

**KORELASI KONSENTRASI DAN KOORDINASI MATA TANGAN
DENGAN KEMAMPUAN *SHOOTING* PESERTA
EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET
DI SMA NEGERI 1 JEPARA**

TUGAS AKHIR SKRIPSI



Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mendapatkan gelar
Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Oleh :
MUHAMMAD KEVIN ABDULLAH
NIM 20601244131

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2024**

**KORELASI KONSENTRASI DAN KOORDINASI MATA TANGAN
DENGAN KEMAMPUAN *SHOOTING* PESERTA
EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET
DI SMA NEGERI 1 JEPARA**

Oleh:
Muhammad Kevin Abdullah
NIM 20601244131

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsentrasi dan koordinasi mata-tangan dengan kemampuan *shooting* pada siswa peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Jepara.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian korelasional dengan metode deskriptif kuantitatif. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei 2024 di SMA Negeri 1 Jepara. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket yang berjumlah 18. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total *sampling*. Instrumen yang digunakan untuk tes konsentrasi adalah *grid test*, tes koordinasi mata-tangan dengan bola tangan, dan tes keterampilan *shooting* bola basket. Teknik pengambilan data menggunakan tes dan pengukuran. Analisis data menggunakan uji prasyarat, dan uji hipotesis korelasi sederhana dan korelasi ganda.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) ada hubungan yang signifikan antara konsentrasi dengan kemampuan *shooting* permainan bola basket peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Jepara dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$; (2) ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-tangan dengan kemampuan *shooting* permainan bola basket peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Jepara dengan nilai signifikansi sebesar $0,005 < 0,05$; (3) Ada hubungan yang signifikan antara konsentrasi dan koordinasi mata-tangan dengan kemampuan *shooting* permainan bola basket peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Jepara dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Kemudian derajat hubungan antara variabel konsentrasi (X1) dan koordinasi mata-tangan (X2) dengan keterampilan *shooting* (Y) yaitu termasuk kedalam kategori korelasi tinggi, dilihat dari nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,959.

Kata Kunci: Konsentrasi, Koordinasi Mata-Tangan, Keterampilan *Shooting* Bola Basket

**CORRELATION BETWEEN FOCUS AND HAND-EYE COORDINATION
TOWARDS THE SHOOTING ABILITY OF BASKETBALL
EXTRACURRICULAR MEMBERS
OF SMA NEGERI 1 JEPARA**

From:
Muhammad Kevin Abdullah
NIM 20601244131

ABSTRACT

The objective of this research is to establish the correlation between focus, hand-eye coordination, and shooting proficiency among students engaged in basketball extracurricular activity at SMA Negeri 1 Jepara (Jepara 1 High School).

This research employed correlational research design and utilized descriptive quantitative methods. The research was carried out in May 2024 at SMA Negeri 1 Jepara. The sample size for this study consisted of 18 students who actively participated in basketball extracurricular activity. The sample technique employed was a complete sampling technique. The concentration tests employed the grid test, hand-eye coordination exam used handball, and basketball shooting skills test. The data collection approaches employed assessments and evaluations. The data analysis employed precondition tests, as well as hypothesis testing for simple correlation and multiple correlation.

The research findings indicate a significant correlation between concentration and basketball shooting ability among extracurricular participants at SMA Negeri 1 Jepara, with a significance value of 0.000, which is less than 0.05. (2) A strong correlation exists between hand-eye coordination and basketball shooting proficiency among extracurricular players at SMA Negeri 1 Jepara, with a significance level of 0.005, which is lower than the threshold of 0.05. (3) A strong correlation exists between attention, hand-eye coordination, and basketball shooting ability among extracurricular players at SMA Negeri 1 Jepara. This correlation is statistically significant, with a p-value of 0.000, which is less than the accepted threshold of 0.05. The association between the variables concentration (X1) and hand-eye coordination (X2) with shooting skills (Y) is classified as having a high correlation. This is evident from the correlation coefficient (R) value of 0.959.

Keywords: Concentration, Hand-Eye Coordination, Basketball Shooting Ability

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Muhammad Kevin Abdullah

NIM : 20601244131

Program Studi : Pendidikan Jasmandi Kesehatan dan Rekreasi

Judul Skripsi : Korelasi Konsentrasi dan Koordinasi Mata Tangan dengan Kemampuan *Shooting* Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket di SMA Negeri 1 Jepara

Menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar hasil karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat-pendapat orang yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan tata tulis karya ilmiah yang lazim.

Yogyakarta, 4 Mei 2024
Yang menyatakan,



Muhammad Kevin Abdullah
NIM 20601244131

LEMBAR PERSETUJUAN

**KORELASI KONSENTRASI DAN KOORDINASI MATA TANGAN
DENGAN KEMAMPUAN *SHOOTING* PESERTA
EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET
DI SMA NEGERI 1 JEPARA**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Muhammad Kevin Abdullah

NIM 20601244131

Ini telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta

Tanggal: 9 Juli 2024

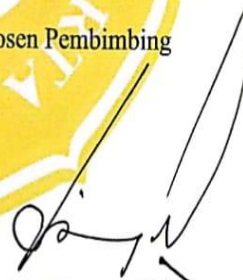
Koordinator Program Studi

Dosen Pembimbing



Dr. Ngatman, M.Pd.

NIP 19670605 199403 1 001



Prof. Dr. Dimiyati, M.Si.

NIP 19670127 199203 1 002

LEMBAR PENGESAHAN

KORELASI KONSENTRASI DAN KOORDINASI MATA TANGAN
DENGAN KEMAMPUAN *SHOOTING* PESERTA
EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET
DI SMA NEGERI 1 JEPARA

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Muhammad Kevin Abdullah

NIM 2060144131

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Fakultas Ilmu
Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta

Tanggal: 9 Juli 2024

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Prof. Dr. Dimiyati, M.Si / Ketua		9-07-2024
Herka Maya Jatmika, M.Pd / Sekretaris		9.07.2024
Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M. Ed / Penguji Utama		9.07.2024

Yogyakarta,

Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Universitas Negeri Yogyakarta



Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or.

NIP. 9770218 200801 1 002 †

MOTTO

1. “Keberhasilan bukanlah milik orang pintar. Keberhasilan milik mereka yang terus berusaha”. – B. J. Habibie.
2. “Pilihan kitalah yang menunjukkan siapa kita sebenarnya, lebih dari kemampuan kita”. – Albus Dumbledore
3. “Buktikan kepada siapapun yang tidak percaya kepada dirimu, bahwa setiap orang memiliki hak yang sama dalam memperjuangkan tujuannya”.
– M. Kevin Abdullah

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur atas apa yang sudah saya lakukan selama 4 tahun ini, sehingga saya bisa menyelesaikan jenjang perkuliahan dari semester 1 sampai saya hingga menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi (TAS) tanpa suatu halangan apapun.

Saya mempersembahkan skripsi ini untuk orang tua saya yang sangat saya cintai dan saya sayangi, Ayah Arif Susanto dan Mamah Dina Mariyana. Saya mengucapkan terima kasih atas segala doa, dukungan, motivasi, dan segala pengorbanan yang telah dilakukan untuk saya, sehingga saya bisa sampai di titik ini, titik dimana banyak orang menganggap saya tidak bisa menyelesaikan perkuliahan saya, akan tetapi kedua orang tua saya selalu meyakinkan saya bahwa saya bisa menyelesaikan jenjang ini. Semoga perjuangan ini bisa membuat ayah dan mamah bangga dan bahagia.

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kehadirat Allah SWT. atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis diberikan kesehatan sehingga mampu menyelesaikan penyusunan Tugas Akhir Skripsi dengan judul “Korelasi Konsentrasi dan Koordinasi Mata Tangan dengan Kemampuan *Shooting* Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket di SMA Negeri 1 Jepara” ini dapat diselesaikan dengan baik.

Saya ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Prof. Dr. Dimiyati, M.Si, selaku dosen pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah memberikan waktu, arahan, tenaga, dan bimbingan yang terbaik dalam penulis menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi.

Peneliti menyadari dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini tidak lepas dari doa, dukungan, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes. selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan kesempatan peneliti untuk melanjutkan studi di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang telah memberikan persetujuan dan izin penelitian.

3. Bapak Dr. Ngatman, M.Pd., selaku Ketua Departemen Pendidikan Olahraga beserta dosen yang telah memberikan fasilitas selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
4. Kepala Sekolah, Guru, Pelatih dan Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket di SMA Negeri 1 Jepara, yang telah memberikan kesempatan, bantuan, dan waktu dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi.
5. Seluruh teman-teman Jepara yang telah kebersamai saya dalam menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi.
6. Seluruh teman-teman PJKR A 2020 yang telah menjadi rumah selama masa pendidikan, terimakasih untuk cerita dan kenanganya.
7. Seluruh teman-teman kelompok PK dan KKN yang telah memberikan semangat kepada saya untuk menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi.
8. Erlina Choirun Nisa' yang telah menemani dan memberikan motivasi kepada saya dalam mengerjakan Tugas Akhir Skripsi.
9. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu yang telah memberikan waktu, tenaga dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah diberikan semua pihak diatas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi dan manfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, 4 Mei 2024
Yang menyatakan,

Muhammad Kevin Abdullah
NIM 20601244131

DAFTAR ISI

ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA	iv
LEMBAR PERSETUJUAN.....	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Batasan Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	10
BAB II.....	12
KAJIAN PUSTAKA.....	12
A. Kajian Teori	12
1. Profil SMA Negeri 1 Jepara	12
2. Karakteristik Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket	13
3. Hakikat Permainan Bola Basket.....	13
4. Teknik Dasar Permainan Bola Basket.....	16
5. Jenis – Jenis Teknik <i>Shooting</i>	18
6. Faktor Yang Mempengaruhi <i>Shooting</i>	22
7. Konsentrasi.....	24
8. Koordinasi Mata-Tangan.....	33
B. Hasil Penelitian Yang Relevan	36
C. Kerangka Berpikir.....	38
D. Hipotesis Penelitian.....	40
BAB III	42
METODE PENELITIAN.....	42
A. Desain Penelitian.....	42

B. Tempat dan Waktu Penelitian	43
C. Populasi dan Sampel Penelitian	44
D. Definisi Operasional Variabel.....	44
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	46
BAB IV	61
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	61
A. Hasil Penelitian	61
1. Hasil Uji Prasyarat.....	64
2. Uji Hipotesis.....	67
B. Pembahasan.....	70
BAB V.....	74
KESIMPULAN DAN SARAN.....	74
A. Kesimpulan	74
B. Implikasi.....	74
C. Keterbatasan Penelitian.....	75
D. Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA	76

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Deskriptif Statistik Konsentrasi	61
Tabel 2. Deskriptif Statistik Koordinasi Mata-Tangan	62
Tabel 3. Deskriptif Statistik Keterampilan Shooting	63
Tabel 4. Rangkuman Hasil Uji Normalitas	64
Tabel 5. Uji Linieritas	65
Tabel 6. Pengecekan Multikolinieritas	66
Tabel 7. Pengecekan Homogenitas	66
Tabel 8. Hasil Uji Korelasi Konsentrasi dengan Keterampilan Shooting.....	67
Tabel 9. Koordinasi Mata-Tangan dengan Keterampilan Shooting.....	68
Tabel 10. Hasil Uji Korelasi Ganda	68

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Tembakan satu tangan.....	19
Gambar 2. Tembakan dua tangan.....	19
Gambar 3. Lay-Up Shoot	20
Gambar 4. Kerangka Berpikir	39
Gambar 5. Desain Penelitian.....	43
Gambar 6. Tes Konsentrasi “Grid Test”	49
Gambar 7. Tes Memasukkan Bola ke Dalam Ring Basket.....	54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. SK Pembimbing Tugas Akhir	80
Lampiran 2. Surat Permohonan Izin Penelitian	81
Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian	82
Lampiran 4. Data Penelitian Tes Konsentrasi.....	83
Lampiran 5. Data Penelitian Tes Koordinasi Mata-Tangan.....	84
Lampiran 6. Data Penelitian Tes Kemampuan Shooting.....	85
Lampiran 7. Hasil Analisis Data SPSS	86
Lampiran 8. Uji Normalitas	86
Lampiran 9. Uji Linieritas.....	86
Lampiran 10. Uji Multikolinieritas	86
Lampiran 11. Uji Hipotesis	87
Lampiran 12. Dokumentasi Penelitian.....	88

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan memiliki berbagai macam jenis peningkatan mutu, baik di bidang akademik maupun non akademik. Bidang non akademik dapat ditingkatkan dengan melaksanakan kegiatan kebugaran jasmani di sekolah. Pendidikan jasmani dapat dilakukan sesuai dengan kaidah pedagogi yang dapat menambah kemampuan peserta didik secara signifikan. Pendidikan jasmani bertujuan untuk meningkatkan keterampilan motorik, kebugaran jasmani, sosial, kecerdasan emosional dan meningkatkan kesehatan bagi peserta didik. Pelaksanaan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan salah satu sarana dalam rangka pembinaan mutu sumber daya manusia Indonesia, hasil yang diharapkan itu dapat dicapai dengan waktu yang cukup panjang. Karena itu, upaya pembinaan peserta didik melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memerlukan kesabaran, keikhlasan, dan program yang sistematis serta berkesinambungan.

Menurut Mulyanto (2014, hal. 34), Pendidikan jasmani adalah proses belajar untuk bergerak, dan belajar melalui gerak. Ciri dari pendidikan jasmani adalah belajar melalui pengalaman gerak untuk mencapai tujuan pengajaran melalui pelaksanaan. Aktivitas jasmani, bermain dan olahraga. Pembelajaran pendidikan jasmani dapat dikembangkan dengan aspek fisik, gerak, sosial, dan emosional. Maka, pencapaian tujuan pendidikan dapat memberikan kontribusi secara

menyeluruh. Dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan sebuah proses pembelajaran yang bisa mengembangkan kemampuan motorik, kebugaran jasmani, pengetahuan, perilaku hidup aktif dan sportif melalui kebugaran jasmani. Pengembangan pendidikan jasmani bisa dilakukan pada waktu jam pelajaran maupun diluar jam pelajaran. Pendidikan jasmani di jam pelajaran dilakukan sesuai dengan jam efektif yang dibatasi oleh jam pelajaran, sehingga pengembangan kemampuan peserta didik kurang maksimal. Akibat dari terbatasnya jam pelajaran untuk pengembangan kemampuan, pada akhirnya peserta didik tidak bisa berkembang secara maksimal dalam salah satu atau beberapa cabang olahraga. Maka dari itu sekolah perlu menciptakan sebuah rangkaian kegiatan yang dapat mengembangkan minat dan bakat untuk peserta didik dengan melaksanakan ekstrakurikuler.

Menurut Magrisa, Wardhani, & Saf (2018) Ekstrakurikuler olahraga merupakan pembinaan dan pengembangan pendidikan jasmani peserta didik yang dilaksanakan oleh sekolah sehingga menampung minat peserta didik dalam bidang olahraga yang diminati. Dengan adanya kegiatan ekstrakurikuler di sekolah, peserta didik mampu meningkatkan wawasan dan pengalaman serta mencapai prestasi yang maksimal. Bola basket merupakan salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang diminati oleh peserta didik. Tidak hanya peserta didik, permainan bola basket termasuk olahraga yang digemari oleh masyarakat. (Oliver , 2007, p. 6) menyatakan, permainan bola basket adalah olahraga yang menyenangkan, kompetitif,

mendidik, menghibur, dan menyehatkan serta memiliki keterampilan perseorang yang cukup sulit sehingga harus latihan dengan rutin agar berhasildalam memainkannya. Danny Kosasih berpendapat bahwa Bola basket adalah permainan yang menggunakan kecepatan (kaki dan tangan) dengan waktu yang tepat. Lalu Wissel (1996, hal. 43) berpendapat bahwa pertandingan bola basket dimainkan dengan dua tim dengan lima pemain setiap tim inti. Permainan bola basket bertujuan untuk mendapatkan skor dengan memasukkan bola ke dalam *ring* atau keranjang dan menghalangi tim lain untuk melakukan hal serupa.

