PENGARUH MODEL LATIHAN *PASSING* BOLA BASKET DAN KOORDINASI MATA TANGAN TERHADAP KEMAMPUAN *PASSING* PADA SISWA PUTRA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET SMA NEGERI 1 LASEM

TESIS

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan

Oleh

ARDIANTO SUFYANDI
0602514053

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA
PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
TAHUN 2019

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Tesis dengan judul "Pengaruh Model Latihan *Passing* Bola Basket Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Kemampuan *Passing* Pada Siswa Putra Ekstrakurikuler Bola Basket SMA Negeri Satu Lasem" karya:

Nama : Ardianto sufyandi

NIM : 0602514053

Program Studi : Pendidikan Olahraga Progam Pascasarjana UNNES

Telah disetujui oleh pembimbing tesis untuk diajukan ke seminar Tesis.

Semarang.....

Pembimbing I	Pembimbing II
Prof. Dr.Soegiyanto KS., M.S	Dr.Sulaiman, M.Pd.
NIP. 195401111981031002	NIP. 196206121989011001

PENGESAHAN UJIAN TESIS

Tesis dengan judul Pengaruh Model Latihan *Passing* Bola Basket Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Kemampuan *Passing* Pada Siswa Putra Ekstrakurikuler Bola Basket SMA Negeri 1 Lasem karya,

nama : Ardianto Sufyandi

NIM : 0602514053

Program Studi : Progam Studi Pendidikan Olaraga

Telah dipertahankan dalam sidang panitia ujian tesis Pascasarjana, Universitas Negeri Semarang pada hari. Kamis, tanggal 13 Juni 2019

Semarang, 25 Juli 2019

Panitia Ujian

Ketua,

Prof. Dr. Totok Sumaryanto.F. M.Pd.
NIP. 196410271991021001

Sekretaris,

Prof. Dr. Tri Joko Raharjo, M.Pd.
NIP.195903011985111001

Penguji I,

Prof. Dr. Sugiharto, M.S
NIP.195711231985031001

Penguji II,

Dr. Sulaiman, M.Pd.
NIP. 196206121989011001

Penguji III,

Prof. Dr. Soegiyanto,K.S, M.S.
195401111981031002

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto :

“Permainan bola basket yang menyenangkan sesuai dengan perkembangan siswa menumbuhkan minat dan bakat serta prestasi yang akan dicapai”

Persembahan :

Kupersembahkan tesis ini kepada :

Almamaterku, Progam Studi Pendidikan Olahraga Pascasarjana Universitas Negeri Semarang.

ABSTRAK

Ardianto Sufyandi 2019. Pengaruh Model Latihan Passing Bola Basket Dan Keordinasi Mata Tangan Kemampuan Passing Pada Siswa Putra Ekstrakulikuler Bola Basket SMA Negeri Satu Lasem. Tesis, Program Studi S2 Pendidikan Olahraga, Pascasarjana Universitas Negeri Semarang. Pembimbing I Prof. Dr. Soegianto, Ks. MS, Pembimbing II Dr. SulaimanM.Pd.

Kata Kunci : Bolabasket, Metode Latihan

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh masih banyaknya peserta ekstrakurikuler yang masih belum bisa melakukan passing dalam permainan bola basket dengan baik dan data yang menunjukkan prestasi siswa putra ekstrakulikuler bola basket SMA Negeri Satu Lasem tingkat Kabupaten Rembang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat siswa putra ekstrakulikuler bola basket SMA Negeri Satu Lasem melalui model latihan passing bola basket dan keordinasi mata tangan .

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan menggunakan metode desain atau faktorial 2X2. Populasi penelitian ini adalah Siswa Putra Ekstrakulikuler Bola Basket SMA Negeri Satu Lasem. Sampel berjumlah 20 siswa. Analisis data penelitian ini menggunakan Anova. Variabel yang diteliti adalah variabel bebas Tingkat Koordinasi mata tangan tinggi dan Tingkat Koordinasi mata tangan rendah. Variabel bebas dimanipulasi model latihan *wall toss back* dan model latihan *triangel pass*

Hasil penelitian menunjukkan secara keseluruhan keterampilan passing pada kelompok siswa yang diberi perlakuan dengan metode latihan *triangel pass* lebih baik dibandingkan dengan kelompok siswa yang diberi perlakuan dengan metode latihan *woll toss back*. Kelompok siswa yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi yang diberi perlakuan metode latihan *triangel pass* lebih tinggi (lebih baik) dibandingkan dengan kelompok siswa yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi yang diberi perlakuan metode latihan *wall toss back*. Kelompok siswa yang memiliki koordinasi mata tangan rendah dan diberi perlakuan metode latihan *triangel pass* lebih rendah dibandingkan dengan kelompok siswa yang memiliki koordinasi mata tangan rendah dan diberi perlakuan metode latihan beban *wall toss back*

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian dan implikasi sebagaimana diuraikan di atas, diketengahkan saransaran sebagai berikut: Kepada para guru pendidikan jasmani, pelatih, dan pembina olahraga untuk mengembangkan metode pembelajaran yang mengacu pada metode latihan pada keterampilan passing, selain metode latihan juga harus memperhatikan koordinasi mata tangan.

ABSTRACT

Ardianto Sufyandi 2019. Influence Model Passing Exercise Basketball And Eye Sightness Passing Ability On Student's Student Extracurricular Basketball SMA Negeri Satu Lasem. Thesis, Master Program of Sport Education, Graduate of Semarang State University. Supervisor I Prof. Dr. Soegianto,Ks MS, Advisor II Dr. SulaimanM.Pd.

Keywords: Bolabasket, Exercise Method

This research is motivated by the number of extracurricular participants who still can not do the passing in basketball game well and the data which refer to student achievement of extracurricular basketball student of SMA Negeri One Lasem Rembang Regency. This research aim to know the level of students of extracurricular students of high school basketball Negeri Satu Lasem through basketball passing practice model and hand eye coordination.

This research is an experimental research. Experimental method with 2X2 design or factorial. The population of this research is Student's Putra Ekstrakulikuler Bola Basket SMA Negeri Satu Lasem. Sample amounted to 20 students. Analysis of this research data using Anova. The variables studied were independent variable of high hand eye coordination level and low eye eye coordination level. The independent variables are manipulated by the wall toss back exercises model and the triangle pass exercise model

The results showed that overall passing skill in the group of students who were treated with triangle pass exercise method was better than the group of students treated with the woll toss back training method. The group of students who had high hand eye coordination who were treated with triangle exercise method higher (better) compared to the group of students who have high hand eye coordination who were treated with the wall toss back training method. The group of students who had low hand eye coordination and treated the triangle pass training method was lower than the group of students who had eye coordination low hand and treated the weight training method of wall toss back

Based on the conclusions of the research results and the implications described above, the following suggestions are advocated: To the teachers of physical education, trainers and coaches to develop learning methods that refer to the method of training on passing skills, in addition to training methods should also pay attention to hand eye coordination.

PRAKATA

Allah yang maha pengasih dan maha penyayang, segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis yang berjudul "Pengaruh Model Latihan Passing Bola Basket Dan Koordinasi Mata Tangan Kemampuan Passing Pada Siswa Putra Ekstrakulikuler Bola Basket SMA Negeri Satu Lasem". Tesis ini disusun sebagai salah satu persyaratan meraih gelas Magister pendidikan pada Program Studi Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Semarang. Shalawat dan salam disampaikan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW, mudah-mudahan kita semua mendapatkan safaat-Nya di yaumil akhir nanti, amiin.

Penulis menyadari dengan sepenuh hati bahwa dalam proses penyusunan tesis ini bukan hanya atas kemampuan dan usaha penulis semata, namun juga berkat bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih yang sedalamnya dan penghargaan yang sebesarnya kepada yang terhormat:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang atas kesempatan yang diberikan kepada penulis untuk menempuh studi di Program Pascasarjana Universitas Negeri Semarang.
2. Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Semarang atas dukungan dan kelancaran yang diberikan kepada penulis dalam menempuh dan menyelesaikan studi.
3. Ketua Program Studi dan Sekretaris Program Studi Pendidikan Olahraga Pasacasarjana Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan dukungan dan bantuan kepada penulis dalam menempuh dan menyelesaikan studi.

4. Prof., Dr. Soegiyanto Ks, M.S. sebagai pembimbing I dan Dr. Sulaiman, M.Pd sebagai pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, petunjuk dan arahan sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan tesis ini.
5. Semua dosen Pascasarjana Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan bekal ilmu yang berharga dan motivasi kepada penulis selama menempuh perkuliahan maupun saat penyusunan tesis ini.
6. Kepala Sekolah SMA Negeri Satu Lasem yang telah memberikan ijin penelitian dan bantuan lainnya.
7. Orangtua saya Bapak Aris Suhandono dan ibu Sri Sulistiowati dan istri Nur Aeni Nailis serta anak Muhammad Ardan , doa, pengertian, dan kesabaran yang telah diberikan kepada penulis untuk dapat menyelesaikan studi.
8. Teman-teman seperjuangan khususnya rombel A3 dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan seluruhnya yang sudah membantu terselesaikannya karyatulis ini.

Segala bentuk dukungan yang diberikan saya mengucapkan terima kasih dan kebaikan akan dibalas dengan rahmat dan imbalan yang berlimpah dari Allah. Semoga Allah selalu memudahkan untuk setiap urusan kita. Akhirnya penulis berharap semoga tesis ini dapat bermanfaat bagi para pembaca semua.

Semarang, 27 Mei 2019

Ardianto Sufyandi

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN.....	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	iv
PRAKATA	v
ABSTRAK	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	6
1.3 Pembatasan Masalah.....	7
1.4 Rumusan Masalah.....	7
1.5 Tujuan Penelitian.....	7
1.6 Mamfaat Penelitian.....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA,KERANGKA TEORITIS, KERANGKA BERPIKIR DAN HIPOSKRIPSI PENELITIAN	
2.1 Kajian Pustaka.....	9
2.2 Kerangka Berpikir	37
2.3 Hipotesis Penelitian	40
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Desain Penelitian	42

3.2 Populasi 43
3.3 Variabel Penelitian 43
3.4 Instrumen Pengumpulan Data 43
3.5 Teknik Analisis Data 54

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN
4.1 Hasil Penelitian..... 56
4.2 Pembahasan..... 70

BAB V PENUTUP
5.1 Simpulan..... 72
5.2 Saran..... 72

DAFTAR PUSTAKA..... 74
LAMPIRAN..... 84

DAFTAR TABEL

Tabel Halaman

Tabel 1.1 Data Hasil Survei Kejuaraan Bola Basket SMA Kota Rembang 5

Tabel 2.1 Daftar tabel perbandinagan latiahan wall toss back(A) dantriangle passing (B) 35

Tabel 3.1 Rancangan Penelitian..... 41

Table 4.1 Rangkuman Deskripsi data Hasil Penelitian 55

Table 4.1 Rangkuman Deskripsi data Hasil Penelitian 61

Tabel 4.3.Rangkuman Hasil uji Homogenitas Varians Populas .. 63

Tabel 4.4 Uji Hipotesis dengan uji Two-Way Anova Model *wall toss back* dengan Tingkat Koordinasi mata tangan tinggi dan rendah 64

Tabel 4.5 Uji Hipotesis dengan uji Two-Way Anova Model *Triangel pass* dengan Tingkat Koordinasi mata tangan tinggi dan rendah 64

DAFTAR GAMBAR

Gambar Halaman

Gambar 1.Teknik *Chest pass* 18

Gambar 2. Teknik *Bounce pass* 18

Gambar 3. Teknik *Overhead pass* 19

Gambar 4. Bagan Kerangka Berfikir Penelitian 39

Gambar 5. Tes ketrampilan *passing* bola basket ke petak sasaran di dinding 43

Gambar 6. Tes tingkat koordinasi mata tangan 46

Gambar 4.1. Diagram latihan *passing* bola basket dengan *wall toss back* 56

Gambar 4.2. Diagram latihan *passing* bola basket dengan *Triangel pass* 57

Gambar 4.3. Tingkat Koordinasi mata tangan tinggi dengan model latihan passing *wall toss back* 58

Gambar 4.4.Tingkat Koordinasi mata tangan dengan model latihan passing *triangel pass.* 58

Gambar 4.5. Kemampuan Tingkat Koordinasi mata tangan rendahdengan model latihan passing *wall toss back* 59

Gambar 4.5.Kemampuan Tingkat Koordinasi mata tangan rendah dengan model latihan passing *triangel pass.* 60

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Halaman

Lampiran 1: SK Dosen Pembimbing 84

Lampiran 2: Surat Ijin Observasi Dispora 85

Lampiran 3: Surat Ijin Observasi 86

Lampiran 4: Surat Ijin Penelitian 87

Lampiran 5: Analisis Data Penelitian..... 88

Lampiran 6: Dokumentasi Penelitian 101

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Permainan bola basket adalah salah satu cabang olahraga yang termasuk populer dan banyak digemari oleh masyarakat Indonesia. Kenyataan ini merupakan modal dasar dan peluang untuk mencapai prestasi. Prestasi dibidang olahraga merupakan salahsatu rasa kebanggaan suatu negara. Hampir semua negara di dunia ini mengembangkan aspek keolahragannya untuk meningkatkan prestasi di dunia internasional. oleh sebab itu sangat diharapkan adanya usaha-usaha pembinaan ke arah peningkatan prestasi.

Pembinaan dan pengembangan olahraga merupakan bagian dari upanya peningkatan kualitas manusia. Latihan olahraga yang dilakuna mempunyai makna dan bayak tujuan yang ingin di capai, salah satuanya adalah olahraga menuju prestasi. untuk meningkatkan olahraga tersebut bukan langkah yang mudah. Langkah tersebut memerlukan proses pembinaan yang sistematis teratur dan berkesinambungan.

Pembinaan olahraga yang bertujuan pada peningkatan perstasi diperlukan beberapa sarana penunjang antara lain adalah faktor bakat, kesehatan, kualitas gizi, organisasi, fasilitas dan pembinaan. Faktor pembinaan merupakan salah satu dari faktor penunjang yang sangan penting. Para pembina diharapkan dapat memaksimalkan metode metode serta sistem latihan yang benar dan terarah. Keberhasilan para Pembina olahraga dalam mencapi prestasi peserta didik

maupun atlitnya juga dipengaruhi oleh faktor sarana prasarana dan juga faktor penunjang lainnya.

Perkembangan olahraga di sekolah menengah atas saat ini perlu adanya pembinaan yang terarah dan berkesinambungan sehingga di harapkan peserta didik dapat berprestasi ditinkat kabupaten maupun propinsi. Salah satu cabang olahraga yang dapat diamati perkembangannya dan populer di kalangan remaja setingkat SMA adalah olahraga bola basket.

Kemenangan dalam permainan bola basket selalu ditentukan dari jumlah banyaknya bola yang masuk ke keranjang yang di hitung dengan angka. Regu yang lebih banyak memperoleh angka, maka regu itulah yang dinyatakan sebagai pemenang, untuk dapat mencetak point atau kemenangan dibutuhkan teknik-teknik dasar permaianan bola basket, yang terdiri dari teknik individu, taktik kelompok, taktik beregu, taktik penyerangan dan taktik pertahanan.

Secara umum untuk mempermudah tujuan pembelajaran maka harus diterapkannya pengenalan teknik dasar disesuaikan dengan aspek yang ada dalam kurikulum selain itu harus dipertimbangkan juga faktor usia, perkembangan fisik, dan jenjang pendidikan yang sedang dijalani oleh siswa. Pengenalan teknik dasar dalam pembelajaran pendidikan jasmani khususnya dalam permainan bola basket pada SMA Negeri I Lasem merupakan siswa yang sudah memahami dan mengenal dengan baik serta di nilai cukup mampu berkerja sama dengan kawan.

KONI maupun Depdiknas belum memiliki standar tes keterampilan bolabasket untuk siswa Sekolah Dasar. Oleh sebab itu, tes keterampilan bolabasket untuk siswa sekolah dasar yang valid dan reliabel berdasarkan

indikator-indikator keterampilan bolabasket diharapkan dapat mengembangkan bakat anak dalam olahraga bola basket, mengembangkan mutu pendidikan dan pembelajaran di sekolah dasar.

Kemampuan koordinasi tinggi mata tangan berada di atas rata-rata kemampuan koordinasi mata tangan yang tinggi orang lain, sedangkan kemampuan koordinasi rendah dibawah rata-rata kemampuan koordinasi mata tangan orang lain. Apakah benar siswa yang memiliki koordinasi mata tangan baik kemampuan passing bola basketnya juga baik. Demikian juga sebaliknya siswa yang memiliki koordinasi mata tangan rendah kemampuan passing bola basket juga rendah. Nampak hal ini perlu dipertanyakan lagi, hal ini karena kemampuan passing bola basket tidak hanya dipengaruhi tingkat koordinasi mata tangan yang dimiliki siswa, tetapi masih banyak faktor lainnya seperti, kekuatan, body control, penguasaan teknik yang benar dan lain sebagainya. Agar dapat melakukan passing yang baik diperlukan upanya latihan yang sistematis. Kontinyu, progresivitas dari seorang siswa dan pembinaan yang terarah dengan jelas. Sebagi tututan bentuk pembinaan yang terarah dengan jelas tanpak pada penyusunan progam yang sisitematis, pemilihan metode latihan yang tepat, pelasanaan yang intensif dan evaluasi kegiatan yang syahih dari Pembina atau guru.

