

---

**PENGARUH KEKUATAN OTOT TUNGKAI DAN KECEPATAN DRIBBLE LURUS TERHADAP  
HASIL JUMPSHOOT EKSTRAKULIKULER PERMAINAN BOLA TANGAN**

**Anggi Anggara dan Rahmat**

Universitas Islam Al-Ihya Kuningan

Email : anggianggara2701@gmail.com dan rahmat.aj57@gmail.com

---

**Info Artikel**

Artikel Masuk: 5 September  
2020

Artikel Review: 16  
September 2020

Artikel Revisi: 24 September  
2020

**Kata Kunci:**

pengaruh kekuatan otot  
tungkai; kecepatan dribble  
lurus; jumpshoot; permainan  
bola tangan.

**Abstrak**

*Penelitian analisis ini bertujuan untuk memperoleh informasi tentang adanya pengaruh kekuatan otot tungkai dan kecepatan dribble lurus terhadap hasil jumpshoot permainan bola tangan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, metode survei dengan teknik pengukuran dan tes. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa putra ekstrakurikuler permainan bola tangan MTs Swasta Madinatul Huda Pagundan sebanyak 30 siswa. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik totalsampling. Berdasarkan uji hipotesis, penelitian ini menunjukkan bahwa nilai  $t_{hitung}$  kekuatan otot tungkai terhadap hasil jumpshoot sebesar 0,903 dengan taraf signifikansi 0,05, diperoleh  $t_{tabel}$  2,051,  $t_{hitung}$  0,903 <  $t_{tabel}$  2,051, ini berarti tidak terdapat pengaruh positif kekuatan otot tungkai terhadap hasil jumpshoot siswa putra ekstrakurikuler permainan bola tangan MTs Swasta Madinatul Huda Pagundan. Hasil nilai  $t_{hitung}$  kecepatan dribble lurus terhadap hasil jumpshoot sebesar -0,085 dengan taraf signifikansi 0,05, diperoleh  $t_{tabel}$  2,051,  $t_{hitung}$  -0,085 <  $t_{tabel}$  2,051, ini berarti tidak terdapat pengaruh positif kecepatan dribble lurus terhadap hasil jumpshoot siswa putra ekstrakurikuler permainan bola tangan MTs Swasta Madinatul Huda Pagundan. Hasil pengujian Uji F menunjukkan bahwa nilai  $f_{hitung}$  sebesar 0,409 dengan taraf signifikansi 0,05, diperoleh  $f_{tabel}$  3,34,  $f_{hitung}$  0,409 <  $f_{tabel}$  3,34, dapat disimpulkan tidak berpengaruh secara bersama-sama kekuatan otot tungkai dan kecepatan dribble lurus terhadap hasil jumpshoot siswa putra ekstrakurikuler permainan bola tangan MTs Swasta Madinatul Huda Pagundan.*

---

**DOI:**

---

**Pendahuluan**

Pendidikan yang diberikan di sekolah bertujuan untuk membentuk manusia yang cerdas dan kritis sehingga mampu menjadi manusia yang berkualitas. Hal ini dapat diwujudkan melalui pendidikan yang komprehensif meliputi pendidikan yang melatih cara berfikir analitis hingga yang bersifat kreatif. Pendidikan jasmani ternyata dapat memberikan manfaat lebih dari sekedar kesehatan fisik (Kurnia Eka Wijayanti, 2011:1).

Pendidikan Jasmani merupakan bagian penting dalam proses pendidikan yang sangat berpengaruh terhadap perkembangan siswa. Pendidikan Jasmani juga pada dasarnya merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik dalam upaya mencapai tujuan pendidikan yang ditetapkan dan untuk menjadikan manusia sehat secara utuh karena melibatkan otot-otot. Pendidikan jasmani tidak hanya mencakup aspek motorik saja melainkan aspek-aspek lain seperti kognitif, afektif, dan sosial pun ikut terbina

didalamnya, berbeda halnya dengan mata pelajaran lain yang hanya menekankan salah satu aspek saja. Dengan dikuatkannya beberapa aspek dalam pendidikan jasmani diatas maka secara konseptual pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak dapat terpisahkan dari pendidikan secara utuh.