Menurut Depdiknas (2007, hal. 3), dalam permainan bola basket memiliki teknik dasar, yaitu : *Shooting, Dribbling, Passing, Pivot, dan Rebound, footwork, jumping, intercept, steal*. Semua teknik tersebut harus dikuasai oleh seorang atlet bola basket. Menurut Wicaksono & Laksmiwati (2013) *Shooting* adalah satu rangkaian teknik dasar olahraga basket yang wajib dikuasai pemain dan menjadi senjata pamungkas ketika mencetak poin. Meskipun seorang pemain memiliki teknik menembak, sebagian besar kesalahan dalam melempar bebas mungkin juga bisa disebabkan oleh pengaruh stres dan kurangnya kontrol. Khususnya, pada pemain usia muda juga dapat dipengaruhi faktor-faktor tertentu seperti proses akomodasi pada perubahan peraturan dan karakteristik pertumbuhan yang tidak sesuai dengan kekuatan dan kemampuan koordinasi pemain. (Gomez, Kreivyte, & Sampaio, 2017).

Gerakan *shooting* yang kurang baik seringkali dialami peserta didik. Perlu adanya konsentrasi untuk menjadikan suatu tembakan menjadi lebih baik dan akurat ketika pemain masih muda. Pemain bola basket membutuhkan gerakan yang kompleks, termasuk gerakan tangan, kaki, dan lengan.

Hal tersebut diperkuat dengan buku Bola Basket karya dari Wissel (1996, p. 60) berpendapat bahwa terdapat kesalahan – kesalahan paling umum dalam melakukan *shooting* yaitu: tembakan terlalu pendek, Lemparan terlalu jauh, Tembakan tidak konsisten, tembakan menyentuh sisi sebelah kanan *ring*, tembakan menyentuh sisi sebelah kiri *ring*, tembakan tidak terarah dan tidak terkontrol. Faktor – faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan *shooting* diantaranya : Konsentrasi, Stres dan Kurangnya Kontrol, Adaptasi kurang baik, Latihan teknik dasar, Variasi metode latihan *shooting*.

Menurut Komarudin (2013, p. 134) konsentrasi memegang peranan penting dalam olahraga basket ini karena jika konsentrasi pemain mengalami gangguan maka hal ini akan menimbulkan masalah. Menurut (Maksum, 2011) konsentrasi bisa bersifat menyempit ataupun bersifat meluas. Konsentrasi dapat bersifat menyempit, seperti seorang yang sedang mengincar dan melepaskan anak panahnya menuju sasaran. Sedangkan konsentrasi bersifat meluas, seperti seorang pengatur serangan yang ingin memberikan umpan kepada pemain dalam permainan bola basket. Kemudian Konsentrasi adalah kemampuan untuk memusatkan

perhatian kepada tugas dengan tidak terganggu dan terpengaruhi oleh stimuli yang bersifat internal maupun eksternal (Schmid, Peper, Wilson, 2001). Selanjutnya Nideffer (2000) menjelaskan konsentrasi sebagai perubahan yang konstan yang berhubungan dengan dua dimensi yaitu dimensi luas (*width*) dan dimensi pemusatan (*focus*). Kemudian Wicaksono & Laksmiwati (2013, hal. 45) berpendapat bahwa semakin sering pemain melakukan latihan tembakan dalam bola basket dengan benar dan dilakukan secara berulang-ulang, maka tembakan yang sulit akan semakin mudah dan lama kelamaan menjadi otomatis yang akhirnya dapat diperluas lagi gerakannya, sehingga tidak begitu membutuhkan konsentrasi.

Akan tetapi, Bagi siswa SMA konsentrasi memiliki pengaruh yang signifikan dengan kemampuan *shooting*. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Hamid (2019) kepada 30 sampel dan diperoleh rata-rata nilai konsentrasi siswa 8,60 dan rata-rata nilai shooting 3,37. Dengan demikian penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat konsentrasi siswa dengan hasil belajar shooting bola basket siswa pada siswa kelas XII IPA 3 SMA Negeri Jogoroto.

Shooting dalam bola basket memerlukan koordinasi antara mata-tangan, koordinasi ini adalah keterpaduan antara penglihatan dengan gerakan tangan. Jadi, dalam melakukan gerakan *shooting* yang baik diperlukan koordinasi yang baik juga. Menurut Syafruddin (2011, p. 169) koordinasi adalah kemampuan seseorang merangkaikan beberapa unsur

gerak menjadi suatu gerakan yang selaras sesuai dengan tujuannya. Kemudian menurut Bempa dalam Syafruddin (2011, p. 169) mengemukakan koordinasi merupakan suatu kemampuan yang sangat kompleks, sangat terkait dengan kecepatan, kekuatan, daya tahan dan kelentukan. Sedangkan mata adalah bagian indra pengelihatan yang terdiri atas dua buah bola mata yang terletak antara sebelah kanan dan sebelah kiri (Takari, 2007 hal. 66). Menurut Agustina (2022) Mata adalah indera pengelihatan yang berfungsi mempersiapkan bentuk, ukuran, warna, maupun kedudukan suatu objek.. Jadi bisa disimpulkan bahwa mata merupakan alat indra yang terdapat pada manusia yang secara konstan mata menyesuaikan jumlah yang masuk dan memusatkan perhatian terhadap suatu objek.

Tangan atau lengan adalah yang berfungsi sebagai penggerak dalam melakukan aktivitas kehidupan (Takari, 2017 hal. 124). Sebagai seorang manusia bisa melakukan aktivitas sehari – hari seperti : makan, minum, melakukan *shooting*, menggambar karena adanya tangan. Secara tidak langsung kondisi fisik seorang peserta didik mempunyai pengaruh yang besar dalam keterampilan melakukan *shooting* bola basket.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Afrizal (2019) Berdasarkan data tes dan pengukuran koordinasi mata tangan dan kemampuan *shooting* bola basket yang dilakukan terhadap tim basket SMP Negeri 1 Lubuk Alung, kemudian dilakukan analisis data dengan menggunakan *statistik* analisis korelasi *product moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa h_0

ditolak dan h_a diterima, sehingga dinyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-tangan dengan kemampuan *shooting* tim basket SMP Negeri 1 Lubuk Alung.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Mongsidi W, Laode M.S.R.O, Saifu (2021) dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara koordinasi mata tangan dengan kemampuan shooting bola basket. Dimana perolehan koefisien korelasi dan di dukung dengan koefisien determinasi menunjukkan kebermaknaan hubungan kedua variabel yang cukup kuat, maka hipotesis dalam penelitian ini dapat dibuktikan. Kemampuan shooting bola basket secara teori benar ditunjang oleh koordinasi mata tangan serta ditunjang oleh teknik dasar dan unsur kondisi fisik yang lain seperti ketepatan, kekuatan dan keseimbangan.

Namun penelitian yang dilakukan oleh Namiatul A (2020) Menurut hasil hitung 1,058 dan 1,314. Kelompok eksperimen tidak memiliki perubahan yang signifikan dibandingkan kelompok kontrol. Dengan kata lain tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil kelompok *treatment* dengan kelompok control terhadap ketepatan *jump shoot* dan *free throw*.

Berdasarkan pengamatan dan pengalaman saya selama bersekolah di SMA Negeri 1 Jepara kondisi tersebut sesuai dengan tema penelitian yang ingin diteliti oleh peneliti ingin melakukan penelitian kembali di SMA Negeri 1 Jepara, sekolah yang merupakan asal tempat tinggal

dengan judul “Korelasi Konsentrasi dan Koordinasi Mata Tangan dengan Kemampuan *Shooting* Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket di SMA Negeri 1 Jepara”

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang yang telah dijabarkan diatas, penulis dapat mengidentifikasi permasalahan yang ada, yaitu:

1. Rendahnya tingkat konsentrasi dapat mempengaruhi keterampilan *shooting* siswa peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Jepara.
2. Rendahnya koordinasi mata-tangan dapat mempengaruhi keterampilan *shooting* siswa peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Jepara.
3. Tingkat keterampilan *shooting* yang kurang baik sering dialami oleh siswa peserta ekstrakurikuler bola basket dapat mempengaruhi hasil *shooting*.
4. Adanya ketidakkonsistenannya hasil penelitian mengenai hubungan konsentrasi dengan kemampuan *shooting*.
5. Adanya ketidakkonsistenannya hasil penelitian mengenai hubungan koordinasi mata-tangan dengan kemampuan *shooting*.

C. Batasan Masalah

Untuk membatasi penelitian tersebut tidak melebar. Maka peneliti membatasi permasalahan yang diangkat tentang pengaruh konsentrasi dapat mempengaruhi akurasi *shooting*, koordinasi mata-tangan terhadap

shooting, dan kemampuan *shooting*. Subjek yang dibatasi hanya pada peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Jepara.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka dapat dirumuskan beberapa permasalahan sebagai berikut:

1. Apakah ada hubungan antara konsentrasi dengan kemampuan *shooting* permainan bola basket?
2. Apakah ada hubungan antara koordinasi mata-tangan dengan kemampuan *shooting* permainan bola basket?
3. Apakah ada hubungan antara konsentrasi dan koordinasi mata-tangan dengan kemampuan *shooting* permainan bola basket?
4. Apakah ada sumbangan paling besar antara konsentrasi dan koordinasi mata-tangan dengan kemampuan *shooting* permainan bola basket?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka tujuan penelitian yang diharapkan bisa dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Ingin mengetahui adakah hubungan konsentrasi dengan kemampuan *shooting* permainan bola basket.
2. Ingin mengetahui adakah hubungan koordinasi mata-tangan dengan kemampuan *shooting* permainan bola basket.
3. Ingin mengetahui adakah hubungan konsentrasi dan koordinasi mata-tangan dengan kemampuan *shooting* permainan bola basket.

4. Ingin mengetahui adakah sumbangan paling besar antara konsentrasi dan koordinasi mata-tangan dengan kemampuan *shooting*.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan oleh penulis dari hasil penelitian adalah sebagai berikut:

1. Kegunaan Teoritis
 - a) Sebagai rekomendasi bagi pelatih dan siswa peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler tentang pentingnya tingkat konsentrasi dan koordinasi mata-tangan dengan hasil *shooting* dalam permainan bola basket.
 - b) Sebagai rekomendasi bagi pembina atau guru PJOK agar dapat memperbaiki hasil pembinaan siswa peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler dalam proses latihan bola basket.
2. Kegunaan Praktis
 - a) Sebagai upaya meningkatkan kualitas siswa peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket dalam peningkatan konsentrasi dan koordinasi mata-tangan untuk menghasilkan *shooting* yang efektif.
 - b) Sebagai upaya meningkatkan kualitas dan produktifitas siswa peserta didik, pelatih, dan guru PJOK dalam kegiatan ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Jepara.
 - c) Penelitian ini diharapkan bisa memberi manfaat bagi pelatih dan pembina ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Jepara

dalam upaya pengembangan dan meningkatkan kualitas peserta didik kearah prestasi yang lebih baik.

- d) Penelitian ini diharapkan dapat membantu pengembangan ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Jepara dalam perkembangan olahraga bola basket

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Profil SMA Negeri 1 Jepara

SMA Negeri 1 Jepara merupakan salah satu Sekolah Menengah Atas Negeri yang berada di Provinsi Jawa Tengah, Indonesia. SMA Negeri 1 Jepara didirikan pada 01 Agustus 1963 yang beralamat di Jalan C.S Tubun 1, Jepara, Jawa Tengah. Sama dengan SMA pada umumnya, di Indonesia masa pendidikan sekolah di SMA Negeri 1 Jepara ditempuh dalam waktu tiga tahun pelajaran, mulai dari kelas X sampai kelas XII.

Jumlah kelas yang terdapat di SMA ini yaitu : X,XI,XII MIPA 1 – 6, X,XI,XII IPS 1 – 4, X, XI, XII Bahasa. Adapun sarana dan prasarana mulai dari Aula, Lapangan Upacara, Lapangan Futsal, beberapa Laboratorium, UKS, Ruang Guru, Ruang Tata Usaha, Ruang BK, Ruang Tamu, Masjid, Parkiran, Lapangan Basket, Perpustakaan, Ruang Multimedia Ruang OSIS dan ruang lainnya guna menunjang ekstrakurikuler yang ada. SMA Negeri 1 Jepara juga memiliki banyak kegiatan ekstrakurikuler, di antaranya : PMR, Pramuka, Pecinta Alam, PASSUS, Teater, Fotografi, Polisi Keamanan Sekolah, Karya Ilmiah, Film, Kerohanian Islam, *English Conversation Club*, Futsal, Sepak bola, Bola basket, dan lain sebagainya.

2. Karakteristik Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket

Peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Jepara memiliki karakteristik yang hampir sama dikarenakan memiliki persamaan budaya, lingkungan tempat tinggal yang berdekatan, akan tetapi memiliki emosi yang berbeda – beda. Hamzah B. Uno menyatakan bahwa peserta didik merupakan individu yang menerima pengaruh dari seseorang atau sekelompok orang yang menjalankan pendidikan (Saiful Bahri Djamarah, 2000). Hal tersebut membuat saya harus lebih waspada dalam menyampaikan tata cara pelaksanaan penelitian.

Peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket kebanyakan adalah peserta laki – laki. Adapun karakteristik dari peserta ekstrakurikuler bola basket tersebut adalah sebagai berikut: 1. Merupakan anggota yang terdaftar di Ekstrakurikuler Bola Basket SMA Negeri 1 Jepara, 2. Keaktifan dalam kehadiran dan proses latihan, 3. Telah menguasai teknik shooting, 4. Mempunyai pengalaman yang cukup baik dalam permainan dan pertandingan bola basket.

3. Hakikat Permainan Bola Basket

Sejarah permainan bola basket berasal pada negara Amerika, mula-mula untuk menghilangkan kelesuan olahraga pada musim-musim dingin Dr. L. H Gullick, sekretaris dari bagian pendidikan jasmani YMCA (*Young Means Christian Association*) Amerika serikat dan ketua pendidikan YMCA internasional, yang sekarang disebut *springfield college*, di *Massachusetts* menghendaki di ciptakannya suatu permainan

yang dapat dimainkandan menghindari permainan kasar dan ditemukanlah permainan bola bakset oleh James Naismith. Permainan bola basket pada tahun 1891, untuk pertama kalinya dimainkan, dan ternyata mendapat sambutan yang sangat baik. Bola basket masuk ke Indonesia, setelah perang dunia ke-II dibawa oleh perantau-perantau China dan berkembang dengan cepat sehingga pada PON ke-I tahun 1948 di Surakarta, Bola basket dapat dicantumkan dalam acara resmi. Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia (Perbasi).

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 (Wissel, 1996, hal. 2).

Bola basket adalah permainan bola besar yang dimainkan secara berkelompok yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing terdiri dari lima pemain setiap timnya. Bola basket dimainkan pada sebuah lapangan yang permukaannya rata dan keras yang bebas dari segala sesuatu yang menghalangi. Lapangan bola basket memiliki ukuran panjang 28 meter dan lebar 15 meter yang diukur dari sisi dalam garis batas. Terdapat sebuah bola yang dimainkan oleh para pemain saat sedang memainkan bola basket. Bola yang digunakan terbuat dari bahan kulit atau karet. Para pemain memainkan bola tersebut dengan tujuan dari masing-masing tim untuk mencetak angka sebanyak-banyaknya dengan

cara memasukkan bola ke dalam *ring* lawan dan mencegah tim lawan mencetak angka.

