

**HUBUNGAN KEMAMPUAN *VERTICAL JUMP* DENGAN PREDIKSI
KETEPATAN *SHOOTING* DALAM PERMAINAN BOLA BASKET**



SKRIPSI

**Disusun untuk Memenuhi Persyaratan dalam Mendapatkan Gelar
Sarjana Fisioterapi**

Oleh:

INDAH TUTI ALAWIYAH

J120140008

**PROGRAM STUDI FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2018

HALAMAN PERSYARATAN GELAR

**HUBUNGAN KEMAMPUAN *VERTICAL JUMP* DENGAN PREDIKSI
KETEPATAN *SHOOTING* DALAM PERMAINAN BOLA BASKET**

Skripsi ini Dibuat untuk Memperoleh Gelar Sarjana Fisioterapi Dalam Program
Studi Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Diajukan Oleh :

Indah Tuti Alawiyah

J120140008

Hari : Sabtu

Tanggal : 21 Juli 2018

**PROGRAM STUDI FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2018**

HALAMAN PERSETUJUAN

“HUBUNGAN KEMAMPUAN *VERTICAL JUMP* DENGAN PREDIKSI KETEPATAN *SHOOTING* DALAM PERMAINAN BOLA BASKET”

Skripsi Ini Telah Disetujui Untuk Dipertahankan Dalam Ujian Skripsi

Program S1 Fisioterapi

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Diajukan oleh:

Indah Tuti Alawiyah

J120140008

Telah disetujui oleh

Pembimbing



Wijianto, SST.Ft., M.Or

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul **“HUBUNGAN KEMAMPUAN *VERTICAL JUMP* DENGAN PREDIKSI KETEPATAN *SHOOTING* DALAM PERMAINAN BOLA BASKET”**

Skripsi ini telah dipertahankan, dikoreksi dan disetujui didepan penguji. Skripsi ini disusun guna memenuhi syarat untuk mendapatkan gelar sarjana fisioterapi di Program Studi Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Hari : Sabtu

Tanggal : 21 Juli 2018

Menyetujui,

TIM PENGUJI SKRIPSI

Penguji

Tanda Tangan

1. Wijianto SST.Ft., M.Or.

()

2. Arif Pristianto, S.Fis., M.Fis

()

3. Farid Rahman SST.Ft., M.Or

()

Mengetahui,

Dekan FIK UMS



Dr. Mutalazimah, SKM., M.Kes)

HP. 081-786/06 – 1711 – 7301

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya diatas, maka saya akan bertanggungjawab sepenuhnya.

Surakarta, 21 Juli 2018

Penulis



Indah/Tuti Alawiyah

J120140008

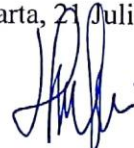
DEKLARASI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Indah Tuti Alawiyah
NIM : J120140008
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Jurusan : S1 Fisioterapi
Judul skripsi : Hubungan Kemampuan *Vertical Jump* Dengan
Prediksi Ketepatan *Shooting* Dalam Permainan
Bola Basket

Menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya orisinil saya sendiri dan bukan karya orang lain, baik sebagian ataupun keseluruhan. Kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya. Demikian deklarasi ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan apabila dalam deklarasi ini tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi akademis.

Surakarta, 21 Juli 2018



Penulis

HALAMAN MOTO

Lakukanlah segala sesuatu karena Allah SWT. Maka, segalanya akan berkah dan
mendapat Ridha Nya
(Indah Tuti Alawiyah)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah SWT. Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT. Dialah zat yang maha segalanya dan karena karunia-Nya karya sederhana ini dapat terselesaikan. Skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Ayah dan Emak terimakasih tiada henti-hentinya atas doa, semangat, nasehat yang sangat berarti, semoga setiap tetes keringat demi memperjuangkan putra-putri ayah dan emak mendapat ridha Allah SWT.
2. Saudaraku Wo Novia dan Arul terimakasih semangat yang selalu menjadi hiburanku ketika bosan, beruntung sekali saya mempunyai saudara yang saling menyayangi seperti kita, tiada yang bisa kuberikan selain terimakasih dan doa yang terbaik.
3. Sabahat seperjuanganku tercinta terimakasih nasehat, motivasi, canda dan tawa selama ini kalian sungguh sahabat yang akan selalu didalam hati dan ada dalam doa.
4. Fisioterapi 14 terimakasih atas kebersamaan selama ini dari awal menjadi mahasiswa baru sampai sekarang menemani hari-hari di kampus. Itu semua tidak akan pernah terlupakan.
5. HMP Fisioterapi, khususnya HMP 2015-2016 sebagian masa kuliahku kuabdikan untuk organisasi tercinta ini. Terimakasih pengalaman dan cerita-cerita yang sudah diberikan termasuk rekan-rekanku yang ada didalamnya, ini tidak akan terlupakan
6. Keluargaku di Kos Krama Indah terimakasih sudah menjadi keluarga yang baik, memberi keceriaan, cerita dan semangat setiap harinya.
7. Bapak dan ibu dosen tercinta yang telah memberi ilmu yang bermanfaat selama kuliah.
8. Almamater Universitas Muhammadiyah Surakarta

