

Hubungan Motivasi, Tinggi Badan dan Power Otot Tungkai terhadap Keterampilan Bolabasket

Hangga Kusuma, Agus Kristiyanto, Kiyatno

Universitas Sebelas Maret, Indonesia

Diterima: Oktober 2016. Disetujui: November 2016. Dipublikasikan: Desember 2016
© Universitas Negeri Semarang 2016

Abstrak Bolabasket merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat kompleks dalam permainannya. Terdapat berbagai macam faktor yang dapat berhubungan dan mempengaruhi dalam penguasaan keterampilan bolabasket. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan serta kontribusi antara motivasi, tinggi badan dan power otot tungkai terhadap keterampilan bolabasket. Metode penelitian yang digunakan adalah metode korelasional. Subyek penelitian: peserta ekstrakurikuler bolabasket SMA 2 Bae Kudus putra, jumlah 50 orang. Dilakukan penilaian motivasi terhadap subyek dengan angket, pengukuran tinggi badan dan power otot tungkai serta keterampilan bolabasket. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara motivasi, tinggi badan dan power otot tungkai terhadap keterampilan bolabasket dengan kontribusi sebesar 67%.

Kata kunci : motivasi, tinggi badan, power otot tungkai.

Abstract Basketball is a sport that is very complex in his game. There are several factors that can relate to and influence the acquisition of skills in basketball. The purpose of this study was to determine the relationship between motivation and contribution, height and leg muscle power the basketball skills. The method used is the correlation method. The subject of the research: high school basketball extracurricular 2 Bae Kudus son, total 50 people. Assessment of motivation on the subject of the inquiry, the measurement of height and leg muscle power as well as basketball skills. From the results of this study concluded that there is a positive and significant relationship between motivation, height and leg muscle power on basketball skills with a contribution of 67%.

Keywords: motivation, height, leg muscle power

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan suatu bentuk aktivitas yang berguna sebagai sarana dalam meningkatkan kondisi fisik dan menjaga kesehatan tubuh. Dengan berolahraga bukan hanya dapat menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh, melainkan juga dapat membentuk watak serta kepribadian manusia, karena dalam kegiatan olahraga terkandung banyak unsur nilai, baik itu disiplin, kerjasama, sportivitas, kejujuran dan lain sebagainya. Menurut Farauq (2009:3) bolabasket adalah salah satu jenis permainan yang termasuk olahraga permainan, permainan olahraga bolabasket termasuk permainan yang menggunakan bola besar.

Menurut PERBASI (2012:1) bolabasket dimainkan oleh dua (2) tim yang masing-masing terdiri dari lima (5) pemain. Tujuan dari masing-masing tim adalah untuk mencetak angka ke keranjang lawan dan berusaha mencegah lawan mencetak angka. Bola dapat dibagikan hanya dengan *passing* (operan) dengan tangan atau dengan mendribelnya beberapa kali pada lantai tanpa menyentuhnya dengan dua tangan secara bersamaan. Teknik dasar mencakup *footwork* (gerakan kaki), *shooting* (menembak), *passing* (operan) dan menangkap, *dribble*, *rebound*, bergerak dengan bola, bergerak tanpa bola dan bertahan (Wissel 2000:2).

Setiap anak memiliki tingkat pencapaian keterampilan gerak yang berbeda-beda. Kesuksesan seseorang dalam menguasai keterampilan gerak ditentukan oleh kemampuan dan bakat dari orang tersebut. Menurut Cahya (2012:10), mengidentifikasi sekitar 12 faktor

yang sangat berhubungan dengan upaya pencapaian keterampilan. Faktor-faktor tersebut yaitu: (1) Ketajaman indera, (2) Persepsi, (3) Inteligensi, (4) Ukuran fisik, (5) Pengalaman masa lalu, (6) Kesanggupan, (7) Emosi, (8) Motivasi, (9) Sikap, (10) Faktor-faktor kepribadian yang lain, (11) Jenis kelamin, (12) Usia.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi keterampilan gerak. Faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan gerak berasal dari faktor internal dan eksternal individu. Menurut Magill (1984:44) faktor-faktor yang mempengaruhi belajar gerak adalah (1) memahami apa yang harus dipelajari, (2) kesempatan untuk merespon, (3) adanya umpan balik, (4) *reinforcement* (bantuan penguatan). Dari uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa keterampilan gerak dapat dipengaruhi oleh proses pembelajaran, faktor situasional yang tertuju pada lingkungan dan faktor individu yang berupa kemampuan dan bakat seseorang tersebut.