Bermain bola basket diawali dengan *jump ball* dari tengah lapangan yang dilakukan oleh wasit pertandingan. Permainan bola basket dipimpin oleh dua atau tiga wasit. Permainan bola basket dilakukan selama 4×10 menit setiap babakannya, diantara babak pertama dan kedua, babak ketiga dan keempat memiliki waktu istirahat selama 2 menit. Diantara babak kedua dan ketiga akan ada jeda paruh waktu selama lima belas menit. Bola boleh dioper, dilempar, ditepis, digulirkan dan dipantulkan (*dribble*) ke segala arah sesuai dengan peraturan (Perbasi, 2012, p. 5).

Pengertian bola basket menurut Wissel (1996, p. 44) Bola basket dimainkan oleh dua tim dengan 5 pemain per tim. Tujuannya adalah mendapatkan nilai (*skor*) dengan memasukkan bola ke keranjang dan mencegah tim lain melakukan hal serupa. Menurut Sumiyarsono (2002, p. 23) Tujuan permainan bola basket adalah memasukkan bola sebanyak-banyaknya kedalam keranjang basket lawan dan sebaik-baiknya mempertahankan daerah bertahan agar lawan tidak dapat memasukkan bola dan mencetak angka.

Dari pengertian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa, permainan bola basket adalah permainan bola besar yang dilakukan secara berkelompok dengan menggunakan teknik – teknik bola basket dengan tujuan untuk mencetak angka dan mencegah lawan mencetak angka.

4. Teknik Dasar Permainan Bola Basket

Teknik menurut Havery (2000) merupakan prosedur logis dan rasional untuk merancang suatu rangkaian komponen yang berhubungan satu dengan yang lainnya dengan maksud untuk berfungsi sebagai suatu kesatuan dalam usaha mencapai suatu tujuan yang telah ditentukan. Sedangkan menurut Manama (2010) Teknik adalah sebuah struktur konseptual yang tersusun dari fungsi – fungsi yang saling berhubungan yang bekerja sebagai suatu kesatuan.

Dapat disimpulkan bahwa teknik dasar merupakan prosedur logis dan rasional untuk merancang suatu rangkaian komponen yang berhubungan satu dengan yang lainnya dengan maksud untuk berfungsi sebagai suatu kesatuan dalam usaha mencapai suatu tujuan yang telah ditentukan.

Permainan bola basket adalah suatu permainan yang dimainkan dengan cara menggunakan kedua tangan yang dipantulkan ke lantai lapangan yang disebut *dribbling* dan memasukkan bola ke dalam *ring* dengan cara menembak atau *shooting* dengan cara satu tangan dan kedua tangan dengan dukungan teknik – teknik dasar lainnya.

Teknik dasar pada seluruh cabang olahraga merupakan modal dasar untuk penguasaan keterampilan secara menyeluruh. Tidak terlepas olahraga bola basket itu sendiri. Menurut Oliver (2007), keterampilan-keterampilan perseorang seperti umpan, *dribble*, *rebound* dan *shooting*

serta kerja tim menyerang dan bertahan, merupakan prasyarat agar berhasil dalam memainkan bola basket.

Menurut Adnan (1999, p. 24) *Passing* atau mengumpan adalah cara untuk bergerak dengan bola dari satu pemain ke pemain lain. Mengoper kepada teman satu tim untuk mempercepat pergerakan ke daerah lawan atau *ring* lawan. Teknik *dribbling* atau menggiring adalah cara untuk bergerak dengan bola yang dilakukan oleh seorang pemain dari suatu tempat ke tempat yang lain dengan cara menggiring bola dengan tangan dan bola dipantulkan ke lantai. Tujuannya untuk membebaskan diri dari lawan atau mencari posisi bagus untuk mengoper atau menembak bola. Teknik gerakan *rebound* adalah salah satu bagian penting dari permainan. *Rebound* yaitu berusaha mengambil bola pada saat bola gagal masuk *ring* dari teman satu tim maupun tim lawan agar dikuasai. Setiap *rebound* yang didapatkan pemain memberikan kesempatan bagi timnya untuk mendapatkan angka. Teknik *shooting* adalah gerakan terakhir untuk mendapatkan angka. Umumnya dalam bola basket, tembakan dilakukan setiap 15-20 detik dan hampir setengahnya berhasil masuk. Banyaknya tembakan masuk yang terjadi membuat bola basket menarik, atraktif, dan menegangkan bagi penonton.

Teknik *shooting* menurut Kosasih (2008, pp. 46-47) adalah skill dasar bola basket yang paling dikenal dan paling digemari, sedangkan Wissel (1996, p. 43) mengungkapkan bahwa kemampuan yang harus dikuasai seorang pemain adalah kemampuan memasukkan bola atau

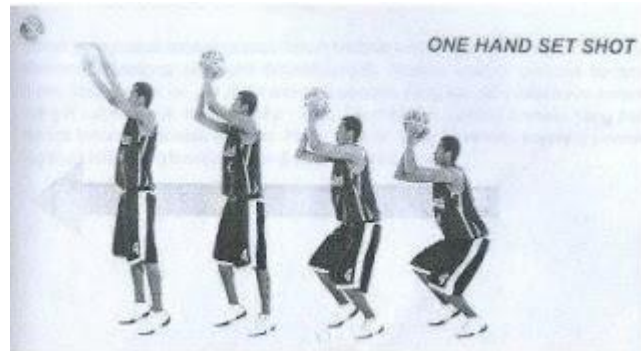
shooting. Penjelasan mengenai *shooting* tersebut sesuai dengan tujuan diadakannya permainan bola basket yang bertujuan untuk memasukkan bola kedalam *ring* atau mencetak angka sebanyak-banyaknya.

5. Jenis – Jenis Teknik *Shooting*

Sedangkan menurut Ahmadi (2007, p. 18) menembak bola atau *shooting* adalah usaha memasukkan bola ke keranjang diistilahkan dengan menembak, dapat dilakukan dengan satu tangan, dua tangan, dan *lay up*. Dari pendapat tersebut dapat dijelaskan teknik menembak sebagai berikut:

a. Tembakan satu tangan (*one hand set shoot*)

Tembakan satu tangan adalah tembakan yang dilakukan menggunakan satu tangan dengan posisi badan berdiri tegak, posisi kaki dibuka selebar bahu, apabila menggunakan tangan kanan maka posisi kaki kanan berada sedikit di depan kaki kiri ataupun sebaliknya, sementara lutut sedikit ditekuk. Salah satu tangan atau tangan terkuat memegang bola diatas dahi, siku kanan ditekuk 90 derajat kedepan dan tangan satunya membantu menyeimbangkan bola, pandangan tertuju pada *ring* sebagai target. Kemudian secara berlanjutan siku, badan dan lutut diluruskan dengan melemparkan bola, jari-jari dan pergelangan tangan digerakkan mengikuti arah bola yang dilemparkan.



Gambar 1. Tembakan satu tangan
Sumber: (Danny Kosasih, 2008:50)

b. Tembakan dua tangan

Tembakan dua tangan menggunakan kedua tangan, bola dilemparkan ke *ring* yang menjadi target. Bola dilemparkan melalui dorongan siku, badan, dan lutut digerakan secara bersamaan.



Gambar 2. Tembakan dua tangan
Sumber: <http://tinyurl.com/22zcxjyd>

c. Tembakan Lay Up shoot

Lay up merupakan kombinasi dari teknik shoot dan dribble. Menurut Nuril Ahmadi (2007:19) mengemukakan bahwa “Tembakan lay-up shoot adalah tembakan yang dilakukan dengan

jarak dekat sekali dengan keranjang basket, hingga seolah-olah bola itu diletakkan ke dalam keranjang basket yang didahului dengan gerak dua langkah.



Gambar 3. Lay-Up Shoot
Sumber: (Danny Kosasih, 2008:50)

d. Free Throw

Free throw adalah tembakan hukuman yang diberikan ke salah satu tim karena *foul* yang dilakukan pemain lawan maupun tim lawan (*team foul*). Mehmet Uygur dkk (2010: 51-56) “*Free throw is a considerably decisive element of a basketball game.*” Tembakan bebas adalah unsur yang sangat menentukan permainan bola basket. Free throw memerlukan ketepatan untuk melakukannya. Joseph D. Kennedy (2016: 180-186) “*While the shooting accuracy required was proportional to an actual basketball free throw.*” Sementara akurasi tembakan yang diperlukan sebanding dengan tembakan bebas bola basket yang sebenarnya. Menembak harus fokus pada satu arah.

Penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa menembak bola atau shooting adalah usaha memasukkan bola ke keranjang diistilahkan dengan menembak, dapat dilakukan dengan satu tangan, dua tangan, *lay up*, dan *free throw*. Tembakan satu tangan adalah tembakan yang dilakukan menggunakan satu tangan dengan posisi badan berdiri tegak, posisi kaki dibuka selebar bahu, apabila menggunakan tangan kanan maka posisi kaki kanan berada sedikit di depan kaki kiri ataupun sebaliknya, sementara lutut sedikit ditekuk. Tembakan dua tangan menggunakan kedua tangan, bola dilemparkan ke ring yang menjadi target. Bola dilemparkan melalui dorongan siku, badan, dan lutut digerakan secara bersamaan. *Lay up* merupakan kombinasi dari teknik shoot dan dribble. *Free throw* adalah tembakan hukuman yang diberikan ke salah satu tim karena foul yang dilakukan pemain lawan maupun tim lawan .

e. Tembakan 2 angka

Shooting adalah suatu aksi memasukkan bola ke ring basket. Biasanya shooting dilakukan dengan posisi berdiri atau lompat. Ketika melakukan shooting, poin yang didapat tergantung dari posisi ketika lemparan dilakukan. Apabila dilakukan di lingkaran 2 poin, maka nilai yang didapat pun 2

poin, namun jika dilakukan di luar lingkaran 2 poin, maka nilai yang diperoleh adalah 3 poin (Apifa, 2020).

Tembakan 2 angka bisa menggunakan teknik apapun sesuai dengan kemampuan. Karena posisi menembak ke arah dari ring basket masih didalam garis 3 angka dan menggunakan teknik apapun yang dilakukan secara presisi bisa masuk dengan sempurna.

6. Faktor Yang Mempengaruhi *Shooting*

Faktor yang dapat mempengaruhi tingkat akurasi *shooting* menurut Wissel (1996, pp. 46-48) yaitu :

a. Keseimbangan (*balance*)

Berada dalam keseimbangan memberikan tenaga dan kontrol irama tembakan. Posisi kaki adalah dasar keseimbangan, dan menjaga kepala tetap segaris kaki sebagai kontrol keseimbangan.

b. Posisi Tangan

Posisi tangan yang rileks akan menjadi arah alami, bola berada pada jari, jadi tidak pada telapak tangan.

c. Pensejajaran Siku Dalam

Beberapa pemain tidak memiliki kelenturan untuk menempakan tangan yang menembak di belakang bola saat siku di dalam. Pada kasus seperti ini, pertama – tama letakkan

tangan di belakang bola dan kemudian gerakkan siku ke dalam sejauh mana kemampuannya.

d. Irama Menembak

Menembak adalah sinkronisasi antara kaki, pinggang, bahu, siku tembak, kelenturan pergelangan dan jaritangan. Tembakan bola dengan halus, bersamaan dengan gerakan mengangkat yang ritmis.

e. Follow Through

Setelah melepas bola dari jari tengah, pertahankan lengan untuk tetap di atas dan terentang sepenuhnya dengan jari tengah menunjuk lurus pada target.

f. Pandangan (*sight*)

Pandang sasaran secepatnya dan jagalah mata terfokus hingga bola mencapai sasaran. Mata jangan mengikuti gerakan bola atau tangan penjaga. Konsentrasi pada target mengurangi gangguan, seperti teriakan, lambaian handuk, tangan lawan, atau pelanggaran keras.

Penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa Pandangan sasaran secepatnya dan jagalah mata terfokus hingga bola mencapai sasaran. Mata jangan mengikuti gerakan bola atau tangan penjaga. Posisi kaki adalah dasar keseimbangan, dan menjaga kepala tetap segaris kaki sebagai kontrol keseimbangan. Posisi tangan yang rileks akan menjadi arah

alami, bola berada pada jari, jadi tidak pada telapak tangan. Menembak adalah sinkronisasi antara kaki, pinggang, bahu, siku tembak, kelenturan pergelangan dan jaritangan. Tembakan bola dengan halus, bersamaan dengan gerakan mengangkat yang ritmis.

g. Konsentrasi

Konsentrasi adalah terpusatnya pikiran terhadap suatu objek atau sasaran tertentu. Konsentrasi yang baik akan sangat berguna bagi atlet baik pada latihan ataupun pertandingan untuk memecahkan strategi lawan dan menambah poin untuk timnya sendiri (Cahya, Suparto, & Prasetyo, 2021, hal. 49-50).

h. Koordinasi Mata Tangan

Dalam teknik dasar permainan bola basket seperti shooting, diperlukan koordinasi mata tangan yang baik agar ketepatan dari shooting yang dilakukan dapat tepat pada sasaran, sehingga para siswa atau peserta didik mampu menguasai keterampilan bermain bola basket dengan baik dan benar (Hermawan & Rachman, 2018, hal. 104).

7. Konsentrasi

Menurut Komarudin (2015) "Konsentrasi adalah kemampuan untuk memusatkan perhatian pada tugas, dengan tidak terpengaruh oleh stimulus yang bersifat eksternal maupun internal, sedangkan pelaksanaannya mengacu pada tugas-tugas tertentu." Sedangkan

menurut Djamarah (2008) Konsentrasi adalah pemusatan jiwa terhadap suatu objek seperti konsentrasi pikiran, perhatian dan sebagainya. Sedangkan Slameto (2003) mengungkapkan konsentrasi dalam belajar merupakan pemusatan perhatian terhadap mata pelajaran dengan mengenyampingkan semua hal yang tidak berhubungan dengan pelajaran. Jika dikaitkan dalam *shooting* bola basket, dapat disimpulkan dari beberapa definisi diatas, maka konsentrasi merupakan kemampuan untuk memusatkan perhatian pada tugas atau suatu objek, atau *ring* basket dengan mengenyampingkan semua hal yang tidak berhubungan dengan bola basket.

Konsentrasi memiliki peran yang sangat penting, apabila konsentrasi seorang atlet terganggu pada saat latihan ataupun pada saat pertandingan akan menyebabkan berbagai permasalahan. Dalam olahraga, masalah yang sering timbul akibat terganggunya konsentrasi adalah berkurangnya akurasi lemparan, pukulan, tendangan, dan tembakan sehingga tidak mengenai sasaran (Komarudin, 2013, p. 138). Konsentrasi merupakan keadaan dimana atlet memiliki kesadaran penuh dan tertuju kepada sesuatu (objek tertentu) yang tidak mudah goyah menurut Gauron (1984) dalam (Nusufi M. , 2016). Maka dari itu konsentrasi harus dilatihkan kepada atlet, jika konsentrasi tidak dilatihkan kepada atlet maka kemungkinan besar keterampilan konsentrasinya tidak akan berkembang, dengan begitu atlet akan mengalami kegagalan menembak pada setiap pertandingan.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa Konsentrasi adalah kemampuan untuk memusatkan perhatian pada tugas, dengan tidak terpengaruh oleh stimulus yang bersifat eksternal maupun internal, sedangkan pelaksanaannya mengacu pada tugas-tugas tertentu. Jika dikaitkan dalam shooting bola basket, dapat disimpulkan dari beberapa definisi di atas, maka konsentrasi merupakan kemampuan untuk memusatkan perhatian pada tugas atau suatu objek, atau ring basket dengan mengenyampingkan semua hal yang tidak berhubungan dengan bola basket.