Permainan bola tangan merupakan salah satu olahraga yang sampai saat ini dapat ditelusuri kebenaran sejarahnya dan telah berusia sangat tua. Menurut Saptani (2009, hlm. 4) “Suatu permainan beregu yang menggunakan bola yang terbuat dari kulit atau sintetis dan cara memainkannya dengan menggunakan tangan dilapangan yang berbentuk persegi dikenal dengan nama permainan bola tangan (handball)”. Sejarah permainan bola tangan yang pertama kali diperkenalkan pada tahun 1890 oleh seorang tokoh gymnastic dari Jerman bernama Konrad Koch.

Permainan ini mirip dengan sepakbola, tapi cara memindahkan bola adalah dengan tangan pemain, bukan kaki dan juga bola yang digunakan lebih kecil dari bola sepak (Supriyadi. 2010, hal. 7). Olahraga ini menuntut adanya kesegaran jasmani yang baik, disiplin kuat dan sportivitas yang tinggi. Dalam permainannya bola tangan dimainkan di atas lapangan dengan panjang 40 meter x 20 meter. Saat berlangsung permainan, masing-masing tim terdiri atas 6 pemain dan 1 penjaga gawang. Waktu yang digunakan adalah 2 x 30 menit. Setiap tim terdiri dari 12 pemain. Namun, hanya 7 pemain yang ada di lapangan termasuk dengan seorang penjaga gawang. Selebihnya adalah pemain pengganti selama permainan tiap regu berusaha memasukan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawangnya sendiri dari tembakan lawan.

Teknik dasar dari suatu permainan sangat diperlukan demi tercapainya keberhasilan, serta tujuan dari suatu cabang olahraga. Begitupun dalam cabang olahraga bola tangan, diharapkan seorang pemain mampu menguasai teknik dasar yang terdiri dari dribbling, passing, dan shooting. Teknik dribbling yaitu upaya pemain untuk membawa bola mendekati daerah pertahanan lawan dengan cara memantulkan bola ke lantai. Teknik passing yaitu upaya memberikan bola kepada teman dengan menggunakan satu atau dua tangan. Teknik shooting atau menembak bola ke gawang. Ketiganya tentu memiliki karakteristik yang berbeda dalam prakteknya dilapangan. Keterampilan teknik sangat penting dalam mencapai prestasi tanpa adanya keterampilan teknik yang baik maka seorang atlet tidak akan mampu menampilkan gaya yang baik dalam suatu cabang olahraga.

Shooting merupakan teknik dasar yang penting dalam bermain bola tangan yang harus dipelajari dan dikuasai karena tingkat keakuratan shooting kedalam gawang akan menentukan kemenangan sebuah pertandingan. Setiap serangan selalu berusaha dapat berakhir dengan tembakan. Oleh karena itu unsur Shooting ini merupakan teknik dasar yang harus dipelajari dengan baik dan benar serta ditingkatkan keterampilannya.

Adapun teknik-teknik dasar shooting menurut Anang Setiawan (2019:38) yaitu: 1) Standing shoot, 2) Jump shoot, 3) Wing shoot, 4) Side shoot, 5) Reverse shoot, 6) Bounce shoot, 7) 7 Meter Throw.

Dari beberapa teknik shooting, peneliti mencoba memaparkan salah satu teknik dasar yang sering dilakukan ketika permainan sedang berlangsung. Salah satu teknik yang sering digunakan dalam permainan bola tangan tersebut yaitu teknik jump shoot. Teknik jump shoot ini sulit dihalangi dan mengecoh pemain bertahan lawan, tembakan ini pun dilakukan dari jarak yang jauh. Jump shoot adalah tembakan yang dilakukan menggunakan dua tangan atau satu tangan yang disertai loncatan.