Guna menunjang keterampilan dalam bermain bolabasket sehingga dapat mencapai suatu prestasi yang diinginkan, maka diperlukan aspek-aspek yang harus dipenuhi. Aspek-aspek tersebut adalah aspek fisik maupun aspek psikologis dan anthropometry. Mengingat begitu kompleksnya masalah olahraga, maka pembinaan olahraga perlu ditangani secara profesional, baik dalam manajemen maupun keilmuannya. Setiap cabang olahraga, seperti bola voli, renang, sepakbola, atletik, bolabasket, memiliki sistem, strategi, dan metode pelatihan fisik dan aspek karakteristik yang berbeda guna menunjang keterampilan dalam suatu cabang olahraga agar dapat mencapai suatu prestasi yang diinginkan. Perbedaan tersebut dapat dilihat dari perbedaan gerakan-gerakan pada setiap cabang olahraga tersebut seperti halnya olahraga bolabasket.

Selama ini para pelatih, atlet, maupun olahragawan kurang memperhatikan atau memperhatikan faktor-faktor yang berhubungan dan dapat mempengaruhi suatu ketrampilan dalam olahraga. Padahal terdapat berbagai faktor yang dapat mempengaruhi dan menunjang keterampilan olahraga. Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan, maka peneliti tertarik untuk mengetahui adakah hubungan dan kontribusi antara motivasi, tinggi badan dan power otot tungkai terhadap keterampilan bolabasket.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode korelasional. Tujuan penelitian korelasional adalah untuk menyelidiki sejauh mana variasi-variasi pada suatu faktor berkaitan dengan variasi-variasi pada satu atau lebih faktor lain berdasarkan pada koefisien korelasi (Narbuko dan Achmadi 2012:48). Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Arikunto 2006:131). Sedangkan menurut Sudjana (2002:6) sebagian yang diambil dari populasi disebut sampel. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengambilan sampel berdasarkan *purposive* didasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri berdasarkan ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya (Notoatmodjo 2010:124-125). Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas satu, dua, dan tiga yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolabasket di SMA N 2 Bae Kudus yang berjumlah 50 siswa putra dan memiliki rentang usia berkisar dari 16 - 18 tahun.

Penelitian dilakukan di lapangan basket SMA N 2 Bae Jl. Lkr. Utara UMK, Gondangmanis, Bae, Kabupaten Kudus. Pelaksanaan kegiatan penelitian dilaksanakan pada tanggal 14 Desember 2016. Variabel penelitian itu meliputi faktor-faktor yang berperan dalam peristiwa atau gejala yang akan diteliti (Narbuko dan Achmadi 2012:118). Variabel dalam penelitian ini terdiri dari 3 (tiga) variabel bebas (*independent*) dan 1 (satu) variabel terikat (*dependent*) dengan rincian variabel bebas: motivasi, tinggi badan, power otot tungkai. Variabel terikat: keterampilan bolabasket.

Untuk pelaksanaan persiapan penelitian dan analisis data, data yang diperlukan dikumpulkan dengan angket atau kuisioner dan dengan melakukan tes dan pengukuran. Angket atau kuisioner dilakukan untuk mengetahui tingkat dan motivasi, sedangkan tes dan pengukuran dilakukan untuk mengetahui *power* otot tungkai, tinggi badan, dan keterampilan bolabasket peserta ekstrakurikuler bolabasket SMA 2 Bae Kudus.

Teknik pengumpulan data penelitian ini dilakukan dengan prosedur yang diatur sebagai berikut: 1. Menyiapkan alat yang akan digunakan, 2. Menyiapkan sampel penelitian, 3. Pengambilan data meliputi tes variabel bebas dan variabel terikat menggunakan kuisioner serta tes dan pengukuran. Data dari hasil tes digunakan dalam analisis data untuk pengajuan hipotesis.

Pengumpulan data motivasi siswa menggunakan angket, yaitu angket motivasi. Angket adalah daftar pertanyaan yang diberikan kepada responden baik secara langsung atau tidak langsung dalam upaya mengumpulkan data berkenaan dengan domain objektif, lazimnya dengan memakai skala. Menurut Nurhasan (2001:114) bahwa skala adalah seperangkat nilai angka yang ditetapkan pada subyek, obyek atau tingkah laku yang bertujuan mengukur sifat. Skala digunakan untuk mengukur sikap nilai dan karakteristik. Untuk mengukur sikap skala yang sering digunakan adalah skala likert.