Sedangkan dalam olahraga, masalah yang sering timbul akibat terganggunya konsentrasi adalah berkurangnya akurasi lemparan, pukulan, tendangan, dan tembakan sehingga tidak mengenai sasaran. Konsentrasi merupakan keadaan dimana atlet memiliki kesadaran penuh dan tertuju kepada sesuatu yang tidak mudah goyah. Maka dari itu konsentrasi harus dilatihkan kepada atlet, jika konsentrasi tidak dilatihkan kepada atlet maka kemungkinan besar keterampilan konsentrasinya tidak akan berkembang, dengan begitu atlet akan mengalami kegagalan menembak pada setiap pertandingan.

Weinberg & Gould (2007) membatasi konsentrasi sebagai: a) Kemampuan seseorang untuk memusatkan perhatian atau fokus kepada isyarat tertentu yang sesuai dengan tugasnya, dan b) Mempertahankan fokus perhatian tersebut. Komponen utama dari konsentrasi adalah kemampuan untuk memusatkan perhatian pada

suatu objek atau hal tertentu tanpa terganggu oleh stimulus internal (gangguan dari dalam diri yang bersifat sensoris ataupun pikiran seperti rasa lelah, cemas, dan sebagainya) maupun stimulus eksternal yang tidak relevan (gangguan dari luar diri seperti sorakan penonton, keputusan wasit yang dianggap merugikan diri, dan sebagainya).

a. Faktor Eksternal yang Mempengaruhi Konsentrasi

Menurut Gunarsih (2004) hambatan yang dapat mengganggu konsentrasi antara lain :

- 1) Jika ada rangsang yang terlalu kuat, seperti bunyi yang sangat keras atau cahaya yang berkilau, seperti petir atau kilatan *flash* kamera.
- 2) Jika rangsang yang datang adalah sesuatu yang tidak biasa atau sangat berbeda dengan rangsang-rangsang yang sedang diterima, misalnya dalam ukuran atau jumlah.
- 3) Jika rangsang yang sampai merupakan sesuatu yang luar biasa, yang tidak biasa ia dapatkan di tempat latihan. Misalnya, bertanding di tempat tertentu yang berbeda dari kebiasaanya sehingga perhatiannya menjadi amat mudah teralih.
- 4) Jika rangsangnya bergerak sehingga fokus perhatiannya tidak berpusat pada penglihatan yang sama, tidak monoton dan cenderung untuk melihat dengan asumsi dan dugaan ada sesuatu rangsang yang baru.

b. Faktor Internal yang Mempengaruhi Konsentrasi

1) Usia

Menurut Santrock (2007) penambahan usia anak akan diikuti dengan perkembangan imajinasi, pengertian, kemampuan mengingat dan mengantisipasi yang dapat mempengaruhi terjadinya reaksi-reaksi emosional. Dengan bertambahnya usia maka kemampuan otak untuk mengolah informasi juga ikut bertambah.

2) Fisik

Bjorklund dan Harnischfeger dalam (Hakiki, 2010, p. 17), menyatakan individu memiliki kemampuan saraf otak yang berbeda dalam menyeleksi sejumlah informasi yang ada sehingga hal ini mempengaruhi kemampuan individu dalam memusatkan perhatian.

3) Jenis Kelamin

Penelitian Nideffer dan Bod dalam (Hakiki, 2010, p. 17), terdapat perbedaan konsentrasi antara laki-laki dan perempuan. Laki-laki mempunyai tingkat konsentrasi lebih tinggi dibanding perempuan. Perempuan 11,7% mudah teralihkannya karena rangsangan dari luar dibandingkan laki-laki. Pada rangsangan dari dalam, perempuan 7,7% mudah teralihkannya dibanding laki-laki. Hal tersebut mempengaruhi pengambilan keputusan dalam menghadapi situasi tertentu.

4) Pengetahuan dan Pengalaman

Pengetahuan dan pengalaman turut berperan dalam usaha memusatkan perhatian pada objek yang belum bisa dikenali polanya, sehingga pengetahuan dan pengalaman individu dapat memudahkan untuk berkonsentrasi (Hakiki, 2010, hal. 18).

Maka dapat disimpulkan bahwa faktor internal dan faktor eksternal dapat mempengaruhi konsentrasi para atlet.

c. Cara Meningkatkan Konsentrasi

Menurut Gould (2006) cara untuk melakukan konsentrasi adalah memfokuskan terhadap sesuatu yang dilakukan. Adapun beberapa cara untuk meningkatkan konsentrasi yaitu :

1) Latihan yang menghadirkan gangguan,

Berlatih dalam suasana kacau penuh dengan gangguan dapat membantu atlet meningkatkan konsentrasinya karena tidak sedikit atlet yang menghindar dari suasana yang tidak menyenangkan yang mereka temui di lapangan.

2) Menggunakan kata – kata kunci,

Penggunaan kata kunci bertujuan memberikan intruksi dan motivasi kepada para atlet dalam meningkatkan konsentrasi. Contoh kata kunci tersebut seperti : fokus, kejar, ambil, santai, mudah, dan lain-lain.

3) Menggunakan pikiran bukan untuk menilai,

Hambatan atlet untuk mempertahankan konsentrasinya adalah cenderung untuk menilai penampilan dan mengklasifikasikannya baik atau jelek.

4) Menyusun kegiatan rutin,

Efektivitas kegiatan rutin ini mempunyai dorongan yang kuat. Biasanya pikiran atlet tidak terfokus selama berhenti melakukan aktivitas.

5) Berlatih mengendalikan mata,

Mengendalikan mata merupakan metode untuk memfokuskan konsentrasi. Terkadang mata atlet melihat kemana – mana, seperti halnya pikiran atlet.

6) Tetap memusatkan perhatian setiap saat.

Memusatkan perhatian setiap saat adalah penting. Sebab pikiran kita terbuka untuk masuknya berbagai stimulus, oleh sebab itu kita harus tetap memfokuskan perhatian kita pada tugas – tugas yang harus dilakukan.

Adapun instrumen konsentrasi yang dapat berfungsi sebagai tes mengukur konsentrasi. Latihan konsentrasi dalam bentuk *grid concentration test*. Latihan ini akan membantu atlet berlatih memfokuskan perhatiannya sehingga dapat meningkatkan konsentrasi (Komarudin, 2013, p. 146).

d. Instrumen Latihan Konsentrasi

Adapun latihan untuk dapat memusatkan konsentrasi. Berikut ini beberapa contoh latihan menurut Dimiyati (2018, hal. 101) yang melibatkan relaksasi maupun konsentrasi:

1) Belajar mempertahankan fokus,

Perhatikan sebuah jam dinding yang ada jarum detiknya. Ikuti gerakan jarum detik selama mungkin tanpa pikiran anda melayang kemana – mana. Tahan konsentrasi anda selama anda kuat.

2) Belajar mengalihkan perhatian,

Cari tempat duduk yang nyaman, tarik nafas dalam menggunakan diafragma, lalu pejamkan mata. Pusatkan perhatian pada apa yang anda dengar, kenali suara tersebut satu per satu. Kemudian dengarkan semua suara yang terdengar tanpa perlu mengenali atau memikirkan asal suara-suara tersebut, seperti halnya anda mendengarkan musik latar. Kemudian alihkan perhatian kepada hal yang bersentuhan dengan tubuh anda, misalnya kerasnya tempat duduk, bahan pakaian yang melekat, ketatnya sepatu anda dan sebagainya, buka mata.

3) Bariskan atau sejajarkan beberapa benda atau objek,

Perhatikan seluruh benda tersebut. Kemudian mulailah memusatkan perhatian anda kepada salah satu objek saja, fokuskan perhatian pada bagian tengah dari bagian tengah benda itu. Terus fokus sampai bayangan benda di sekitarnya terlihat kabur, dan sampai suara-suara di sekeliling anda tidak terdengar. Hubungkan perhatian anda

hanya kepada benda target tadi, kemudian alihkan perhatian kepada benda lain. tahan konsentrasi anda selama anda kuat

4) Mengembalikan fokus perhatian,

Setelah melakukan suatu kesalahan gerak, segera pindahkan fokus pikiran anda kepada hal yang dapat membantu anda melakukan gerakan berikutnya dengan benar. Praktikkan gerakan tersebut. Misalnya, dalam bulu tangkis pukulan net anda tidak berhasil melewati jaring karena kurang diangkat. Maka segera fokuskan pikiran anda kepada gerakan pukulan yang seharusnya lebih diangkat, dan praktikkan gerakan tersebut.

5) *Grid Test*

Adapun instrumen konsentrasi yang dapat berfungsi sebagai tes mengukur konsentrasi. Latihan konsentrasi dalam bentuk *grid concentration test*. Latihan ini akan membantu atlet bola basket berlatih memfokuskan perhatiannya sehingga dapat meningkatkan konsentrasi (Komarudin, 2013, hal. 146). Latihan ini menggunakan suatu lembaran instrumen “grid test” yang berisi 100 angka dengan 2 digit yang terdiri atas angka 00 sampai dengan 99 yang diletakkan secara acak pada 10 baris x 10 kolom. Cara melakukan tes adalah dengan secepat mungkin menemukan angka dari 00, 01, 02, 03 dan seterusnya secara berurutan, tidak boleh ada yang diloncati. Jika satu pasangan angka sudah ditemukan, angka tersebut dicoret, kemudian temukan dan coret angka berikutnya, begitu seterusnya sampai

instruktur memberikan tanda stop. Untuk latihan, waktu yang diberikan adalah 1 - 2 menit. Daya konsentrasi tergolong baik jika dalam 1 menit dapat mencapai 20 - 30 angka.

Instrumen latihan disimpulkan bahwa ada beberapa cara yang dapat melatih kemampuan konsentrasi seorang atlit yaitu : belajar mempertahankan fokus, belajar mengalihkan perhatian, mensejajarkan beberapa benda atau objek, mengembalikan fokus perhatian, dan *grid test*.

8. Koordinasi Mata-Tangan

Koordinasi merupakan salah satu unsur penting dalam mempelajari dan menguasai keterampilan-keterampilan dalam kegiatan olahraga. Koordinasi cukup sulit untuk didefinisikan, karena memiliki keterkaitan dengan elemen kondisi fisik lainnya dan kemampuan sistem syaraf juga menentukan. Adapun pengertian dari koordinasi menurut para ahli, yaitu :

Koordinasi adalah kemampuan seseorang merangkaikan beberapa unsur gerak menjadi suatu gerakan yang selaras sesuai dengan tujuannya (Syafuruddin, 2011, hal. 169). Kemudian menurut Syafuruddin (2011, p. 169) menambahkan koordinasi merupakan suatu kemampuan yang sangat kompleks, sangat terkait dengan kecepatan, kekuatan, daya tahan dan kelentukan.

Menurut Jonath dan Krempel dalam (Syafuruddin, 2011, p. 169), koordinasi merupakan kerjasama system persarafan pusat sebagai system

yang telah diselaraskan oleh proses rangsangan dan hambatan serta otot rangka pada waktu jalannya gerakan secara terarah.

Berdasarkan definisi-definisi yang dijelaskan oleh para ahli diatas, maka dapat disimpulkan bahwa koordinasi adalah suatu kemampuan yang digunakan untuk menyelesaikan tugas motorik yang berkaitan dengan kekuatan, daya tahan, dan kecepatan. Seorang atlet sudah dapat dipastikan membutuhkan kemampuan koordinasi yang baik, karena sering dikaitkan dengan kualitas gerakan.

Dalam melakukan gerakan *shooting* diperlukan adanya koordinasi antara mata dengan tangan, Jonath Krempel dalam (Syafuruddin, 2011, p. 173) adalah kemampuan Fisiologi saraf, otot-otot saraf sensoris dan mekanis, kemampuan koordinasi gerakan ditentukan oleh faktor kemampuan fisik, perbendaharaan gerakan dan faktor kemampuan analisatoris.

Koordinasi menurut Tangkudung (2012, p. 72) adalah kemampuan untuk melakukan gerakan dalam berbagai tingkat kesukaran dengan sangat cepat, efisien dan akurat dan penuh ketepatan. Penerimaan informasi gerakan yang dimaksudkan oleh korteks sensorik dan motorik, lalu informasi tersebut dikirimkan kembali menuju korteks motorik tentang keperluan arah yang diperlukan, kekuatan, dan durasi gerakan. Kemudian untuk menjaga efisiensi gerakan, maka gerakan yang cepat, tepat, dan koordinasi dengan baik, sistem saraf harus selalu menerima informasi sensorik dari luar.

Koordinasi mata dan tangan menurut Hairy (2008) adalah suatu integrasi antara mata sebagai pemegang fungsi utama dan tangan sebagai pemegang fungsi yang melakukan sesuatu gerakan tertentu. Koordinasi mata dan tangan adalah kemampuan seseorang dalam mengkoordinasikan atau merangkai gerakan yang melibatkan indera penglihatan (mata) untuk mengintegrasikan rangsangan yang diterima dan tangan sebagai anggota badan dari pergelangan tangan sampai ujung jari sebagai penggerak untuk melakukan gerakan yang diinginkan. Sedangkan menurut Giam (1993) mengatakan kemampuan melempar ditentukan oleh kecepatan bola yang dipengaruhi oleh kekuatan tubuh bagian atas dan kekuatan. Mengembangkan kemampuan koordinasi membutuhkan umpan balik dari kesadaran tubuh itu sendiri dan kebugaran jasmani seorang peserta didik menjadi faktor penting dalam mengembangkan kemampuan koordinasi dalam melakukan *shooting* dalam permainan bola basket.

Dari penjabaran di atas, maka dapat disimpulkan bahwa koordinasi mata-tangan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah suatu kemampuan menggerakkan anggota tubuhnya dalam kemampuan *shooting* pada permainan bola basket melalui pengelihatian dengan fokus yang baik dan efisien kemudian informasi yang diterima oleh mata akan disalurkan dengan cepat melalui ayunan tangan peserta didik.

Adapun instrumen koordinasi mata-tangan yang dapat berfungsi sebagai tes mengukur koordinasi mata-tangan yaitu : *Hand Eye*

Coordination Test. Tes berupa aktivitas siswa melempar bola menggunakan satu tangan ke arah tembok dan menangkap bola kembali dengan menggunakan tangan lainnya (tangan yang berbeda dengan bagian tangan yang melempar bola). Tes ini modifikasi dari *Hand Wall Toss Test*, Ashok, 2008.

Dari penjabaran di atas, maka dapat disimpulkan bahwa koordinasi mata-tangan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah suatu kemampuan menggerakkan anggota tubuhnya dalam kemampuan *shooting* pada permainan bola basket melalui pengelihatian dengan fokus yang baik dan efisien kemudian informasi yang diterima oleh mata akan disalurkan dengan cepat melalui ayunan tangan peserta didik.

