

**SUMBANGAN KOORDINASI MATA-TANGAN, FLEKSIBILITAS PERGELANGAN
TANGAN, KEKUATAN OTOT LENGAN *TRICEPS* DAN *POWER* TUNGKAI
TERHADAP TEMBAKAN *JUMP SHOOT*
PADA PEMAIN UKM BOLA BASKET UNY**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:
Febbi Tirta Saputra
NIM. 07602241010

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
JULI 2012**

**SUMBANGAN KOORDINASI MATA-TANGAN, FLEKSIBILITAS PERGELANGAN
TANGAN, KEKUATAN OTOT LENGAN TRICEPS DAN *POWER* TUNGKAI
TERHADAP TEMBAKAN *JUMP SHOOT*
PADA PEMAIN UKM BOLA BASKET UNY**

Oleh:

Febbi Tirta Saputra
07602241010

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sumbangan koordinasi mata-tangan, fleksibilitas pergelangan tangan, kekuatan otot lengan *triceps* dan *power* tungkai terhadap tembakan *jump shoot* pada pemain UKM bola basket UNY.

Metode yang digunakan adalah survei, dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa putra yang tergabung dalam anggota UKM bola basket UNY yang berjumlah 26 orang. Sampel yang diambil dari hasil *purposive sampling* berjumlah 20 atlet. Analisis data menggunakan uji regresi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) ada sumbangan koordinasi mata-tangan (X_1) dengan tembakan *jump shoot* (Y) yaitu sebesar 25.96%. (2) Ada sumbangan fleksibilitas pergelangan tangan (X_2) dengan tembakan *jump shoot* sebesar 19.25%. (3) Ada sumbangan kekuatan otot lengan *triceps* (X_3) terhadap tembakan *jump shoot* (Y) sebesar 23.46%. (4) Ada sumbangan kekuatan otot tungkai (X_4) terhadap tembakan *jump shoot* (Y) sebesar 18.45%. Secara bersama-sama sumbangan koordinasi mata-tangan (X_1), fleksibilitas pergelangan tangan (X_2), kekuatan otot lengan *triceps* (X_3), *power* tungkai (X_4), terhadap tembakan *jump shoot* (Y) peserta UKM bola basket putra UNY Yogyakarta adalah 87.1%.

Kata kunci: survei, sumbangan efektif, jump shoot, bola basket, fleksibilitas, kekuatan, power, koordinasi mata-tangan.