Arif Fathurohman (2012:116) Pembelajaran yang seperti itu menjadi permasalahan bagi guru dan siswa, sehingga perlu dicari solusinya, bila tidak dikhawatirkan akan berdampak pada : (1) Guru dan siswa akan membutuhkan lebih banyak lagi waktu untuk menyelesaikan pembelajaran; (2) Siswa yang

merasa terpaksa semakin mengalami kesulitan belajar; (3) Guru mengalami kesulitan dalam memotivasi belajar pada siswa dan tidak tuntas pada pencapaian materi lanjutannya; (4) Kegiatan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan menjadi terhambat.

Brithenham (2002:7) hal penting dalam permainan bola basket adalah penguasan keterampilan teknik dasar yang meliputi menggiring (*dribble*), menembak (*shoot*) dan mengoper (*passing*), penguasaan terhadap ketiga teknik dasar ini akan mengembangkan kemampuan seseorang dalam keterampilan bermain bola basket. Berdasarkan beberapa faktor yang mempengaruhi efektifitas *passing* adalah kekuatan lengan. Maka seseorang pemain bola basket diharuskan mempunyai keoordinasi mata tangan yang baik agar memudahkan pemain tersebut dalam melakukan teknik *passing.* Salah satu faktor yang mempengaruhi hasil operan bola adalah koordinasi mata tangan. Koordinasi mata tangan salah satu penunjang seseorang untuk bisa melakukan teknik dasar *body control* secara maksamilan sehingga mampu untuk melakukan *passing* dan teknik dasar lainya dengan baik dan benar. Koordinasian mata tangan sangat mendukung untuk kecermatan pandangan dan keakurtan lemparan pada saat melakukan *passing.* Jika seseorang memiliki koordinasi mata tangan yang baik dimungkinkan dapat menguasai teknik dasar bola basket dengan baik.

Hasil *survei* dan observasi kejuaraan antar Sekolah Menengah Atas tingkat Kota Rembang tahun 2016 yang diikuti 11 sekolahan pada tanggal 13 maret 2016 di Kabupaten Rembang yaitu SMA Negeri 1 Lasem, SMA Negeri 2 Rembang, SMA Negeri 3 Rembang, SMA Negeri 1 Sale, SMA Negeri 1 Pamotan,

menunjukkan bahwa peserta didik belum menguasai teknik dasar bola basket dengan baik terutama passing. Peserta didik dalam melakukan permainan dalam kejuaraan tersebut masih melakukan kesalahan yang mendasar saat melakukan lemparan masih banyak yang tidak tepat sasaran dan mudah dikuasai lawan. Data dari para pelatih yang mengikuti kejuaraan tersebut juga mengalami kendala dalam membenahi teknik dasar terutama *passing*.

Hadi Martono (2017:45) Faktor yang sangat mempengaruhi keberhasilan proses pembelajaran dan meningkatkan hasil belajar siswa adalah metode pembelajaran yang diterapkan guru. Dalam praktik pengajaran selama ini, guru menjadi pusat kegiatan pengajaran, guru menjadi dominan, siswa seolah gelas kosong yang harus selalu di isi air (Hariyanto & Suyono, 2012).

Tabel 1.1
Data Hasil *Survey* Prestasi SMA Negeri 1Lasem

NO	TAHUN	HASIL
1	2015	Peringkat 3
2	2016	Peringkat 9
3	2017	Peringkat 8
4	2018	Peringkat 4

Salah satu teknik dasar keterampilan bermain bola basket yang ada di SMA Negeri 1 yang dikaji adalah permasalahan teknik dasar Passing atau mengoper bola. Kenyataan yang berada dilapangan saat dilangsungkannya survei dan observasi awal, membuktikan bahwa 85% peserta didik belum menguasai teknik dasar permainan bola basket terutama teknik oper bola atau *passing*

(lampiran hal) Latihan *game* dan kekompakan tim yang selama ini dilatih karena pelatih maupun guru penjasorkes menginginkan prestasi yang optimal dan mengharapkan suatu penghargaan dari pimpinan sekolah tersebut. Pada latihan sebelumnya pelatih dan juga sebagai peneliti hanya memberikan latihan dasar passing bola basket lempar tangkap berpasangan dan terus dilakukan *game.* Siswa hanya dituntut bermain yang baik dan kemenangan saat pertandingan, untuk latihan *passing* bola basket selama ini terabaikan.

Ananda Rudhit Pramudya (2015:2) Melihat fakta di lapangan masih banyak pemain yang kesulitan saat melakukan dribbling, pemain masih terlihat kaku pada saat dribbling dan kebanyakan cara dribbling bolanya masih banyak yang dipukul-pukul dan pandangan mata masih tertuju pada bola. Seharusnya bola dipantul-pantulkan dan tidak ada suara dari sentuhan antara tangan dengan Pandangan mata saat melakukan dribbling sebaiknya tertuju pada situasi sekitar, selain itu gerakan melindungi bola saat melakukan dribbling juga belum nampak.

Peneliti dalam mengatasi permasalahan tersebut diperlukan model latihan *passing* bola basket dan koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *passing* pada siswa putra ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Lasem. Diharapkan dengan model tersebut sesuai dengan aktivitas, perilaku, dan hasil belajar *passing* siswa akan lebih meningkat, variatif, kreatif, dan tuntas.

Penulis berdasarkan permasalahan diatas tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul pengaruh metode latihan *passing* bola basket dan koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *passing* pada siswa putra ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri satu Lasem.

1.2 Identifikasi Masalah

Sesuai dengan latar belakang masalah di atas terdapat permasalahan *passing* pada siswa putra ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri satu Lasem dan diidentifikasikan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana Pengaruh Model Latihan Kemampuan Dasar *Passing* Bola Basket terhadap Kemampuan *Passing* Bola Basket ?
2. Bagaimana Pengaruh Antara Koordinasi Mata Tangan Yang Tinggi Dan Rendah Terhadap Kemampuan *Passing* Bola Basket ?
3. Apakah Terdapat Interaksi Antara Kemampuan Dasar *Passing* Bola Basket Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Kemampuan *Passing* Bola Basket ?
4. Terdapat Interaksi Antara Kemampuan Dasar *Passing* Bola Basket Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Kemampuan *Passing* Bola Basket dengan hasil belajar *Passing* Bola Basket pada siswa?
5. Bagaimana Pengaruh Model Latihan Kemampuan Dasar *Passing* Bola Basket terhadap Kemampuan *Passing* Bola Basket dengan hasil latih tanding?

1.3 Cakupan Masalah

Di dalam suatu penelitian perlu adanya batasan penelitian, dalam penelitian ini pembatasan dalam penelitian ini adalah pengaruh metode latihan *passing* bola basket dan koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *passing* pada siswa putra ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri I Lasem.

1.4 Rumusan Masalah

Identifikasi dan pembatasan masalah yang telah dipaparkan di atas maka permasalahan yang ada dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah terdapat perbedaan antara model latihan *passing* menggunakan *wall tossback* dan *triangle passing* terhadap hasil kemampuan *passing* pada ekstrakulikuler siswa putra bola basket SMA Negeri 1 Lasem?
2. Apakah terdapat perbedaaan pengaruh antara Koordinasi mata tangan tinggi dan Koordinasi mata tangan rendah terhadap kemampuan *passing* pada ekstrakulikuler siswa putra bola basket SMA Negeri 1 Lasem?
3. Apakah ada interaksi antara metode latihan teknik dasar *passing* dan koordinasi mata tangan terhadap hasil kemampuan *passing* pada ekstrakulikuler siswa putra bola basket SMA Negeri 1 Lasem?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang hingga rumusan masalah tersebut di atas, tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk menganalisis perbedaan pengaruh antara metode latihan *passing* menggunakan *woll tassback* dan *triangle passing* terhadap kemampuan passing pada peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Lasem
2. Untuk menganalisis perbedaan pengaruh kekuatan otot lengan yang tinggi dan rendah terhadap kemampuan passing pada ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Lasem

3. Untuk menganalisis pebedaan apakah ada interaksi antara metode latihan teknik dasar *passing* dan kekuatan otot lengan terhadap kemampuan passing pada peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Lasem

1.6 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Setelah penelitan ini selesai dilakukan , maka hasil yang didapat, dapat memiliki manfatat sebagai berikut:

1) Memberikan kontribusi keilmuan dalam bidang olahraga, khususnya cabang olahraga bola basket.
2) Secara khusus penelitian ini juga diharapkan memberikan kontribusi pada salah satu model pembelajaran Penjas.

2. Manfaat Praktis

1) Bagi guru penjasorkes, sebagai acuan dalam proses mengajar atau mengembangkan latian fundamental untuk variasi pembelajaran bola basket.
2) Bagi pelatih, untuk menyusun serta mengembangkan progam latian dan materi latian yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik agar prestasi anak bisa optimal.
3) Bagi siswa dan atlet, bahwa pemanfaatan media pembelajaran dari bergai media sangat penting untuk latihan para pelaku latiahan dapat lebih obtimal dalam berlatih dan bermaian.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA BERPIKIR,DAN HIPOTESIS

2.1 Kajian Pustaka

Dalam kajian pustaka, peneliti memaparkan penjelasan dan beberapa hasil Peneliti yang mendukung penelitian ini, penelitian yang relevan dengan penelitian ini antara lain :

1. Khairul Usman tahun 2016 dengan judul pengaruh model pembelajaran dan tingkat koordinasi mata tangan terhadap hasil belajar bola basket Penelitian di atas ditujukan untuk meningkatkan keterampilan *lay up shoot.* Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui : (1) perbedaan pengaruh antara model pembelajaran jigsaw dan example non-example terhadap hasil belajar bola basket; (2) perbedaan pengaruh antara siswa yang memiliki tingkat koordinasi mata tangan tinggi dan rendah terhadap hasil belajar bola basket; (3) interaksi antara model pembelajaran dan tingkat koordinasi mata tangan siswa terhadap hasil belajar bola basket. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dalam rancangan faktorial 2x2, pengambilan sampel dengan perpousive sampling yaitu 32 orang dari total populasi 38 orang. Teknik analisis data digunakan uji anava dua jalur dengan program SPSS 20.0 dan taraf signifikansi 5% , dilanjutkan dengan uji Tukey. Hasil penelitian diperoleh bahwa: (1) terdapat perbedaan pengaruh antara model pembelajaran jigsaw dan example non-example terhadap hasil belajar bola basket, (2) terdapat perbedaan pengaruh antara siswa yang memiliki tingkat koordinasi mata tangan tinggi dan rendah

terhadap hasil belajar bola basket,(3) yaitu terdapat interaksi antara model pembelajaran dan koordinasi mata tangan siswa terhadap hasil belajar bola basket. Uji tukey diperoleh hanya 2 yang tidak memiliki perbedaan yaitu model example non-example pada koordinasi mata tangan tinggi dan model jigsaw pada koordinasi mata tangan rendah, dan kelompok model jigsaw pada koordinasi mata tangan tinggi dan model example nonexample pada koordinasi mata tangan rendah

2. Mohammad Yoby Pradana Oktavianto, 2012, “sumbangan power lengan dan panjang lengan terhadap kemampuan lempar chest pass bola basket pada klub bola basket bluesky kabupaten demak” Prestasi olahraga dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah faktor bakat, keahlian dan latihan. prestasi yang terjadi pada saat ini merupakan hasil perpadua dari komponen-komponen yang menunjang pencapaian prestasi tersebut. Adapun faktor-faktor penentu pencapaian prestasi dalam cabang olahraga dapat di kelompokan menjadi beberapa aspek yaitu diantaranya, Aspek biologis, Aspek psikologis, Aspek lingkungan, dan Aspek penunjang. Khusus dalam pelaksanaan lemparan chest pass permaina Bola Basket, aspek kondisi fisik yang turut menentukan keberhasilan pemain dalam melakukan lemparan chest pass salah satunya adalah power lengan pemain. Berdasarkan latar belakang ini, maka permaslahan pada penelitian di ini adalah Berapa besarnya sumbangan power lengan dan panjang lengan terhadap kemampuan lemparan chest pass bola basket. Sedangkan tujuan penelitian adalah barapa besarnya sumbangan power lengan dan

panjang lengan terhadap kemampuan lemparan chest pass bola basket. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 25 orang yang diambil dengan teknik total sampling. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya sumbangan yang seknifikan power lengan panjang lengan terhadap kemampuan lemparan chest pass pada pemain bola basket. Saran yang di inginkan oleh peneliti adalah Bagi pemain bola basket selain berkonsentrasi pada latihan dasar lemparan chest pass juga perlu berlatih meningkatkan kondisi fisiknya khususnya power lengan yang terbukti dapat memberikan kontribusi positif terhadap kemampuannya dalam melakukan lemparan chest pass

3. Rival Pahlewi tahun 2014 dengan judul " pengaruh Metode latihan *passing* bola basket Dan kekuatan otot lengan terhadap kemampuan passing pada siswa putra ekstrakulikuler bola basket SMA 1 Rembang tahun 2012/2013" Tujuan penelitian ini intuk mengetahui perbedan pengaruh antara metode latihan passing menggunakan wall tossback dan Partner passing terhadap kemampuan passing, inggin mengetahui iteraksi antara metode latihan tehnik dasar passing dan kekuatan otot lengan terhadap kemampuan pasing pada peserta ekstrakulikuler bola basket SMA N 1 Rembang. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan rancangan faktorial 2x2. Teknik sampling yang digunakan adalah total sampling, sampel yang diambil sebanyak 16 siswa, Variabel yang diteliti adalah variable bebas terdiri dari dua faktor yaitu variable atribut manipulative yaitu metode wall tassback dan metode passing patner dan

variable atributif yaitu kekuatan otot lengan tinggi dan rendah, serta satu variable terikat. variable terikat yaitu kemampuan passing. Teknik pengumpulan data dengan tes dan pengukuran. Pengambilan data kekuatan otot lengan dengan tes medicine ball push dengan berat 3 kg. teknik analisis data menggunakan analisis varians dan pengujian hipotesis dengan perhitungan uji F pada tariff singnifikan 5 % dan uji lanjutan dengn tukey, simpulan penelitian bahwa ada perbedaan yang signifikan antara metode latihan passing bola basket dan kekuatan otot lengan, iteraksi antara metode latihan passing bola basket dan kekuatan otot lengan terhadap hasil latihan pasing.

2.1.1 Kerangka Teoritis

2.1.2 Hakikat Permainan Bola Basket

Bola basket dimainkan oleh dua regu yang masing masing regu berusaha memasukkan bola ke dalam keranjang lawan dan berusaha mencegah lawan untuk memasukkan bola atau mencetak angka dengan cara bola dioper, digelinding, dipantulkan atau di dribble ke segala arah, sesuai dengan peraturan yang telah ditentukan (PB PERBASI, 2004 : 11). Sedangkan menurut Muhajir (2006 : 11), Bola basket merupakan olahraga permainan bola besar dan dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri oleh lima orang pemain, tujuannya adalah untuk mencari nilai atau angka sebanyak-banyaknya dengan cara memasukkan bola ke basket lawan dan mencegah untuk mendapatkan nilai.

Ahmad Rahmadani (2013:2) bolabasket merupakan cabang olahraga yang makin banyak digemari oleh masyarakat terutama di kalangan generasi muda. Hal

ini dapat dilihat dari semakin meningkatnya minat para pelajar mulai dari sekolah dasar, sekolah menengah hingga ke bangku perkuliahan yang berpartisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler bolabasket di sekolah maupun berlatih di klub-klub bolabasket. Selain itu perkembangan bolabasket juga didukung oleh banyaknya event-event pertandingan yang diselenggarakan secara reguler pada tingkat-tingkat umur tertentu, mulai dari yang berskala kecil, seperti: LIBALA untuk siswa SMP, HSBL dan DBL untuk pelajar SMA, LIBAMA untuk mahasiswa hingga Kompetisi NBL (National Basketball League) yang berskala nasional. Melalui kegiatan olahraga bolabasket ini para remaja banyak memperoleh manfaat khususnya dalam pertumbuhan fisik, mental, dan sosial.