B. Hasil Penelitian Yang Relevan

Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Abdul Hamid (2019) dengan judul “Hubungan Antara Tingkat Konsentrasi Siswa dengan Hasil Belajar Ketepatan Shooting Bola Basket (Studi Pada Siswa Kelas XII SMA Negeri Jogoroto).” Berdasarkan hasil perhitungan korelasi menggunakan SPSS 2.0 maka didapatkan r hitung lebih besar dari rtabel $0,408 \geq 0,361$ dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsentrasi siswa dengan hasil belajar ketepatan shooting bola basket siswa kelas XII IPA 3 SMA Negeri Jogoroto. Kemudian dari hasil perhitungan korelasi yang mendapatkan hasil nilai r adalah 0,408 maka koefisien determinasi

sebesar $0,408^2 = 0,166464$ yang berarti kontribusi tingkat konsentrasi siswa dengan hasil shooting bola basket pada siswa kelas XII IPA 3 SMA Negeri 1 jogoroto sebesar 16,6464%.. Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa tingkat konsentrasi siswa memiliki hubungan yang signifikan dengan hasil shooting bola basket pada siswa kelas XII IPA 3 di SMA Negeri Jogoroto.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Laode Muhamad Seisar Ramadhan Ombi, Saifu, dan Wolter Mongsidi (2021) dengan judul “HUBUNGAN KOORDINASI MATA TANGAN DENGAN KEMAMPUAN SHOOTING BOLA BASKET PADA SISWA SMA NEGERI 2 RAHA”. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara koordinasi mata tangan dengan kemampuan shooting bola basket pada siswa SMA Negeri 2 Raha. Jenis penelitian ini adalah korelasional. Penelitian ini menggunakan metode korelasional. Hasil penelitian ini Nilai $r_{hitung} = 0,46 > r_{tabel} (0,05) = (0,344)$, maka dapat disimpulkan H_0 ditolak artinya terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata tangan dengan kemampuan shooting bola basket. Koefisien determinasi antara kedua variabel (r^2) sebesar 0,21 dengan kata lain 21% kemampuan shooting bola basket ditentukan oleh koordinasi mata tangan.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Hasbi dan Lalu Moh Yudha Isnaini (2021) dengan judul “Pengaruh Mental Training dan Konsentrasi terhadap Kemampuan *Shooting (Free Throw)* dalam Permainan Bola

Basket” Konsentrasi memberikan pengaruh terhadap hasil hasil shooting bolabasket. Hal ini terbukti berdasarkan hasil uji anava dapat dijelaskan sebagai berikut: Perbedaan pengaruh hasil *shooting (free throw)* bola basket pada konsentrasi tinggi dan konsentrasi rendah diperoleh $F_{hitung} = 4,407$ dan $F_{tabel} = 4,098$. Dengan demikian F_{hitung} lebih besar dari pada F_{tabel} , sehingga H_0 ditolak. Dapat ditafsirkan bahwa terdapat perbedaan peningkatan hasil *shooting (Free throw)* bola basket secara nyata antara siswa yang memiliki konsentrasi tinggi dan pemain yang memiliki konsentrasi rendah.

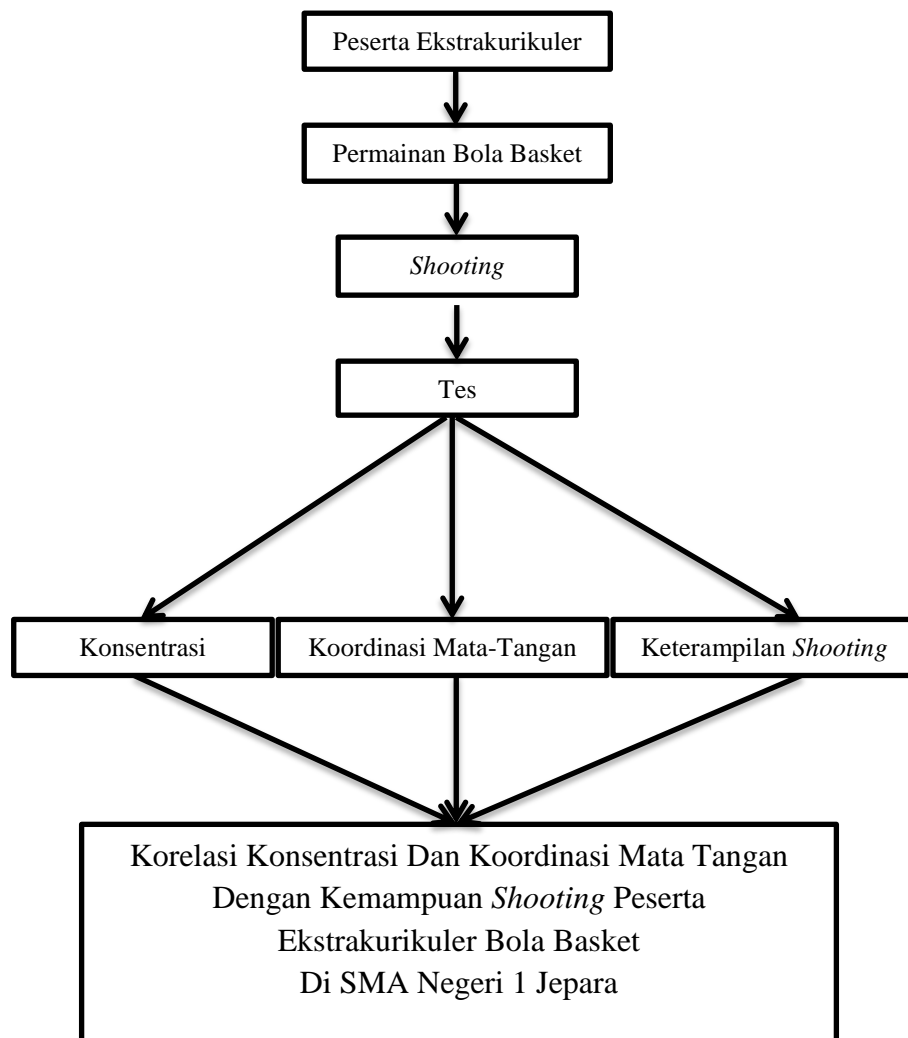
C. Kerangka Berpikir

Konsentrasi dan koordinasi mata-tangan memiliki peranan yang penting dalam menentukan hasil *shooting* pada permainan bola basket. Konsentrasi dalam olahraga mempunyai peran penting, dengan berkurang atau terganggu konsentrasi atlet pada saat latihan apalagi pertandingan , maka akan timbul berbagai masalah. Dalam olahraga, masalah yang sering timbul akibat terganggunya konsentrasi adalah berkurangnya akurasi lemparan, pukulan, tendangan, dan tembakan sehingga tidak mengenai sasaran (Komarudin, 2013, p. 138). Sementara itu, koordinasi mata-tangan yang baik memungkinkan pemain untuk melihat dan merespon gerakan bola dengan akurat, memastikan waktu reaksi yang tepat dan penyesuaian strategis yang efektif.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa semakin baik konsentrasi dan koordinasi mata-tangan siswa maka semakin baik hasil *shooting* peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Jepara.

Bagan kerangka berpikir pada penelitian ini dapat dilihat pada gambar berikut:

Gambar 4. Kerangka Berpikir



Berdasarkan kerangka berpikir di atas dapat dikatakan bahwa :

1. Hubungan konsentrasi dengan keterampilan *shooting*. Konsentrasi berpotensi memiliki hubungan dengan peningkatan keterampilan dalam

melakukan *shooting*, karena konsentrasi tersebut memungkinkan pemain untuk meningkatkan kemampuan *shooting* yang lebih terarah.

2. Hubungan koordinasi mata-tangan dengan keterampilan *shooting*. Koordinasi mata-tangan yang efektif memungkinkan menjadi faktor penting dalam meningkatkan keterampilan *shooting* seorang pemain, karena kemampuan mengkoordinasikan gerakan dengan baik dapat mempengaruhi presisi, dan keterampilan *shooting*.
3. Hubungan konsentrasi dan koordinasi mata-tangan dengan keterampilan *shooting*. Kombinasi antara konsentrasi dan koordinasi yang efektif antara mata dan tangan memungkinkan secara positif berhubungan dengan keterampilan *shooting*. Karena kedua faktor tersebut dapat meningkatkan kemampuan pemain untuk menghasilkan tembakan yang akurat dan presisi.

D. Hipotesis Penelitian

Suharsimi Arikunto (1998 p. 67) hipotesis adalah jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang terkumpul. Sedangkan Sukardi (2003, p. 42) berpendapat bahwa hipotesis adalah jawaban yang masih bersifat sementara dan bersifat teoritis.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa hipotesis adalah suatu konsep yang berfungsi sebagai jawaban sementara terhadap masalah penelitian. Berdasarkan kerangka berpikir di atas maka dapat dirumuskan h_a diterima dan h_0 ditolak sebagai berikut :

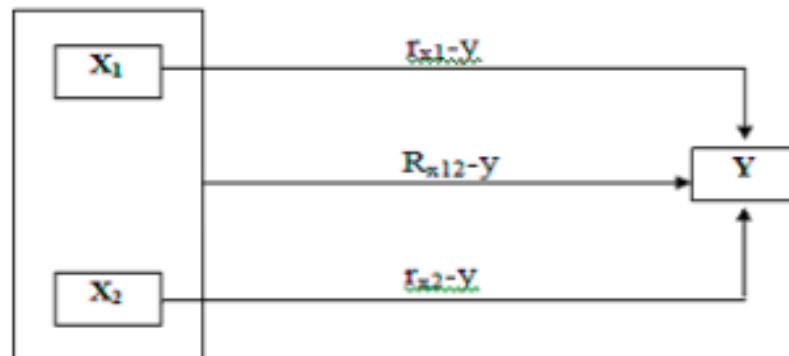
1. Terdapat hubungan konsentrasi dengan kemampuan *shooting* peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Jepara.
2. Terdapat hubungan koordinasi mata-tangan dengan kemampuan *shooting* peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Jepara.
3. Terdapat hubungan antara konsentrasi dan koordinasi mata-tangan dengan kemampuan *shooting* peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Jepara.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain Penelitian adalah salah satu cara untuk peneliti menyelesaikan dan menjelaskan penelitian penulis. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yakni metode penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif menurut Sugiyono (2019, hal. 16) adalah metode penelitian yang didasarkan pada filsafat positivisme, sebagai metode ilmiah atau scientific karena memenuhi kaidah ilmiah secara konkret atau empiris, obyektif, terukur, rasional, dan sistematis. Penelitian dengan pendekatan kuantitatif menekankan pada analisis data numerik (angka) kemudian dianalisis menggunakan metode statistik yang sesuai. Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasi. Sebagaimana menurut Arikunto (2006, p. 273) menyebutkan bahwa korelasional yaitu suatu alat statistik, yang dapat digunakan untuk membandingkan hasil pengukuran dua variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel ini. Dalam hal ini sebagai variabel bebas (X_1) adalah konsentrasi, dan (X_2) adalah koordinasi mata-tangan, sebagai variabel terikat (Y) adalah keterampilan *shooting* dalam permainan bola basket. Adapun design penelitian ini adalah :



Gambar 5. Desain Penelitian
 Sumber: (Sugiyono, 2008:219)

Keterangan :

- X_1 : Konsentrasi (Variabel Bebas)
- X_2 : Koordinasi Mata Tangan (Variabel Bebas)
- Y : Keterampilan *Shooting* Bola Basket (Variabel Terikat)
- $r_{x_1 y}$: Koefisien korelasi antara X_1 dengan y
- $r_{x_2 y}$: Koefisien korelasi antara X_2 dengan y
- $r_{x_1, 2 y}$: Koefisien korelasi antara X_1 dan X_2 dengan y

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 1 Jepara dengan siswa peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Jepara.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 9 Mei – 28 Mei 2024
 Waktu pengambilan data dilakukan pada hari Sabtu, 11 Mei 2024
 di SMA Negeri 1 Jepara.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Pengertian populasi menurut Sugiyono (2017, p. 80) adalah objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Jepara Kabupaten Jepara yang berjumlah 25 orang yang terdiri dari kelas X, XI, dan XII.

2. Sampel Penelitian

Adapun teknik sampling yang dipergunakan adalah total sampling, dimana semua populasi dijadikan sampel Sugiyono (2010, p. 96). Sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 18 orang.

D. Definisi Operasional Variabel

Variabel menurut pendapat Cholid (2010), “variabel penelitian ditentukan oleh landasan teoritis dan kejelasanya ditegaskan oleh hipotesis penelitian”. Pada penelitian ini ada beberapa variabel yang diteliti yaitu konsentrasi, koordinasi mata-tangan, dan keterampilan *shooting* permainan bola basket. Adapun variabel yang dihubungkan dalam penelitian ini adalah variabel bebas (X_1) adalah konsentrasi, dan (X_2) adalah koordinasi mata-tangan, sebagai variabel terikat (Y) adalah *shooting* permainan bola basket. Dalam penelitian ini terdapat 3 instrumen yang digunakan, yaitu : Variabel Konsentrasi menggunakan *Grid Test*”, Variabel koordinasi mata-tangan menggunakan lempar tangkap bola yang dipantulkan ke dinding,

variabel keterampilan *shooting* menggunakan tes *shooting* dengan jarak yang telah ditentukan. Agar tidak terjadi salah penafsiran pada penelitian ini maka berikut akan dikemukakan definisi oprasional dalam penelitian ini, yaitu :

1. Konsentrasi adalah kemampuan untuk memusatkan perhatian siswa peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Jepara pada tugas, dalam hal ini adalah keterampilan *shooting* dalam permainan bola basket , dengan tidak terpengaruh oleh stimulus yang bersifat eksternal maupun internal (Dimiyati, 2018). Tes ini menggunakan suatu lembaran instrumen “*grid test*” yang berisi 100 angka dengan 2 digit yang terdiri dari angka 00 sampai dengan 99 yang diletakkan secara acak pada 10 baris × 10 kolom. Cara melakukan tes adalah dengan secepat mungkin menemukan angka dari 00, 01, 02, 03, 04, 05 dan seterusnya secara berurutan, tidak boleh ada yang dilompati. Jika satu pasangan angka sudah ditemukan, angka tersebut dicoret, kemudian temukan dan coret angka berikutnya, begitu seterusnya sampai instruktur memberikan tanda stop. Untuk latihan, waktu yang diberikan adalah 1 – 2 menit. Daya konsentrasi tergolong baik jika dalam 1 menit dapat mencapai 20 – 30 angka.
2. Koordinasi mata-tangan adalah kemampuan peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Jepara untuk mengintegrasikan rangsangan yang diterima melalui mata dan tangan sebagai fungsi penggerak utama untuk melakukan gerakan yang halus dan efisien sesuai

rangsangan yang diterima. Kemampuan ini dapat diketahui melalui tes koordinasi mata-tangan dimana dalam 30 detik seseorang dapat melakukan gerakan melempar bola tenis ke dinding dengan menggunakan tangan kanan dan menangkap pantulan bola dengan tangan kiri, ataupun sebaliknya (Kemdikbud).

3. Kemampuan *Shooting* bola basket adalah menembakkan bola dan berusaha memasukkan bola ke keranjang dapat dilakukan dengan satu tangan atau dua tangan selama 1 menit dengan posisi yang telah ditentukan sebelumnya (Nurhasan & Hasanudin, 2007)

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan survei dan tes praktek, tes yang digunakan yaitu tes konsentrasi, tes koordinasi mata-tangan, dan tes keterampilan *shooting* bola basket. Langkah – langkah dalam pengambilan data penelitian ini sebagai berikut :

- a. Mengumpulkan data konsentrasi dengan menggunakan *grid test* dengan tiga kali percobaan.
- b. mengumpulkan data koordinasi mata-tangan dengan menggunakan tes koordinasi mata-tangan di mana gerakan melempar bola tenis ke dinding dengan menggunakan tangan kanan dan menangkap pantulan bola dengan tangan kiri, ataupun sebaliknya selama 30 detik.

- c. Mengumpulkan data keterampilan *shooting* bola basket dengan cara menembakkan bola dan berusaha memasukkan bola ke keranjang dapat dilakukan dengan satu tangan atau dua tangan selama 1 menit dengan posisi yang telah ditentukan sebelumnya yaitu sebelum garis tembakan bebas. Dilakukan 3 kali.

2. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian menurut Arikunto (2006, p. 160) adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh penelitian dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah di olah. Berdasarkan data yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah data primer, maka pengambilan data dilakukan dengan cara melaksanakan tes.

Sebelum melakukan tes, berikut adalah petunjuk pelaksanaannya:

- 1) Peserta didik dibariskan terlebih dahulu, lalu pemberitahuan mengenai bagaimana tes yang akan dilaksanakan.
- 2) Pelaksanaan tes harus urut sesuai dengan urutan butir tes yaitu tes konsentrasi, koordinasi mata-tangan, kemudian keterampilan *shooting* bola basket.
- 3) Pergantian orang coba sesuai dengan urutan nama yang dipanggil.
- 4) Ukuran lapangan dan alat yang digunakan sesuai dengan peraturan yang berlaku.
- 5) Bola yang digunakan adalah bola tenis dan bola basket.