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji bagi Allah atas limpahan karunia-Nya yang tiada terbatas. Hanya karena rahmat, taufik serta hidayah-Nya semata penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan kemampuan *vertical jump* dengan prediksi ketepatan *shooting* dalam permainan bola basket”

Skripsi ini disusun guna memenuhi syarat untuk memenuhi gelar sarjana fisioterapi. Di Program Studi Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Dalam penyusunan skripsi ini tidak lupa kiranya penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak:

1. Dr. Sofyan Anif, M.Si selaku rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta
2. Dr. Muatalazimah, SKM, M.Kes. selaku dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
3. Isnaini Herawati, SST.FT., M.Fis, selaku kaprodi Fisioterapi di UMS ini.
4. Wijianto, SST.FT., M.OR, selaku pembimbing dalam penulisan skripsi ini kami mengucapkan terimakasih atas bimbingannya, arahan, nasehat, dan motivasinya.
5. Para dosen staf dan karyawan program studi fisioterapi fakultas ilmu kesehatan universitas muhammadiyah surakarta.
6. Kepada ayah dan emak, kakak, adikku terimakasih doa, semangat dan motivasi yang selalu diberikan.
7. Saudaraku dan teman-temanku fisioterapi S1 2014

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih kurang dari sempurna, untuk itu penulis mengharapkan saran beserta masukan yang membangun demi sempurnanya skripsi ini. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Surakarta, Juli 2018

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSYARATAN GELAR	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN	v
DEKLARASI	vi
HALAMAN MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK.....	xv
ABSTRACT.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kerangka Teori	6
a. Olah raga basket	6
b. Kemampuan vertical jump	7
c. Ketepatan <i>shooting</i>	9
d. Hubungan kemampuan vertical jump dengan prediksi ketepatan <i>shooting</i> dalam permainan bola basket	12
B. Kerangka Berpikir	15
C. Kerangka Konsep	15
D. Hipotesis	15
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	16
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	16
C. Populasi dan Sample	16
D. Variable Penelitian	17
E. Definisi Konseptual.....	17
F. Definisi Operasional.....	18
G. Jalannya Penelitian	20
H. Teknik Analisis Data	21

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	
1. Gambaran umum penelitian	22
2. Karakteristik responden	23
a. karakteristik responden berdasarkan usia.....	23
b. karakteristik responden berdasarkan tinggi badan.....	23
c. karakteristik responden berdasarkan berat badan.....	24
3. Hasil analisa data	
a. Uji normalitas	26
b. Uji hubungan	26
B. Pembahasan	
1. Karakteristik responden	26
2. Hubungan kemampuan <i>vertical jump</i> dengan prediksi ketepatan <i>shooting</i> dalam permainan bola basket.	27
C. Keterbatasan Penelitian	29
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	30
B. Saran	30
DAFTAR PUSTAKA	31

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Hasil karakteristik data responden menurut usia	23
Tabel 4.2 Hasil karakteristik data responden menurut tinggi badan	23
Tabel 4.3 Hasil karakteristik data responden menurut berat badan	24
Tabel 4.4 Hasil karakteristik data responden menurut vertical jump	24
Tabel 4.5 Hasil karakteristik data responden ketepatan shooting	25
Tabel 4.6 Uji normalitas data	25
Tabel 4.7 Uji korelasi vertical jump dengan ketepatan shooting	26