Deny Sumiyarso (2002:1), permainan bola basket merupakan olahraga permainan menggunakan bola besar, dimainkan dengan dua tangan. Permainan bola basket mempunyai tujuan memasukkan bola sebanyak mungkin ke keranjang lawan, serta menahan lawan agar jangan memasukkan bola ke keranjang sendiri dengan lempar tangkap,menggirng dan menembak.Dalam memainkan bola, pemain dapat mendorong bola, memukul bola dengan telapak tangan yang terbuka, melemparkan atau menggring bola ke segala penjuru dalam lapangan. Anak Agung Fridami Dewi (2016:2) Permainan basket dianggap sebagai salah satu olahraga kolektif yang paling dinamis dan memerlukan tingkat kebugaran fisik yang tinggi. Tingkat kebugaran tersebut meliputi fleksibilitas, efisiensi neuromuskuler, kekuatan otot, kelincahan dan kecepatan.4 Untuk melakukan berbagai teknik utama dalam permainan basket seperti shooting, passing dan catching, dribbling, rebounding serta berpindah tempat dengan atau tanpa bola,

Deny Sumiyarso (2008 : 2) bola basket adalah permainan yang menggunakan kecepatan (kaki dan tangan) dalam waktu yang tepat. Hal tersebut hausdilatih saat mengembangkan serta melatih *skill*individu pemain, fisik, emosi dan *team balance*, baik dalam posisi *defense* maupun *offense.*

Hall wissel (2000: 2), permainan bola basket merupakan suatu kombinasi dari pertahanan dan penyerangan, untuk itu seorang pemain haruslah menguasai teknik dan keterampilan dasar bermain bola basket untuk bermain dengan baik. Dengan latihan ulang (*drill*) yang cukup, sehingga menjadi gerakan yang otomatis untuk meniungkatkan prestasi.

Eva Yunida (2017:126) Sistem pembinaan olahraga nasional, pembinaan prestasi olahraga ditugaskan kepada KONI (Komite Olahraga Nasional Indonesia). KONI beranggotakan induk-induk organisasi olahraga, klub-klub olahraga, dengan segala kelebihan dan kekurangannya, KONI dan anggotanya telah melaksanakan tugasnya dengan hasil yang baik maupun yang kurang baik. Dengan adanya sistem pembinaan olahraga nasional, maka akan dapat diidentifikasikan unitunit pelaksanaan yang strategis untuk melaksanakan pembinaan yang secara operasional sebagai subsistem. Muara dari keseluruhan kegiatan dari subsistem-subsistem yang ada yaitu diperbolehkan atlet berprestasi sebagai kelompok terpilih yang handal.

2.1.3 Kemampuan Gerak Dasar Bola basket

Hall Wissel (2000:15), bahwa pra-syarat untuk melakuakan setiap teknik dalam adalah kesemimbangan, kekuatan, dan kecepatan. Keseimbangan berate ada dapat mengatur seluruh bagian tubuh anda dan di dalam posisi siap untuk

bergerak dengan cepat. Kecepatan mengacu pada kecepatan gerakan di dalam menampilkan keahlian. Menurut Stiliani Chroni, dkk (2010), Pemaian harus memiliki kaki yang melebar sedikit lebih lebar dari bahu dan menjaga pergerakan mereka agar tetap seimbang.

Fachru Falah Adina (2017:15) Teknik dasar dari suatu permainan sangat diperlukan demi tercapainya keberhasilan, serta tujuan dari suatu cabang olahraga. Begitupun dalam cabang olahraga bolabasket, diharapkan seorang pemain mampu menguasai teknik dasar yang terdiri dari dribbling,passing, dan shooting. Ketiganya tentu memiliki karakteristik yang berbeda dalam prakteknya dilapangan. Keterampilan teknik sangat penting dalam mencapai prestasi tanpa adanya keterampilan teknik yang baik maka seorang atlet tidak akan mampu menampilkan gaya yang baik dalam suatu cabang olahraga. Dian Kartika Amelia Arbi (2013:66) Olahraga bola basket bukan merupakan olahraga yang diasosiasikan dengan resiko cedera yang tinggi. Aturan pada olahraga ini mencegah beberapa bentuk kontak, namun ada beberapa gerakan atau teknik yang mengijinkan untuk terjadinya kontak fisik antar pemain yang dapat mengakibatkan cedera (Hoffman, 2003).

Baduronidongoran (2013:86) Passing dalam permainan bola basket adalah salah satu teknik dasar yang penting dikuasai setiap pemain, hal ini disebabkan karena operan (passing) yang tepat merupakan kunci utama keberhasilan sebuah tim dan merupakan unsur penentu tembakan-tembakan yang berpeluang besar mencetak angka. Operan yang tepat dan cepat dapat memotivasi rekan sesama tim, menunjukkan kerjasama tim, serta menjadi tontonan yang menarik bagi

penonton. Untuk dapat melakukan umpan atau operan yang tepat, kepada setiap pemain dituntut terlebih dahulu menguasai teknik dasar passing permainan bola basket dengan benar.

2.1.4 *Body Control (Body Balance)*

Tugas seorang yang ingin mengajarkan bola basket yang pertama dan utama adalah mengajarkan bagaimana melakukan pergerakan dan mengontrol tubuh badan.Dalam bola basket perlu diajarkan kepada pemula untuk bergerak dengan efektif dan efisien, serta mengurangi gerakan yang berlebihan (boros) sehingga mereka mampu mengembangkan keseimbangan dan kecepatan.Kecepatan bergerak, kemampuan mengendalikan tubuh, dan kecepatan bergerak disertai keseimbangan badan yang baik, itulah yang sangat diperlukan untuk bisa bermain bola basket dengan baik.

Ada 6 posisi fundamental untuk dasar *body control* yaitu :

1. *Stance* (cara berdiri)
2. *Start (mulai bergerak)*
3. *Step (langkah pergerakan kaki)*
4. *Turn (berputar)*
5. *Stop (berhenti)*
6. *Jump (melompot) (Danny Kosasih, 2008:02)*
7. *Quick Stance* (cara Berdiri)

Danny Kosasih (2008: 03), ada beberapa hal yang harus diperhatika dalam melakuakan gerakan ini yaitu :

1. Posisi kaki

Ada 2 posisi kaki yaitu :

1) Slightly staggered stance salah satu telapak kaki berada di depan. Posisi ini digunakan untuk merubah kebeberapa arah

2) *Parallel stance* yaitu kedua telapak kaki sejajar dan selebar bahu. Posisi ini biasa digunakan didalam menerima bola dengan *jump stop* dan untuk bergerak kea rah samping.

2. Distribusi berat tubuh

Pendistribusian berat tubuh penting untuk menjaga keseimbangan. Jika menggunakan *slightly staggered stance*, berat tubuh akan berada 60-80% di telapak kaki belakang. Sedangkan jika menggunakan *parallel stance,* berat tubuh akan seimbang pada kedua telapak kaki.

3. Posisi Kepala dan Badan

Kepala adalah kunci keseimbangan tubuh.Karena letak di bagian atas tubuh, dianjurkan untuk melakuakan *quick stance* dengan membentuk segitiga dari kepala dan kedua telapak kakinya serta membuat sudut pada tekukan lutut antara 90-120 dan dibuka selebar bahu.

a) Lengan dan LenganLengan dan lengan harus siap melakuakn gerakan. Dan posisitubuh tidak boleh kaku serta tetap menjaga keseimbangan gravitasi.

4. *Quick start* (Mulai bergerak)

Gerakan ini, seseorang harus menempatkan berat tubuhnya dengan tepat, sebagai contoh jika akan melakukan gerakan *slide* ke kiri, maka harus menempatkan sebagian besar berat tubuh kita pada kaki kiri.untuk

melakuakan gerakan ini diharuskan posisi tubuh direndahkan agar mencapai gerakan yang maksimal dan tidak boleh dilakukan dengan melompat (danny Kosasih, 2008: 05).

5. *Quick step*

Quick step adalah pergerkan dasar yang memungkinkan pemain bergerak dengan menggunakan kecepatan dan arah yang sesuai untuk keperluan yang diinginkan.Perubahan kecepatan yakni dari gerakan lambat ke gerakan cepat sedangkan perubahan arah memiliki konsep menggunakan kecepatan pada waktu dan ruang yang tepat.

6. *Quick Turn*

Quick Turn atau*Pivot* adalah perputaran tubuh dengan satu kaki tumpuan yang tidak boleh berpindah tempat. Gerakan ini sangat diperlukan untuk keseimbangan.

7. *Quick Stop*

Kegunaan gerakan ini adalah kemampuan gerakan cepat dengan control dan keseimbangan pada gerakan tubuh yang baik. Bayangkan bahwa kalian telah menerima lemparan saat kedua kaki sedang tidak menginjak lantai atau melayang.Saat kalian mendarat di atas satu kaki hitungan satu dan saat melangkah kaki satu kaki lainnya hitung dua, saat kaki tersebut mendarat. Pada hitungan kedua harus berhenti, dan harus menekuk kedua lutut guna menurunkan berat badan dan mendaratkan keseimbangan (Agus Salim, 2008: 52)

Danny Kosasih (2008: 03), quick stop dibagi menjadi dua yaitu :

1) *Jump Stop*

jump Stop yaitu berhenti dari keadaan berlari dengan kedua kaki bersamaan mendaray di lantai.

2) *Stride Stop*

stride stop yaitu cara berhenti yang dilakukan dengan dua hitungan atau dua kaki mendarat. Kaki pertama mendarat pada hitungan pertama dan dengan segera diikuti oleh kaki yang kedua pada hitungan yang kedua.

8. *Quick Jump*

Danny Kosasih (2008: 03), *quick jump* di bagi menjadi tiga yaitu:

1) *Two foot Power jump*

Gerkan ini relative lambat namun merupakan gerakan lompat yang paling stabil. Gerakan ini digunakan pemain saat terjadi benturan tubuh (*body contact*) di udara.

2) *Quick Jump*

Gerkan ini digunakan untuk menghemat waktu, menjaga keseimbangan dan dilakukan pemain saat memerlukan kecepatan untuk mengembalikan bola di udara. Gerkan ini berguna jika akan melakukan yang kedua dengan cepat dan seimbang sesaat setelah mendarat pada lompatan pertama.

3) *One foot jump*

Gerkan ini sangat berguna untuk mendapatkan lompatan maksimal. pemain harus mengetahui cara mendarat dengan baik karena gerakan

ini relative lebih beresiko dari pada kedua gerakan yang lain. Gerakan ini umum dilakukan pada saat pemain melakukan *lay up*.

Gusti Ari Sandika (2014:2) Tembakan bebas adalah tembakan yang dihadiahkan pada seorang pemain untuk mendapatkan angka, sebagai akibat diganggunya dengan kasar oleh pemain lawan dalam usaha tembakan lapangan. Tembakan bebas dilaksanakan di belakang garis tembakan bebas tanpa rintangan. Teknik One hand set shoot dan two hand set shoot dalam suatu pertandingan masih merupakan fenomena, karena banyak anggapan berbeda yang muncul. Satu pihak menyatakan one hand setshoot lebih efektif dan pihak yang lain menyatakan two hand set shoot lebih efektif pada tembakan bebas.

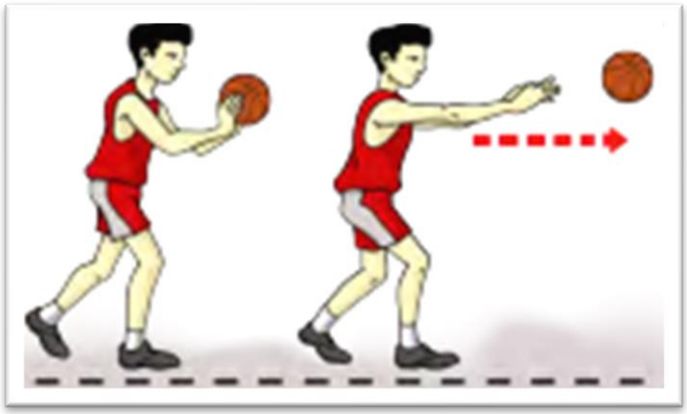
Haris Pojskić (2014:409) Salah satu keterampilan utama yang menentukan keberhasilan bermain bola basket adalah ketepatan menembak (Erčulj & Supej, 2006). Beberapa penelitian sebelumnya telah menunjukkan pentingnya lemparan bebas, sasaran lapangan, dan akurasi tembakan tiga poin dalam membedakan tim bola basket menang dan kalah.

2.1.5 *Passing*

Nuril Ahmadi (2007: 13), passing berarti mengoper bola, passing dapat dilakukan dengan cepat dan keras. Prinsip melakukan passing adalah bola dapat dikuasai oleh teman yang menerimanya. Teknik dasar passing dalam bolabasket adalah sebagai

berikut:

1. *Chest pass* (operan setinggi dada) Operan ini dimulai dari memegang bola di depan dada, kemudian bola dilempar lurus dengan telapak tangan ke arah luar.



Gambar 1.Teknik *Chest pass*
(sumber : buku penjaskes SMA Kelas 10)

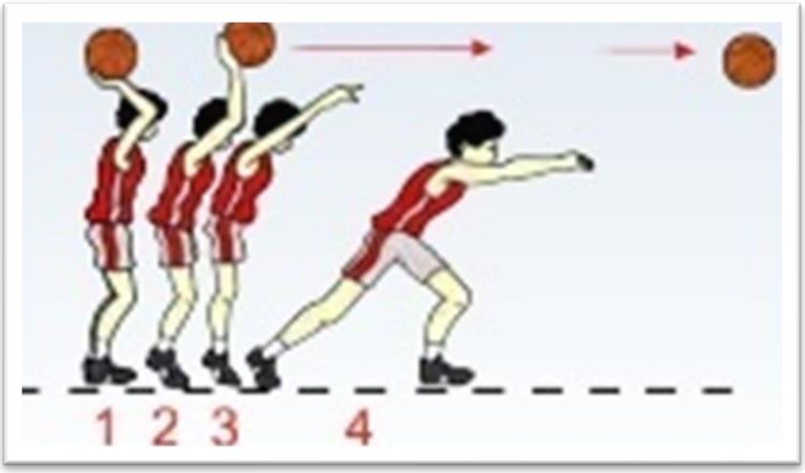
2. *Bounce pass* (operan pantul)Sama dengan chest pass, bedanya hanya lemparan diarahkan ke lantai, usahakan titik pantulnya berada di 3/4 jarak dari pengoper bola.

Gambar 2. Teknik *Bounce pass*
(sumber : buku penjaskes SMA Kelas 10)

Ilham (2011:14) Operan setinggi dada (chest pass) merupakan operan yang sering digunakan di dalam permainan bola basket yang dilakukan untuk memindahkan bola dari seorang pemain kepada pemain lainnya, namun sering kali berbagai macam ajang pertandingan bola basket yang diikuti, pemain tidak

dapat melakukan chest pass dangan baik sehingga merugikan regu sendiri. Adapun yang menjadi persoalan kesalahan-kesalahan yang dilakukan oleh pemain adalah lemahnya operan chest pass yang dilakukan sehingga sering bola tidak tepat pada sasaran yang diinginkan, kurangnya kemampuan kekuatan otot lengan yang mereka miliki masing-masing pemain menyebabkan kejadian tersebut di atas.

3. *Overhead pass* (operan diatas kepala)Operan dilakukan dengan kedua tangan berada di atas.Penerima bola juga menangkap dengan posisi tangan di atas.



Gambar 3 Teknik *Overhead pass*
(sumber : buku penjaskes SMA Kelas 10)

4. *Baseball pass* Operan ini dilakukan di atas/belakang kepala, bertujuan agar passing melambung dan melewati lawan.Operan jarak jauh yang dilakukan biasanya lebih dari setengah panjang lapangan.Operan ini tidak terlalu akurat namun berguna pada fast break.

5. *Behind the back pass*Teknik gerakan *behind the back pass* merupakan gerakan yang rumit untuk para pemula. Butuh latihan tekun dan berulang-

ulang untuk bisa melakukan gerakan ini dengan baik dan benar.Operan ini sekarang sudah menjadi senjata menyerang yang umum.Keunggulan umpan ini yaitu lawan tidak mengetahui sasaran yang ingin dituju.

2.1.6 Hakikat Latihan

Latihan sangat penting dilakukan dalam membantu meningkatan kemampuan melakukan aktifitas olahraga. Untuk meningkatan prestasi, latihan haruslah berpedoman pada latihan. Menurut Bompa (1994: 5) latihan adalah suatu aktifitas olahraga yang dilakukan secara sistematis dalam watu yang lama ditingkatkan secara progresif dan individual mengarah kepada ciri-ciri fungsi fisiologis dan psikologis untuk mencapai sasaran yang telah ditentukan.

Pengertian latihan yang berasal dari kata exercises menurut Sukadiyanto (2002: 6) adalah perangkat utama dalam proses latihan harian untuk meningkatakan kualitas fungsi system organ tubuh manusia, sehingga memudahkan olahragawan dalam menyempurnaan geraknya. Latihan exercises merupakan materi latihan yang dirancang dan disusun oleh pelatih untuk satu sesi latihan atau satu kali tatap muka dalam latihan. Misalnya, susunan materi latihan dalam satu kali tatap muka pada umumnya berisikan materi yang antara lain: (1) Pembukaan/pengantar latihan. (2) Pemanasan (warming up). (3) Latihan inti. (4) Latihan tambahan (suplemen), dan (5) cooling down.