Tes dalam mengukur tinggi badan dilakukan dengan menggunakan alat pita ukur. Peserta tes berdiri tegak menghadap lurus ke depan, posisi kepala tegak, mata horizontal dengan telinga, bahu tegak tidak ditarik ke belakang, kepala, bahu, siku, pinggul dan tumit menempel pada dinding. Posisi pita ukur sejajar dan lurus dari ujung kaki sampai ujung kepala.

Tes yang digunakan dalam mengukur power otot tungkai adalah tes *vertical jump* dengan menggunakan alat papan *vertical jump* yang memiliki skala *centimeter* (cm). Tes ini mengukur raihan tegak dan raihan loncat tegak, dengan penilaian dalam tes adalah hasil dari raihan loncat tegak dikurangi raihan tegak.

Tes untuk mengukur keterampilan bolabasket peserta ekstrakurikuler bolabasket SMA N 2 Bae Kudus menggunakan Johnson Basketball Test. Tes ini bertujuan untuk mengukur kecakapan bermain bolabasket. Tes ini memiliki validitas tes sebesar 0,65 - 0,79 dan reliabilitas tes sebesar 0,73 - 0,80. Tes ini terdiri dari 3 item tes, yaitu: 1. Menembakkan bola ke *ring basket*, 2. Melemparkan bola ke arah sasaran, 3. Menggiring bola.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi, regresi dan uji analisis determinasi (uji R^2). Adapun langkah-langkah analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: 1. Uji Prasyarat Analisis. Sebelum data dianalisis lebih lanjut, terlebih dahulu dilakukan beberapa uji prasyarat statistik yaitu: a. Uji Normalitas. Pengujian normalitas data dimaksudkan untuk mengetahui normal tidaknya distribusi data penelitian. Uji normalitas data dalam penelitian ini menggunakan uji normalitas "*Goodness of Fit*" dari *Kolmogorov-Smirnov*. Suatu model regresi memiliki distribusi data normal apabila nilai *Asym. Sig (2-tailed)* lebih besar dari 0,05. b.

Uji linieritas. Uji ini digunakan untuk melihat apakah spesifikasi model yang digunakan sudah benar atau tidak. Apakah fungsi yang digunakan dalam suatu studi empiris sebaiknya berbentuk linear, kuadrat atau kubik. Untuk uji linieritas regresi dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis varians. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan menghitung koefisien korelasi masing-masing prediktor, menghitung koefisien korelasi ganda, menghitung regresi ganda, uji signifikansi dan uji analisis determinasi (uji R^2). Data penelitian yang telah terkumpul, dihitung dengan bantuan program SPSS (*Statistical Packages for Social Sciences*) Release 22.00.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data hasil penelitian diperoleh berdasarkan skor pada tes yang telah dilakukan yang meliputi tes motivasi, keterampilan bolabasket, serta mengukur *power* otot tungkai dengan tes *vertical jump* dengan satuan centimeter (cm) dan tinggi badan diukur dengan menggunakan pita ukur atau meteran dengan satuan centimeter (cm). Hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh data yang disajikan dalam tabel 1,

Uji Prasyarat Analisis

Uji normalitas dimaksudkan untuk menguji normal tidaknya sebaran data yang akan dianalisis. Untuk menguji normalitas data digunakan analisis *Kolmogorov Smirnov Test*. Distribusi data adalah normal apabila nilai signifikansi *Kolmogorov Smirnov Test* > 0,05. Hasil perhitungan *Kolmogorov Smirnov Test* yang diperoleh variabel penelitian diperoleh nilai *Kolmogorov Smirnov Motivasi () Test* adalah 0,075 dengan P (Sig) 0,200, nilai *Kolmogorov Smirnov*, nilai *Kolmogorov Smirnov Tinggi Badan ()* adalah 0,118 dengan P (Sig) 0,082, nilai *Kolmogorov Smirnov Power Otot Tungkai ()* adalah 0,106 dengan P (Sig) 0,200, nilai *Kolmogorov Smirnov keterampilan bolabasket ()* adalah 0,090 dengan P (Sig) 0,200

Hasil uji normalitas tersebut menunjukkan bahwa semua variabel penelitian yaitu Motivasi (), Tinggi Badan (), *Power Otot Tungkai ()* dan Keterampilan Bolabasket () mempunyai distribusi atau sebaran data yang normal karena nilai $p > 0,05$.