Ada yang perlu diperhatikan saat melakukan jump shot, yakni pemain harus mulai dari lantai (quick stance) lalu melompat dan menjaga verticality (Kosasih Danny, 2008:51). Dalam melakukan jump shoot, pemain harus melakukan lompatan ke atas untuk memasukkan bola, dimana dalam melakukan lompatan kekuatan otot tungkai sangat berperan. Gerakan yang digunakan dalam olahraga bola tangan melibatkan seluruh alat-alat gerak, baik alat gerak aktif (otot) maupun alat gerak pasif (tulang), tubuh bagian bawah (otot tungkai) dan tubuh bagian atas (otot lengan). Otot tungkai berpengaruh terhadap kemampuan atau hasil tolakan. Fungsi otot tungkai adalah sebagai penopang tubuh serta untuk memberikan dorongan tenaga awalan.

Teknik dribbling (dribble lurus) juga merupakan keterampilan yang harus dikuasai oleh setiap pemain bola tangan. Dribbling merupakan kemampuan yang dimiliki setiap pemain dalam menguasai bola sebelum diberikan kepada temannya untuk menciptakan peluang dalam mencetak gol. Namun pada kenyataannya banyak orang yang hobi bermain bola tangan lupa akan pentingnya keterampilan menggiring bola (dribbling) tersebut. Padahal semakin terampil dalam membawa bola untuk melewati lawan serta dapat mempertahankan dari rebutan lawan akan menghasilkan peluang untuk mencetak gol lebih besar dan dapat mengendalikan permainan.

Apabila keterampilan dribble lurus masih rendah akan menyebabkan sebuah serangan terlambat dilakukan dan bola mudah di rebut oleh pemain lawan saat pemain memegang bola, pada saat melakukan dribble lurus dilakukan posisi tubuh pada tempat yang seharusnya, kurang lincahnya pemain dalam merubah arah sehingga sulit melewati pemain lawan sehingga sebuah seranganpun tidak berjalan dengan baik. bola mudah di rebut pemain lawan, sering gagal dalam menyerang dan gagal dalam mencetak gol.

Berdasarkan pengamatan pelatih siswa Madrasah Tsanawiyah Swasta Madinatul Huda Pagundan khususnya siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler permainan bola tangan, dalam melakukan shooting khususnya jump shoot sering kurang maksimal dan juga sering terjadi kesulitan dalam melakukan gerakan jump shoot, sehingga siswa tersebut dalam bermain susah mencetak gol. Seringnya pemain yang tidak bisa dalam melakukan jump shoot semestinya perlu dicari dan ditelusuri faktor-faktor apa yang menjadi penyebabnya.

Berdasarkan latar belakang di atas maka perlu dilakukan penelitian mengenai "Pengaruh Kekuatan Otot Tungkai dan Kecepatan Dribble Lurus terhadap Hasil Jump shoot Ekstrakurikuler Permainan Bola Tangan pada Siswa Putra Madrasah Tsanawiyah Swasta Madinatul Huda Pagundan".

### **Metode Penelitian**

Dalam suatu penelitian seorang peneliti harus mengetahui jenis data apa saja yang dipakai. Dengan mengetahui jenis data, peneliti akan memperoleh hasil yang relevan terhadap objek yang diteliti sehingga dapat dipercaya. Jenis data dapat diketahui melalui metode penelitian data.

Secara umum tujuan penelitian untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh kekuatan otot tungkai dan kecepatan *dribble* lurus terhadap hasil *jump shoot* ekstrakurikuler permainan bola tangan siswa putra Madrasah Tsanawiyah Swasta Manbaul Huda Pagundan. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif, metode survei dengan teknik pengukuran dan tes. Sedangkan teknik analisis menggunakan pendekatan analisis jalur (*path analysis*) yaitu teknik analisis yang digunakan untuk mempelajari hubungan klausal antara variabel bebas dan variabel tak bebas.

