

Hubungan Daya Ledak Otot Lengan dan Koordinasi Mata-Tangan Dengan Kemampuan Hasil *Chest Pass* Bola Basket di SMK Negeri 1 Tembilahan

Andriansyah¹, Sumaryanto², Ngatman³, Labarudin Yusuf Habibi⁴

Email: andria.zk89@gmail.com¹, sumaryanto@uny.ac.id², ngatman@uny.ac.id³,
labarudinhabibi@gmail.com⁴

Universitas Islam Indragiri, Tembilahan, Riau^{1, 4}

Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta^{2, 3}

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan daya ledak otot lengan dan koordinasi mata tangan dengan kemampuan hasil *chest pass* bola basket Di SMK Negeri 1 Tembilahan. Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan dua variabel atau beberapa variabel. Teknik penarikan sampel adalah *purposive sampling* dengan jumlah sampel 13 Siswa. Dari hasil analisis tersebut terdapat hubungan daya ledak otot lengan yang signifikan dengan hasil *chest pass* bola basket Di SMK Negeri 1 Tembilahan ditandai dengan hasil yang diperoleh yaitu r_h sebesar 0.943 lebih besar dari r_{tabel} 0.553 dan t_{hitung} 9.400 lebih besar dari t_{tabel} 2.201 dalam taraf $\alpha = 0.05$. terdapat hubungan koordinasi mata tangan yang signifikan dengan kemampuan hasil *chest pass* bola basket SMK Negeri 1 Tembilahan ditandai dengan hasil yang diperoleh yaitu r_h sebesar 0.927 lebih besar dari r_{tabel} 0.553 dan t_{hitung} 8.177 lebih besar dari t_{tabel} 2.201 dalam taraf $\alpha = 0.05$. Terdapat hubungan yang signifikan secara Bersama-sama antara daya ledak otot lengan dan koordinasi mata tangan dengan kemampuan hasil *chest pass* bola basket Di SMK Negeri 1 Tembilahan dengan hasil r_h 0.944 lebih besar dari r_{tabel} 0.553 dan F_{hitung} 40.64 lebih besar dari F_{tabel} 4.10 dalam taraf $\alpha = 0.05$. dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot lengan (x1) dan koordinasi mata tangan (x2) secara Bersama-sama dengan kemampuan hasil *chest pass* bola basket Di SMK Negeri 1 Tembilahan.

Kata Kunci: Daya Ledak Otot Lengan, Koordinasi Mata-Tangan, *Chest pass*

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine whether there is a relationship between arm muscle explosive power and hand-eye coordination with the ability of basketball chest pass results at SMK Negeri 1 Tembilahan. This type of research is a correlational study that aims to determine whether there is a relationship between two or several variables. The sampling technique is *purposive sampling* with a sample size of 13 students. From the results of the analysis, there is a significant relationship between arm muscle explosive power and basketball chest pass results at SMK Negeri 1 Tembilahan, indicated by the results obtained, namely r_h of 0.943, greater than r_{table} 0.553 and t_{count} 9.400, greater than t_{table} 2.201 at the $\alpha = 0.05$ level. There is a significant relationship between hand-eye coordination and the chest pass ability of basketball players at SMK Negeri 1 Tembilahan, indicated by the results obtained, namely r_h of 0.927, which is greater than r_{table} 0.553 and t_{count} 8.177, which is greater than t_{table} 2.201 at the $\alpha = 0.05$ level. There is a significant relationship simultaneously between the explosive power of the arm muscles and hand-eye coordination with the ability of the chest pass results in basketball at SMK Negeri 1 Tembilahan with the results of r_h 0.944 greater than r_{table} 0.553 and F_{count} 40.64 greater than F_{table} 4.10 at the level of $\alpha = 0.05$. Thus it can be concluded that there is a significant relationship between the explosive power of the arm muscles (x1) and hand-eye coordination (x2) simultaneously with the ability of the chest pass results in basketball at SMK Negeri 1 Tembilahan

Keywords: Arm muscle explosiveness, eye-hand coordination, chest pass.