- 6) Tidak ada percobaan saat akan melakukan tes.
- 7) Sebelum melakukan tes, orang coba melakukan pemanasan sendiri selama 3-5 menit.
- 8) Orang coba harus menggunakan sepatu dan pakaian olahraga.

Berikut adalah tes yang akan dilaksanakan :

a. Tes Konsentrasi

Tes Konsentrasi menurut Dimiyati (2018, p. 104) dapat pula berfungsi sebagai tes untuk mengukur konsentrasi dalam hal pemusatan perhatian dan kecepatan menangkap pertanda, khususnya dalam olahraga dengan pergerakan cepat seperti sepak bola, *woodball*, bola basket, dan hoki.

Hasil validitas yang ditemukan yaitu pengujian analisis daya pembeda yang menggunakan T-test. Bila t hitung lebih besar dari t tabel (t hitung $>$ t tabel), maka perbedaan itu signifikan dan instrument itu valid. Berdasarkan perhitungan t tabel dapat diketahui bahwa nilai signifikansi 0,05, maka harga t tabel adalah 1,86. Sehingga harga t hitung 8,771 $>$ t tabel 1,86. Maka dapat dinyatakan terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok skor tinggi dan kelompok skor rendah. Hal ini dapat disimpulkan bahwa instrumen valid (Yazid, 2014)

GRID TEST

Hasil

66	55	62	70	74	95	54	41	18	36
07	76	32	00	88	78	08	91	27	42
22	25	72	31	96	52	39	03	93	15
40	43	14	71	20	77	65	59	81	30
50	35	53	33	23	57	05	94	13	26
56	79	19	12	83	87	09	64	46	69
73	99	82	48	01	16	97	45	28	98
60	51	17	85	44	80	89	38	04	63
34	75	24	11	49	90	29	37	92	58
10	06	67	86	68	02	61	84	21	47

Gambar 6. Tes Konsentrasi “Grid Test”

Sumber: (Dimiyati, 2018, hal. 104)

1) Tujuan

Mengukur konsentrasi dalam hal pemusatan perhatian dan kecepatan menangkap pertanda.

2) Alat dan Perlengkapan

- a) Lembar *Grid Test*
- b) Alat Tulis
- c) *Stopwatch*
- d) Lembar pencatat hasil

3) Prosedur Pelaksanaan tes

- a) Latihan ini menggunakan suatu lembaran instrumen “grid test” yang berisi 100 angka dengan 2 digit yang terdiri atas angka 00 sampai dengan 99 yang diletakkan secara acak pada 10 baris x 10 kolom.
- b) Cara melakukan tes adalah dengan secepat mungkin menemukan angka dari 00, 01, 02, 03 dan seterusnya secara berurutan, tidak boleh ada yang diloncati.

c) Jika satu pasangan angka sudah ditemukan, angka tersebut dicoret, kemudian temukan dan coret angka berikutnya, begitu seterusnya sampai instruktur memberikan tanda stop.

d) Untuk latihan, waktu yang diberikan adalah 1 - 2 menit. Daya konsentrasi tergolong baik jika dalam 1 menit dapat mencapai 20 - 30 angka.

4) Pencatatan hasil

Setiap teste melakukan 3 kali dan diambil yang terbaik.

b. Tes Koordinasi Mata-tangan

Instrumen dalam penelitian ini yaitu tes koordinasi mata tangan. Validitas tes koordinasi mata-tangan sebesar 0,976. Sedangkan reliabilitas tes koordinasi mata-tangan sebesar 0,987. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan ANOVA dua jalur (ANOVA two-way) pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$. Mengingat analisis data penelitian dilakukan dengan menggunakan ANOVA, maka sebelum sampai pada pemanfaatan ANOVA dua jalur (ANOVA two-way) maka perlu dilakukan uji persyaratan yaitu meliputi uji normalitas, dan uji homogenitas varians

Tujuan

Untuk memonitor kemampuan sistem penglihatan siswa dalam mengkoordinasikan informasi yang diterima melalui

mata dalam mengontrol, mengatur dan mengarahkan gerakan menangkap bola (koordinasi tangan-mata).

1) Alat dan Perlengkapan

- a) Bola Tennis.
- b) Dinding pantul yang rata.
- c) *Stopwatch*.
- d) Pluit.
- e) Alat tulis.
- f) Lembar pencatat hasil.

2) Prosedur Pelaksanaan Tes

- a) Siswa berdiri sejauh 2 meter dari dinding pantul.
- b) Asisten memberikan instruksi mulai bersamaan dengan menghitung waktu menggunakan stopwatch.
- c) Siswa melempar bola tenis ke tembok menggunakan tangan kanan dan menangkap bola menggunakan tangan kiri, kemudian siswa melempar kembali bola tenis ke tembok menggunakan tangan kiri dan menangkap bola pantul menggunakan tangan kanan. Siswa boleh melempar bola menggunakan teknik over hand (tangan dari atas kepala ke depan dada) atau teknik under hand (tangan dari bawah perut ke depan dada).

- d) Siswa mengulangi gerakan melempar dan menangkap ini selama 30 detik.
- e) Asisten menghitung jumlah tangkapan bola yang berhasil dan menghentikan tes setelah 30 detik.
- f) Asisten mencatat jumlah total tangkapan yang dilakukan siswa.
- g) Siswa diberikan kesempatan 2 (dua) kali tes, untuk mendapatkan hasil terbaik (terbanyak tangkapan)

3) Pencatat hasil

Skor diperoleh berdasarkan atas jumlah tangkapan yang berhasil dilakukan selama 30 detik.

c. Tes Keterampilan *Shooting* Bola basket

Instrumen yang digunakan dalam tes dan pengukuran ini telah mempunyai nilai validitas tes, yaitu sebesar 0,826. Hasil dari penelitian uji coba mendekati angka 1 yang berarti hasil penelitian uji coba bersifat reliabel. (tetap konsisten walaupun dilakukan uji coba berulang-ulang) (Nurhasan & Hasanudin, 2007). Validitas menggunakan validitas logis. Apabila cara dan isi tindakan ini sudah betul, dapat dikatakan bahwa peneliti sudah boleh berharap memperoleh instrumen yang memiliki validitas logis. Dikatakan logis karena validitas ini diperoleh dengan usaha hati-hati melalui cara-cara yang benar sehingga

menurut logika akan dicapai suatu tingkat validitas yang dikehendaki. (Arikunto, 2006, hal. 168-169).

1) Tujuan

Tujuan dari tes ini adalah untuk mengukur ketepatan dan ketelitian menembakkan atau memasukkan bola ke dalam ring.

2) Alat dan Perlengkapan

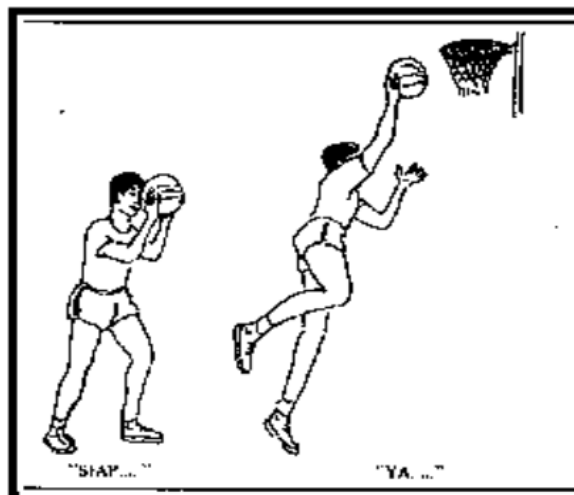
- a) Lapangan Basket.
- b) Bola Basket.
- c) *Cone*.
- d) *Stopwatch*.
- e) Pluit.
- f) Alat Tulis.
- g) Lembar Pencatat Hasil.

3) Prosedur Pelaksanaan Tes

- a) Pada aba-aba "SIAP", testee berada ditempat yang terdapat *cone* ring menghadap ke arah ring basket dengan bola ditangan dalam keadaan siap.
- b) Pada aba-aba "tiupan pluit", testee segera memasukkan bola ke dalam ring basket, kemudian memungut bola tersebut dan kembali memasukkannya kembali kedalam ring basket.

Demikian seterusnya testee berusaha memasukkan bola sebanyak mungkin selama 1 (satu) menit.

- c) Apabila pada saat menembak, bola tidak dapat dikuasai dan menggelinding jauh, maka testee harus segera mengambil bola tersebut, kemudian menembakkannya ke dalam ring basket sampai batas waktu yang ditentukan habis.
- d) Bersamaan dengan aba-aba "tiupan pluit", pengambil waktu menjalankan stopwatch dihentikan. Pencatat mengawasi dan menghitung berapa kali testee dapat memasukkan bola ke dalam ring basket.



Gambar 7. Tes Memasukkan Bola ke Dalam Ring Basket
Sumber: Ngatman (2001:11)

A. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses dimana peneliti mengelola data yang tersedia untuk mencari informasi yang dapat dijadikan bahan pengambilan keputusan untuk memecahkan permasalahan yang ada. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi sederhana dan korelasi ganda.

1. Uji Prasyarat

Untuk memperjelas apakah distribusi data yang dianalisis memenuhi syarat atau tidak, diperlukan uji prasyarat. Dalam penelitian ini menggunakan uji normalitas dan linieritas untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal dan linier atau tidak.

a. Uji Normalitas

Tujuan dari uji normalitas distribusi data adalah untuk menguji apakah distribusi frekuensi sudah sesuai dengan yang diharapkan. Uji normalitas variable dilakukan dengan menggunakan *Chi Kuadrat*. Menghitung normalitas suatu sample merupakan pengujian normal atau tidaknya data yang dianalisis. Pengujian normalitas sebaran data menggunakan *Chi Kuadrat* seperti yang dijelaskan (Arikunto, 2010, hal. 333) dengan rumus:

$$\chi^2 = \sum \left(\frac{f_0 - f_h}{f_h} \right)$$

Keterangan:

χ^2 = Chi Kuadrat

f_0 = Frekuensi yang Diobservasi

f_h = Frekuensi yang Dihitung

Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normal tidaknya suatu sebaran adalah apabila nilai signifikan lebih besar dari 0,05 (signifikan > 0,05), maka normal dan apabila nilai signifikan kurang dari 0,05 (signifikan < 0,05) dikatakan tidak normal (Jonathan Sarwono, 2010: 25).

b. Uji Linearitas

Tujuan dari uji adalah untuk mengetahui apakah variabel bebas yang dijadikan predictor mempunyai hubungan linier atau tidak dengan variabel terikatnya. Kriteria pengambilan keputusan diterima apabila nilai signifikan kurang dari 0,05 (> 0,05) (Sarwono, 2010, hal. 120).

c. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinieritas adalah hubungan linier antara variabel Y di dalam regresi berganda Widarjono (2010) Uji multikolinieritas ditujukan untuk melihat korelasi antar masing-masing variabel. Ada beberapa metode pengujian yang dapat digunakan yaitu: 1) dilihat dari nilai *inflance factor* (VIF) pada

model regresi, 2) membandingkan nilai koefisien determinasi individu (r^2) dengan nilai determinasi serentak (R^2), dan 3) dilihat dari nilai eigenvalue dan condition index. Nilai *tolerance* yang baik adalah $< 0,10$ dan varian *inflance factor* (VIF) $> 10,00$.

d. Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk memperlihatkan bahwa dua atau lebih kelompok data sampel berasal dari populasi yang memiliki variasi yang sama. Uji homogenitas menurut Sugiyono (2013, hal. 276) dikenakan pada data hasil post-test dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Untuk mengukur homogenitas varians dari dua kelompok data, digunakan rumus uji F sebagai berikut :

$$F = \frac{\text{Varian Terbesar}}{\text{Varian Terkecil}}$$

Taraf signifikansi yang digunakan adalah $\alpha = 0,05$. Uji homogenitas menggunakan SPSS dengan kriteria yang digunakan untuk mengambil kesimpulan apabila F hitung lebih besar dari F tabel maka memiliki varian yang homogeny. Akan tetapi apabila F hitung lebih besar dari F tabel, maka varian tidak homogen.

2. Uji Hipotesis

a. Korelasi Sederhana

Teknik ini digunakan mencari hubungan antara dua variabel berupa data yang penggolongannya berjenjang. Menurut Arikunto (2010, hal. 318) adapun rumus korelasi sederhana

menggunakan rumus korelasi product moment adalah sebagai berikut:

$$R_{xy} = \frac{N \sum = (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{N \sum x^2 = (\sum x)^2\}\{N \sum y^2 = (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan :

- R_{xy} : Koefisien Korelasi x dan y
- N : Jumlah Testi
- \sum_x : Jumlah Skor Testi
- \sum_x^2 : Jumlah Skor Kuadrat
- \sum_y : Jumlah Skor Testi
- \sum_x^2 : Jumlah Skor Kuadrat

b. Korelasi Ganda

Korelasi berganda digunakan untuk mengetahui dia atau lebih variabel independen secara bersama-sama atau simultan dengan satu variabel dependen yaitu. Penghitungan koefisien korelasi ganda menggunakan rumus dari (Hadi, 1995, hal. 25) sebagai berikut:

$$Ry(1,2,3) = \frac{\sqrt{a1 \sum x1 y + a2 \sum x2 y + a3 \sum x3 y}}{\sum y^2}$$

Keterangan:

- $Ry(1,2,3)$: Koefisien korelasi antara X_1, X_2, X_3 . Dengan variabel Y
- α_{123} : Koefisien predictor X_1, X_2, X_3
- $\sum Y^2$: Jumlah Variabel Y dikuadratkan
- $\sum X_{1,2,3} Y$: Jumlah Variabel X_1, X_2, X_3 dikalikan Y

Kaidah yang digunakan untuk mengetahui ada atau tidak adanya sumbangan signifikan adalah jika angka signifikansi $p < 0,05$ maka hubungan kedua variabel signifikan, dan sebaliknya

angka signifikansi $p > 0,05$ maka hubungan kedua variable tidak signifikan (Sarwono, 2010, hal. 120).

c. Uji Signifikansi Model dan Parameter

Uji t dilakukan untuk menguji hipotesis penelitian mengenai pengaruh dari masing-masing variabel bebas secara parsial terhadap variabel terikat. Uji T (Test T) adalah salah satu test statistik yang dipergunakan untuk menguji kebenaran atau kepalsuan hipotesis yang menyatakan bahwa diantara dua buah mean sampel yang diambil secara random dari populasi yang sama, tidak terdapat perbedaan yang signifikan (Sugiyono, 2010).

Uji t digunakan untuk menguji koefisien regresi secara individu. Menurut Gujarti (2007) pengambilan keputusan uji t dilakukan jika:

- 1) Uji dua arah
 - a) Nilai t hitung $>$ t tabel atau nilai prob. t-statistik $<$ taraf signifikansi, maka tolak H_0 atau yang berarti bahwa variabel bebas berpengaruh di dalam model terhadap variabel terikat.
 - b) Nilai t hitung $<$ t tabel atau nilai prob. t-statistik $>$ taraf signifikansi, maka tidak menolak H_0 atau yang berarti bahwa variabel bebas tidak berpengaruh di dalam model terhadap variabel terikat.

- 2) Uji satu arah sisi kanan (positif)
- a) Nilai t hitung $>$ t tabel, maka tolak H_0 atau variabel bebas berpengaruh positif terhadap variabel terikat.
 - b) Nilai t hitung $<$ t tabel, maka tidak menolak H_0 atau variabel bebas tidak berpengaruh positif terhadap variabel terikat.

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Jepara dengan subjek penelitian 18 peserta yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket. Setelah data terkumpul, selanjutnya dilakukan analisis, dan hasil analisis deskripsi dengan variabel penelitian, disajikan sebagai berikut.

1. Analisis Deskriptif

a. Konsentrasi (X_1)

Data hasil penelitian konsentrasi peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Jepara menggunakan lembar *Grid Test*.

Hasil analisis data dapat dijelaskan dalam tabel berikut.