### **Populasi dan Sampel Penelitian**

Menurut Sutrisno Hadi (2000: 182) populasi adalah seluruh penduduk yang dimaksud untuk diselidiki. Dikatakan pula bahwa populasi dibatasi sebagai jumlah penduduk atau individu yang paling sedikit mempunyai satu sifat yang sama. Jadi pengertian di atas mengandung arti, populasi adalah seluruh individu yang akan dijadikan obyek penelitian dan keseluruhan dari individu itu paling tidak harus memiliki sifat yang sama. Sedangkan Sukandarrumidi (2002: 47) menyatakan bahwa populasi adalah keseluruhan objek penelitian baik terdiri dari benda yang nyata, abstrak, peristiwa ataupun gejala yang merupakan sumber data dan memiliki karakter tertentu dan sama.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa putra ekstrakurikuler permainan bola tangan MTs Swasta Manbaul Huda Pagundan yang berjumlah 30 siswa.

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Suharsimi Arikunto, 2010:174). Dalam penelitian ini teknik pengambilan sample adalah *total sampling*, yaitu semua populasi dijadikan sampel, dalam hal ini siswa putra ekstrakurikuler permainan bola tangan MTs Swasta Manbaul Huda Pagundan yang berjumlah 30 siswa.

### **Teknik Analisis Data**

Karena data ini berupa angka, maka menggunakan analisis statistik. Sebelum melakukan uji analisis, terlebih dahulu dilakukan sejumlah uji persyaratan untuk mengetahui kelayakan data. Adapun uji persyaratan tersebut meliputi:

#### **1. Uji normalitas**

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Uji ini biasa digunakan untuk mengukur data berkala ordinal, interval, atau pun rasio. Jika analisis menggunakan metode parametric, maka persyaratan normalitas harus terpenuhi, yaitu data berasal dari distribusi normal (Priyatno, 2010). Untuk menguji data yang diperoleh berdistribusi normal atau tidak digunakan statistik Kolmogorof Smirnov. Jika nilai signifikansi Kolmogorof Smirnov diatas 0,05 maka dikatakan data berdistribusi normal.

#### **2. Uji homogenitas varians**

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah beberapa varian populasi data adalah sama atau tidak. Uji ini dilakukan sebagai prasyarat dalam analisis *Independent Sample T test* dan *One Way ANOVA*. Asumsi yang mendasari dalam analisis varian (ANOVA) adalah bahwa varian dari

populasi adalah sama. Sebagai kriteria pengujian, jika nilai signifikansi lebih dari 0,05 maka dapat dikatakan bahwa varian dari dua atau lebih kelompok data adalah sama (Priyatno, 2010).

### 3. Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linier atau tidak secara signifikan. Uji ini biasanya digunakan sebagai prasyarat dalam analisis korelasi atau regresi linier. Pengujian pada SPSS30 dengan menggunakan *Test for Linearity* pada taraf signifikansi 0,05. Dua variabel dikatakan mempunyai hubungan yang linear bila signifikansi (*Linearity*) kurang dari 0,05.

### 4. Analisis Regresi Linear Berganda

Analisis regresi *linear* berganda adalah hubungan secara *linear* antara dua atau lebih variabel Independen ( $X_1, X_2, \dots, X_n$ ) dengan variabel dependen ( $Y$ ). Analisis ini digunakan untuk memprediksi nilai dari suatu variabel dependen apabila nilai variabel independen mengalami kenaikan atau penurunan dan untuk mengetahui arah hubungan antara variabel independen dan variabel dependen apakah masing-masing variabel independen berhubungan positif atau negatif.

Persamaan Regresi

$$Y' = a + b_1 X_1 + b_2 X_2 + \dots + b_n X_n \text{ (Priyanto, 2010 : 61)}$$

Keterangan :

- $Y'$  = variabel dependen (nilai yang diprediksi)
- $X_1, X_2, \dots, X_n$  = variabel independen
- $a$  = konstanta (nilai  $Y'$  apabila  $X_1, X_2, \dots, X_n = 0$ )

Analisis regresi berganda meliputi:

#### a. Analisis Korelasi Ganda

Digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua atau lebih variabel independen ( $X_1, X_2, \dots, X_n$ ) terhadap variabel dependen ( $Y$ ) secara serentak.

$$R_{y, x_1 x_2} = \sqrt{\frac{(ryx_1)^2 + (ryx_2)^2 - 2 \cdot (ryx_1)(ryx_2)(rx_1 x_2)}{1 - (rx_1 x_2)^2}}$$