Copyright © 2025 Andriansyah¹, Sumaryanto², Ngatman³, Labarudin Yusuf Habibi⁴

Corresponding Author : Universitas Islam Indragiri, Tembilahan, Riau^{1, 4} Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta^{2, 3}

Email : andria.zk89@gmail.com¹, sumaryanto@uny.ac.id², ngatman@uny.ac.id³, labarudinhabibi@gmail.com⁴

PENDAHULUAN

Olahraga pendidikan merupakan salah satu hal yang mendasar untuk kebutuhan manusia di abad 21 ini, dalam upaya meningkatkan kualitas sumber daya manusia guna bersaing dengan kemajuan dunia dalam segala bidang termasuk olahraga. Olahraga pendidikan adalah suatu kawasan olahraga yang spesifik Yang di selenggarakan di lingkungan pendidikan formal. Aktivitas jasmani pada umumnya atau olahraga pada khususnya di pakai sebagai alat untuk mencapai tujuan pendidikan. Olahraga sebagai tonggak dari kegemilangan suatu negara dan pembentukan suatu karakter bangsa.

Berdasarkan Undang-Undang Nomor 3 tahun 2005 Bab II pasal 4 tentang sistem keolahragaan Nasional yang berbunyi tujuan keolahragaan Nasional sebagai berikut" Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa."

Kemajuan olahraga suatu bangsa dalam mencapai prestasi olahraga tidak dapat diraih dengan instan, harus melalui proses yang panjang dalam mencapai prestasi yang tinggi. Dalam mencapai tujuan tersebut salah satu jalan nya adalah melalui olahraga pendidikan. Olahraga Pendidikan saling berhubungan erat dengan perkembangan olahraga yang lebih menjurus kepada tercapainya tujuan pendidikan melalui aktivitas olahraga dalam meningkatkan sumber daya manusia dilingkungan sekolah.

Pada umumnya di Indonesia bola basket sudah tidak asing lagi di kalangan masyarakat di kota-kota besar hingga pedesaan. khususnya di daerah sekolah-sekolah setiap tahunnya selalu mengadakan perlombaan antar pelajar baik itu tingkat SMP dan SMA. Dalam permainan bola basket di kenal berbagai macam teknik dasar dan untuk bisa memainkan olahraga ini harus menguasai teknik-teknik dasar permainan Bola Basket

Passing adalah sebuah gerakan di mana seorang pemain mengoper bola yang di bawanya kepada teman satu tim dengan cara di lempar. Tujuan dari teknik passing ini ialah mencegah tim lawan merebut bola. Adapun teknik gerakan melakukan passing dada (*chest pass*) adalah teknik gerakan melakukan passing dada (*chest pass*) adalah, Bola di pegang setinggi dada dan nyaris menyentuh tubuh bagian depan.

Menurut (Widiastuti,2015:75) "Daya ledak merupakan kemampuan otot atau sekelompok otot untuk melakukan satu kali kontraksi secara maksimal melawan tahanan atau beban. Atau dapat didefinisikan bahwa kekuatan otot atau power adalah kemampuan otot untuk membangkitkan suara tegangan terhadap suatu tahanan. Secara mekanis kekuatan otot didefinisikan sebagai gaya (*force*) yang dapat di hasilkan oleh otot atau sekelompok otot dalam suatu kontraksi maksimal."

“Koordinasi merupakan kemampuan untuk melakukan gerakan atau kerja dengan tepat dan efisien. Koordinasi menyatakan hubungan harmonis berbagai faktor yang terjadi pada suatu gerakan.” (Widiastuti,2015:17).

Teknik gerakan ini memerlukan gerakan kemampuan ledakan otot lengan. *chest pass* adalah operan yang paling umum dan paling banyak dilakukan dalam permainan bola basket. *Chest pass* hanya di butuhkan sedikit gerakan dasar, atau tidak membutuhkan gerakan yang kompleks seperti gerakan lainnya. Tetapi setiap pemain yang akan melakukan *chest pass* hanya memiliki sedikit waktu untuk bersiap-siap dan melakukan passing, Karena sedikitnya waktu untuk bersiap-siap tersebut dan kecepatan bola yang tinggi, maka dalam *chest pass* di butuhkan kemampuan daya ledak otot lengan. Kekuatan lengan adalah kemampuan dari sekelompok otot lengan dan bahu dalam melakukan kontraksi maksimal untuk mengatasi atau melawan beban.

