

**KEEFEKTIFAN JUMP SHOOT POSISI 0⁰ DARI SISI KANAN DAN SISI KIRI
RING BASKET PADA JARAK 4,572 METER PADA SISWA PUTRA
ANGGOTA EKSTRAKURIKULER BOLABASKET
SMA NEGERI 2 WATES**

SKRIPSI

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



Oleh
Rizal Yunianto
NIM 08601244210

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
SEPTEMBER 2012**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul "**Keefektifan Jump Shoot Posisi 0⁰ Dari Sisi Kanan Dan Sisi Kiri Ring Basket Pada Jarak 4,572 Meter Pada Siswa Putra Anggota Ekstrakurikuler Bolabasket SMA Negeri 2 Wates**" yang disusun oleh Rizal Yunianto, NIM 08601244210 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, Agustus 2012

Pembimbing,



Herka Maya Jatmika, M. Pd.
NIP. 19820101 200501 1 001

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan megikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, Agustus 2012

Yang menyatakan,

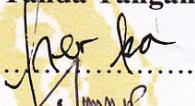
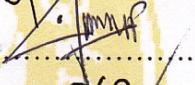


Rizal Yunianto
NIM. 08601244210

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul "**Keefektifan Jump Shoot Posisi 0⁰ Dari Sisi Kanan Dan Sisi Kiri Ring Basket Pada Jarak 4,572 Meter Pada Siswa Putra Anggota Ekstrakurikuler Bolabasket SMA Negeri 2 Wates**" yang disusun oleh Rizal Yunianto, NIM 08601244210 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 14 Agustus 2012 dan dinyatakan **LULUS**.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Herka Maya J, M. Pd.	Ketua Penguji		14/9/2012
Aris Fajar P, M. Or.	Sekretaris Penguji		13/9 2012
Tri Ani Hastuti, M. Pd.	Penguji I (Utama)		11/9 2012
Yudanto, M. Pd.	Penguji II (Pendamping)		13/9 2012

Yogyakarta, September 2012

Fakultas Ilmu Keolahragaan
Dekan,



Drs. Rumpis Agus Sudarko, M. S.
NIP 19600824 198601 1 001

MOTTO

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan, sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain), dan hanya kepada Tuhanmu lah engkau berharap. (QS. Al-Insyirah: 5-8)”

“Berdo'a dan berusaha adalah kunci untuk menuju keberhasilan.”

(Penulis)

“Berani itu ajaib,,apa yang anda takuti lakukanlah sama persis dengan apa yang anda takuti, maka hasilnya,,,,, lihatlah.....

(Mario Teguh)

LEMBAR PERSEMBAHAN



السَّمْعُ لِلَّهِ الْعَلِيِّ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ

Kuucapkan syukur kepada Allah SWT, akhirnya perjalanan panjang yang kujalani ini menghantarkan aku ke gerbang pendidikan yang tinggi. Karya ini ku persembahkan untuk:

- ❖ Kedua orangtuaku, **Priyani** sebagai ibuku yang tercinta dan ibu yang selalu setia memberi kasih sayang, yang selalu memanjakan, yang selalu memberi do'a restu dan yang selalu sebagai penolongku. Bapakku **Darsono**, bapak yang selalu kerja keras dan tak kenal lelah, bapak yang selalu menyemangatiku. Serta terimakasih atas segala do'a, pengorbanan dan dukungannya untuk aku sehingga bisa menyelesaikan skripsi ini.
- ❖ **Nurmala** belahan jiwaku, pendamping hidupku yang senantiasa tulus dan sabar mendukung dan memberikan semangat untuk tidak mudah putus asa dan menyerah dengan segenap rasa kasih sayangnya.
- ❖ **Cania Rizkha Zulvika** buah hatiku yang selalu sebagai penyemangat hidupku.
- ❖ Adik-adiku, **Desi Tri Indrayani** dan **Jeffri Aldiyansah** yang ikut mendukung dan menyemangatiku .