Tabel 1. Deskriptif Statistik Konsentrasi

<i>Statistik</i>	
<i>Mean</i>	23,83
<i>Median</i>	8
<i>Mode</i>	20
<i>Std. Deviation</i>	3,97
<i>Minimum</i>	7
<i>Maximum</i>	30

Berdasarkan tabel 1. Hasil tes konsentrasi peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Jepara menunjukkan nilai *mean* atau rata-rata sebesar 23,83, *median* atau nilai tengah sebesar 8, *mode* atau nilai yang sering muncul 20, *Std. Deviation* sebesar 3,97, nilai *minimum* sebesar 7, dan nilai *maximum* sebesar 30.

b. Koordinasi Mata-Tangan (X_2)

Data hasil penelitian konsentrasi peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Jepara menggunakan tes koordinasi mata-tangan dengan memantulkan bola tenis ke tembok.

Hasil analisis data dapat dijelaskan dalam tabel berikut.

Tabel 2. Deskriptif Statistik Koordinasi Mata-Tangan

<i>Statistik</i>	
<i>Mean</i>	28,11
<i>Median</i>	9
<i>Mode</i>	18 & 25
<i>Std. Deviation</i>	6,05
<i>Minimum</i>	18
<i>Maximum</i>	36

Berdasarkan tabel 2. Hasil tes koordinasi mata-tangan peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Jepara menunjukkan nilai *mean* atau rata-rata sebesar 28,11, *median* atau

nilai tengah sebesar 9, *mode* atau nilai yang sering muncul 18 dan 25, *Std. Deviation* sebesar 6,05, nilai *minimum* sebesar 18, dan nilai *maximum* sebesar 36.

c. Keterampilan *Shooting* (Y)

Data hasil penelitian keterampilan *shooting* peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Jepara menggunakan keterampilan *shooting* dengan jarak yang sudah ditentukan.

Hasil analisis data dapat dijelaskan dalam tabel berikut.

Tabel 3. Deskriptif Statistik Keterampilan Shooting

<i>Statistik</i>	
<i>Mean</i>	5,94
<i>Median</i>	3
<i>Mode</i>	4
<i>Std. Deviation</i>	1,63
<i>Minimum</i>	3
<i>Maximum</i>	9

Berdasarkan tabel 3. Hasil tes peserta keterampilan *shooting* ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Jepara menunjukkan nilai *mean* atau rata-rata sebesar 5,94, *median* atau nilai tengah sebesar 3, *mode* atau nilai yang sering muncul 4, *Std. Deviation* sebesar 1,63, nilai *minimum* sebesar 3, dan nilai *maximum* sebesar 9.

1. Hasil Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Untuk mengetahui apakah suatu sampel yang diperoleh dari suatu populasi memiliki distribusi normal atau tidak, maka dapat dilakukan uji normalitas. Shapiro Wilk pada *tools* SPSS dengan membandingkan nilai *probability* atau (*p – value*) dengan tingkat signifikansi atau (α) sebesar 5 persen. Apabila *probability* lebih dari tingkat signifikansi 5 persen maka data dikatakan normal.

Hasil uji normalitas dapat dilihat dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4. Rangkuman Hasil Uji Normalitas

Variabel	Nilai Statistik Hitung	Probability (<i>p – value</i>)
Kemampuan <i>Shooting</i>	0,941	0,303
Konsentrasi	0,968	0,768
Koordinasi Mata-Tangan	0,934	0,225

Menurut tabel hasil uji normalitas diatas, seluruh variabel berdistribusi normal dengan nilai signifikansi $>0,05$.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan melalui Uji linearitas menggunakan SPSS dilakukan dengan membandingkan nilai *probability* atau (*p – value*) pada *linearity* dengan tingkat signifikansi atau (α) sebesar 5 persen. Apabila *probability* kurang dari tingkat

signifikansi 5 persen maka terdapat hubungan linear antara variabel dependen dan independen.

Hasil uji linieritas dapat dilihat dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 5. Uji Linieritas

Variabel	Nilai Statistik Hitung	Probability (<i>p – value</i>)
Konsentrasi dengan Kemampuan <i>Shooting</i>	172,089	0,000
Koordinasi Mata-Tangan dengan Kemampuan <i>Shooting</i>	9,351	0,027

Berdasarkan pada tabel 5 diketahui bahwa uji linearitas pada variabel keterampilan *shooting* dengan konsentrasi memiliki $p - value = 0,000 < \alpha = 0,05$; variabel keterampilan *shooting* dengan koordinasi mata-tangan memiliki $p - value = 0,027 < \alpha = 0,05$ menunjukkan kesimpulan bahwa terdapat hubungan secara linear antara variabel keterampilan *shooting* dengan konsentrasi dan koordinasi mata-tangan.

c. Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritas digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan tumpang tindih antar variabel bebas. Uji ini dilakukan menggunakan Tolerance dan VIF. Apabila nilai VIF > 10 maka terdapat korelasi antara variabel independen atau asumsi ini tidak terpenuhi.

Hasil uji multikolinieritas dapat dilihat dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 6. Pengecekan Multikolinieritas

Variabel	Nilai VIF
Konsentrasi	1,385
Koordinasi Mata-Tangan	1,385

Berdasarkan pada tabel 6 diketahui bahwa nilai VIF variabel konsentrasi dan koordinasi mata-tangan sebesar $1,385 < 10$, maka tidak terdapat korelasi antar variabel independen atau asumsi ini telah terpenuhi.

d. Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk memperlihatkan bahwa dua atau lebih kelompok data sampel berasal dari populasi yang memiliki variasi yang sama.

Hasil uji homogenitas dapat dilihat dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 7. Pengecekan Homogenitas

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1 (Constant)	-.034	.417		-.082	.936		
Konsentrasi	.020	.020	.306	1.048	.311	.722	1.385
Koordinasi Mata Tangan	-.003	.013	-.070	-.240	.814	.722	1.385

Berdasarkan pada tabel 7 diketahui bahwa secara formal berdasarkan output diatas, nilai signifikansi untuk variabel X1 =

0,311 dan $X^2 = 0,814$ lebih besar dari $\alpha = 5\%$ sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi gejala heteroskedastisitas atau dengan kata lain asumsi homoskedastisitas terpenuhi.

2. Uji Hipotesis

a. Hasil Uji Korelasi Sederhana

1) Hasil Uji Konsentrasi dengan Keterampilan *Shooting*

Tabel 8. Hasil Uji Korelasi Konsentrasi dengan Keterampilan Shooting

Correlations			
		Konsentrasi	Keterampilan Shooting Bola Basket
Konsentrasi	Pearson Correlation	1	.945**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	18	18
Keterampilan Shooting Bola Basket	Pearson Correlation	.945**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	18	18

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan pada tabel 8 di atas *Correlations* untuk Konsentrasi nilai $p - value = 0,000 < \alpha = 0,05$ terdapat hubungan yang signifikan antara konsentrasi dengan kemampuan *shooting* permainan bola basket dan nilai koefisien korelasi untuk konsentrasi sebesar 0,945 berdasarkan pedoman nilai interpretasi korelasi. Nilai berada pada rentang 0,80-1,00, yang berarti tingkat hubungan Konsentrasi terhadap keterampilan *shooting* permainan bola basket termasuk pada tingkat hubungan yang sangat kuat.

2) Hasil Uji Koordinasi Mata-Tangan dengan Keterampilan *Shooting*.

Tabel 9. Koordinasi Mata-Tangan dengan Keterampilan Shooting

Correlations			
		Koordinasi Mata Tangan	Keterampilan Shooting Bola Basket
Koordinasi Mata Tangan	Pearson Correlation	1	.635**
	Sig. (2-tailed)		.005
	N	18	18
Keterampilan Shooting Bola Basket	Pearson Correlation	.635**	1
	Sig. (2-tailed)	.005	
	N	18	18

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan Tabel 9 diatas Koordinasi Mata Tangan nilai $p - value = 0,005 < \alpha = 0,05$ terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-tangan dengan kemampuan *shooting* permainan bola basket dan nilai koefisien korelasi untuk koordinasi mata tangan sebesar 0,635 berdasarkan pedoman nilai interpretasi korelasi, nilai berada pada rentang 0,60-0,799, yang berarti tingkat hubungan koordinasi mata tangan terhadap keterampilan *shooting* permainan bola basket termasuk pada tingkat hubungan yang kuat.

b. Hasil Uji Korelasi Ganda

Tabel 10. Hasil Uji Korelasi Ganda

Model Summary									
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.959 ^a	.919	.908	.492	.919	85.387	2	15	.000

a. Predictors: (Constant), Koordinasi Mata Tangan, Konsentrasi

Berdasarkan tabel 9 Model *Summary* untuk mengetahui hubungan antara variabel konsentrasi dan koordinasi mata-tangan dengan

kemampuan *shooting* ditunjukkan dengan membandingkan nilai *probability* atau (*p – value*) dengan tingkat signifikansi atau (α) sebesar 5 persen. Apabila *probability* kurang dari tingkat signifikansi 5 persen maka terdapat hubungan antara konsentrasi dan koordinasi mata-tangan secara bersama-sama dengan kemampuan *shooting*.

Berdasarkan gambar dapat diketahui bahwa nilai *p – value* = $0,000 < \alpha = 0,05$ menunjukkan kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsentrasi dan koordinasi mata-tangan secara bersama-sama dengan kemampuan *shooting* permainan bola basket. Tabel 9 juga menunjukkan bahwa koefisien korelasi sebesar 0,959. Koefisien korelasi tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel secara bersama-sama sangat kuat dan menuju ke arah korelasi yang sempurna dengan kemampuan *shooting*.

Koefisien korelasi juga bernilai positif yang artinya peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Jepara yang memiliki konsentrasi dan koordinasi mata-tangan yang tinggi akan cenderung memiliki kemampuan *shooting* yang lebih baik.

c. Uji Signifikansi Model dan Parameter

Uji F (Kesesuaian Model Regresi/Uji Bersama Hubungan Varabel X1 & X2 Terhadap Y).

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	41.315	2	20.658	85.387	.000 ^b
	Residual	3.629	15	.242		
	Total	44.944	17			

a. Dependent Variable: Keterampilan Shooting Bola Basket

b. Predictors: (Constant), Koordinasi Mata Tangan, Konsentrasi

Berdasarkan tabel ANOVA di atas diperoleh nilai signifikansi F sebesar 0,000 maka dapat disimpulkan pada taraf signifikansi $\alpha = 5\%$, signifikansi $F(0,000) < \alpha (0,05)$ sehingga disimpulkan bahwa model cocok atau model regresi dapat digunakan untuk memprediksi Y.

- Uji t (Uji Tiap Variabel X1 dengan Y dan X2 dengan Y)

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	-3.730	.754		-4.945	.000		
	Konsentrasi	.346	.035	.846	9.794	.000	.722	1.385
	Koordinasi Mata Tangan	.051	.023	.189	2.191	.045	.722	1.385

a. Dependent Variable: Keterampilan Shooting Bola Basket

Berdasarkan tabel *Coefficients* di atas diperoleh nilai signifikansi sig X1 sebesar 0,000 dan sig X2 sebesar 0,045. Maka dapat disimpulkan pada taraf signifikansi $\alpha = 5\%$, signifikansi $X1(0,000) < \alpha(0,05)$ dan $X1(0,045) < \alpha(0,05)$ sehingga disimpulkan bahwa koefisien parameter X1 dan X2 sesuai dengan kata lain semua variabel X berpengaruh terhadap Y.

B. Pembahasan

Hasil penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan konsentrasi dan koordinasi mata-tangan dengan keterampilan *shooting* dalam permainan bola basket peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1

Jepara. Berdasarkan dari hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan dibuktikan dengan nilai signifikan $0,000 < 0,05$. Kemudian hasil analisis menunjukkan bahwa ada hubungan antara konsentrasi dengan keterampilan *shooting* bola basket di SMA Negeri 1 Jepara, dengan hasil $0,000 < 0,05$, kemudian hubungan koordinasi mata-tangan memiliki nilai *Sig.(2-tailed)* sebesar $0,005 < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara variabel konsentrasi dan koordinasi mata-tangan dengan keterampilan *shooting* permainan bola basket.

Penelitian ini didukung oleh (Hamid, 2019) yang berjudul “Hubungan Antara Tingkat Konsentrasi Siswa dengan Hasil Belajar Ketepatan Shooting Bola” dengan hasil perhitungan analisis korelasi product moment tingkat konsentrasi dan hasil shooting menunjukkan nilai sig. ($0,408 \geq 0,361$) maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Dengan demikian penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat konsentrasi siswa dengan hasil belajar shooting bola basket siswa pada siswa kelas XII IPA 3 SMA Negeri Jogoroto.

Penelitian yang dilakukan oleh Syafutra (2020) yang berjudul “HUBUNGAN KOORDINASI MATA TANGAN DENGAN HASIL SHOOTING ATLIT UKM BOLA BASKET STKIP PGRI LUBUKLINGGAU” dengan hasil analisis penghitungan presentase dukungan koordinasi mata tangan dengan hasil shooting sebesar 0.353 dan

memiliki hubungan sebesar 34.4% dan sisanya sebesar 65.6% yang dipengaruhi oleh faktor lain.

Konsentrasi adalah kemampuan untuk memusatkan perhatian pada tugas, tugas yang dimaksud adalah kemampuan *shooting*, dengan tidak terpengaruh oleh stimulus yang bersifat eksternal maupun internal, sedangkan pelaksanaannya mengacu pada tugas-tugas tertentu (Komarudin, 2015). Dalam olahraga, masalah yang sering timbul akibat terganggunya konsentrasi adalah berkurangnya akurasi lemparan, pukulan, tendangan, dan tembakan sehingga tidak mengenai sasaran (Komarudin, 2013, p. 138).

Koordinasi mata-tangan menurut Hairy (2008) adalah suatu integrasi antara mata sebagai pemegang fungsi utama dan tangan sebagai pemegang fungsi yang melakukan sesuatu gerakan tertentu. Koordinasi mata dan tangan adalah kemampuan seseorang dalam mengkoordinasikan atau merangkai gerakan yang melibatkan indera penglihatan (mata) untuk mengintegrasikan rangsangan yang diterima dan tangan sebagai anggota badan dari pergelangan tangan sampai ujung jari sebagai penggerak untuk melakukan gerakan yang diinginkan. Koordinasi adalah kemampuan seseorang merangkaikan beberapa unsur gerak menjadi suatu gerakan yang selaras sesuai dengan tujuannya (Syafuruddin, 2011, p. 169).

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh keterampilan *shooting* yang dipengaruhi oleh konsentrasi dan koordinasi mata-tangan dilihat dari hasil uji korelasi ganda yang dimana R memperoleh 0,959 atau 95,9% yang

artinya konsentrasi dan koordinasi mata-tangan memberikan kontribusi dengan keterampilan *shooting* dan 4,1% dipengaruhi oleh faktor lain yang mempengaruhinya.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskriptif, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa :

1. Ada hubungan yang signifikan antara konsentrasi dengan kemampuan *shooting* permainan bola basket peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Jepara dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$.
2. Ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-tangan dengan kemampuan *shooting* permainan bola basket peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Jepara dengan nilai signifikansi sebesar $0,005 < 0,05$.
3. Ada hubungan yang signifikan antara konsentrasi dan koordinasi mata-tangan dengan kemampuan *shooting* permainan bola basket peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Jepara dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$.

B. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan diatas, penelitian memiliki implikasi sebagai berikut :

1. Hasil penelitian dapat memberikan gambaran kepada peneliti selanjutnya agar bisa melakukan penelitian kembali mengenai hubungan konsentrasi dan koordinasi mata-tangan dengan kemampuan *shooting*.

2. Bagi peserta ekstrakurikuler harus bersedia melakukan latihan konsentrasi dan koordinasi mata-tangan untuk mengembangkan kemampuan *shooting* mereka, karena hal ini dapat membantu peserta ekstrakurikuler untuk berkembang menjadi lebih baik.