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Lapangan bola basket.....	7
Gambar 2.2 Skema kerangka berfikir	15
Gambar 2.3 Skema kerangka konsep.....	15
Gambar 3.1Skema rancangan penelitian	16

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Permohonan ijin penelitian
- Lampiran 2 Keterangan sudah melakukan penelitian
- Lampiran 3 *Etic clearence*
- Lampiran 4 surat permohonan menjadi responden
- Lampiran 5 Lembar persetujuan responden (*informed concent*)
- Lampiran 6 Hasil pemeriksaan
- Lampiran 7 *Vertical jump test*
- Lampiran 8 Tes ketepatan *shooting*
- Lampiran 9 Uji normalitas dan uji korelasi
- Lampiran 10 Data hasil
- Lampiran 11 Dokumentasi

ABSTRAK

PROGRAM STUDI FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
SKRIPSI, JULI 2018

INDAH TUTI ALAWIYAH/J120140008

HUBUNGAN KEMAMPUAN *VERTICAL JUMP* DENGAN PREDIKSI
KETEPATAN SHOOTING DALAM PERMAINAN BOLA BASKET
(Dibimbing Oleh Wijianto SST.FT., M.Or)

Latar Belakang : Dalam pertandingan bola basket hal yang menyebabkan kekalahan yaitu ketidakmampuan pemain melakukan *shooting* dengan tepat. Teknik *shooting* berperan sangat penting dalam permainan bola basket, karena kemenangan pertandingan ditentukan oleh skor. Ketepatan *shooting* dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti ; kekuatan otot lengan, kekuatan otot tungkai, koordinasi mata, koordinasi tangan apabila kondisi tersebut baik maka pemain akan mampu melakukan *shooting* dengan akurasi yang tepat. sehingga pemain basket mampu mencapai prestasi setinggi-tingginya.

Tujuan : Mengetahui hubungan kemampuan *vertical jump* dengan prediksi ketepatan *shooting* dalam permainan bola basket.

Metode : Metode dalam penelitian ini menggunakan *cross sectional study*, sehingga dapat disusun rancangan yaitu, x: kemampuan *vertical jump*, y: ketepatan *shooting*. pengambilan sampel tersebut menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Analisa data menggunakan *pearson product moment*.

Hasil : Hasil data yang diperoleh dari uji normalitas menunjukkan nilai $p > 0,05$. Hasil uji korelasi *vertical jump* dengan ketepatan *shooting* yaitu $p < 0,05$ sehingga hipotesa diterima dan dilihat dari nilai r yaitu 0,828 dan $r_{(square)}$ 0,685. Dan mendapatkan hasil $0,828 > 0,685$ maka dinyatakan berhubungan sangat kuat.

Kesimpulan : Ada hubungan kemampuan *vertical jump* dengan prediksi ketepatan *shooting* dalam permainan bola basket.

Kata kunci : *Vertical jump*, ketepatan *shooting*, permainan bola basket.

ABSTRACT

PROGRAM STUDY PHYSIOTHERAPY
FACULTY OF HEALTH SCIENCE
UNIVERSITY MUHAMMADIYAH OF SURAKARTA
MINITHESIS, JULI 2018

VERTICAL JUMP ABILITY RELATIONSHIP WITH SHOOTING PRECISION PREDICTION IN BASKET BALL GAME (Guided by Wijianto SST.FT.,M.Or)

Background: In basketball players, thing that causes a defeat is the inability of the player to shoot properly. Shooting techniques a very important role in the basketball game, as the match victory is determined by the score. The precision of shooting can be affected by several factors such as: arm muscle strength, leg muscle strength, eye coordination, hand coordination which if the condition is good, then the player will be able to do the shooting with the right accuracy. so that basketball players can achieve the highest achievement.

Purpose: Knowing the relationship vertical jump ability with prediction of shooting in basketball players.

Method: The method in this research is using cross-sectional study, taking the sample using purposive sampling. Data analysis using Pearson product moment.

Result: Results of data obtained from the normality test showed a $p > 0,05$. Result of vertical jump correlation test with shooting accuracy is $p < 0,05$ so that hypothesis accepted and seen from r value that is 0,828 and r (square) 0,685. And get the result $0.828 > 0.685$ then stated very strong relation.

Conclusion: There is a vertical jump ability relationship between with prediction of shooting in basketball player

Keywords : *vertical jump, shooting, basketball.*