**KEEFEKTIFAN JUMP SHOOT POSISI 0^0 DARI SISI KANAN DAN SISI
KIRI RING BASKET PADA JARAK 4,572 METER PADA SISWA
PUTRA ANGGOTA EKSTRAKURIKULER BOLABASKET
SMA NEGERI 2 WATES**

Oleh
Rizal Yunianto
NIM 08601244210

ABSTRAK

Masalah dalam penelitian ini belum diketahui keefektifan *jump shoot* posisi 0^0 dari sisi kanan dan sisi kiri ring basket pada jarak 4,572 meter pada siswa putra anggota ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 2 Wates. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kefektifan *jump shoot* posisi 0^0 dari sisi kanan dan sisi kiri ring basket pada jarak 4,572 meter pada siswa putra anggota ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 2 Wates.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif komparatif dengan metode survei. Tes pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Subjek dari penelitian ini adalah siswa putra anggota ekstrakurikuler bolabasket SMA N 2 Wates yang berjumlah 20 siswa. Instrumen dalam penelitian ini adalah tes tembakan sisi samping (Imam Sodikun 1992: 127). Berdasarkan uji coba instrumen diperoleh validitas dari sisi kanan ring 0,685 dan dari sisi kiri ring 0,600, serta reliabilitas dari sisi kanan ring 0,789 dan dari sisi kiri ring 0,750. Teknik analisis data menggunakan analisis *uji t*, melalui uji prasyarat uji normalitas dan uji homogenitas dengan taraf signifikansi 5%.

Hasil *uji t* diperoleh *t* hitung sebesar 2,605 berada di daerah penerimaan Ha yaitu dengan *t* tabel sebesar 2,093 ($2,605 > 2,093$). Ini berarti ada perbedaan signifikan antara *jump shoot* posisi 0^0 dari sisi kanan dan sisi kiri ring basket pada jarak 4.572 meter pada siswa putra anggota ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 2 Wates. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sisi kanan lebih efektif dari sisi kiri ring. Besarnya rerata *jump shoot* posisi 0^0 dari sisi kanan sebesar 3,25, sedangkan rerata *jump shoot* posisi 0^0 dari sisi kiri sebesar 2,25.

Kata Kunci: *keefektifan jump shoot posisi 0^0 dari sisi kanan, keefektifan jump shoot posisi 0^0 dari sisi kiri*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan hidayah-Nya serta karunia-Nya. Sehingga skripsi dengan judul “Keefektifan *Jump Shoot* Posisi 0⁰ Dari Sisi Kanan Dan Sisi Kiri Ring Basket Pada Jarak 4,572 Meter Pada Siswa Putra Anggota Ekstrakurikuler Bolabasket SMA Negeri 2 Wates” ini dapat diselesaikan tepat waktu.

Skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik berkat bantuan dari berbagai pihak, khususnya pembimbing. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini disampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr Rochmat Wahab, M.Pd. M.A selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan kesempatan untuk menempuh perkuliahan di kampus Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan izin untuk mengadakan penelitian.
3. Amat Komari, M.Si selaku Ketua Jurusan POR dan Prodi PJKR FIK UNY, yang telah menyetujui dan mengizinkan pelaksanaan penelitian dan selaku dosen penasehat akademik penulis, yang telah memberikan bimbingan dan nasehat sejak pertama masuk kuliah sampai lulus kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY.
4. Herka Maya Jatmika, M. Pd. selaku Dosen Pembimbing yang dengan sabar memberikan bimbingan dan arahan kepada penulis dalam menyusun skripsi.

5. Drs. H.Mudjijono, selaku kepala SMA Negeri 2 Wates yang telah memberikan izin untuk mengadakan penelitian.
6. Siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 2 Wates, terimakasih atas waktu, tenaga dan kerjasama yang telah diberikan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
7. Teman-teman KFC dan PJKR F 2008. Terima kasih atas segenap rasa hangat kekeluargaan, keakraban, semangat, dorongan dan kenangannya. (I Love You All)
8. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun untuk perbaikan lebih lanjut. Dengan harapan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca dan juga bagi dunia pendidikan.