C. Keterbatasan Penelitian

Terdapat keterbatasan dalam proses penelitian yaitu :

1. Penelitian ini dilakukan setelah pelaksanaan wisuda kelas XII, sehingga sampel penelitian lebih sedikit.
2. Penelitian dilakukan di sela – sela POPDA, sehingga menyebabkan terhambatnya pelaksanaan pengambilan data.
3. Beberapa peserta ekstrakurikuler mengalami cedera dan sakit menyebabkan hasil penelitian kurang maksimal.

D. Saran

1. Bagi pelatih, hendaknya dapat membagi porsi latihan konsentrasi dan koordinasi mata-tangan karena dapat mempengaruhi kemampuan *shooting* peserta ekstrakurikuler permainan bola basket.
2. Bagi guru olahraga, hendaknya lebih memperhatikan kesehatan dan meningkatkan minat peserta ekstrakurikuler permainan bola basket.
3. Bagi peneliti yang mengangkat masalah dalam keterampilan *shooting* dapat memperluas variabel penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Adnan , F. (1999). *Bola Basket Dasar*. Padang:: UNP.
- Agustina, N. (2022). *Mata adalah Jendela Dunia*.
- Ahmadi, N. (2007). *Permainan Bola Basket*. Surakarta: Era Intermedia.
- Apifa, W. A. (2020). ANALISIS KETERAMPILAN SHOOTING FREE THROW BOLA BASKET CLUB LIMA BASKETBALL PUTRI KOTA JAMBI. *Repository Universitas Jambi*, 13.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Prakti*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2010). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Cahya, R. N., Suparto, A., & Prasetyo, D. A. (2021). Konsentrasi dan Keseimbangan: Faktor mempengaruhi keberhasilan shooting bolabasket. *Sriwijaya Journal of Sport*, 49-50.
- Cholid, N. &. (2010). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Dimiyati. (2018). *Psikologi Olahraga Metode Latihan Mental Bola Basket*. Yogyakarta: UNY Press.
- Djamarah, S. (2008). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Gomez, M.-A., Kreivyte, R., & Sampaio, J. (2017). Short-And Long-Term Effects Of Using Shooting Straps On Free Throw Accuracy Of Young Female Basketball Players. *Kinesiology*, 1-10.
- Gould, D. &. (2006). *Foundations of sport and exercise psychology*. Champaign: Human Kinetics.
- Gujarti, D. N. (2007). *Dasar-Dasar Ekonometrika*. Jakarta: Salemba Empat.
- Gunarsih, S. (2004). *Psikologi Olahraga Prestasi*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hadi, S. (1995). *Metodologi Research I*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hairy, J. (2008). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: U.T.
- Hakiki, E. (2010). *Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Konsentrasi Peserta Ekstrakurikuler Olahraga Panahan di SMP Negeri 1 Mantup Lamongan*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Hamid, A. (2019). Hubungan Antara Tingkat Konsentrasi Siswa dengan Hasil Belajar Ketepatan Shooting Bola Basket. *Jurnal Skripsi_Program Studi Pendidikan Jasmani STKIP PGRI Jombang*.

- Hermawan, D. A., & Rachman, H. A. (2018). Pengaruh pendekatan latihan dan koordinasi mata tangan terhadap ketepatan shooting peserta ekstrakurikuler basket. *Jurnal Keolahragaan*, 104.
- Kemdikbud, T. (2007). *Hand and Eye Coordination Test*. TKSI Kemdikbud: <https://tksi.kemdikbud.go.id/tksi>.
- Komarudin. (2013). *Psikologi Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Komarudin. (2015). *Psikologi Olahraga "Latihan Keterampilan Mental dalam Olahraga Kompetitif."*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Kosasih, D. (2008). *Fundamental Basketball First Step To Win*. Semarang: CV Elwast Offset.
- Magrisa, T., Wardhani, K., & Saf, M. (2018). Implementasi Metode SMART pada Sistem Pendukung Keputusan Pemilihan Kegiatan Ekstrakurikuler. *Jurnal Ilmiah Ilmu Komputer*, 123-136.
- Maksum, A. (2011). *Psikologi Olahraga Teori & Aplikasi*. Surabaya: University Press.
- Mulyanto, R. (2014). *Belajar dan Pembelajaran Penjas*. Bandung: UPI.
- Nideffer, R. (2000). *The Ethic and Practice of Applied Sport Psychology*. Ithaca: Movement Publications.
- Nurhasan, & Hasanudin, D. (2007). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Bandung: PPOK UPI.
- Nusufi, M. (2012). Melatih Konsentrasi dalam Olahraga. *jurnal.unimed.ac.id*, 55.
- Nusufi, M. (2016). MELATIH KONSENTRASI DALAM OLAHRAGA. *Jurnal Unimed*, 54-61.
- Oliver, J. (2007). *Dasar-dasar Bola Basket*. Bandung: PT Intan Sejati.
- Perbasi. (2012). *terjemahan PB. PERBASI, Peraturan Resmi Bola Basket*. Jakarta: PB PERBASI.
- Sajoto. (1988). *Pembinaan kondisi fisik dalam olahraga*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Santroek, J. (2007). *Perkembangan Anak*. Jakarta: PT Erlangga.
- Sarwono, J. (2010). *Pintar menulis karangan ilmiah-kunci sukses dalam menulis ilmiah*. Andi.
- Slameto. (2003). *Belajar dan Faktor-Faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.











- Sugiyono. (2010). *Metode penelitian administrasi*. Bandung: Alfabet.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabet.
- Sumiyarsono, D. (2002). *Keterampilan Bolabasket*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Yogyakarta UNY.
- Syafruddin. (2011). *Dasar - dasar Kepelatihan Olahraga*. Padang: DIP Proyek Universitas Negeri Padang.
- Syafutra, W. (2020). HUBUNGAN KOORDINASI MATA TANGAN DENGAN HASIL SHOOTING ATLET UKM BOLA BASKET STKIP PGRI LUBUKLINGGAU. *Jurnal Pendidikan Edumaspul*.
- Tangkudung. (2012). *Kepelatihan Olahraga*. Jakarta: Cerdas Jaya.
- Weinberg, R., & Gould, D. (2007). *Foundations of sport and exercise psychology*. Amerika Serikat: Human Kinetics.
- Wicaksono, J., & Laksmiwati, H. (2013). Hubungan Self-efficacy Dengan Ketepatan Free Throw Pada Pemain National Basketball league Klub CLS Knight. *Character*, 1.
- Widarjono. (2010). *Analisis Statistika Multivariat Terapan*. Yogyakarta: UPP.
- Wissel, H. (1996). *Bola Basket Dilengkapi dengan Program Pemahiran tehnik dan taktik*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

LAMPIRAN

Lampiran 1. SK Pembimbing Tugas Akhir

KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI

Nama Mahasiswa : MUHAMMAD KEVIN ABDULLAH
 NIM : 20601244131
 Program Studi : PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
 Pembimbing : PROF. DR. DISMYATI, M.Si

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda - Tangan
1.	29-01-2024	Konsultasi Masalah Penelitian.	
2.	21-02-2024	Perbaiki bab I (Teori/fakta) Perlu ditambah	
3.	26-02-2024	Ganti variabel, Kekuatan Lengan dg Konsentrasi	
4.	6-03-2024	Perdalam gap latar belakang masalah	
5.	18-03/24	→ Perbaiki bab I	
6.	22/03/24	Lengkap bab II	
7.	02/04/24	Perbaiki bab II	
8.	26/04/24	Ambil Data	
9.	31/05/24	Perbaiki Laporan hasil penelitian	
10.	4/06/24	Buat pengantar. untuk ujian	

Ketua Departemen POR,

Dr. Ngatman, M.Pd.
 NIP. 19670605 199403 1 001

Lampiran 2. Surat Permohonan Izin Penelitian

06/05/24, 16.42

SURAT IZIN PENELITIAN



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN**

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : B/245/UN34.16/PT.01.04/2024
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : **Izin Penelitian**

6 Mei 2024

Yth. **SMA Negeri 1 Jepara
Jl. CS. Tubun No. 01 Jepara**

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Muhammad Kevin Abdullah
NIM : 20601244131
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : HUBUNGAN ANTARA KONSENTRASI DAN KOORDINASI MATA-TANGAN DENGAN KEMAMPUAN SHOOTING DALAM PERMAINAN BOLA BASKET PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET DI SMA NEGERI 1 JEPARA
Waktu Penelitian : 5 - 14 Mei 2024

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Tembusan :
1. Kepala Layanan Administrasi;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, S.Or., M.Or.
NIP 19830626 200812 1 002

Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian

**PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1
JEPARA**
JL. CS. TUBUN NO.1 Jepara Kode Pos 59419 Telepon 0291-591148 Faksimile 0291-591189
Surat Elektronik info@sman1jepara.sch.id

SURAT KETERANGAN
Nomor : 070 / 548 / 2024


Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala SMA Negeri 1 Jepara menerangkan bahwa

Nama : Muhammad Kevin Abdullah
NIM : 20601244131
Prodi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi – S1
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Yang bersangkutan telah mencari data untuk Penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS) dengan judul “Hubungan antara konsentrasi dan koordinasi mata-tangan dengan kemampuan shooting dalam permainan bola basket pada peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Jepara”.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jepara, 16 Mei 2024
Kepala SMA Negeri 1 Jepara


Nur Yulva, S.Pd., M.Pd.
Pembina Utama Muda, IV/c
NIP. 19641028 198703 1 010

sman1jepara 2019/2020/2021/2022/2023/2024

Lampiran 4. Data Penelitian Tes Konsentrasi

No	Nama	Perc. 1	Perc. 2	Perc. 3	Tertinggi
1.	Taras	8	11	15	15
2.	Aulia	16	20	24	24
3.	Dest	12	16	19	19
4.	Sarah	14	19	23	23
5.	Risma	15	20	26	26
6.	Fatir	14	20	24	24
7.	Irsyad	16	22	30	30
8.	Aldo	14	21	27	27
9.	Naufal Hiban	15	21	29	29
10.	Riko	12	21	25	25
11.	Ashif	15	20	23	23
12.	Majid	14	21	28	28
13.	Khoirul	16	20	27	27
14.	Bima	7	13	20	20
15.	Naufal Kaysa	14	20	23	23
16.	Rizki	15	21	26	26
17.	Marya	11	15	18	18
18.	Pipit	12	16	22	22

Lampiran 5. Data Penelitian Tes Koordinasi Mata-Tangan

No	Nama	Perc. 1	Perc. 2	Perc. 3	Tertinggi
1.	Laras	13	20	23	23
2.	Aulia	14	16	18	18
3.	Desta	10	18	18	18
4.	Sarah	22	15	25	25
5.	Risma	16	13	21	21
6.	Fatir	19	26	31	31
7.	Irsyad	19	25	35	35
8.	Aldo	15	23	27	27
9.	Naufal Hiban	21	27	36	36
10.	Riko	24	27	34	34
11.	Ashif	18	23	30	30
12.	Majid	17	23	29	29
13.	Khoirul	18	25	32	32
14.	Bima	19	24	29	29
15.	Naufal Reza	20	27	36	36
16.	Rizki	25	28	35	35
17.	Marya	13	22	25	25
18.	Pipit	12	16	22	22

Lampiran 6. Data Penelitian Tes Kemampuan Shooting

No	Nama	Perc. 1	Perc. 2	Perc. 3	Tertinggi
1.	Laras	3	0	3	3
2.	Aulia	4	5	3	5
3.	Desta	2	4	4	4
4.	Sarah	5	3	5	5
5.	Risma	7	4	3	7
6.	Fatir	3	6	5	6
7.	Irsyad	9	5	7	9
8.	Aldo	4	3	7	7
9.	Naufal Hiban	9	4	6	9
10.	Riko	4	4	6	6
11.	Ashif	4	3	5	5
12.	Majid	7	3	6	7
13.	Khoirul	2	4	7	7
14.	Bima	1	4	5	5
15.	Naufal Reza	4	2	6	6
16.	Rizki	5	4	7	7
17.	Marya	3	2	4	4
18.	Pipit	2	4	5	5

Lampiran 7. Hasil Analisis Data SPSS

Tabel Durbin-Watson (DW), $\alpha = 5\%$

n	k=1		k=2		k=3		k=4		k=5	
	dL	dU	dL	dU	dL	dU	dL	dU	dL	dU
6	0.6102	1.4002								
7	0.6996	1.3564	0.4672	1.8964						
8	0.7629	1.3324	0.5591	1.7771	0.3674	2.2866				
9	0.8243	1.3199	0.6291	1.6993	0.4548	2.1282	0.2957	2.5881		
10	0.8791	1.3197	0.6972	1.6413	0.5253	2.0163	0.3760	2.4137	0.2427	2.8217
11	0.9273	1.3241	0.7580	1.6044	0.5948	1.9280	0.4441	2.2833	0.3155	2.6446
12	0.9708	1.3314	0.8122	1.5794	0.6577	1.8640	0.5120	2.1766	0.3796	2.5061
13	1.0097	1.3404	0.8612	1.5621	0.7147	1.8159	0.5745	2.0943	0.4445	2.3897
14	1.0450	1.3503	0.9054	1.5507	0.7667	1.7788	0.6321	2.0296	0.5052	2.2959
15	1.0770	1.3605	0.9455	1.5432	0.8140	1.7501	0.6852	1.9774	0.5620	2.2198
16	1.1062	1.3709	0.9820	1.5386	0.8572	1.7277	0.7340	1.9351	0.6150	2.1567
17	1.1330	1.3812	1.0154	1.5361	0.8968	1.7101	0.7790	1.9005	0.6641	2.1041
18	1.1576	1.3913	1.0461	1.5353	0.9331	1.6961	0.8204	1.8719	0.7098	2.0600
19	1.1804	1.4012	1.0743	1.5355	0.9666	1.6851	0.8588	1.8482	0.7523	2.0226
20	1.2015	1.4107	1.1004	1.5367	0.9976	1.6763	0.8943	1.8283	0.7918	1.9908

Lampiran 8. Uji Normalitas

Variabel	Nilai Statistik Hitung	Probability (<i>p</i> – value)
Kemampuan <i>Shooting</i>	0,941	0,303
Konsentrasi	0,968	0,768
Koordinasi Mata-Tangan	0,934	0,225

Lampiran 9. Uji Linieritas

Variabel	Nilai Statistik Hitung	Probability (<i>p</i> – value)
Konsentrasi dengan Kemampuan <i>Shooting</i>	172,089	0,000
Koordinasi Mata-Tangan dengan Kemampuan <i>Shooting</i>	9,351	0,027

Lampiran 10. Uji Multikolinieritas

Variabel	Nilai VIF
Konsentrasi	1,385
Koordinasi Mata-Tangan	1,385

Lampiran 11. Uji Hipotesis

Hasil Uji Konsentrasi dengan Keterampilan *Shooting* Bola Basket

Correlations

		Konsentrasi	Keterampilan Shooting Bola Basket
Konsentrasi	Pearson Correlation	1	.945**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	18	18
Keterampilan Shooting Bola Basket	Pearson Correlation	.945**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	18	18

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Koordinasi Mata-Tangan dengan Keterampilan Shooting

Correlations

		Koordinasi Mata Tangan	Keterampilan Shooting Bola Basket
Koordinasi Mata Tangan	Pearson Correlation	1	.635**
	Sig. (2-tailed)		.005
	N	18	18
Keterampilan Shooting Bola Basket	Pearson Correlation	.635**	1
	Sig. (2-tailed)	.005	
	N	18	18

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 12. Dokumentasi Penelitian

Tes Konsentrasi menggunakan Lembar *Grid Test*



Tes Koordinasi Mata-Tangan dengan Lempar Tangkap ke Dinding



Tes Kemampuan *Shooting*