Keterangan :

- $R_{y, x_1 x_2}$  = korelasi variabel  $x_1$  dengan  $x_2$  secara bersama-sama dengan  $Y$ .
- $ryx_1$  = korelasi sederhana (*product moment pearson*) antara  $x_1$  dengan  $Y$ .
- $ryx_2$  = korelasi sederhana (*product moment pearson*) antara  $x_2$  dengan  $Y$ .
- $rx_1 x_2$  = korelasi sederhana (*product moment pearson*) antara  $x_1$  dengan  $x_2$ .

Menurut Sugiyono (2007) pedoman untuk memberikan interpretasi koefisien korelasi sebagai berikut:

- 0,00 – 0,199 = sangat rendah.
- 0,20 – 0,399 = rendah.
- 0,40 – 0,599 = sedang.
- 0,60 – 0,799 = kuat.
- 0,80 – 1,000 = sangat kuat.

#### b. Analisis Koefisien Determinasi ( $R^2$ )

Digunakan untuk mengetahui prosentase sumbangan pengaruh variabel independen ( $X_1, X_2, \dots, X_n$ ).

$$R^2 = \sqrt{\frac{(ryx_1)^2 + (ryx_2)^2 - 2 \cdot (ryx_1)(ryx_2)(rx_1 x_2)}{1 - (rx_1 x_2)^2}}$$

Keterangan :

- $R^2$  = koefisien determinasi.
- $ryx_1$  = korelasi sederhana (*product moment pearson*) antara  $x_1$  dengan  $Y$ .
- $ryx_2$  = korelasi sederhana (*product moment pearson*) antara  $x_2$  dengan  $Y$ .
- $rx_1 x_2$  = korelasi sederhana (*product moment pearson*) antara  $x_1$  dengan  $x_2$ .

#### c. Uji koefisien regresi secara bersama-sama (uji F)

Uji ini digunakan untuk mengetahui apakah variabel independen ( $X_1, X_2, \dots, X_n$ ) secara bersama-sama berpengaruh secara signifikan terhadap variabel dependen ( $Y$ ).  $F$  hitung dapat dicari dengan rumus sebagai berikut:

$$F_{hitung} = \frac{R^2 1k}{(1 - R^2)/(n - k - 1)}$$

Keterangan :

$R^2$  = koefisien determinasi.

$k$  = jumlah variabel dependen.

$n$  = jumlah data atau kasus.

- d. Uji koefisien regresi secara parsial (uji T)

Uji ini digunakan untuk mengetahui apakah dalam model regresi variabel dependen ( $X_1, X_2, \dots, X_n$ ) secara parsial berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen ( $Y$ ).

Rumus T hitung :

$$T_{hitung} = \frac{b_i}{S_{b_i}}$$

Keterangan :

$b_i$  = koefisien regresi variabel  $i$

$S_{b_i}$  = standar error variabel  $i$ .

## Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini dilaksanakan di MTs Swasta Madinatul Huda Pagundan Kecamatan Oleced Kabupaten Kuningan pada hari Sabtu tanggal 05 September 2019. Subyek dalam penelitian ini adalah siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler permainan bola tangan MTs Swasta Madinatul Huda Pagundan.

Hasil analisis deskriptif Kekuatan Otot Tungkai ( $X_1$ ), Kecepatan *Dribble* Lurus ( $X_2$ ) dan Hasil *Jump shoot* ( $Y$ ) terangkum dalam Tabel 4.4 berikut:

**Tabel 1**  
**Deskriptif Data Kekuatan Otot Tungkai ( $X_1$ ), Kecepatan *Dribble* Lurus ( $X_2$ ) dan Hasil *Jump shoot* ( $Y$ )**

**Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maksimum	Mean	Std. Deviation
X1	30	30,00	71,00	55,9667	9,91510
X2	30	4,00	7,00	4,7667	,89765
Y	30	10,00	25,00	16,8667	3,68345
Valid N	30				

Sumber : Hasil Analisis dan Penelitian (2019)

Seperti dalam Tabel 1 diatas, terlihat bahwa rata-rata kekuatan otot tungkai adalah 55,97 dengan kekuatan otot tungkai tertinggi 71,00 dan terendah 30,00. Rata-rata kecepatan *dribble* lurus sebesar 4,77 dengan data tertinggi sebesar 7,00 dan terendah 4,00. Rata-rata hasil *jump shoot* memperoleh nilai sebesar 16,87 dengan hasil tertinggi 25,00 dan terendah 10,00.