Dwi Hartanto (2014:122) Pendidikan jasmani merupakan bagian intregral dari pendidikan secara keseluruhan. Ini berarti pendidikan jasmani dapat memberikan sumbangan/kontribusi yang sangat berarti terhadap pertumbuhan dan perkembangan hidup manusia, sehingga diperlukan pembinaan pendidikan

jasmani secara benar dan berkesinambungan baik dilingkungan perguruan tinggi maupun dimasyarakat.

2.1.7 Prinsip - Prinsip Latihan

Prinsip latihan adalah landasan konseptual yang merupakan suatu acuan. Latihan merupakan suatu proses yang dilakukan secara sadar, sistematis, dan memiliki tujuan tertentu. Prinsip latihan merupakan landasan konseptual sebagai acuan untuk merancang, melaksanakandan mengendalikan suatu proses berlatih melatih. Adapun prinsip latihan tersebut menurut Sukadiyanto (2002: 14) meliputi prinsip-prinsip: (1) individual, (2) adaptasi (3) beban lebih (overload), (4) beban bersifat progresif, (5) spesifikasi (kekhususan), (6) bervariasi, (7) pemanasan dan pendinginan (warm-up dan cooling down), (8) periodisasi, (9) beban moderat (tidak berlebihan), dan (10) latihan harus sistematis.

Dewi Nurhidayah (2016:2) Pencapaian prestasi tidak lepas dari peran pelatih dalam menyusun program, penyusunan program merupakan proses merancang materi untuk mencapai sasaran latihan.

Slamet Triyanto (2015:12) Modifikasi merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh para guru agar proses pembelajaran dapat mencerminkan DAP (Developmentally Appropriate Practice). Artinya tugas ajar yang disampaikan harus memperhatikan perubahan kemampuan atau kondisi anak dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut. Dengan demikian tugas ajar tersebut harus sesuai dengan tingkat perkembangan anak didik yang sedang belajarnya. Tugas ajar yang sesuai ini harus mampu mengakomodasi setiap

perubahan dan perbedaan karakteristik setiap individu serta mendorongnya ke arah perubahan yang lebih baik.

2.1.8 Kemampuan Gerak Dasar

Thomas,et.al (2003:60) menjelaskan Keterampilan gerak fundamental merupakan bagian dari keterampilan *phylogenetic*, yakni keterampilan yang dipengaruhi oleh genetic dan lingkungan, dimana keterampilan ini dapat berkembang tanpa latihan, namun dengan diberkannya kesempatan untuk melakukan.

Sugiyanto (2000:7.14) mengemukakan gerak dasar fundamental adalah gerakan-gerakan dasar yang berkembangan sejalan dengan pertumbuhan tubuh dantingkat kemampuan pada anak-anak. Gerak ini pada dasrnya berkembang menyertai gerakan reflex yang sudah dimilik sejak lahir. Gerak dasar fundamental mula-mula bisa dilakuakan pada bayi dan masa kanak-kanak, dan di sempurnakan melalui proses berlatih yaitu dalam bentuk melakukan berulang-ulang.

Sugiyanto (2000:7.15) mengklasifikasikan gerakan dasar fundamental menjadi 3 yaitu :

1. Gerakan lokomotor adalah gerkan yang berpindah dari stu tempat ketempat yang lain, misalnya merangkak,berjalan dan berdiri.
2. Gerakan non-lokomotor adalah gerakan yang melibatkan tangan atau kaki dan togok. Gerakan ini merupakan ini berupa gerakan yang berporos pada suatu sumbu di bagian tubuh tertentu. Contohnya gerakan ini adalah memutar lengan. Mengayunkan kaki,membungku, memutar togok.

3. Gerkan manipulative adalah gerakan memanipulasi atau memainkan objek tertentu dengan menggunakan tangan, kaki atau bagian tubuh yang lain. Gerakan manipulative memerlukan koordinasi bagian tubuh yang digunkan untuk memanipulasi objek dengan indera pengelihatan dan indera peraba. Contoh gerakan ini adalah memainkan bola menggunakan tangan, menggunakan kaki, atau menggunakan kepala

Pendapat di atas (Sugianto, 2000:7.15), maka dapat disimpulkan bahwa gerak dasr fundamental secara garis besar dapat dikasifikasikan atas tiga (3) gerakan yaitu: a) gerak lokomotor, b) gerak non lokomotor , c) gerkan manipulative. Pada umumnya ketiga gerkan ini biasa dilakukan anak pada saat bermain. Jadi melalui pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan permainan bola basket sebagai media, keterampian gerak fundamental anak akan dapat dikembangkan.

Sukadiyanto (2010: 57) biomotor adalah kemampuan gerak manusia yang dipengaruhi oleh kondisi sistem-sistem organ dalam tubuh. Sistem organ dalam yang dimaksud tersebut diantaranya adalah sistem neuromaskuler, pernapasan, pencernaan, peredaran darah, energi, tulang, otot, ligament, dan persendian. Menurut Bompa (1994:260) komponen dasar dari biomotor olahragawan meliputi kekuatan, ketahanan, kecepatan, koordinasi, dan fleksibilitas.

Komponen-komponen biomotor sehingga membentuk satu istilah lain yang merupakan perpaduan dari beberapa komponen biomotor, di antaranya seperti : power merupakan gabungan atau hasil kali antara kekuatan dan kecepatan, kelincahan merupakan gabungan antara kecepatan dan koordinasi.

Secara garis besar biomotor di pengaruhi oleh kebugaran energi dan otot. Menurut Mega (2013:74) kebugaran energi adalah komponen sumber energi yang menyebabkan terjadinya gerak. Sedangkan kebugaran otot adalah keseluruhan dari komponen-komponen biomotor yang meliputi kekuatan, ketahanan, kecepatan, power, kelentukan, keseimbangan, dan kelincahan.

Awan Hariono (2006:43) komponen biomotor seperti power, daya tahan, keseimbangan, dan kelincahan merupakan perpaduan dari beberapa komponen biomotor, artinya bila komponen biomotor dilatihkan secara otomatis akan menghasilkan power, daya tahan, keseimbangan, dan kelincahan. Komponen biomotor yang diperlukan dalam permainan bola basket diantaranya yaitu: a. Daya Tahan Daya tahan dalam dunia olahraga sering dikenal sebagai kemampuan peralatan tubuh olahragawan untuk melawan kelelahan selama aktivitas atau kegiatan bekerja sedang berlangsung. Olahragawan yang mempunyai ketahanan yang baik mampu bekerja lebih lama dan tidak akan cepat merasa lelah.

Komponen biomotor ketahanan seringkali dijadikan salah satu tolok ukur untuk mengetahui tingkat kesegaran jasmani olahragwan. Atlet yang memiliki ketahanan yang baik memiliki banyak keuntungan diantaranya yaitu (1) menentukan irama dan pola permainan, (2) memelihara dan mengubah irama dan pola permainan sesuai yang diinginkan, (3) memiliki daya juang, keuletan dan tidak mudah menyerah dalam bertanding. Menurut Sukadiyanto (2010:14) ketahanan dapat dikelompokkan menjadi: (1) ketahanan anaerobik dan (2) ketahanan aerobik.

Ketahanan anaerobik merupakan proses pemenuhan kebutuhan energi yang tidak memerlukan bantuan oksigen dari luar tubuh manusia sedangkan ketahanan aerobik adalah proses pemenuhan kebutuhan energi (tenaga) untuk bergerak di dalam tubuh yang membutuhkan oksigen dari luar tubuh manusia. Penjelasan dua tipe atau macam daya tahan: 1. Daya tahan Anaerobik Anaerobik berarti tanpa oksigen dan daya tahan anaerobik mengacu pada sistem energi yang memungkinkan otot-otot untuk bekerja dengan menggunakan energi yang telah tersimpan didalam tubuh. Latihan anaerobik memberikan atlet suatu toleransi terhadap pembentukan asam laktat. (Sukadiyanto, 2010:78) 2.

Daya tahan Aerobik Aerobik berarti dengan oksigen dan daya tahan aerobik berarti kerja otot dan gerakan otot yang dilakukan menggunakan oksigen guna melepaskan energi dari bahanbahan otot. Daya tahan aerobik dapat dikembangkan melalui lari terus menerus atau lari interval. Semakin panjang waktu pertandingan maka semakin pentinglah daya tahan aerobik dilatihkan. (Sukadiyanto, 2010:67) b. Kekuatan Kekuatan merupakan salah satu komponen dasar biomotor yang diperlukan dalam setiap cabang olahraga. Kekuatan perlu ditingkatkan sebagai fondasi yang mendasar dalam pembentukan komponen biomotor yang lainnya untuk mencapai penampilan prestasi pada atlet. Secara umum kekuatan adalah kemampuan otot atau sekelompok otot untuk mengatasi beban selama aktivitas berlangsung.

Kekuatan merupakan suatu hal yang penting bagi setiap pertandingan bola basket. Serabut otot yang ada dalam otot akan memberikan respon atau tanggapan apabila dikenakan beban atau tahanan dalam latihan. Tanggapan atau respon ini

membuat otot lebih efisien dan mampu memberikan respon lebih baik kepada sistem urat saraf pusat.

N. Akilan and B. Chittibabu (2014:30) Tubuh akan beradaptasi dengan program olahraga teratur dengan meningkatkan fungsi sistem jantung dan pernapasan. Darah akan memiliki kapasitas yang lebih besar untuk membawa oksigen, yang pada gilirannya akan meningkatkan kemampuan tubuh untuk bekerja. Jantung dan sistem pernapasan akan lebih efisien selama istirahat dan berolahraga, dan detak jantung istirahat biasanya berkurang. Perubahan ini terjadi ketika seseorang berpartisipasi dalam aktivitas daya tahan ritmis seperti berjalan, berlari, dan bersepeda, atau kegiatan olahraga terus menerus seperti bola basket atau tenis.

Rizkiyanto(2018:15) menurut Sukadiyanto (2011), menyatakan alat utama dalam proses latihan harian untuk meningkatkan kualitas fungsi sistem organ manusia sehingga memudahkan olahragawan dalam menyempurnakan geraknya. Latihan adalah bahan latihan yang dirancang dan diorganisir oleh pelatih untuk satu sesi latihan atau pertemuan satu lawan satu dalam latihan yang tujuannya adalah untuk mengembangkan keterampilan pemain.

2.1.9 Koordinasi Mata Tangan

1. Pengertian Koordinasi Mata Tangan

Penguasaan kecakapan fisik, khususnya koordinasi merupakan salah satu tugas utama dalam mencapai keahlian atau menguasai keterampilan. Tanpa memeiliki koordinasi yang baik akan memepersulit kesesuaian dan keselarasan Irama gerak pada saat menampilkan gerakan.

Koordinasi merupakan salah satu unsure fisik yang berpengaruh pada penguasaan keterampilan gerak, termasuk keterampilan bermain basket.

Tingkat koordinasi atau baik tidaknya koordinasi gerak seseorang tercermin dalam kemampuannya untuk melakukan suatu gerakan secara mulus, tepat dan efisien.koordinasi pada prinsipnya merupakan pengaruh syaraf pusat dan tepi secara harmonis dalam menggabungkan gerakan-gerakan otot sinergis dan antagonis harus selaras.Pengembangan keterampilan teknik berarti mengembangkan kemampuan mengkoordinasikan fungsi saraf otot adalah ketepatan dan kecepatan.

Koordinasi adalah kemampuan seseorang untuk merangkaikan beberapa unsure gerakan menjadi satu gerakan yang selaras.Koordinasi adalah kemampuan seseorang dalam menginterasikan bermaca-macam gerakan yang berbeda ke dalam pola gerakan tunggal secara efektif.

Koordinasi adalah suatu kemampuan biomotorik yang sangat kompleks.Menurut Bompa (2004) koordinasi erat kaitannya dengan kecepatan, kekuatan, daya tahan, dan kelentukan yang berkaitan dengan fungsi mata tangan. Oleh karena itu, bentuk latihan koordinasi mata tangan harus dirancang dan disesuaikan dengan unsur-unsur kecepatan, kekuatan, daya tahan, dan kelentukan yang berkaitan dengan fungsi mata tanagan.

Koordinasi pada prinsipnya merupakan pengaturan syaraf-syaraf pusat dan tepi secara harmonis dalam menggabungkan gerakan-gerkan ototsinergis dan antagonis secara selaras, koordinasi merupakan kemampuan biomotorik yang sangat kompleks.Karakteristik koorduinasi

sangat unuk.Koordinasi memainkan peranan yang khusus terhadap mobilitas fisik. Koordinasi bukan merupakan kemampuan fisik tunggal, akan tetapi saling berinteraksi dengan kualitas-kualitas fisik yang lain. Koordinasi sangat erat hubungannya dengan kecdepatan, kekuatan, daya tahan dan feksibilitas.

Koordinasi pada prinsipnya merupakan kemampuan seseorang untuk merankaikan beberapa gerakan menjadi satu pola gerakan yang efektif dan efisien.Koordinasi adalah kemampuan atlet untuk merangkai beberapa gerakan menjad satu gerakan yang utuh dan selaras. Koordinasi adalah kemampuan seseorang menginterasikan bermacam-macam gerakan yang berbeda ke dalam pola gerakan tunggal secara efektif. sedangkan Mulyono Biyakno Atmojo (2001:58) berpendapat "koordinasi adalah kemampuan untuk secara bersamaan melakukan berbagai tugasgerakan secara mulus dan akurat (tepat)"

Bompa (2004:260) mengemukakan bahwa, "Kemampuan koordinasi seseorang dapat dibedakan menjadi dua jenis yaitu, koordinasi yang bersifat umum dan koordinasi yang bersifat khusus".Pengertian tersebut dapat dijelaskan bahwa setiap gerakan yang dilakukan melibatkan sebagian besar otot, system syaraf danpersendian sehingga dengan demikian diperlukan keteraturan gerak dari anggota badan lainnya untuk menciptakan gerakan yang harmonis dan efektif. Koordinasi kusus adalah koordinasi antara beberapa anggota badan atau dengan kata lain merupakan kemampuan untuk mengkoordinasikan gerakan oleh sejumlah

anggota badan atau dengan kata lain merupakan kemampuan untuk mengkoordinasikan gerak oleh sejumlah anggota badan secara simultan. Seperti gerakan keterampilan bola basket, maka gerakan keterampilan dihasilakan oleh perpaduan antara mata dan tangan, baik *passing* dan *body control*kemudian dikoordinasikan untuk mewujudkan gerakan yang sempurna dan terarah.

Permainan bola basket, koordinasi mata tangan sangat diperlukan karena tanpa koordinasi mata tangan yang baik tidak akan dapat mengoper dan menangkap bola dengan tepat sasaran yang diinginkan. Seseorang siswa yang memiliki koordinasi yang baik, akan dapat melakukan keterampilan untuk melakukan secara cepat dan tepat suatu tugas latihan. Kususnya passing dengan baik melalui perpaduan antara kualitas otot, tulang, dan persendian untuk menghasilkan suatu gerakan dibandingkan dengan yang mempunyai koordinasi yang rendah.

Tingkat koordinasi gerak seseorang tercermin dalam kemampuan untuk melakukan suatu gerkan secara harmonis, tepat dan efisien. Keterampilan sendiri melibatkan koordinasi mata kaki (food eye coordination) atau koordinasi mata lengan (eye hand coordination).

Kemampuan koordinasi merupakan kemampuan memadukan beberapa macam komponen gerakan dalam suatu pola gerakan tertentu secara harmonis. Kemampuan koordinasi yang dibutuhkan untuk melakukan passing dan body control dalam permainan bola basket terutama adalah koordinasi mata tangan. Adapun yang dimaksut dengan

koordinasi mata tangan adalah kemapuan seseorang dalam mengitegrasikan antara gerakan mata (pandangan) dengan gerakan tangan secara efektif.

Pengertian koordinasi yang dikemukakan beberapa ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa, koordinasi mata tangan merupakan kemappuan mata untuk mengitegrasikan rangsangan yang yang diterima dan tangan sebagai fungsi penggerak utama untuk melakukan gerkan sesuai yang diinginkan. Koordinasi mata tangan adalah sesuatu integrasi antara mata sebagai pemegang fungsi utama, dan tangan sebagai pemegang fungsi yang melakukan suatu gerakan tertentu.Dalam kaitanya dengan penelitian ini mata sebagai pemegang fungsi utama yaitu melihat bola dansituasi permainan, dan tangan sebagi pemegang fungsi utuk melkukan operan yang diinginkan.

