Panduan Penggunaan Jump MD. Kumpulan Omongan

PenuhInspirasi,Online,(kopibangil.blogspot.com/2012/08/panduanpenggunaan-jumpmd.html?m=1), di akses 23 Desember 2013.

PERBASI. (2006). Bola Basket Untuk Semua. Jakarta : Perbasi

Solihin, M. 2013. Kontribusi Kekuatan Otot Lengan Terhadap Ketepatan Tembakan 3 Point dalam Basket. Surabaya : UNESA

Suherlin (2015). Kuasai 5 Teknik Dasar Permainan Bolabasket Untuk menjadi pemain Profesional. Jakarta. Diakses dari <http://www.suherlin.com/kuasai-5-teknik-dasar-permainan-bola-basketini-untuk-menjadi-pemain-profesional/>