### Uji Persyaratan Analisis

Pengujian prasyarat analisis dilakukan sebelum melakukan analisis data. Pengujian yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji normalitas, uji homogenitas dan uji linieritas serta analisis regresi linear berganda. Hasil uji prasyarat analisis disajikan berikut ini:

1. Uji Normalitas

Uji normalitas data digunakan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh berdistribusi normal atau tidak. Uji ini menggunakan uji *kolmogorof Smirnovtest* dengan dasar pengambilan keputusan bahwa data berdistribusi normal apabila nilai signifikansi (Sig.) lebih besar dari 0,05. Sebaliknya, jika nilai

signifikansi (Sig.) lebih kecil dari 0,05 maka data penelitian tidak berdistribusi normal. Hasil uji normalitas data pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

**Tabel 2**  
**Hasil Uji Normalitas Data**  
**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		X1	X2	Y
N		30	30	30
Normal Parameters a,b	Mean	55,9667	4,7667	16,8667
	Std. Deviation	9,9151	,89763	3,68345
Most Extreme Differences	Absolute	,125	,303	,126
	Positive	,089	,303	,126
	Negative	-,125	-,197	-,107
Kolmogorov-Smirnov Z		,125	,303	,126
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 c,d	,000 c	,200 c,d

- a. Test distribution is Normal.
  - b. Calculated from data.
  - c. Lilliefors Significance Correction.
  - d. This is a lower bound of the true significance.
- Sumber : Hasil Analisis dan Penelitian (2019)

Berdasarkan Tabel 2 diatas diketahui bahwa harga *kolmogorof SmirnovZ* untuk variabel kekuatan otot tungkai ( $X_1$ ) adalah 0,125 dengan *asymptood* signifikansi sebesar 0,200, untuk variabel kecepatan *dribble* lurus ( $X_2$ ) adalah 0,303 dengan *asymptood* signifikansi sebesar 0,000, untuk variabel hasil *jump shoot* (Y) adalah 0,126 dengan *asymptood* signifikansi 0,200. Karena harga *asymptood* signifikansi untuk variabel  $X_2$  lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa dari ketiga variabel tersebut hanya dua data yang berdistribusi normal yaitu variabel kekuatan otot tungkai ( $X_1$ ) dan hasil *jump shoot* (Y).

## 2. Uji homogenitas varians

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah beberapa varian populasi data adalah sama atau tidak. Uji ini dilakukan sebagai prasyarat dalam analisis *IndependentSampleT test* dan *One Way ANOVA* (Priyanto, 2010). Uji ini menggunakan rumus chi-kuadrat dengan kriteria bahwa data dinyatakan homogen apabila harga  $\chi^2$  hitung memiliki signifikansi lebih besar dari 0,05. Hasil perhitungan uji homogenitas varians data pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

**Tabel 3**  
**Hasil Uji Homogenitas Varians**  
**Test Statistics**

	X1	X2	Y
Chi-Square	4,667 <sup>a</sup>	13,467 <sup>a</sup>	17,600 <sup>a</sup>

df	19	3	13
Asymp. Sig.	1,000	,004	,173

Sumber : Hasil Analisis dan Penelitian (2019)

Dari Tabel 3 diperoleh nilai Chi-Square untuk kekuatan otot tungkai ( $X_1$ ) sebesar 4,667 dengan nilai signifikansi 1,000, untuk kecepatan *dribble* lurus ( $X_2$ ) sebesar 13,467 dengan nilai signifikansi 0,004 dan untuk hasil *jump shoot* ( $Y$ ) sebesar 17,600 dengan nilai signifikansi 0,173. Karena nilai signifikansi kecepatan *dribble* lurus ( $X_2$ ) tidak lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan dari ketiga variabel tersebut hanya dua data yang memiliki varians sama yaitu kekuatan otot tungkai ( $X_1$ ) dan hasil *jump shoot* ( $Y$ ).