Diantara kondisi fisik yang penting dalam permainan bola basket salah satunya koordinasi, Jonath Krempel dalam hendri (2019) mengartikan bahwa " Kondisi fisik merupakan keadaan yang meliputi faktor kekuatan, kecepatan, daya tahan, kelentukan dan koordinasi". Koordinasi mata tangan adalah Intergrasi antara mata sebagai pemegang utama, dan tangan sebagai pemegang fungsi yang melakukan suatu gerakan tertentu dalam hal ini, kedua mata akan memberitahukan kapan bola berada di suatu titik agar tangan langsung mengayun untuk melakukan pukulan yang tepat. Menurut Sumosardjono dalam (Darni 2016). Semua komponen-komponen di atas sangat di butuhkan untuk menunjang kegiatan permainan bola basket seperti: shooting, passing, dan dribbling. Koordinasi adalah kemampuan biomotorik yang sangat kompleks, koordinasi erat hubungannya dengan kecepatan, kekuatan daya tahan dan fleksibilitas, dan semuanya menyumbang dan berpadu dalam koordinasi gerak, oleh karena itu satu sama lainnya memiliki hubungan yang sangat erat. Jika salah satu unsur tidak ada atau kurang berkembang maka akan berpengaruh terhadap kemampuan koordinasi.

Untuk membentuk kondisi daya ledak otot lengan yang berhubungan dengan kebutuhannya dalam permainan bola basket tidak hanya membutuhkan metode latihan yang baik dan benar semata namun harus diiringi juga oleh memilih bentuk latihan yang tepat. Daya ledak otot lengan yang di hasilkan dari latihan merupakan sekelompok otot untuk bergerak dengan motorik tinggi berfungsi untuk mempermudah mempelajari teknik yang sangat bergantung dari masing-masing individu. Oleh sebab itu unsur daya ledak otot lengan harus dapat dikembangkan ke dalam bentuk latihan yang terprogram secara sistematis.

Penguasaan kemampuan fisik dan koordinasi merupakan suatu keharusan untuk mencapai keahlian atau menguasai keterampilan. Tanpa memiliki koordinasi yang baik, maka kesesuaian dan keselarasan irama gerak atau efektivitas dan efisiensi gerakan akan sulit dicapai. Secara spesifik lagi koordinasi Menurut suharnodalam Syafruddin mengatakan bahwa koordinasi adalah kemampuan seseorang untuk merangkaikan

beberapa unsur-unsur gerakan menjadi satu rangkaian gerakan yang selaras sesuai dengan tujuannya (Syarifuddin, 2011:121). Dalam permainan bola basket koordinasi ini diperlukan dalam melakukan kemampuan chest pass dan koordinasi yang sangat berperan adalah koordinasi mata -tangan.

Usaha dalam meningkatkan prestasi dalam olahraga salah satunya dapat dilihat dari faktor kondisi fisik siswa. Faktor kondisi fisik siswa sangat penting dalam menunjang pelaksanaan latihan teknik maupun taktik. Semua cabang olahraga pasti membutuhkan kondisi fisik yang baik. Kondisi fisik yang baik dapat mengoptimalkan dalam latihan maupun dalam pertandingan. Dalam upaya peningkatan kondisi fisik perlu adanya program latihan yang tersusun secara baik dan sistematis sehingga dapat meningkatkan performa atlet dengan maksimal.

Berdasarkan pengamatan dan evaluasi di lapangan dan diskusi dengan guru mata pelajaran jasmani bahwa kemampuan siswa masih jauh yang di harapkan karena masih ada sebagian dari siswa yang gagal melakukan *chest pass* dengan baik. Di mana terdapat dari siswa yang salah saat melakukan operan *chest pass* ke temannya. Ketika dalam melakukan operan *chest pass* ada kesalahan di saat melaksanakan passing yaitu lemparan di lakukan terlalu lemah sehingga mudah untuk direbut pemain tim lawan dan bola di lempar tidak searah dada, maka dari itu di perlukan kondisi fisik daya ledak otot lengan dan koordinasi mata- tangan agar saat melakukan *chest pass* tepat dengan sasaran. Kurangnya latihan fisik juga dapat mempengaruhi kondisi tubuh saat berolahraga dan kurangnya teori tentang passing *chest pass* sekaligus motivasi agar siswa dapat melakukan passing yang baik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian korelasi, karena di dalam penelitian ini bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan daya ledak otot lengan dan koordinasi mata-tangan dengan kemampuan hasil chest pass bola basket di SMK Negeri 1 Tembilahan. Menurut Sugiyono (2016) Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan dua variabel atau beberapa variabel. Teknik penarikan sampel adalah *purposive sampling* dengan jumlah sampel 13 Siswa. Data di analais dengan menggunakan Korelasi sederhana dan korelasi ganda.