Uji Linearitas

Uji linearitas dimaksudkan untuk menguji apakah data yang diperoleh linear

Tabel 1. Diskriptif Data Variabel Penelitian

Variabel Penelitian	N	Minimum	Maksimum	Rata-rata	Standar Deviasi
Motivasi	50	92	172	122,78	18,16
Tinggi Badan	50	157	178	164,82	6,09
Power Otot Tungkai	50	31	56	42,68	5,82

ataukah tidak, apabila data linear dapat dilanjutkan pada uji parametrik dengan teknik regresi tetapi apabila data tidak linear digunakan uji regresi non linear. Uji linearitas menggunakan teknik analisis varians untuk regresi atau uji F dengan kriteria pengujian yaitu jika signifikansi $< 0,05$ data dinyatakan linear, sebaliknya jika signifikansi $> 0,05$ data dinyatakan tidak linear. Hasil perhitungan uji linear yang diperoleh variabel penelitian diperoleh Motivasi () dengan Keterampilan Bolabasket () nilai Flinear 38,157 dan P (Sig) 0,000, Tinggi Badan () dengan Keterampilan Bolabasket () nilai Flinear 42,419 dan P (Sig) 0,000, Power Otot Tungkai () dengan Keterampilan Bolabasket () nilai Flinear 39,676 dan P (Sig) 0,000.

Hasil uji linearitas tersebut menunjukkan bahwa semua variabel penelitian Motivasi (), Tinggi Badan (), Power Otot Tungkai (), mempunyai hubungan yang linear dengan Keterampilan Bolabasket () yang ditunjukkan dengan nilai $p < 0,05$.

Uji Hipotesis

Analisis Korelasi Product Moment

Berdasar hasil pengujian hipotesis antara hubungan variabel bebas (*Intelligence Quotient (IQ)*, *Emotional Quotient (EQ)*, Motivasi, Power Otot Tungkai, dan Tinggi Badan) dengan keterampilan bolabasket sebagai variabel terikat, digunakan rumus *korelasi product moment* yang dihitung dengan program SPSS (*Statistical Packages for Social Sciences*) Release 22.00. diperoleh hasil sebagai berikut:

Hasil pengujian pertama hubungan antara motivasi dengan keterampilan bolabasket diperoleh nilai sebesar 0,616 dengan p.value (sig) sebesar 0,000 sehingga $p < 0,05$ menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara motivasi dengan keterampilan bolabasket artinya semakin tinggi motivasi maka semakin tinggi pula keterampilan bolabasket atau sebaliknya jika semakin rendah motivasi maka semakin rendah pula keterampilan bolabasket. Hasil pengujian kedua hubungan antara tinggi badan dengan keterampilan bolabasket diperoleh nilai sebesar 0,651 dengan p.value (sig) sebesar 0,000 sehingga $p < 0,05$ menunjukkan bahwa terdapat

hubungan positif dan signifikan antara tinggi badan dengan keterampilan bolabasket artinya semakin tinggi tinggi badan maka semakin tinggi pula keterampilan bolabasket atau sebaliknya jika semakin rendah tinggi badan maka semakin rendah pula keterampilan bolabasket.

Hasil pengujian ketiga hubungan antara power otot tungkai dengan keterampilan bolabasket diperoleh nilai sebesar 0,709 dengan p.value (sig) sebesar 0,000 sehingga $p < 0,05$ menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara power otot tungkai dengan keterampilan bolabasket artinya semakin besar power otot tungkai maka semakin tinggi pula keterampilan bolabasket atau sebaliknya jika semakin rendah power otot tungkai maka semakin rendah pula keterampilan bolabasket.

Analisis Korelasi Ganda

Pengujian hipotesis mengenai hubungan antara motivasi (), Tinggi Badan (), Power Otot Tungkai () dengan keterampilan bolabasket () digunakan uji korelasi berganda (). Hasil uji korelasi ganda hubungan antara motivasi, tinggi badan, power otot tungkai, dengan keterampilan bolabasket diperoleh nilai sebesar 0,819 dengan p value (sig) sebesar 0,000 sehingga $p < 0,05$ menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi, tinggi badan, power otot tungkai, dengan keterampilan bolabasket.