2. Kegunaan Koordinasi Mata tangan

Gerakan-gerakan dalam permaian bola basket sangat kompleks dan bervariasi. Pemain selalu dituntut untuk mengiterasikan berbagai macam gerkan ke dalam satu rangkaian gerkan yang utuh dan serasi. Untuk dapat tampil dengan baik dalam suatu permainan atau pertandinagan, dibutuhkan koordinasi gerak yang baik . koordinasi gerak yang baik akan membantu pemanpilannya dalam suatu permainan atau pertandingan bola basket. Dengan memiliki koordinasi gerakan yang baik, maka akan memudahkan dalam merangkai dan mengkoordinasikan gerakan- gerakan yang ganda (simulatan) menjadi lebih baik. Kegunaan koordinasi antra lain:

1) Mengkoordinasikan beberapa gerakan agar menjadi satu gerkan yang utuh dan serasi
2) Efisien dan efektif dalam penggunaan tenaga
3) Untuk menghindari terjadinya cidera
4) Mempercepat berlatih, menguasain teknik
5) Dapat untuk memperkaya taktik dalam bertanding
6) Kesiapan mental atlet lebih mantap untuk menghadapi pertandingan

Koordinasi sangat penting sekali untuk semua cabang olahraga yang di dalamnya terdapat berbagai gerakan yang kompleks, termasuk permainan bola basket. Untuk menunjang pencapaian perstasi bola basket yang optimal, seseorang pemain harus memiliki koordinasi gerak yang baik. Pada gerakan yang tidak memiliki koordinasi baik akan mengakibatkan kerugian, pengeluaran tenaga yang berlebihan, mengganggu keseimbangan, cepat lelah, kurang tepat sasaran yang diinginkan bahkan mungkin terjadi cidera, hal ini menunjukkan bahwa, jika sesorang pemain bola basket tidak memiliki koordinasi yang baik, maka tenaga yang dikeluarkan tidak efektif dan efisien serta hasilyang dicapai tidak sesuai yang diharapkan bahkan dapatmenimbulkan cidera.

2.1.10 Latihan *Passing*

Hall Wissel (2000:71) teknik passing sangat penting untuk dikuasai oleh pemain bola basket karena teknik ini merupakan faktor awal dari terciptanya skor atau point. Operan yang taktis dan akurat akan menciptakan pelung sekor bagi tim. Jenis –jenis latian passing antara lain:

1. *operan tossback (wall)*

   latihan ini terdiri dari mengoper ke suatu tossback atau tembok untuk membentuk kecepatan, ketepatan dan keyakinan dalam mengoper bola.

2. Operan dengan teman (*Patner Passing*)

   latihan ini menggunakan teman untuk membangun kecepatan, ketepatan, dan kepercayan dalam mengoper.

3. Operan sejajar atau segaris *(line Pass*)

   bentuk latihan passing ini dilakukan dengan beberapa rekan se tim bersifat menantang kompetitif dan menyenangkan. Dengan menggunakan garis sejajar dan pemain bergerak dengan latihan lempar tangkap bola sesuai dengan alur garis.

4. Operan bintang *(star passing)*

   latihan ini dilakukan dengan menggunakan garis dengan bentuk segilima dan dilakukan sedikitnya 10 pemain. Latihan ini dilakukan sesuai dengan alur dan dilakukan secara estafet.

5. *bull In the ring*

   latihan passing ini dilakukan dengan lima orang pemain menyerang dan satu orang pemain bertahan dengan menggunakan garis pusat.Selain itu masih banyak model latihan yang dapat di kombinasikan dengan teknik-teknik bola basket lainya seperti *Give and Go speed layup, inside out, cactch an shoot on pass from stroung-hand side.*

2.1.11 Komponen kondisi fisik yang mempengaruhi passing

Komponen kondisi fisik yang mempengaruhi passing antara lain:

1. Kekuatan

   Kekutan (*strength*) adalah komponen kodisi fisik seseorang tentang kemampuan dalam menggunakan oto untuk menerima beban sewaktu bekerja

2. Kelentukan

   Kelentukan *(flexibilitas*) adalah keefektifitasan seseorang dalam penyesuaian diri untuk segala aktifitas dengan penguluran tubuh yang luas. Hal ini akan sangat mudah ditandai dengan tingkat fleksibilitas persendian pada seluruh tubuh.

3. Koordinasi

   Koordinasi adalah kemampuan seseorang menginterasikan bermacam-macam gerakan yang berbeda ke dalam pola gerakan tunggal secara efektif.Sebagai contoh seorang pemain bola basket kelihatan memiliki koordinasi yang baik apabila dapat bergerak ke arah bola sambil menangkap bola dan melakukan *passing* atau operan kea rah teman.

4. Keseimbangan

   Keseimbangan (*balance*) adalah kemampuan seseorang dalam mengendalikan organ-organ syaraf otot, sebagai contoh saat melakukan passing dalam permaian bola basket, keseimbangan posisi kaki saat akan mengoper bola ke arah teman. Jika posisi kaki tidak seimbang maka bola yang di passing tidak akan terarah dengan baik karena posisi kaki yang tidak seimbang akan menggangu posisi tangan yang memegang bola saat melakukan *passing.*

5. Ketepatan

Ketepatan *(accuracy*) adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan gerakan- gerakan bebas terhadap suatu sasaran. Sasaran ini dapat merupakan suatu jarak atau mungkin suatu objek langsung yang harus di kenal dengan salah satu bagian tubuh.*Passing* dalam permainan bola basket memiliki tujuan utama yaitu mengoper atau memberikan bola kepada teman satu tim, jika pasing tidak tepat sasaran maka bola akan atau dikuasai timlawan. Berkaitan dengan hal tersebut ketepatan memiliki peranan yang penting sekali dalam permaian bola basket.

2.1.12 Hakikat Koordinasi Mata, Tangan, dan Kaki

1. Pengertian Koordinasi Mata, Tangan, dan Kaki

Menurut Djoko Pekik Irianto (2002: 77), karakter umum latihan koordinasi adalam melakukan gerakan beraneka ragam dalam satu waktu. Misalnya gerakan lari ditempat bersamaan dengan mendorong tangan kanan keatas, dan tangan kiri kedepan. Hal tersebut sama dengan pengertian koordinasi yang mendefinisikan sebagai hubungan yang harmonis dari hubungan saling pengaruh diantara kelompokkelompok otot selama melakukan kerja, yang ditunjukan dengan berbagai tingkat keterampilan (Ismaryati, 2006 : 53). Setelah memahami karakter umum latihan koordinasi dan pengertian koordinasi maka dapat diberikan contoh tentang latihan koordinasi misalnya pada posisi gerak yang tidak biasa dapat diberikan latihan lompat kedepan, belakang, dan samping, kemudian gerakan anggota badan yang tidak biasa

diberikan contoh melempar dengan tangan atau menendang dengan kaki kiri (Djoko Pekik Irianto, 2002: 78).

2. Peran Koordinasi dalam Penguasaan Cabang Bola Basket

Setiap orang untuk dapat melakukan gerakan atau keterampilan baik dari yang mudah, sederhana sampai ke yang rumit diatur dan diperintah dari sistem syaraf pusat yang sudah disimpan di dalam memori terlebih dahulu. Koordinasi diperlukan hampir semua cabang olahraga pertandingan maupun permainan, koordinasi juga penting bila berada dalam situasi dan lingkungan yang asing, misalnya perubahan lapangan pertandingan, peralatan, cuaca, lampu penerangan dan lawan yang dihadapi. Tingkatan baik dan tidaknya koordinasi gerak seseorang tercermin dalam kemampuan untuk melakukan suatu gerakan secara mulus, tepat, cepat dan efisien. Seorang atlet dengan koordinasi yang baik bukan hanya mampu melakukan suatu keterampilan secara sempurna, akan tetapi juga mudah dan cepat dalam melakukan keterampilan yang masih baru baginya. Koordinasi yang baik dapat mengubah dan berpindah secara cepat dari pola gerak satu ke pola gerakyang lain sehingga gerakanya menjadi efektif. Mengenai indikator koordinasi, Kekuatan otot tungkai dalam permainan sepakbola terutama dalam melakukan passing lambung mempunyai peran yang begitu besar, karena kekuatan otot tungkai merupakan upaya mengkontraksikan otot yang dicapai dalam sekali usaha maksimal. Hal serupa diungkapkan oleh Ismaryati (2006: 111) bahwa kekuatan adalah kontraksi otot yang dicapai dalam sekali usaha maksimal. Melihat dari pengertian tentang kekuatan otot maka dapat

dijelaskan latihan yang tepat dalam menjaga kekuatan otot tungkai maka dapat diberikan latihan yang berupa latihan beban secara teratur dan terprogram. Menurut Santoso Giriwijoyo (2005 : 72-73), latihan kekuatan otot ditinjau dari tipe kontraksi otot latihan tahanan terbagi atas tiga kategori yaitu (1) kontraksi isometrik, (2) kontraksi isotonik, (3) kontraksi isokinetik. Latihan kekuatan menurut Djoko Pekik Irianto (2002: 68), bahwa dasar latihan kekuatan otot karakter umumnya yaitu gerakan melawan beban seperti mendorong beban dengan kaki.

Menurut Sukadiyanto (2003: 115) tanpa memiliki kemampuan koordinasi gerak yang baik, individu akan kesulitan dalam belajar keterampilan teknik-teknik dasar pukulan tenis. Semakin tinggi tingkat koordinasi seseorang akan semakin mudah untuk mempelajari teknik dan taktik yang baru maupun yang kompleks. Lebih lanjut dikemukakan juga bahwa dalam koordinasi mata tangan akan menghasilkan perhitungan waktu dan akurasi.

Selain koordinasi merupakan perpaduan dari kontraksi otot, tulang, dan persendian dalam menampilkan suatu gerak, sehingga kemampuan koordinasi berhubungan erat dengan kemampuan motorik lain seperti keseimbangan, kecepatan, ketepatan, dan kelincah. Sedangkan menurut Kirkendal dkk (1980) yang dikutip Sukadiyanto (2003: 116) koordinasi merupakan kerja otot atau sekelompok otot yang harmonis selama penampilan motorik dan sebagai indikasi dari keterampilan. Jadi secara umum unsur koordinasi sangat diperlukan dalam penguasaan hampir

semua cabang olahraga, misalnya; dribbling, shotting dan shooting dalam basket, hitting dan pitching dalam softball, dribbling dalam sepakbola, smash dalam bulutangkis maupun bola voli, dll.

Tabel 2.1

Daftar tabel perbandingan latiahan wall toss back(A) dan triangle passing (B)

Latihan	Kelebihan	Kelemahan
Wall toss back	1. Mempermudah untuk melakuan passing bola ke teman 2. Akurasi passing menjadi baik saat permaian	1. Harus dilakukan secara berulang ulang 2. Hanya melatih latihan chest pass
Triangle pass	1. Peserta didik akan menjadi lebih percaya diri (Fokus) 2. Kecepatan, ketepatan dan akurasi passing meningkat	1. Membutuhkan waktu yang lama dan peserta didik 6 sampai 9 anak 2. Membutuhkan koordinasi yang baik

Sumber : Analisis Pelatih dari berbagai Sumber Model Latihan.

2.2 Kerangka Berpikir

Dalam proses penyelesaian masalah penelitian, peneliti memiliki kerangka berpikir sebagai berikut :

1. Pengaruh Model Latihan Kemampuan Dasar *Passing* Bola Basket terhadap Kemampuan *Passing* Bola Basket

Operan *tossback (wall)* latihan ini terdiri dari mengoper ke suatu *tossback* atau tembok untuk membentuk kecepatan, ketepatan dan keyakinan dalam mengoper bola. bentuk latihan *passing* ini dilakukan dengan beberapa rekan se tim bersifat menantang kompetitif dan

menyenangkan. Dengan menggunakan garis sejajar dan pemain bergerak dengan latihan lempar tangkap bola sesuai dengan alur garis. Latihan ini memberikan *stimulus* yang bagus pada saat latihan. Kekurangan pada latihan ini tingkat kesulitannya cukup tinggi.

Latihan *passing triangel pass* sangat menyenangkan dan mudah dilakukan dalam bentuk beregu atau kerjasama. Hal ini dapat mempengaruhi siswa menjadi senang dalam latihan passing. Kelemahan latihan *passing triangel pass* semua siswa harus mampu melakukan dengan teknik yang merata.

Materi *passing* dalam permaian bola basket merupakan materi yang diberikan kepada siswa karena termasuk salah satu teknik dasr dalam bola baske. Untuk bisa mempraktekan teknik ini dengan baik dan benar maka perlu didukung dengan latian dasar yaitu *boby control*. Latihan *body control* akan membuat keseimbangan dan kekuatan otot lengan lebih baik sehingga siswa mampu melakukan *passing* dengan baik dan benar. Dengan latihan ini diharapkan siswa mempunyai keseimbangan dan kekuatan untuk melewati lawan pada saat bermain bola basket.

2. Pengaruh Antara Koordinasi Mata Tangan Yang Tinggi Dan Rendah Terhadap Kemampuan *Passing* Bola Basket

Koordinasi mata tangan merupakan salah satu unsur penting bagi gerakan aktivitas olahraga. Koordinasi mata tangan yang dimiliki oleh setiap pemain bola basket tidak semuanya sama, ada yang tinggi dan ada pula yang rendah. Tinggi rendahnya koordinasi mata tangan yang yang

dimiliki oleh seseorang pemain bolabasket tentunya akan berpengaruh terhadap hasil passing permainan bala basket yang bersangkutan. Hal ini dikarenakan koordinasi mata tangan merupakan salah satu unsure yang dominan dalam gerakan-gerakan dalam olahraga bola basket.

Berdasarkan uraian tersebut di atas, dapat diduga bahwa perbedan koordinasi mata tangan yang tinggi dan rendah dapat memberikan pengaruh yang berbeda terhadap hasil passing bola basket.

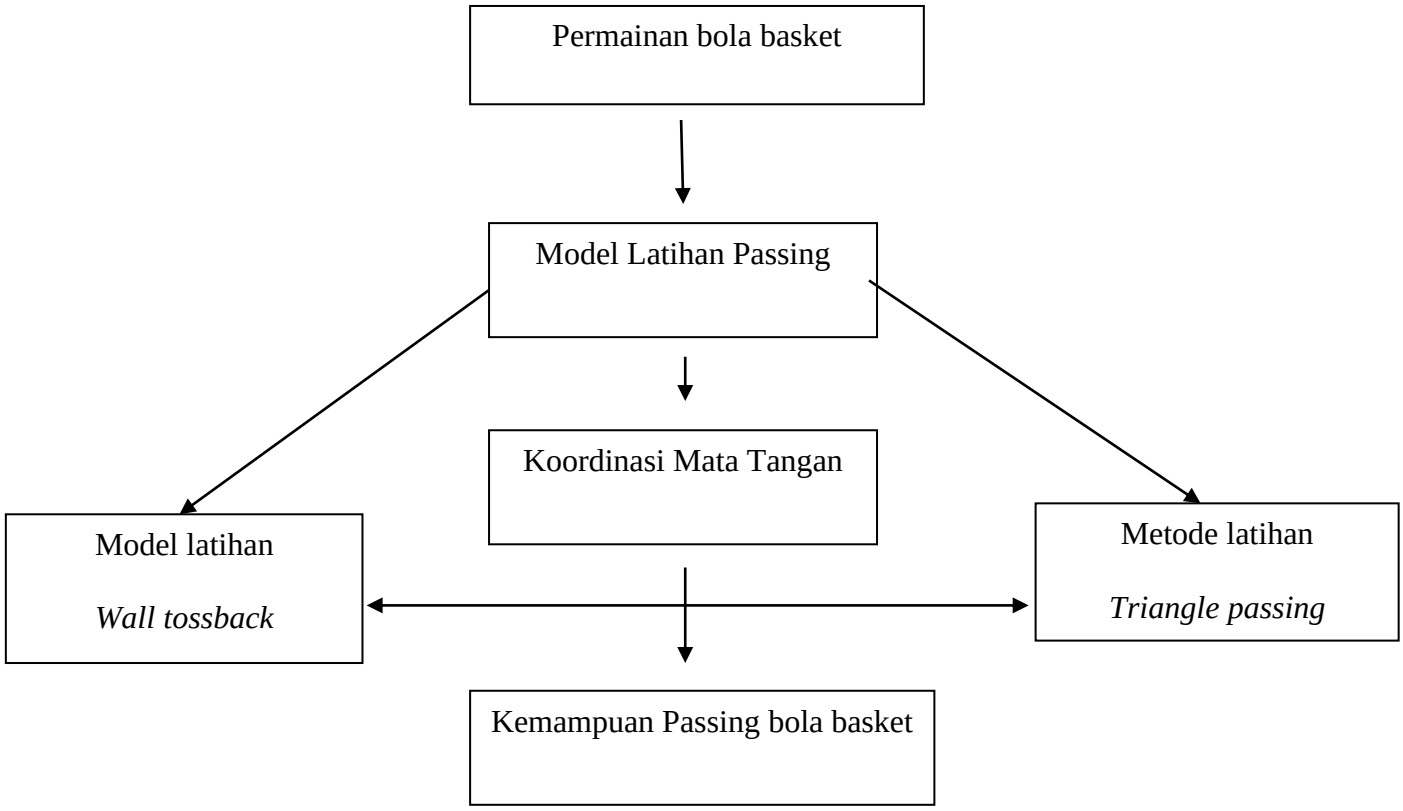
3. Interaksi Antara Kemampuan Dasar *Passing* Bola Basket Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Kemampuan *Passing*Bola Basket.