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di SMK Negeri 1 Tembilahan jumlah sampel sebanyak 13 orang siswa Untuk mendapatkan gambaran mengenai karakteristik sampel akan dilakukan melalui dilakukan melalui deskripsi data dari subjek penelitian pada masing-masing variabel. Dimana deskripsi tersebut akan digambarkan data bentuk nilai rata-rata, simpangan baku, merdian, modus, distribusi frekuensi, serta histogram data tunggal.

1. Hasil Tes Daya Ledak Otot Lengan

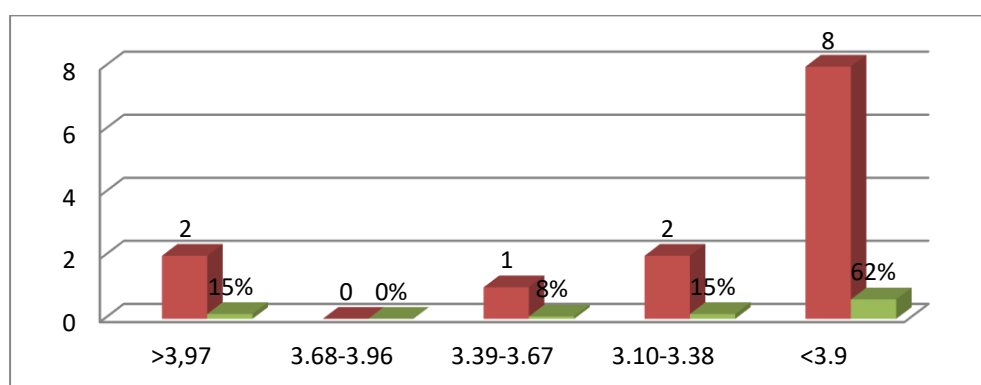
Berdasarkan hasil daya ledak otot lengan siswa SMK Negeri 1 Tembilahan di peroleh skor maksimun 4,21 dan skor terendah 1,12. Sedangkan mean 2,62 dan standar deviasi 1,07. Selanjutnya distribusi daya ledak otot lengan siswa SMK Negeri 1 Tembilahan dapat dilihat dari pada tabel berikut ini:

Tabel 5. Distribusi frekuensi hasil daya ledak otot lengan

NO	KELAS INTERVAL	FREKUENSI	
		Absolut	Relatif
1	>3,97	2	15%
2	3.68-3.96	0	0%
3	3.39-3.67	1	8%
4	3.10-3.38	2	15%
5	<3.9	8	62%
JUMLAH		13	100%

Ket: F_a = Frekuensi Absolut, F_r = Frekuensi Relatif (%)

Berdasarkan tabel 5 diatas, dapat disimpulkan bahwa siswa SMK Negeri 1 Tembilahan yang terpilih sebagai sampel penelitian terdapat 2 orang sampel berada pada kelas interval 3,97 keatas dengan presentase (15%), terdapat 0 orang sampel berada pada kelas interval 3,68-3,96 dengan presentase (0%), terdapat 1 orang sampel berada pada kelas interval 3,39-3,67 dengan presentase (8%), terdapat 2 orang sampel berada pada kelas interval 3,10-3,38 dengan presentase (2%), dan terdapat 8 orang sampel berada pada kelas interval 3,9 kebawah dengan presentase (62%). agar lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar grafik berikut ini:



Gambar 6. Diagram batang Daya Ledak Otot Lengan (X1)

2. Hasil Tes Koordinasi Mata-Tangan

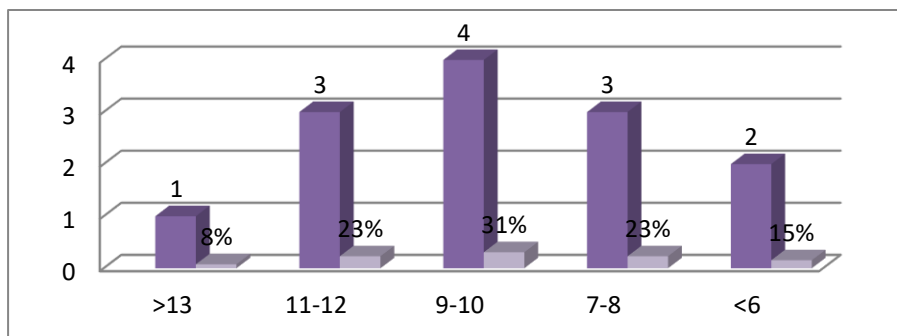
Berdasarkan hasil tes koordinasi mata tangan siswa SMK Negeri 1 Tembilahan diperoleh skor tertinggi 13 dan skor terendah 5. Sedangkan mean 9,08 dan standar deviasi sebesar 2,47. Selanjutnya distribusi koordinasi mata tangan siswa SMK Negeri 1 Tembilahan dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 6. Distribusi frekuensi hasil data koordinasi mata tangan