Analisis Regresi Linear Ganda

Berdasarkan hasil perhitungan regresi linear berganda berganda diperoleh persamaan regresi sebagai berikut:

$$Y = -38,300 + 0,078 + 0,333 + 0,433$$

Nilai koefisien regresi motivasi (), sebesar 0,078 dengan tanda positif, artinya bila motivasi (), meningkat maka keterampilan bolabasket siswa juga akan meningkat sebesar 0,078.

Nilai koefisien regresi Tinggi Badan (), sebesar 0,333 dengan tanda positif, artinya bila Tinggi Badan (), meningkat maka keterampilan bolabasket siswa juga akan meningkat sebesar 0,333.

Nilai koefisien regresi Power Otot Tung-

kai () sebesar 0,433 dengan tanda positif, artinya bila *Power Otot Tungkai* () meningkat maka keterampilan bolabasket siswa juga akan meningkat sebesar 0,433.

Uji Signifikansi Model

Hasil uji signifikansi model diperoleh nilai F sebesar 31.140 dengan p.value (sig) sebesar 0,000 sehingga $p < 0,05$ menunjukkan bahwa regresi berbentuk linear yang didapat bisa dipergunakan untuk membuat kesimpulan mengenai hubungan sejumlah variabel yang sedang dipelajari yaitu motivasi, Tinggi Badan, *Power Otot Tungkai* dengan keterampilan bolabasket ().

Uji Analisis Determinasi (Uji R²)

Analisis determinasi (Uji R²) digunakan untuk mengetahui persentase pengaruh variabel independen (X_1, X_2, \dots, X_n) secara serentak terhadap variabel dependen (Y). hasil perhitungan analisis determinasi (Uji R²) dapat dilihat dalam tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil Analisis Determinasi (Uji R²)

Variabel Bebas	Nilai R	Square
Motivasi (X_1)	0,616	0,379
Tinggi Badan (X_2)	0,651	0,424
<i>Power Otot Tungkai</i> (X_3)	0,709	0,502
Motivasi (X_1), Tinggi Badan (X_2), <i>power otot tungkai</i> (X_3) dengan keterampilan bola-basket (Y)	0,819	0,670

Berdasarkan tabel diatas, maka dapat diketahui bahwa nilai R² (R Square) motivasi adalah 0,379 atau 37,9%. Hal tersebut menunjukkan bahwa persentase pengaruh/kontribusi variabel motivasi terhadap keterampilan bolabasket sebesar 37,9% dan sisanya 62,1% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dimasukkan dalam model penelitian ini.

Nilai R² (R Square) tinggi badan adalah 0,424 atau 42,4%. Hal tersebut menunjukkan bahwa persentase pengaruh/kontribusi variabel tinggi badan terhadap keterampilan bolabasket sebesar 42,4% dan sisanya 57,6% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dimasukkan dalam model penelitian ini.

Nilai R² (R Square) *power otot tungkai* adalah 0,502 atau 50,2%. Hal tersebut menunjukkan bahwa persentase pengaruh/kontribusi variabel *power otot tungkai* terhadap kete-

rampilan bolabasket sebesar 50,2% dan sisanya 49,8% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dimasukkan dalam model penelitian ini.

Nilai R² (R Square) motivasi, tinggi badan dan *power otot tungkai*, adalah 0,670 atau 67%. Hal tersebut menunjukkan bahwa persentase pengaruh/kontribusi variabel motivasi (), tinggi badan (), *power otot tungkai* (), terhadap keterampilan bolabasket () sebesar 67% dan sisanya 33% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dimasukkan dalam model penelitian ini.

Berdasarkan analisis korelasi antara motivasi dengan keterampilan bolabasket diperoleh nilai sebesar 0,616 dengan p.value (sig) sebesar 0,000 sehingga $p < 0,05$. Kontribusi yang diberikan motivasi terhadap keterampilan bolabasket yaitu sebesar 37,9%. Hal tersebut menunjukkan terdapat hubungan positif dan kontribusi antara motivasi dengan keterampilan bolabasket. Hal tersebut menunjukkan terdapat hubungan positif dan kontribusi antara motivasi dengan keterampilan bolabasket, yang memiliki arti bahwa semakin tinggi tingkat motivasi maka akan semakin baik pula keterampilan bolabasket, atau sebaliknya semakin rendah tingkat motivasi, semakin rendah keterampilan bolabasket.