Cara melatih merupakan cara yang ditempuh pelatih dalam mengelola proses pembelajaran untuk mencapai tujuan hasil latihan yang diinginkan. Proses latihan merupakan interaksi antara guru atau pelatih dengan peserta didik dalam situasi pendidikan atau pengajaran untuk mewujutkan tujuan yang ingin dicapai. Pelatih pasti memiliki kemampuan berbagi metode dan variasi pembelajaran masing-masing.Selain itu urutan dalam melatih juga penting untuk pembelajaran gerak siswa.Sehingga gerakan tersebut jadi lebih mudah dimengerti dan dilakukan oleh siswa secara otomatis.

Metode latihan dengan metode passing perlu membutuhkan koordinasi mata tangan yang tinggi di karenakan latihan menekankan pada keutuhan keterampilan yang dipelajari. Biasanya digunkan untuk mempelajari gerakan yang sulit dan kompleks.Bagi siswa yang memiliki koordinasi mata tangan rendah dengan metode latihan passing akan

kesulitan dikarenkan memerlukan ketepatan dan kelincahan yang baik. Siswa yang memiliki koordinasi mata tangan yang rendah akan sulit beradaptasi dengan siswa yang mempunyai koordinasi mata tangan yang tinggi, dalam kondisi sepeti ini metode latihan dengan metode latihan wall tossback lebih tepat digunkan dalam meningkatkan proses latihan passing bola basket.Dari urain di atas maka dapat diduga terdapat interaksi antara metode latihan dan koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *passing* bola basket.

Kerangka berpikir terkait pengaruh model pembelajaran *Woll tossback,Triangle passing* dan Koordinasi Mata Tangan dapat digambarkan melalui bagan dibawah ini.



Gambar 4.Bagan Kerangka Berfikir Penelitian

2.3 Hipotesis Penelitian

Kajian teori yang relevan dengan variable, dapat disimpulkan hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Terdapat perbedaan pengaruh antara model latihan *passing* bola basket dengan *passing wall toss back* dan *trianggel pass* terhadap kemampuan *passing* pada ekstrakurikuler bola basket SMA N 1 Lasem.
2. Terdapat perbedaan pengaruh bagi siswa yang memiliki tingkat koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *passing* pada ekstrakurikuler bola basket SMA N 1 Lasem.
3. Terdapat interaksi antara model latihan dan tingkat koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *passing* pada ekstrakurikuler bola basket SMA N 1 Lasem.

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan tersebut di atas, maka dapat disimpulkan sebagai berikut**.**

1. Ada pengaruh model latihan kemampuan dasar *passing* bola basket terhadap kemampuan *passing* bola basket melalui uji lanjut, terbukti bahwa keterampilan passing siswa yang diberi perlakuan metode latihan *triangel pass* lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang diberi perlakuan metode latihan *woll toss back.* Data yang diperoleh pada kemampuan passing dengan metode latihan *wall toss back* dengan rentang skor nilai yang diperoleh siswa yang mendapatkan skor sangat baik sebanyak 2 siswa, untuk skor baik ada 3 siswa, sedangkan skor cukup ada 3 siswa, untuk sekarang sangat kurang adalah 12 orang dengan nilai rata rata passing 15. Ada pengaruh koordinasi mata tangan yang tinggi dengan metode Latihan *wall toss back* dan metode Latihan *triangel pass* hasilnya lebih tinggi dibandingkan dengan Koordinasi mata tangan yang rendah. Berdasarkan data hasil kemampuan model latihan *Triangel pass* pada siswa dengan skor sangat baik ada 10 siswa dan yang mendapat nilai kurang sekali 10 siswa rata rata skor nilai 12.85.
2. Ada interaksi antara kemampuan dasar *passing* bola basket dan koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *passing* bola basket Kontribusi ini sangat besar pengaruhnya sebagai faktor pendukung keberhasilan siswa sewaktu melakukan rangkaian gerak passing karena koordinasi mata tangan yang

dimiliki sangat memudahkan siswa dalam melakukan tingkat kebenaran gerakan yang sulit dan dinamis. Hasil kemampuan siswa dalam penggunaan model latihan *Triangel pass* dengan tingkat koordinasi mata tangan tinggi dengan rata rata nilai 15.5 diperoleh nilai hasil passing antara 7 sampai 16 dari semua siswa yang berjumlah 20. Simpangan baku sebesar 2,585.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian dan implikasi sebagaimana diuraikan di atas, diketengahkan saransaran sebagai berikut: Kepada para guru pendidikan jasmani, pelatih, dan pembina olahraga untuk mengembangkan metode pembelajaran yang mengacu pada metode latihan pada keterampilan passing, selain metode latihan juga harus memperhatikan koordinasi mata tangan.

Dengan koodinasi mata tangan tinggi tampaknya metode latihan *triangel pass* lebih efektif dari pada metode latihan *woll toss back*, akan tetapi untuk koordinasi mata tangan rendah tidak terdapat perbedaan yang signifkan. Banyak kombinasi koordinasi mata tangan yang dapat dimanipulasi dalam latihan, mulai dari intensitas maksimal, sub maksimal, sedang, intermediate dan rendah. Tiap-tiap individu adalah berbeda, sehingga dalam pencapaian hasil yang optimal dari keterampilan passing. Kedua, pemberian metode latihan harus disesuaikan dengan kondisi siswa sehingga perlu penelitian lanjutan dengan memperhatikan metode latihan yang lain.

DAFTAR PUSTAKA

Abdul Mohaimin and Professor Y. Kishore 2014 Construction of dribbling control ability test for basketball International Journal of Physical Education, Sports and Health 2014; 1(2): 14-16.

Abdhull, F, 2014. Passing dan Catching : Basket http//fuji17sharing. Blogspot.co.id[diakses 10 Oktober 2016]

Abidin, Akros. 1999. Buku Penuntun Bolabasket Kembar (Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Adi S, Tommy Soenyoto&Sulaiman. 2018. The Implementation of Media in Teaching and Learning of Physical,Sport,and Health Education Subject JPES 7 (1) (2018).

Ahmadi, Nuril. 2007, Permainan Bola Basket. Surokarto: Era Intermedia

Ahmad Rahmadani 2013 Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dengan Keterampilan Lay Up Shoot Bolabasket ISSN 2527-760X (Print)ISSN 2528-584X.

Akilan. N, 2014, Effect Of Basketball Specific Endurance Circuit Training On Bady Composition And Aerobic Capacity Of High Shool Male Bassket Player. Internasional journal of Physical Education, Fitness and Sport.3(1): 15-21

Al-Gendy, M. T. 2012. Designing New Groups of Tests for Measuring the Technical Performance of the Basketball Players. Mansoura University, Egypt : Academic Journal Inc. pp 673-674.

Anak Agung Fridami Dewi dan I Made Muliarta Daya Tahan Kardiorespirasi Siswa Pemain Basket Sekolah Menengah Atas Di Kota Denpasar Lebih Baik Dari Pada Siswa Bukan Pemain Basket E-Jurnal Medika, Vol. 5 No.4, April, 2016.

Ananda Rudhit Pramudya, Taufiq Hidayah Pengaruh Latihan Ballhandling Terhadap Kemampuan Dribble Pada Tim Bolabasket Puteri SMA N 1 Pati Tahun 2015 Jurusan Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia JSSF 4 (3) (2015)

Arikunto, Suharsimi. 2002. *Proses Penelitian Suatu Pendekatan Praktek.* Jakarta : PT Rineka Cipta.

Arifin, Z., Soekardi, S., & RC, A. (2018). Ragam Pemanasan dan Pendinginan pada Cabang Olahraga Bola Basket di Kota Semarang. *Journal of*

Physical Education and Sports,*6*(3), 299 - 304 (https : // doi .org /https : //doi.org/10.15294/jpes.v6i3.20593)

Arif Fathurohman, Setya Rahayu, Sugiharto Pengaruh Model Pembelajaran Discovery Terhadap Hasil Belajar Permainan Bola Basket Kelas Vii Di Smp Negeri 1 Sruweng. Journal of Physical Education and Sports, 1(2). https://doi.org/https://doi.org/10.15294/jpes.v1i2.805

Arismunandar, Wismoyo. 1997. "Pemantapan Potensi Keolahragaan dan Implikasinya terhadap Manajemen Keolahragaan Daerah". Makalah disampaikan dalam Konferensi Nasional Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Bandung 28 Oktober

Artur Struzik1, Bogdan Pietraszewski1, Jerzy Zawadzki1 2014 Biomechanical Analysis of the Jump Shot in Basketball Journal of Human Kinetics volume 42/2014, 73-79 DOI: 10.2478/hukin-2014-0062 Section I – Kinesiology

Asri, N., Soegiyanto, S., & Mukarromah, S. (2017). Pengaruh Metode Latihan Multiball dan Koordinasi Mata Tangan terhadap Peningkatan Keterampilan Forehand Drive Tenis Meja. *Journal of Physical Education and Sports*, *6*(2), 179-185. (https :// doi. Org /https:// doi.org/ 10.15294/ jpes.v6i2.17393)

Athanasios Kolovelonis 2012 Students' Performance Calibration in a Basketball Dibbling Task in Elementary Physical Education International Electronic Journal of Elementary Education, 2012, 4(3), 507-517.

Awan Hariono. (2006). Metode Melatih Fisik Pencak Silat. Yogyakarta: FIK UNY

Baduroni Dongoran Upaya Meningkatkan Belajar Passing Dalam Permainan Bola Basket Melalui Keterampilan Dasar Lempar Tangkap Bola DOI: https://doi.org/10.24114/jhpgsd.v1i1.1347.

Berliana, Dkk. (2008). Belajar Pembelajaran Dalam Pelatihan Olahraga. Bandung: Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.

Bompa, T.O. (1994). Theory and Methodology of Training. (third edition). Dubuque, Iowa: Kendal/Hunt Publishing Company.

Depdiknas, 2005. Kamus Besar Bahasa Indonesia . lakarta : Balai Pustaka.

Dian Kartika Amelia Arbi. 2013. Penerimaan Diri pada Atlet Bola Basket yang Telah Mengalami Career-Ending Injury Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi Vol.03 No. 02, Agustus 2014.

Dwi Hartanto.2014. Pengaruh Metode Pembelajaran Dan Koordinasi Mata – Tangan Terhadap Kemampuan Shothing Bola Basket Pada Mahasiswa Penjaskesrek Ikip Pgri Pontianak. Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, IKIP-PGRI Pontianak Jalan Ampera No.88 Pontianak 78116 E-mail: dwihartanto308@gmail.com. Jurnal Pendidikan Olah Raga, Vol. 3, No. 2, Desember 2014.

Eltoukhy, M, Asfour, S, & Thompson, C. 2012. Evaluation of The Performance of Digital Vidio Analysis of Human Motion: Dartfish Tracking System. Internasional Journal of Scientific & Engineering, (Online), 3 (03): 1-6, (http://blog.dartfish.com/wpcontent/uploads/2014/11/Eval uation-of-the-Performanceof-Digital-Video-AnalysisHuman-Motion-3d-vs-DF-2d3.pdf), diakses 3 Januari 2017.

Eko Rudiansyah1 , Andi Usman2 , Ari Fauzi Hakim3 2013, Upaya Meningkatkan Shooting Free Throw Permainan Bola Basket Dengan Metode Strength Pada Siswa Kelas X Akuntansi 2 Smk Negeri 1 Nanga Pinoh Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Volume 1, Nomor 1,Juli 2014, Hal. 64-68.

Eva Yunida, Sugiharto & Tommy Soenyoto. 2016 Manajemen Pembinaan Merdeka Basketball Club (MBBC) Pontianak Kalimantan Barat Tahun 2016 Prodi Pendidikan Olahraga, Pascasarjana, Universitas Negeri SemarangProdi Pendidikan Olahraga, Pascasarjana, Universitas Negeri Semarang.

Fachru falah 2017, analisis gerak jump shoot terhadap tingkat keberhasilan point di tim bola basket unit kegiatan mahasiswa jurnal sport science, vol. 7, no. 1, 2017, hlm. 15-25.

Fiktoria meyfidianti, ahmad atiq1 , dan wiwik yunitaningrum2 2012 pengaruh modifikasi media pembelajaran bola basket terhadap motivasi belajar chest pass pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi, fkip untan, pontianak e-mail: fiktoria.meyfidianti@gmail.com

Giriwijoyo, Y.S. Santoso. 1992. Ilmu Faal Olahraga. Bandung: FPOK IKIP.

Grana, William A. and Kalenak, Alexander. 1991. Clinical Sport Medicine. New York: W. B. Sounders Company.

Gusti Ari Sandika 2014, Perbandingan Ketepatan One Hand set Shoot dan Two Hand Set Shoot pada Tembakan Bebas dalam Permaian Bola Basket Siswa SMA N 1 TorueE-JTPEHR Volume 1 Nomor 3 ISSN : 2337-4535.

Gormley SE, Swain DP, High R, Spina RJ, Dowling EA, Kotlpalli US, Gandrakota R. Effect of Intensity of Aerobic Training on Vo2max. Med Sci Sports Exercise. 2008 ; 40 (7):1336-43.

Hadi Martono, Tandiyo Rahayu, & Fakhruddin, . 2017. Pengaruh Model Pembelajaran dan Jenis Kelamin terhadap Hasil Belajar Passing Bola Voli. *Journal of Physical Education and Sports*, *6*(1), 44-49. https://doi.org/https://doi.org/10.15294/jpes.v6i1.17320

Harsono. 1988. Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching. Jakarta: CV. Tambak Kusuma.

Harsono. 1991. Latihan Kondisi Fisik. Jakarta: KONI Pusat.

Haris Pojskić. 2013 The relationship between physical fitness and shooting accuracy of professional basketball players Motriz, Rio Claro, v.20 n.4, p. 408-417, Oct./Dec. 2014 DOI: dx.doi.org/10.1590/S1980-65742014000400007

Harira N, Asnawati, Huldani. Perbandingan Nilai VO2maks antara Siswa Terlatih dengan Siswa Tidak Terlatih Di SMAN 1 Martapura. Berkala Kedokteran.. 2013; 9(1): 13-19. 16. Marinković D, Pavlović S. The Differences in Aerobic Capacity of Basketball Players in Different Playing Positions. Physical Education and Sport.2013;11(1) : 73 – 80.

Hall Wissel. 1996. Bola Basket. Jakarta : PT. Rajagrafindo Persada.

Husdarta & Yudha M. Saputra. 2000. Belajar dan Pembelajaran. Depdiknas. Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.

Hudson, J. 1982. A Biomechanical Analysis by Skill Level Of Free Throw Shooting in Basketball. Makalah Disajikan dalam Simposium Internasional Biomekanik Olahraga, San Diego, California.

Ilham 2011, Hubungan Kekuatan Otot Lengan dengan Kemampuan Chest Pass Pemain Bola Basket Siswa SMP N 11 Kota Jambi Journal article Jurnal Penelitian Universitas Jambi: Seri Humaniora 2011.

Imam Sodikun. 1992. Olahraga Pilihan Bola Basket. Jakarta : Depdikbud, Dirjendikti, PPTK.

I Wayan Oka Pranatha 2017 Implementasi Kooperatif Tipe Nht Untuk Meningkatkan Aktivitas Dan Hasil Belajar Passing Bola Basket Pranatha (2017). Implementasi Kooperatif Tipe NHT Untuk Meningkatkan

Aktivitas Dan Hasil Belajar Passing Bola Basket. Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan. Vol. 1 (1) pp. 32-39.

Ketut Mertayasa, Setya Rahayu, Tommy Soenyoto Metode Latihan Plyometrics Dan Kelentukan Untuk Meningkatkan Power Otot Tungkai Dan Hasil Lay Up Shoot Bola Basket Journal of Physical Education and Sport JPES 5 (1)

Khairul Usman, Soekardi, Harry Pramono. 2016. Pengaruh Model Pembelajaran Dan Tingkatkoordinasi Mata Tangan Terhadap Hasil Belajar Bola Basket Journal of Physical Education and Sport 5(1)

Kosasih, Danny. 2008. Fundamental basketball, Semarang : penerbit karangturiMedia.

Liska Sukiyandari , Soegiyanto KS, ER. Rustiana .2011.Multimedia Bola Basket Untuk Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan di SMAProgram Studi Pendidikan Olahraga Program Pasca sarjana Universitas Negeri Semarang. JPES 1 (2) (2012).