NO	KELAS INTERVAL	FREKUENSI	
		Absolut	Relatif
1	>13	1	8%
2	11-12	3	23%
3	9-10	4	31%
4	7-8	3	23%
5	<6	2	15%
JUMLAH		13	100%

Ket: *Fa* = Frekuensi Absolut, *Fr* = Frekuensi Relatif (%)

Berdasarkan tabel 6 diatas, dapat disimpulkan bahwa siswa SMK Negeri 1 Tembilahan yang terpilih sebagai sampel penelitian terdapat 1 orang sampel berada pada kelas interval 13 keatas dengan presentase (8%), terdapat 3 orang sampel berada pada kelas interval 11-12 dengan presentase (23%), terdapat 4 orang sampel berada pada kelas interval 9-10 dengan presentase (31%), terdapat 3 orang sampel berada pada kelas interval 7-8 dengan presentase (23%), dan terdapat 2 orang sampel berada pada kelas interval 6 kebawah dengan presentase (15%). agar lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar grafik berikut ini:



Gambar 7. Diagram batang koordinasi mata tangan (X2)

3. Hasil *Chest Pass*

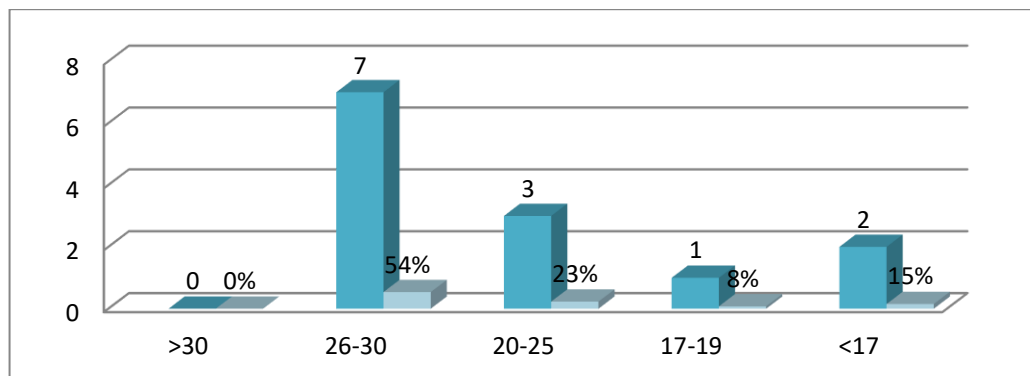
Berdasarkan hasil tes daya ledak otot lengan siswa SMK Negeri 1 Tembilahan diperoleh skor tertinggi 29 dan skor terendah 16. Sedangkan mean 24,00 dan standar deviasi sebesar 5,15. Selanjutnya distribusi daya ledak otot lengan siswa SMK Negeri 1 Tembilahan dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 7. Distribusi frekuensi passing *chest pass*

NO	KELAS INTERVAL	FREKUENSI	
		Absolut	Relatif
1	>30	0	0%
2	26-30	7	54%
3	20-25	3	23%
4	17-19	1	8%
5	<17	2	15%
JUMLAH		13	100%

Ket: *Fa* = Frekuensi Absolut, *Fr* = Frekuensi Relatif (%)

Berdasarkan tabel 7 diatas, dapat disimpulkan bahwa siswa SMK Negeri 1 Tembilahan yang terpilih sebagai sampel penelitian terdapat 0 orang sampel berada pada kelas interval 30 dengan presentase (0%), terdapat 7 orang sampel berada pada kelas interval 26-30 dengan presentase (54%), terdapat 3 orang sampel berada pada kelas interval 20-25 dengan presentase (23%), terdapat 1 orang sampel berada pada kelas interval 17-19 dengan presentase (8%), dan terdapat 2 orang sampel berada pada kelas interval 17 kebawah dengan presentase (15%). agar lebih jelasnya dapat dilihat dari pada gambar grafik berikut ini:



Gambar 8. Diagram batang Passing *chest pass* (Y)

Sebelum melakukan pengujian hipotesis tentang hubungan daya ledak otot lengan dan koordinasi mata tangan dengan kemampuan hasil *chest pass* bola basket. Terlebih dahulu dilakukan uji persyaratan analisis yaitu uji normalitas sebaran data.