### 3. Uji Linieritas

Tujuan uji linieritas adalah untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat linier atau tidak secara signifikan. Untuk menguji linieritas menggunakan pengujian pada SPSS dengan menggunakan *TestforLinearity* pada taraf signifikansi 0,05. Dua variabel dikatakan mempunyai hubungan yang linear bila signifikansi (*Deviation from Linearity*) lebih besar dari 0,05.

**Tabel 4**  
**Hasil Uji Linearitas Y\*X1**  
**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Y*X1	Between Groups	(Combined)	339,300	19	17,858	3,297	,029
		Linearity	11,474	1	11,474	2,118	,176
		Deviation from Linearity	327,826	18	18,213	3,362	,027
Within Groups			54,167	10	5,417		
Total			393,467	29			

**Tabel 5**  
**Hasil Uji Linearitas Y\*X2**  
**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Y*X2	Between Groups	(Combined)	22,233	3	7,411	,519	,673
		Linearity	0,049	1	0,049	,003	,954
		Deviation from Linearity	22,185	2	11,092	,777	,470
Within Groups			371,233	26	14,278		
Total			393,467	29			

Dari Tabel 4 dan Tabel 5 diperoleh bahwa nilai signifikansi pada deviation from linierity untuk kekuatan otot tungkai ( $X_1$ ) sebesar 0,027 dan kecepatan *dribble* lurus ( $X_2$ ) sebesar 0,470. Karena nilai signifikansi untuk masing-masing variabel bernilai lebih dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa antara kekuatan otot tungkai dan kecepatan *dribble* lurus memiliki hubungan yang linear dengan hasil *jump shoot*.

#### 4. Analisis Regresi Linear Berganda

Analisis ini digunakan untuk memprediksikan nilai dari suatu variabel dependen apabila nilai variabel independen mengalami kenaikan atau penurunan dan untuk mengetahui arah hubungan antara variabel independen dan variabel dependen apakah masing-masing variabel independen berhubungan positif atau negatif. Analisis ini meliputi analisis korelasi ganda, analisis determinasi, uji koefisien regresi secara bersama-sama dan uji regresi secara parsial. Setelah data hasil penelitian dianalisis menggunakan SPSS diperoleh tabel seperti berikut:

**Tabel 6**  
**Uji Analisis Regresi Berganda**  
**Variables Entered/Removed<sup>a</sup>**

Model	Variabels Entered	Variables Removed	Method
1	X2,X1 <sup>b</sup>	.	Enter

a. Dependent Variabel : Y.

b. All requested variables entered.

Tabel 6 diatas memberikan informasi tentang variabel penelitian serta metode yang digunakan dalam analisis regresi. Adapun variabel independent yang dipakai dalam analisis ini adalah  $X_1$  dan  $X_2$ . Sementara variabel dependent adalah variabel Y. Analisis regresi menggunakan metode Enter. Tidak ada variabel yang dibuang sehingga pada kolom Variables Removed tidak ada angkanya atau kosong.

#### a. Analisis Korelasi Ganda (R)

Analisis korelasi ganda digunakan untuk mencari besarnya hubungan dan kontribusi dua variabel bebas (X) atau lebih secara bersama-sama dengan variabel terikat (Y).

**Tabel 7**  
**Korelasi Ganda (R)**  
**Model Summary<sup>b</sup>**

Model	R	R square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,172 <sup>a</sup>	,029	-,042	3,76087

Berdasarkan Tabel 7 diatas diperoleh nilai korelasi ganda (R) sebesar 0,172. Menurut Sugiyono (2007) pedoman untuk memberikan interpretasi koefisien korelasi sebagai berikut: 1) 0,00 – 0,199 = sangat rendah, 2) 0,20 – 0,399 = rendah, 3) 0,40 – 0,599 = sedang, 4) 0,60 – 0,799 = kuat, dan 5) 0,80 – 1,000 = sangat kuat. Karena nilai korelasi ganda berada diantara 0,00 – 0,199 maka dapat disimpulkan bahwa terjadinya hubungan sangat rendah antara kekuatan otot tungkai dan kecepatan *dribble* lurus terhadap hasil *jump shoot* permainan bola tangan.