Motivasi didefinisikan sebagai dorongan yang berasal dari dalam atau dari luar diri individu untuk melakukan suatu aktivitas yang bisa menjamin kelangsungan aktivitas tersebut, serta dapat menentukan arah, haluan dan besaran upaya yang dikerahkan untuk melakukan aktivitas sehingga dapat mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Komarudin 2015:24).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa aspek psikologis yaitu motivasi merupakan unsur yang penting dalam keterampilan bolabasket. Motivasi merupakan suatu kekuatan yang dapat mendorong seseorang melakukan suatu kegiatan untuk mencapai tujuan, dapat juga dipandang sebagai daya pendorong yang menyebabkan seseorang melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan. Tanpa adanya suatu dasar atau keinginan dan dorongan yang kuat maka seseorang tidak akan melakukan suatu hal dengan serius dan maksimal. Maka dari itu, untuk dapat dapat melakukan keterampilan bolabasket dengan baik dan maksimal, diperlukan adanya dorongan atau motivasi yang tinggi. Tanpa adanya motivasi maka keterampilan bolabasket yang dilakukan tidak akan maksimal. Dalam pendidikan jasmani dan olahraga, Adelman (1974) menyebutkan bahwa tidak ada prestasi tanpa motivasi.

Berdasarkan analisis korelasi antara

tinggi badan dengan keterampilan bolabasket diperoleh nilai sebesar 0,651 dengan p.value (sig) sebesar 0,000 sehingga $p < 0,05$. Kontribusi yang diberikan tinggi badan terhadap keterampilan bolabasket yaitu sebesar 42,4%. Hal tersebut menunjukkan terdapat hubungan positif dan kontribusi antara tinggi badan dengan keterampilan bolabasket, yang memiliki arti bahwa semakin tinggi tingkat tinggi badan maka akan semakin baik pula keterampilan bolabasket, atau sebaliknya semakin rendah tingkat tinggi badan, semakin rendah keterampilan bolabasket.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tinggi badan merupakan unsur yang berperan dengan keterampilan bolabasket. Menurut Irianto (2002:33), tinggi badan merupakan faktor yang mutlak diperlukan bagi cabang olahraga yang memiliki ciri mengatasi ketinggian seperti bolabasket. Seseorang pemain bolabasket yang memiliki tinggi badan yang cukup maka seseorang tersebut memiliki keuntungan yang lebih dibandingkan dengan seorang pemain bolabasket yang memiliki tinggi badan yang kurang. Hal tersebut dikarenakan dalam permainan bolabasket diperlukan ketinggian guna menunjang suatu keterampilan yang ada dalam permainan tersebut.

Berdasarkan analisis korelasi antara *power* otot tungkai dengan keterampilan bolabasket diperoleh nilai sebesar 0,709 dengan p.value (sig) sebesar 0,000 sehingga $p < 0,05$. Kontribusi yang diberikan *power* otot tungkai terhadap keterampilan bolabasket yaitu sebesar 50,2%. Hal tersebut menunjukkan terdapat hubungan positif dan kontribusi antara *power* otot tungkai dengan keterampilan bolabasket, yang memiliki arti bahwa semakin tinggi *power* otot tungkai yang dimiliki maka akan semakin baik pula keterampilan bolabasket, atau sebaliknya semakin rendah *power* otot tungkai yang dimiliki, akan semakin rendah keterampilan bolabasket.

Menurut Sukadiyanto (2005:117), *power* adalah hasil kali antara kekuatan dan kecepatan. Menurut Suharno (1985:59) kegunaan *power* adalah sebagai berikut: 1. Untuk mencapai prestasi maksimal, 2. Dapat mengembangkan teknik bertanding dengan tempo cepat dan bergerak mendadak, 3. Memantapkan mental bertanding atlet, 4. Simpanan tenaga anaerobik cukup besar. *Power* otot tungkai memiliki banyak manfaat dalam berbagai cabang olahraga. Tanpa adanya *power* otot tungkai maka seseorang tidak dapat maksimal dalam melakukan suatu gerakan dalam olahraga khususnya

pada gerakan cepat yang memang membutuhkan *power* otot tungkai. Hampir semua olahraga menuntut seseorang untuk bergerak baik itu berjalan, melompat dan berlari. Maka dari itu perlu ditunjang dengan *power* otot tungkai yang baik pula.