M A Noviudin Pritama,Sugiharto, Setya Rahayu Pengaruh. 2014. Metode Latihan Smash Dan Koordinasi Mata Tangan Dengan Menggunakan Umpan Langsung Dan Tak Langsung Umpan Pada Bulutangkis Journal Of Physical Education And Sports JPES 3 (1)

Mark Lyons , Yahya Al-Nakeeb and Alan Nevill the impact of moderate and high intensity total body fatigue on passing accuracy in expert and novice basketball players ©Journal of Sports Science and Medicine (2006) 5, 215-227 http://www.jssm.org

Mertayasa, K., Rahayu, S., & Soenyoto, T. (2017). Metode Latihan Plyometrics Dan Kelentukan Untuk Meningkatkan Power Otot Tungkai Dan Hasil Lay Up Shoot Bola Basket. *Journal of Physical Education and Sports*, *5*(1), 24-31. (https://doi.org/https://doi.org/10.15294/jpes.v5i1.13275)

Meiyana Eka Wahyuni, Aris Mulyono.2015 Pengembangan Media Pembelajaran Dribble Bola Basket Menggunakan Job Card Bagi Siswa Kelas Vii Smp. Journal of Physical Education, Health and Sport. http://journal. unnes.ac.id nju/index.php/jpehs

Mimi Yulianti, 2017. Contribution of Leg Muscle Explosive Power and Eye-Hand Coordination to The Accuracy Smash of Athletes in Volleyball Club of Universitas Islam 17) 70-74 Riau. *Journal of Physical Education, Health and Sport,* 4 (2) (2017) 70-7 4. (http://journal. unnes.ac. id/nju/index.php / jpehs)

Midgley, Rud. 1996. Ensiklopedi Olahraga. Semarang: Dahara Prize.

Mirdayani Pauweni/ Journal of Physical Education and Sports 1 (1) (2012) Pengembangan Model Permainan Bola Basket Taki Sebagai Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas Di Kota Gorontalo.

Mohammad Kamal Fauzi, Priyanto, Suratman, 2015. Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Chest Pass* Bolabasket Melalui Media *Audiovisual.*Unnes Journal Of Sport Sciences 4 (1) (2015) . Http://Journal.Unnes.Ac.Id/Sju/ Index. Php/Ujss

Mohammad Yoby Pradana Oktavianto, Sutardji, Taufiq Hidayah. 2012. Sumbangan Power Lengan Dan Panjang Lengan Terhadap Kemampuan Lempar Chest Pass Bola Basket Pada Klub Bola Basket Bluesky Kabupaten Demak Journal of Sport Sciences and Fitness 1 (2).

M.Yusuf Hadisasmita & Aip Syarifuddin.1996. Ilmu Kepelatihan Dasar. Jakarta. Depdikbud, Dirjen Dikti

Muhajirin.(2007). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Rekreasi. Bandung Yudhistira.

Mulyono, B. A,. 2008. Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani Olahraga. Surakarta: Universitas Sebelas Maret Press

Nathial, M,S. 2014. Analysis of set shot in basketball in relation with time toperform the course and displacement of center of gravity, (Online), 2(5): 122-126, (http://www.sciencepublishin ggroup.com/j/ajss), diakses 04 Agustus 2017. Purnama, H. 2014. Analisis Keberhasilan Shooting 3 Point Pada Team Bola Basket Putra Ikor Unesa. Surabaya : Universitas Negeri Surabaya. Rojas, J.F, Cepero, M & Gutierrez, M. 2000. Kinematic adjustments in the basketball jump shoot against an opponent, (Online), 43 (10) 1651-1660, (http://www.tandf.co.uk/journ als), diakses 2 Februari 2017 jam 16:19 wib.

Nugroho, Yuli Adi. 6101406527 (2011) Abstrak. Minat Siswa Terhadap Permainan Bola Voli Modifikasi dalam Pembelajaran Penjasorkes Pada Siswa Kelas VIII Di SMP 2 Kaliwiro Kab. Wonosobo. (http://lib.unnes.ac.id/5328/ jum'at 12 oktober 2012 15.31)

Nurtajudin, Tandiyo Rahayu, Sulaiman. 2015. Pengaruh Latihan Koordinasi Mata-Kaki-Tangan Dan Tingkat Keseimbanganterhadap Motorik Kasar Anak Usia Dini Journal of Physical Education and Sports (2).

Pardede, Muhammad Qosim. 610 140 3052 (2010). Abstrak. Motivasi Siswa Dalam Mengikuti Penjasorkes Melalui Pendekatan Modifikasi Permainan Bola Basket Pada Siswa Kelas 2 Smp Negeri 2 Ungaran Kab. Semarang. (http://lib.unnes.ac.id/8882/ Jum'at, 12 oktober 2012 15.35)

Pate, Russel. dkk. 1983. Dasar-dasar Il-miah Kepelatihan, Semarang: IKIP Semarang.

Phillips, D. Allen and Hornack, E. 1979. Measurment And Evaluation in Physical Adication, New York: Jhon Wiley & Sons.

PB. PERBASI. 2004. Peraturan Resmi Permaian Bola basket . Jakarta : PB PERBASI

PB. PERBASI, 2006. Bolabasket Untuk Semua Buku pegangan Bai pecinta Bolabasket. Jakartya ; PB PERBASI.

Pratama Dharmika Nugraha. 2017. Pengaruh latihan lay up 6 tahap terhadap hasil lay up pemain putra usia SMP pada sekolah basket Smiling Java Boyolali Copyright ©2018 Ilmu Keolahragaan, Universitas PGRI Madiun. ISSN: 2614-459X (Online) & ISSN: 2614-4603 (Print).

Pritama, M. A. N, S., & Rahayu, S. (1). Pengaruh Metode Latihan Smash Dan Koordinasi Mata Tangan Dengan Menggunakan Umpan Langsung Dan Tak Langsung Umpan Pada Bulutangkis. *Journal Of Physical Education And Sports*, *3*(1).(Https:// Doi.Org/Https: //Doi.Org/10.15294 /Jpes.V3i1 .4796)

Priyanto, (2011). Pengaruh Metode Latihan Dan Power Tungkai Terhadap Hasil Shooting Free Throw. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, Volume 1. Edisi 2. Desember 2011. ISSN: 2088-6802. (http://journal.unnes.ac.id/index.php/miki)

Puji Rahayu, Tandiyo Rahayu, Achmad Rifai RC. 2016. Pengaruh Gaya Mengajar Latihan dan Koordinasi Mata Tangan terhadap Hasil Pembelajaran Dribbling Bola Basket JPES 6 (2) (2017)

Pyke, Frank S. 1991. Better Coaching Advanced Coachs Mannual. Canberra: Australian Coaching Councyl Incorporated.

Rahantoknam, Edward B. 1988. Belajar Motorik: Teori dan Aplikasinya dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Jakarta P2LPTK. Dikti Depdikbud.

Rahmat Iqbal, Wendi Gushendra 2016 differences in the effect of exercise on skipping plyometrics and power on leg muscles basketball players Jurnal Ilmiah PENJAS, ISSN : 2442-3874 Vol. 2 No. 2, Juli 2016

Rahayu, P., Rahayu, T., & RC, A. (2017). Pengaruh Gaya Mengajar Latihan dan Koordinasi Mata Tangan terhadap Hasil Pembelajaran Dribbling Bola

Basket. *Journal of Physical Education and Sports*, *6*(2), 186-192. (https://doi.org/https://doi.org/10.15294/jpes.v6i2.17394)

Randes Rahdian Aziz, Sulaiman, Sugiharto. 2013. Evaluasi Program Pembinaan Atlet Pada Klub Bola Basket Putra Di Stkip Dharma Wacana Metro Journal of Educational Research and Evaluation JERE 3 (1) (2014).

Resanto, Soegiyanto, K. S, Setya Rahayu. 2012. Pengaruh Metode Pembelajaran Dan Koordinasi Gerak Terhadap Hasil Belajar Permainan Bola Basket Journal of Physical Education and Sports JPES 1 (2).

Ritoh Pardomuan 2013 Mengidentifikasi Atlet Muda Berbakat Menggunakan Uji Keterampilan Bolabasket Bravo's Jurnal Volume 2 No. 3 Tahun 2013

Rizki Burstiando 2015 Peningkatkan Motivasi Intrinsik Dan Ekstrinsik Melalui Sport Education Model Pada Permainan Bolabasket Jurnal Sportif ● Vol. 1 No. 1 November 2015.

Rizka Yulidasari 2015, Variasi Latihan Teknik Shooting Bolabasket Siswa Peserta Ekstrakurikuler Di Smpn 22 Malang Pendidikan Jasmani, Volume 25, Nomor 1, Tahun 2015, 1 - 10

Riyadi, S. (1). Multi Ring And Multi Level Basketball Game Development As A Learning Medium In Physical, Sports, And Health Education In Elementary Schools. *Journal Of Physical Education And Sports*, *1*(1). (Https://Doi.Org/Https://Doi.Org/10.15294/Jpes.V1i1.100)

Rusli Lutan. 1988. Belajar Keterampilan Motorik Pengantar Teori Dan Metode. Jakarta : Dekdikbud. Ditjendikti

Sage, George H. 1984. Motor Learning and Control a Behavioral Emphasis. Champaign: Human Kinetics Publisher, Inc.

Sarumpaet, A. dkk. 1992. Permainan Bolabasket. Jakarta: Depdikbud, Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

Setiawan, Muhammad Ripki, Soekardi & Rumini. 2015. Pengembangan Media Pembelajaran Aktivitas Ritmik Berbasis Multimedia pada Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Kabupaten Ogan Komering Ulu (Oku) Selatan Provinsi Sumatera Selatan. Journal of Physical Education and Sports 4(2).

Setyawan, Sunarko dan Asnar, Elyana. 1992. Pengaruh Ketinggian Latihan Pliometrik Gawang Terhadap Kemampuan Vertical Jump, Broad Jump Dan Leg Power. Jakarta: Pusat Ilmu Olahraga KONI Pusat.

Sridadi (2009). Sumbangan Tes Koordinasi Mata, Tangan, dan Kaki yang Digunakan untuk Seleksi Calon Mahasiswa Baru Prodi PJKR Terhadap Mata Kuliah Praktek Dasar Gerak Softball. Yogyakarta: FIK-UNY.

Struzik, A. Pietraszewski, B & Zawadzki, J. 2014. Biomechanical Analysis of the Jump Shot in Basketball, (Online), (42) : 73-79, (http://www.johk.pl) dia akses 03 Agustus 2017. Suwadji, A.S.B. 2014. Analisis gerak lempar lembing (Studi pada Atlet Atletik Cabor Lempar Lembing Pasi Sidoarjo, Ditinjau dari aspek Biomekanika dan Kinesiologi). Jurnal Kesehatan Olahraga, (Online), 02 (1): 73-83, (http//ejournal.unesa.ac.id), diakses 02 Februari 2017.

Sodikun, Imam. 1992. Olahraga Pilihan Bolabasket. Jakarta: Depdikbud, Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

Sudarno. 1992. Pendidikan Kesegaran Jasmani Jakarta: Departemen P & K.Wissel, Hal. 2000. Bolabasket Dilengkapi dengan Program Pemahiran Teknik dan Taktik. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada

Sugito 2013, Hubungan Antara Kelincahan Dan Kecepatan Dengan Kemampuan Dribble Dalam Permainan Bola Basket Pada Mahasiswa Tingkat Ii Prodi Penjaskesrek Fkip Unp Kediriefektor No.23, Oktober,Tahun 2013

Sukadiyanto. (2005). Pengantar teori dan metodologi melatih fisik. Yogyakarta: PKO FIK UNY.

Singer. 1980. Motor Learning And Human Performance. New York : Macmilan publishers Co Inc

Soebagio Hartoko. 1994. T dan P Bola Basket I. Surakarta : FKIP UNS.

Sugiyanto. 1993. Perkembangan Gerak. Surakarta : FKIP UNS. . 1996. Belajar Gerak I. Surakarta : UNS Press

Sugiyono. 2011. Metode Penelitian Kuantitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta

Sukiyandari, L., Ks, S., & Rustiana, E. (1). Multimedia Bola Basket Untuk Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sma. Journal Of Physical Education And Sports, 1(2). Https://Doi.Org/Https://Doi.Org/10.15294/Jpes.V1i2.812.

Takakura H, Furuichi Y, Yamada T, Jue T, Ojino M, Hashimoto T, dkk. Endurance Training Facilitate Myoglobin Desaturation during Contraction in Rat Sceletal Muscle. Scientific Reports. 2015; 5: 09403.

Taufan Reza Putra , Dwi Cahyo Kartiko, 2014. Penerapan Permainan Bola Basket Untuk Meningkatkan Hasil Belajar *Dribble* Bola Basket,Studi Pada Siswa Kelas Vii Smp Negeri 2 Nganjuk Tahun Ajaran 2013/2014. Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Volume 02 Nomor 02 Tahun 2014, 398 - 401

Usman, K., Soekardi, S., & Pramono, H. (2017). Pengaruh Model Pembelajaran Dan Tingkat Koordinasi Mata Tangan Terhadap Hasil Belajar Bola Basket. *Journal Of Physical Education And Sports*, *5*(1), 53-59. (Https:// Doi.Org/ Https://Doi. Org/10.15294/Jpes.V5i1.13282).

Yunida, E., Sugiharto, S., & Soenyoto, T. (2017). Manajemen Pembinaan Merdeka Basketball Club (MBBC) Pontianak Kalimantan Barat Tahun 2016. *Journal of Physical Education and Sports*, *6*(2), 125-132. https://doi.org/https://doi.org/10.15294/jpes.v6i2.17385

Yusmawati , 2014. Upaya Peningkatan Hasil Belajar *Lay-Up* Bola Basket. Jpehs 1 (2) (2014) Journal Of Physical Education, Health And Sport Http://Journal.Unnes.Ac.Id/Nju/Index.Php/Jpehs

Wahyu Jayadi. 2013. Pengaruh Metode Latihan Dan Koordinasi Terhadap Keterampilan Chest Pass Dalam Permainan Bolabasket FIK Universitas Negeri Makassar (email: wahyu_jayadi@yahoo.com) Cakrawala Pendidikan, November 2012, Th. XXXI, No. 3.

Lampiran 1: SK Dosen Pembimbing

KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PROGRAM PASCASARJANA
Gedung A Kampus Bendan Ngisor, Semarang 50233
Telepon : +62248440516, +62248449017, Faximile : +62248449969.
Laman: http://pps.unnes.ac.id

KEPUTUSAN
DIREKTUR PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
No. 1285/P/PPs/2015
tentang
PENGANGKATAN DOSEN PEMBIMBING TESIS

Dengan Rahmat Tuhan Yang Maha Esa
Direktur Program Pascasarjana Universitas Negeri Semarang

Menimbang : Bahwa untuk kelancaran pelaksanaan studi bagi mahasiswa Program Magister pada Program Pascasarjana Unnes dalam penyusunan dan pertanggungjawaban Tesis, maka dipandang perlu menetapkan keputusan tentang pengangkatan dosen pembimbing

Mengingat : 1. Peraturan Rektor Universitas Negeri Semarang Nomor 27 Tahun 2011 tentang Pedoman Akademik Program Pascasarjana Universitas Negeri Semarang
2. Keputusan Rektor Universitas Negeri Semarang
a. Nomor 162/O/2004 tentang penyelenggaraan pendidikan di Universitas Negeri Semarang
b. Nomor 164/O/2004 tentang pedoman umum Tugas akhir, Skripsi, Tesis, dan Disertasi bagi mahasiswa Universitas Negeri Semarang
c. Nomor 341/P/2015 tentang Pengangkatan Direktur Program Pascasarjana Universitas Negeri Semarang Periode Tahun 2015-2019

MEMUTUSKAN

Menetapkan : I. Mengangkat Saudara-saudara yang namanya tercantum dibawah ini,

a. 1. Nama : Prof. Dr. Soegiyanto MS
2. N I P : 195401111981031002
3. Jabatan : Profesor
4. Pangkat/ Golru : Pembina Utama Madya, IV/d
sebagai **PEMBIMBING I (PERTAMA)**

b. 1. Nama : Dr. Sulaiman M.Pd.
2. N I P : 196206121989011001
3. Jabatan : Lektor Kepala
4. Pangkat/ Golru : Pembina Tk. I, IV/b
sebagai **PEMBIMBING II (KEDUA)**

dalam penulisan TESIS, mahasiswa:
Nama : Ardianto Sufyandi
N I M : 0602514053
Program Studi : Pendidikan Olahraga (S2)

II. Menugasi Saudara-saudara tersebut di atas untuk melaksanakan bimbingan penulisan tesis sesuai Pedoman Penulisan Tesis Mahasiswa Program Strata II Program Pascasarjana Universitas Negeri Semarang.