Yogyakarta, September 2012

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL

HALAMAN JUDUL

PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
PENGESAHAN	iv
MOTTO.....	v
LEMBAR PERSEMPAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Batasan Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	9

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori.....	11
1. Hakikat Efektifitas	11
2. Hakikat Siswa Sekolah Menengah Atas	12
3. Hakikat Ekstrakurikuler	13
a. Pengertian Ekstrakurikuler.....	13

b. Tujuan Ekstrakurikuler	14
c. Manfaat Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga	14
4. Ekstrakurikuler Bolabasket di SMA Negeri 2 Wates	15
5. Hakikat Bolabasket	17
a. Pengertian Bolabasket.....	17
b. Tujuan Bermain Bolabasket	18
c. Dasar-dasar Bermain Bolabasket.....	18
d. Hakikat Tembakan.....	19
e. Jenis Tembakan.....	19
f. <i>Jump Shoot</i>	20
g. Daerah dan Posisi Tembakan Bolabasket.....	24
B. Penelitian yang Relevan	26
C. Kerangka Berpikir	27
D. Hipotesis Penelitian.....	29
 BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	30
B. Deskripsi Lokasi dan Subjek Penelitian	30
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	31
D. Populasi dan Sampel Penelitian	31
E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	32
1. Instrumen Penelitian.....	32
2. Teknik Pengumpulan Data.....	34
F. Uji Coba Instrumen.....	35
1. Validitas Instrumen	35
2. Reliabilitas Instrumen	35
G. Teknik Analisis Data.....	36
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data Penelitian	38
B. Hasil Uji Prasyarat.....	40
C. Hasil Pengujian Hipotesis	43
D. Pembahasan.....	44
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	48
B. Implikasi Hasil Penelitian	48
C. Keterbatasan Penelitian	48
D. Saran.....	49
 DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN	52

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Daftar Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket Putra SMA N 2 Wates ...	6
Tabel 2. Daftar Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket Putri SMA N 2 Wates....	6
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tes <i>Jump Shoot</i> Posisi 0 ⁰ dari Sisi Kanan Ring Basket	38
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tes <i>Jump Shoot</i> Posisi 0 ⁰ dari sisi kiri ring basket	40
Tabel 5. Rangkuman Hasil Uji Normalitas	41
Tabel 6. Hasil Perhitungan Uji Homogenitas	42
Tabel 7. Rangkuman Hasil Analisis uji-t	43

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Fase Persiapan	21
Gambar 2. Fase Pelaksanaan	22
Gambar 3. Fase <i>Follow Through</i>	23
Gambar 4. Daerah tembakan dari tepi dan tembakan langsung	24
Gambar 5. Posisi (jarak) tembakan terhadap ring	25
Gambar 6. Histogram Tes <i>Jump Shoot</i> Posisi 0^0 dari sisi kanan ring Basket	39
Gambar 7. Histogram Tes <i>Jump Shoot</i> Posisi 0^0 dari sisi kiri ring Basket	40
Gambar 8. Daerah tembakan dari tepi dan tembakan langsung	46

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Permohonan Izin Penelitian	53
Lampiran 2. Surat Permohonan Izin Penelitian	54
Lampiran 3. Surat Permohonan Izin Penelitian	55
Lampiran 4. Surat Keterangan Uji Coba Penelitian.....	56
Lampiran 5. Surat Keterangan Penelitian	57
Lampiran 6. Sertifikat Peneraan Meter Baja.....	58
Lampiran 7. Data Uji Coba Instrumen	59
Lampiran 8. Validitas dan Reliabilitas Uji Instrumen	61
Lampiran 9. Data Penelitian.....	63
Lampiran 10. Deskripsi Data Penelitian (Frekuensi).....	64
Lampiran 11. Deskripsi Data Penelitian (Uji Normalitas).....	65
Lampiran 12. Deskripsi Data Penelitian (Uji Homogenitas)	66
Lampiran 13. Deskripsi Data Penelitian (Uji-t)	67
Lampiran 14. <i>Jump Shoot</i> Posisi 0 ^o sisi kanan ring basket	68
Lampiran 15. <i>Jump Shoot</i> Posisi 0 ^o sisi kiri ring basket	69