Hasil uji normalitas sebaran data masing-masing variabel disajikan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 8. Rangkuman Uji Normalitas Sebaran Data Dengan Uji Liliefors

No	Variabel	N	L_o	L_{tabel}	Distribusi
1	Daya ledak otot lengan (X1)	13	0.165	0.234	Normal
2	Koordinasi mata tangan (X2)	13	0.127	0.234	Normal
3	<i>Chest pass</i> (Y)	13	0.166	0.234	Normal

Dari tabel diatas menunjukkan hasil pengujian untuk variabel daya ledak otot lengan (X1) $L_o=0.165$ dengan $n=13$ sedangkan L_{tabel} diperoleh dari tabel kritis uji liliefors yang didasarkan pada jumlah sampel pada taraf signifikan 0,05 yang dipilih sesuai data, maka L_{tabel} adalah 0,234. Karena $L_o=0.165 \leq L_{tabel}$ 0.234. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal.

Selanjutnya pada tabel di atas menunjukkan bahwa hasil pengujian untuk tes koordinasi mata tangan (X2) didapat $L_o 0.127$ dengan $n=13$ sedangkan L_{tabel} diperoleh dari tabel kritis uji liliefors yang didasarkan pada jumlah sampel dan taraf signifikan 0,05 yang dipilih sesuai data, maka L_{tabel} adalah 0,234. Karena $L_o 0.127 \leq L_{tabel}=0.234$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal.

Kemudian pada tabel diatas menunjukkan bahwa hasil pengujian untuk hasil passing *Chest Pass* (Y) didapat $L_o 0.166$ dengan $n=13$ sedangkan L_{tabel} 0.234 diperoleh dari tabel kritis uji liliefors yang didasarkan pada jumlah sampel dan taraf signifikan 0.05 yang dipilih sesuai data, karena $L_o 0.166 \leq L_{tabel}$ 0.234 dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal.

Dari uji normalitas data di atas dapat disimpulkan bahwa dari tiga variabel dalam penelitian ini setelah dilakukan pengujian ternyata berdistribusi normal dan dapat dilanjutkan kepada analisis data berikutnya.

Dari hasil perhitungan korelasi product moment (r_{x1x2}) terdapat r_{hitung} sebesar 0.975. dengan demikian untuk mencari hasil perhitungan koefisien korelasi terdapat hubungan atau tidaknya, maka dibandingkan dengan r_{tabel} dengan taraf penarikan 0.05, maka diperoleh r_{tabel} 0.553. ternyata $r_{hitung}=0.975 \geq r_{tabel}=0.553$ sehingga H_o ditolak dan H_a diterima. Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan daya ledak otot lengan dan koordinasi mata tangan.

Setelah melakukan analisis korelasi product moment (r_{x1x2}) kemudian pengujian hipotesis dilanjutkan dengan pengujian signifikan korelasi uji t. ternyata didapati t_{hitung} 14.545. untuk penarikan 0.05, maka diperoleh t_{tabel} 2.201. ternyata hasil t_{hitung} $14.545 \geq t_{tabel}$ 2.201 sehingga H_o diterima dan H_a ditolak.

Dari hasil korelasi product moment (r_{X1Y}) terdapat r_{hitung} sebesar 0.943. dengan demikian untuk mencari hasil perhitungan koefisien korelasi terdapat hubungan atau tidaknya, maka dibandingkan dengan r_{tabel} dengan taraf penarikan ditetapkan 0.05, maka diperoleh r_{tabel} 0.553. ternyata $r_{hitung}=0.943 \geq r_{tabel}=0.553$ sehingga H_o ditolak dan H_a diterima. Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan daya ledak otot lengan dengan hasil passing *chest pass*.

Setelah melakukan analisis korelasi product moment (r_{X1Y}) kemudian pengujian hipotesis dilanjutkan dengan pengujian signifikan korelasi uji t. ternyata didapati t_{hitung} 9.400. untuk penarikan 0.05, maka diperoleh t_{tabel} 2,201. ternyata hasil t_{hitung} $9,400 \geq t_{tabel}$ 2,201 sehingga H_0 diterima dan H_a ditolak.