III. Apabila pada kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan dalam Keputusan ini akan diperbaiki sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di Semarang
pada tanggal 12 Oktober 2015
Direktur

Lampiran 2: Surat Ijin Observasi Dispora

KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PASCASARJANA
Gedung A, Kampus Pascasarjana, Jl. Kelud Utara III, Semarang 50237
Telepon +6224-8440516, 8449017, Faksimile +6224-8449969
Laman: http://pps.unnes.ac.id, surel: pps@mail.unnes.ac.id

Nomor : 12474/UN37.2/LT/2017 — 16 Oktober 2017
Hal : Izin Obserfasi

Yth. Kepala Dinas Pendidikan, Pemuda dan olahraga
Jl. Pemuda, Leteh, km 01 Kec. Rembang, Kabupaten Rembang, Jawa Tengah 59217

Dengan hormat, bersama ini kami sampaikan bahwa mahasiswa di bawah ini:

Nama	: Ardianto Sufyandi
NIM	: 0602514053
Program Studi	: Pendidikan Olahraga, S2
Semester	: Gasal
Tahun akademik	: 2017/2018
Judul	: PENGARUH MODEL LATIHAN PASSING BOLA BASKET DAN KORDINASI MATA TANGAN TERHADAP KEMAMPUAN PASSING BOLA BASKET SISWA PUTRA EKSTRAKULIKULER BOLA BASKET SMA 1 LASEM DAN SMA 1 PAMOTAN

Kami mohon yang bersangkutan diberikan izin untuk melaksanakan penelitian tesis di perusahaan atau instansi yang Saudara pimpin, dengan alokasi waktu 1 September s/d 30 November 2017.

Atas perhatian dan kerjasama Saudara, kami mengucapkan terima kasih.

a.n. Direktur Pascasarjana
Wakil Direktur Bid. Akademik dan Kemahasiswaan,

Dr.rer.nat. Wahyu Hardyanto, M.Si.
NIP. 196011241984031002

Tembusan:
Direktur Pascasarjana;
Universitas Negeri Semarang

Nomor Agenda Surat : 922 837 788 5

Sistem Informasi Surat Dinas - UNNES (2017-10-17 13:00:55)

Lampiran 3: Surat Ijin Observasi

KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PASCASARJANA
Gedung A, Kampus Pascasarjana, Jl. Kelud Utara III, Semarang 50237
Telepon +6224-8440516, 8449017, Faksimile +6224-8449969
Laman: http://pps.unnes.ac.id, surel: pps@mail.unnes.ac.id

Nomor : 3579/UN37.2/LT/2018 03 April 2018
Hal : Permohonan Izin Observasi

Yth. Kepala Dinas Pendidikan, Pemuda dan Olah Raga Kabupaten Rembang
Jl. Pemuda,leteh, km 01 Kec. Rembang, Kabupaten Rembang, Jawa Tengah 59217

Dengan hormat, bersama ini kami sampaikan bahwa mahasiswa di bawah ini:

Nama	: Ardianto Sufyandi
NIM	: 0602514053
Program Studi	: Pendidikan Olahraga, S2
Semester	: Genap
Tahun akademik	: 2017/2018
Topik observasi	: PENGARUH MODEL LATIHAN PASSING BOLA BASKET DAN KOORDINASI MATA TANGAN TERHADAP KEMAMPUAN PASSING BOLA BASKET SISWA PUTRA EKSTRAKULIKULER BOLA BASKET DI SMA 1 LASEM DAN SMA 1 PAMOTAN

Kami mohon yang bersangkutan diberikan izin observasi untuk penelitian awal tesis di perusahaan atau instansi yang Saudara pimpin, dengan alokasi waktu 5 s.d 30 April 2018.

Atas perhatian dan kerjasama Saudara, kami mengucapkan terima kasih.

a.n. Direktur Pascasarjana
Wakil Direktur Bid. Akademik dan Kemahasiswaan,

Prof. Dr.rer.nat. Wahyu Hardyanto, M.Si.
NIP 196011241984031002

Tembusan:
Direktur Pascasarjana;
Universitas Negeri Semarang

Nomor Agenda Surat : 195 939 199 7

Sistem Informasi Surat Dinas - UNNES (2018-04-04 7:50:15)

Lampiran 4: Surat Ijin Penelitian

KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PASCASARJANA
Gedung A, Kampus Pascasarjana, Jl. Kelud Utara III, Semarang 50237
Telepon +6224-8440516, 8449017, Faksimile +6224-8449969
Laman: http://pps.unnes.ac.id, surel: pps@mail.unnes.ac.id

Nomor : 3580/UN37.2/LT/2018 03 April 2018
Hal : Izin Penelitian

Yth. Kepala SMA 1 Lasem Rembang
Jl. Sunan bonang no.1 Ngempla, Lasem Kabupaten Rembang, Jawa Tengah 59271

Dengan hormat, bersama ini kami sampaikan bahwa mahasiswa di bawah ini:

Nama	: Ardianto Sufyandi
NIM	: 0602514053
Program Studi	: Pendidikan Olahraga, S2
Semester	: Genap
Tahun akademik	: 2017/2018
Judul	: PENGARUH MODEL LATIHAN PASSING BOLA BASKET DAN KOORDINASI MATA TANGAN TERHADAP KEMAMPUAN PASSING BOLA BASKET SISWA PUTRA EKSTRAKULIKULER BOLA BASKET SMA 1 LASEM

Kami mohon yang bersangkutan diberikan izin untuk melaksanakan penelitian tesis di perusahaan atau instansi yang Saudara pimpin, dengan alokasi waktu 5 s.d 30 April 2018.

Atas perhatian dan kerjasama Saudara, kami mengucapkan terima kasih.

a.n. Direktur Pascasarjana
Wakil Direktur Bid. Akademik dan Kemahasiswaan,

Prof. Dr.rer.nat. Wahyu Hardyanto, M.Si.
NIP. 196011241984031002

Tembusan:
Direktur Pascasarjana;
Universitas Negeri Semarang

Nomor Agenda Surat : 914 606 114 2

Sistem Informasi Surat Dinas - UNNES (2018-04-04 7:53:23)

Lampiran 5: Analisis Data Penelitian

Tingkat Koordinasi mata tangan dan latihan *Woll toss back*

Variables Entered/Removed[b]

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	koordinasi[a]	.	Enter

Model Summary[b]

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.752[a]	.566	.542	1.750

ANOVA[b]

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	71.851	1	71.851	23.451	.000[a]
	Residual	55.149	18	3.064		
	Total	127.000	19			

Coefficients[a]

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	10.287	1.145		8.982	.000
	koordinasi	.704	.145	.752	4.843	.000

a. Dependent Variable: Wall

Residuals Statistics[a]

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	12.40	17.33	15.50	1.945	20
Residual	-2.514	2.669	.000	1.704	20
Std. Predicted Value	-1.594	.942	.000	1.000	20
Std. Residual	-1.436	1.525	.000	.973	20

a. Dependent Variable: Wall

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Predicted Value
N		20
Normal Parameters[a]	Mean	15.5000000
	Std. Deviation	1.94463944
Most Extreme Differences	Absolute	.327
	Positive	.194
	Negative	-.327
Kolmogorov-Smirnov Z		1.462
Asymp. Sig. (2-tailed)		.028

a. Test distribution is Normal.

Tingkat Koordinasi mata tangan dan *Triangel pass*

Variables Entered/Removed[b]

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	koordinasi[a]	.	Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: triangel

Model Summary[b]

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.871[a]	.759	.746	2.881

a. Predictors: (Constant), koordinasi

b. Dependent Variable: triangel

ANOVA[b]

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	471.170	1	471.170	56.775	.000[a]
	Residual	149.380	18	8.299		
	Total	620.550	19			

a. Predictors: (Constant), koordinasi

b. Dependent Variable: triangel

Coefficients[a]

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-.499	1.885		-.265	.794
	koordinasi	1.804	.239	.871	7.535	.000

a. Dependent Variable: triangel

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Predicted Value
N		20
Normal Parameters[a]	Mean	12.8500000
	Std. Deviation	4.97980218
Most Extreme Differences	Absolute	.327
	Positive	.194
	Negative	-.327
Kolmogorov-Smirnov Z		1.462
Asymp. Sig. (2-tailed)		.028

a. Test distribution is Normal.

Case Processing Summary

		Cases					
		Valid		Missing		Total	
	w	N	Percent	N	Percent	N	Percent
passing	12	3	100.0%	0	.0%	3	100.0%
	13	2	100.0%	0	.0%	2	100.0%
	14	2	100.0%	0	.0%	2	100.0%
	15	4	100.0%	0	.0%	4	100.0%
	16	3	100.0%	0	.0%	3	100.0%
	17	2	100.0%	0	.0%	2	100.0%
	18	1	100.0%	0	.0%	1	100.0%
	20	3	100.0%	0	.0%	3	100.0%

Descriptives[a,b]					
	w			Statistic	Std. Error
passing	12	Mean		17.67	.882
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	13.87	
			Upper Bound	21.46	
		5% Trimmed Mean		.	
		Median		18.00	
		Variance		2.333	
		Std. Deviation		1.528	
		Minimum		16	
		Maximum		19	
		Range		3	
		Interquartile Range		.	
		Skewness		-.935	1.225
		Kurtosis		.	.
	13	Mean		18.50	.500
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	12.15	
			Upper Bound	24.85	
		5% Trimmed Mean		.	
		Median		18.50	
		Variance		.500	
		Std. Deviation		.707	
		Minimum		18	
		Maximum		19	
		Range		1	
		Interquartile Range		.	
		Skewness		.	.
		Kurtosis		.	.
	14	Mean		16.50	1.500
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	-2.56	
			Upper Bound	35.56	
		5% Trimmed Mean		.	
		Median		16.50	
		Variance		4.500	
		Std. Deviation		2.121	
		Minimum		15	
		Maximum		18	
		Range		3	

		Interquartile Range		.	
		Skewness		.	.
		Kurtosis		.	.
	15	Mean		16.00	.913
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	13.09	
			Upper Bound	18.91	
		5% Trimmed Mean		16.00	
		Median		16.00	
		Variance		3.333	
		Std. Deviation		1.826	
		Minimum		14	
		Maximum		18	
		Range		4	
		Interquartile Range		4	
		Skewness		.000	1.014
		Kurtosis		-3.300	2.619
	16	Mean		17.33	.882
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	13.54	
			Upper Bound	21.13	
		5% Trimmed Mean		.	
		Median		17.00	
		Variance		2.333	
		Std. Deviation		1.528	
		Minimum		16	
		Maximum		19	
		Range		3	
		Interquartile Range		.	
		Skewness		.935	1.225
		Kurtosis		.	.
	20	Mean		17.33	1.202
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	12.16	
			Upper Bound	22.50	
		5% Trimmed Mean		.	
		Median		18.00	
		Variance		4.333	
		Std. Deviation		2.082	
		Minimum		15	
		Maximum		19	

		Range	4	
		Interquartile Range	.	
		Skewness	-1.293	1.225
		Kurtosis	.	.
a. passing is constant when w = 17. It has been omitted.				
b. passing is constant when w = 18. It has been omitted.				

Tests of Normality[b,c]

		Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	w	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
passing	12	.253	3	.	.964	3	.637
	13	.260	2	.			
	14	.260	2	.			
	15	.208	4	.	.950	4	.714
	16	.253	3	.	.964	3	.637
	20	.292	3	.	.923	3	.463

a. Lilliefors Significance Correction

b. passing is constant when w = 17. It has been omitted.

c. passing is constant when w = 18. It has been omitted.

Case Processing Summary

		Cases					
		Valid		Missing		Total	
	t	N	Percent	N	Percent	N	Percent
passing	2	1	100.0%	0	.0%	1	100.0%
	4	2	100.0%	0	.0%	2	100.0%
	7	1	100.0%	0	.0%	1	100.0%
	8	1	100.0%	0	.0%	1	100.0%
	9	1	100.0%	0	.0%	1	100.0%
	10	1	100.0%	0	.0%	1	100.0%
	11	1	100.0%	0	.0%	1	100.0%
	12	2	100.0%	0	.0%	2	100.0%
	16	2	100.0%	0	.0%	2	100.0%
	17	2	100.0%	0	.0%	2	100.0%
	18	3	100.0%	0	.0%	3	100.0%
	19	2	100.0%	0	.0%	2	100.0%
	20	1	100.0%	0	.0%	1	100.0%

Descriptives[a,b,c,d,e,f,g,h]					
	t			Statistic	Std. Error
passing	4	Mean		18.00	1.000
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	5.29	
			Upper Bound	30.71	
		5% Trimmed Mean		.	
		Median		18.00	
		Variance		2.000	
		Std. Deviation		1.414	
		Minimum		17	
		Maximum		19	
		Range		2	
		Interquartile Range		.	
		Skewness		.	.
		Kurtosis		.	.
	16	Mean		15.50	.500
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	9.15	
			Upper Bound	21.85	
		5% Trimmed Mean		.	
		Median		15.50	
		Variance		.500	
		Std. Deviation		.707	
		Minimum		15	
		Maximum		16	
		Range		1	
		Interquartile Range		.	
		Skewness		.	.
		Kurtosis		.	.
	17	Mean		18.00	1.000
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	5.29	
			Upper Bound	30.71	
		5% Trimmed Mean		.	

		Median		18.00	
		Variance		2.000	
		Std. Deviation		1.414	
		Minimum		17	
		Maximum		19	
		Range		2	
		Interquartile Range		.	
		Skewness		.	.
		Kurtosis		.	.
	18	Mean		18.33	.333
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	16.90	
			Upper Bound	19.77	
		5% Trimmed Mean		.	
		Median		18.00	
		Variance		.333	
		Std. Deviation		.577	
		Minimum		18	
		Maximum		19	
		Range		1	
		Interquartile Range		.	
		Skewness		1.732	1.225
		Kurtosis		.	.
	19	Mean		16.50	1.500
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	-2.56	
			Upper Bound	35.56	
		5% Trimmed Mean		.	
		Median		16.50	
		Variance		4.500	
		Std. Deviation		2.121	
		Minimum		15	
		Maximum		18	
		Range		3	

		Interquartile Range	.	
		Skewness	.	.
		Kurtosis	.	.
a. passing is constant when t = 2. It has been omitted.				
b. passing is constant when t = 7. It has been omitted.				
c. passing is constant when t = 8. It has been omitted.				
d. passing is constant when t = 9. It has been omitted.				
e. passing is constant when t = 10. It has been omitted.				
f. passing is constant when t = 11. It has been omitted.				
g. passing is constant when t = 12. It has been omitted.				
h. passing is constant when t = 20. It has been omitted.				

Tests of Normality[b,c,d,e,f,g,h,i]

		Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	t	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
passing	4	.260	2	.			
	16	.260	2	.			
	17	.260	2	.			
	18	.385	3	.	.750	3	.000
	19	.260	2	.			

a. Lilliefors Significance Correction

b. passing is constant when t = 2. It has been omitted.

c. passing is constant when t = 7. It has been omitted.

d. passing is constant when t = 8. It has been omitted.

e. passing is constant when t = 9. It has been omitted.

f. passing is constant when t = 10. It has been omitted.

g. passing is constant when t = 11. It has been omitted.

h. passing is constant when t = 12. It has been omitted.

i. passing is constant when t = 20. It has been omitted.

Case Processing Summary

		Cases					
		Valid		Missing		Total	
	wt	N	Percent	N	Percent	N	Percent
passing	12	3	100.0%	0	.0%	3	100.0%
	13	2	100.0%	0	.0%	2	100.0%
	14	2	100.0%	0	.0%	2	100.0%
	15	3	100.0%	0	.0%	3	100.0%

Descriptives

	wt			Statistic	Std. Error
passing	12	Mean		18.33	.333
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	16.90	
			Upper Bound	19.77	
		5% Trimmed Mean		.	
		Median		18.00	
		Variance		.333	
		Std. Deviation		.577	
		Minimum		18	
		Maximum		19	
		Range		1	
		Interquartile Range		.	
		Skewness		1.732	1.225
		Kurtosis		.	.
	13	Mean		16.50	1.500
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	-2.56	
			Upper Bound	35.56	
		5% Trimmed Mean		.	
		Median		16.50	
		Variance		4.500	
		Std. Deviation		2.121	

		Minimum		15	
		Maximum		18	
		Range		3	
		Interquartile Range		.	
		Skewness		.	.
		Kurtosis		.	.
	14	Mean		18.00	1.000
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	5.29	
			Upper Bound	30.71	
		5% Trimmed Mean		.	
		Median		18.00	
		Variance		2.000	
		Std. Deviation		1.414	
		Minimum		17	
		Maximum		19	
		Range		2	
		Interquartile Range		.	
		Skewness		.	.
		Kurtosis		.	.
	15	Mean		16.33	.882
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	12.54	
			Upper Bound	20.13	
		5% Trimmed Mean		.	
		Median		16.00	
		Variance		2.333	
		Std. Deviation		1.528	
		Minimum		15	
		Maximum		18	
		Range		3	
		Interquartile Range		.	
		Skewness		.935	1.225
		Kurtosis		.	.

Lampiran 6: Dokumentasi Penelitian

Percobaan Tes Koodinasi Mata tangan

Tes Koordinasi Mata Tangan (Dengan lempar bola tenis)

Pada Waktu sesi latihan

pada waktu sesi latihan woll toss back

Pada Waktu Sesi Latihan triangel pass

Pada waktu latihan permainan

Pada waktu latiah tanding dengan SMA 1 Kragan

Pada waktu lawan tanding dengan SMA 2 Rembang