

ANALISIS KEMAMPUAN BIOMOTOR PADA TIM PUTRI BOLABASKET UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Oleh:

Meiranda Meuthiara Bashry
08602241047

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan biomotor pada tim putri Universitas Negeri Yogyakarta tahun 2012.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang menggunakan metode survey dengan teknik pengambilan data tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah semua atlet tim putri bolabasket Universitas Negeri Yogyakarta yang berjumlah sebanyak 24 atlet. Pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* berjumlah 12 atlet yang mengikuti LIBAMANAS 2011-2012. Instrumen yang digunakan adalah tes dan pengukuran kemampuan biomotor. Analisis data menggunakan statistik deskriptif.

Berdasarkan hasil analisis data, maka dapat diketahui bahwa kemampuan komponen biomotor tim putri UNY, yaitu kecepatan dengan rata-rata 4,0967, kekuatan otot tungkai dengan rata-rata 114,3333, kekuatan otot jari-jari (kanan) dengan rata-rata 28,0417, kekuatan otot jari-jari (kiri) dengan rata-rata 27,1667, kekuatan otot lengan dengan rata-rata sebesar 11,3333, kelincahan dengan rata-rata 9,0142, koordinasi dengan rata-rata 35,5833, dan daya tahan dengan rata-rata sebesar 33,5192. Sebagian besar dalam kategori kurang dan sedang. Oleh karena itu dengan melihat hasil dari keseluruhan kemampuan biomotor tim putri bolabasket UNY yang masih tergolong kurang dan sedang, maka perlu adanya tambahan latihan untuk mencapai standar atlet umum yaitu baik.

Kata kunci: kemampuan biomotor, atlet bolabasket