Dari hasil korelasi product moment (r_{X2Y}) terdapat r_{hitung} sebesar 0.927 dengan demikian untuk mencari hasil perhitungan koefisien korelasi terdapat hubungan atau tidaknya, maka dibandingkan dengan r_{tabel} dengan taraf penarikan ditetapkan 0.05, maka diperoleh r_{tabel} 0.553. ternyata $r_{hitung}=0.927 \geq r_{tabel}=0.553$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan koordinasi mata tangan dengan hasil passing *chest pass*.

Setelah melakukan analisis korelasi product moment (r_{X2Y}) kemudian pengujian hipotesis dilanjutkan dengan pengujian signifikan korelasi uji t. ternyata didapati t_{hitung} 8.177. untuk kesalahan 0.05, maka diperoleh t_{tabel} 2.201. ternyata hasil t_{hitung} $8.177 \geq t_{tabel}$ 2.201 sehingga H_0 diterima dan H_a ditolak.

Dari hasil perhitungan korelasi ganda (R_{yx1x2}) terdapat R_{hitung} sebesar 0.944. dengan demikian untuk mencari hasil perhitungan koefisien korelasi terdapat hubungan atau tidaknya, maka dibandingkan dengan R_{tabel} dengan taraf penarikan ditetapkan 0.05, maka diperoleh R_{tabel} 0.553. ternyata $R_{hitung}=0.944 \geq r_{tabel}=0.553$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan daya ledak otot lengan dan koordinasi mata tangan dengan hasil passing *chest pass*.

Setelah melakukan analisis korelasi ganda (R_{yx1x2}), kemudian pengujian hipotesis dilanjutkan dengan pengujian signifikan korelasi uji F. dengan demikian didapati hasil F_{hitung} 40,64 dengan taraf signifikan 0.05. ternyata $F_{hitung}=40,64 \geq F_{tabel}=4.10$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Dalam hal ini berarti terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot lengan (x_1) dan koordinasi mata tangan (x_2) secara Bersama-sama dengan hasil tolak passing *chest pass* di SMK Negeri Tembilahan.

KESIMPULAN

1. Terdapat hubungan daya ledak otot lengan yang signifikan dengan kemampuan hasil chest pass bola basket di SMK Negeri 1 Tembilahan ditandai dengan hasil yang diperoleh yaitu r_h sebesar 0.943 lebih besar dari r_{tabel} 0.553 dan t_{hitung} 9.400 lebih besar dari t_{tabel} 2.201 dalam taraf $\alpha=0.05$
2. Terdapat hubungan koordinasi mata tangan yang signifikan dengan kemampuan hasil chest pass bola basket di SMK Negeri 1 Tembilahan ditandai dengan hasil yang diperoleh yaitu r_h sebesar 0.927 lebih besar dari r_{tabel} 0.553 dan t_{hitung} 8.177 lebih besar dari t_{tabel} 2.201 dalam taraf $\alpha=0.05$

3. Terdapat hubungan yang signifikan secara Bersama-sama antara daya ledak otot lengan dan koordinasi mata tangan dengan kemampuan hasil passing chest pass bola basket di SMK Negeri 1 Tembilahan dengan hasil r_h sebesar 0.944 lebih besar dari r_{tabel} 0.553 dan F_{hitung} 40.64 lebih besar dari F_{tabel} 4.10 dengan kategori kuat.