Berdasarkan analisis korelasi antara motivasi, tinggi badan dan *power* otot tungkai, dengan keterampilan bolabasket diperoleh nilai sebesar 0,819 dengan p value (sig) sebesar 0,000 sehingga $p < 0,05$. Kontribusi yang diberikan motivasi, tinggi badan dan *power* otot tungkai, terhadap keterampilan bolabasket yaitu sebesar 67%. Hal tersebut menunjukkan terdapat hubungan positif dan kontribusi antara motivasi, tinggi badan dan *power* otot tungkai, dengan keterampilan bolabasket.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa keseluruhan faktor motivasi, tinggi badan dan *power* otot tungkai, secara bersama-sama merupakan komponen-komponen yang dapat mendukung dalam keterampilan bolabasket. Dengan demikian maka untuk dapat menguasai keterampilan dasar bolabasket dengan baik dan maksimal, pemain bolabasket harus memaksimalkan komponen-komponen tersebut dengan baik.

SIMPULAN

Ada hubungan positif dan signifikan antara motivasi dengan keterampilan bolabasket, artinya semakin tinggi motivasi maka semakin tinggi pula keterampilan bolabasket. Hal ini dibuktikan dengan nilai korelasi sebesar 0,616 dengan p.value (sig) sebesar 0,000. Motivasi memberikan kontribusi sebesar 37,9% terhadap keterampilan bolabasket.

Ada hubungan positif dan signifikan antara tinggi badan dengan keterampilan bolabasket, artinya semakin tinggi seseorang maka semakin tinggi pula keterampilan bolabasket. Hal ini dibuktikan dengan nilai korelasi sebesar 0,651 dengan p.value (sig) sebesar 0,000. Tinggi badan memberikan kontribusi sebesar 42,4% terhadap keterampilan bolabasket.

Ada hubungan positif dan signifikan antara *power* otot tungkai dengan keterampilan bolabasket, artinya semakin tinggi *power* otot tungkai maka semakin tinggi pula keterampilan bolabasket. Hal ini dibuktikan dengan nilai korelasi sebesar 0,709 dengan p.value (sig) sebesar 0,000. *Power* otot tungkai memberikan kontribusi sebesar 50,2% terhadap keterampilan bolabasket.

Ada hubungan positif dan signifikan antara motivasi, tinggi badandan *power* otot tungkai dengan keterampilan bolabasket, yang artinya semakin tinggi motivasi, semakin tinggi seseorang, dan semakin tinggi *power* otot tungkaimaka semakin tinggi pula keterampilan bolabasket. Hal ini dibuktikan dengan nilai korelasi sebesar 0,819 dengan p.value (sig) sebesar 0,000. motivasi, tinggi badandan *power* otot tungkai secara bersamaan memberikan kontribusi sebesar 67% terhadap keterampilan bolabasket.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Cahya, Gusra Dwi. 2012. *Tingkat Keterampilan Bermain Bolabasket Siswa Putra-Putri MAN Yogyakarta 1 Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bolabasket*. Skripsi.FIK-UNY.
- Farauq, Muhammad Muhyi. 2009. *Meningkatkan Kebugaran Jasmani Melalui Permainan dan Olahraga Bolabasket*. Jakarta: PT Gramedia Widia Sarana Indonesia.
- Irianto, Djoko Pekik. 2002. *Pedoman Praktis Berolahraga*. Yogyakarta: Andi Yogyakarta.
- Komarudin. 2015. *Psikologi Olahraga Latihan Keterampilan Mental dalam Olahraga Kompetitif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Narbuko, Cholid dan Achmadi, Abu. 2012. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani: Prinsip-Prinsip dan Penerapan*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional, Ditjen Pendidikan Dasar dan Menengah, Ditjen Olahraga.
- PERBASI.2012. *Peraturan Resmi Bola Basket 2012*. Pengurus Besar Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia.
- Sudjana. 2002. *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Suharno. 1985. *Ilmu Kepeleatihan Olahraga*. Yogyakarta: Yayasan STO.
- Sukadiyanto.2005. *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: CV Lubuk Agung.
- Wissel, Hall. 2000. *Langkah Untuk Sukses Bola Basket*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.