DAFTAR PUSTAKA

- Ade Andri Setiawan, Syafrial, & Defliyanto. (2019). Analisis Kemampuan Koordinasi Dan Kecepatan Reaksi Siswa Tuna Grahit Dan Autis. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*.3(1),22.
- Ari Agus Saputra, & Agung Mahendra. (2019). Hubungan Daya Ledak Otot Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Dengan Hasil Chest Pass. *Jurnal Olympia*. 1(1), 16.
- Aulia Eka Putri, Donie, Adnan Fardi, & Ronni Yenes. (2020). Metode Circuit Training Dalam Peningkatan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Daya Ledak Otot Lengan Bagi Atlet Bola Basket. *Jurnal Patriot*. 2(3), 680.
- Bafirman HB, & Asep Sujana Wahyuri. (2018) *Pembentukan Kondisi Fisik*. PT RajaGrafindo Persada.
- Bagas Anjasmara, Herista Novia Wadanti, & Soffil Yudha Mulyadi. (2021). Kombinasi Calf Raise Exercise Dan Core Stability Exercise Dapat Meningkatkan Keseimbangan Tubuh. *Physiotherapy Health Science*.3 (1), 46.
- Dedi Nofrizal. (2019). Kontribusi Daya Ledak Otot Lengan Dan Kelentukan Terhadap Ketepatan Smash Dalam Cabang Olahraga Bulutangkis. *Journal Of Teaching And Learning*. 4(2),72.
- Dwiki Juliyo Budi Setiawan. (2018). Keterampilan Umpan Dada Dalam Permainan Bola Basket. *Satria Jurnal Of " Sports Athleticism In Teaching And Recreation On Interdisciplinary Analysis*. 1(1), 23-27.
- Edwin Putra Surya Prasetyo. (2021). Analisis Marketing Mix Dbl Academy. *Jurnal Indonesia Sosial Sains*. 2 (6), 878.
- Eko Supriyono. (2015). Aktivitas Fisik Keseimbangan Guna Mengurangi Resiko Jatuh Pada Lansia. *Jurnal Olahraga Prestasi*.11(2), 100.
- Frizki Amra. (2017). Koordinasi Mata Tangan Terhadap Hasil Kemampuan Chest Pass Atlet Bola Basket. *Jurnal Menssana*. 2(2),38.
- Ganesa Puput Dinda K, Yusuf Nasirudin, & Arfian Mursid. (2023). Pengaruh Latihan Plyometric Terhadap Daya Otot Tungkai. *Jurnal Fisioterapi*. 3(1), 30.
- I Gusti Agung Putu Eky Primantara, & Raymond Ivano Avandi. (2019). Analisis Kemampuan Rebound Tim Nasional Bola Basket Putra. *Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga*. 6(0), 000-000.
- Ida Bagus Winguna. (2017) *Teori Dan Aplikasi Latihan Kondisi Fisik*. PT Raja Grafindo Persada.
- Irfan Arifianto, & Septian Raibowo. (2020). Model Latihan Koordinasi Dalam Bentuk Video Menggunakan Variasi Tekanan Bola Untuk Atlet Tenis Lapangan Tingkat Yuniior. *Journal Stand: Sports And Development*.1(2),78.

- Khairinnisa, & Daharis. (2023). Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Siswi Ekstrakurikuler Bola Basket Putri. *Jurnal Olahraga Indragiri*. 10 (1), 91.
- Ni Luh Putu Indrawathi. (2017). Pengaruh Latihan Senam Lantai Terhadap Peningkatan Keseimbangan Statis. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*. 3(1), 28.
- Pasha Erik Juntara. (2019) Latihan Kekuatan Dengan Beban Bebas Metode Circuit Training Dan Plyometric. *Jurnal Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*. 8(2), 6.
- Pinton Setya Mustafa. (2023) *Buku Ajar Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Insight Mediatama.
- Rehan Aria Khalif, Septi Andryana, & Winarsih. (2018). Penilaian Pemain Basket Untuk Menentukan Posisi Menggunakan Fuzzy Mamdani. *Jurnal Informatika Merdeka Pasuruan*. 3 (3), 8.
- Saichudin, & Sayyid Agil Rifqi Munawar. (2019) *Buku Ajar Bola Basket*. Wineka Media.
- Saputro, R, S, N, Manurizal, L, Armade, M. (2021). Hubungan Koordinasi Mata-Kaki Dan Kecepatan Dengan Dribbling Bola Pada Atlet Futsal. *Journal of Sport Education And Training*. 2(2), 156-164.
- Sofia Arum Andani, & Nurmasari Widyastuti. (2016). Pengaruh Pemberian Jus Jeruk Manis (Citrus Sinensis) Terhadap Nilai VO₂MAX Atlet Sepak Bola Di Gendut Donny Training Camp (GDTC) Salatiga. *Jurnal Of Nutrition Colloge*. 5(4), 262-268.
- Sugiyono. (2019). Metode penelitian Kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabet.
- Suharti. (2016). Perkembangan Gerak: Kelentukan (Flexybility). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan "GELORA"*. 3 (2), 519.
- Witarsyah, & Yolly Devira. (2019). Pengaruh Latihan Beban Menggunakan Alat Terhadap Kemampuan Chest Pass. *Jurnal Perfoma*. 4(2), 134.