#### b. Analisis Koefisien Determinasi ( $R^2$ )

Koefisien determinasi digunakan untuk mengetahui presentase sumbangan pengaruh yang diberikan variabel bebas terhadap variabel terikat.

Berdasarkan Tabel 4.10 output SPSS “Model Summary” diatas. Nilai R Square 0,029 ini berasal dari pengkuadratan nilai koefisien korelasi atau R, yaitu  $0,172 \times 0,172 = 0,029$ . Besarnya angka R Square adalah 0,029 atau sama dengan 2,9%. Angka tersebut mengandung arti bahwa variabel kekuatan otot tungkai ( $X_1$ ) dan variabel kecepatan *dribble* lurus ( $X_2$ ) berpengaruh terhadap hasil *jump shoot* (Y) sebesar 2,9%.

c. Uji koefisien regresi secara bersama-sama (Uji F)

Uji F digunakan untuk mengetahui apakah variabel bebas secara bersama-sama berpengaruh secara signifikan terhadap variabel terikat.

**Tabel 8**  
**Koefisien Regresi Secara Bersama-sama (Uji F)**  
**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Square	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	11,576	2	5,788	,409	,668 <sup>b</sup>
	Residual	381,891	27	14,144		
	Total	393,467	29			

Berdasarkan Tabel 8 diketahui nilai  $F_{hitung}$  adalah sebesar 0,409. Karena nilai  $F_{hitung}$   $0,409 < 3,34$ , maka dapat diambil kesimpulan variabel kekuatan otot tungkai ( $X_1$ ) dan variabel kecepatan *dribble* lurus ( $X_2$ ) secara bersama-sama tidak berpengaruh terhadap hasil *jump shoot* (Y).

Berdasarkan Tabel 4.11 diketahui nilai Sig. adalah 0,668, karena nilai Sig.  $0,668 > 0,05$ , maka dapat diambil kesimpulan kekuatan otot tungkai ( $X_1$ ) dan kecepatan *dribble* lurus ( $X_2$ ) tidak berpengaruh secara bersama-sama terhadap hasil *jump shoot* (Y)

d. Uji koefisien regresi secara parsial (Uji T)

**Tabel 9**  
**Koefisien Regresi Secara Parsial (Uji T)**  
**Coefficient**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	13,581	5,077		2,675	,013
X1	,064	,071	,173	,903	,375
X2	-,067	,788	-,016	-,085	,933

Tabel 9 memberikan informasi tentang persamaan regresi linear berganda dan ada tidaknya pengaruh variabel bebas secara parsial. Adapun persamaan regresi dalam analisis atau penelitian ini adalah sebagai berikut:

$$Y' = 13,581 + 0,064 - 0,067$$

Uji T bertujuan untuk mengetahui apakah variabel bebas atau variabel independen (X) secara parsial (sendiri-sendiri) berpengaruh terhadap variabel terikat atau variabel dependen (Y).

1) Uji t kekuatan otot tungkai ( $X_1$ )

Uji t pertama dilakukan untuk mengetahui apakah ada pengaruh kekuatan otot tungkai ( $X_1$ ) terhadap hasil *jump shoot* (Y). Uji t dapat diketahui berdasarkan:

a) Nilai Signifikansi (Sig.)

Berdasarkan Tabel 4.12 Coefficient diketahui nilai Sig. variabel kekuatan otot tungkai ( $X_1$ ) adalah sebesar 0,375. Karena nilai Sig.  $0,375 > 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh variabel  $X_1$  terhadap hasil *jump shoot* (Y).

b) Perbandingan nilai  $t_{hitung}$  dengan  $t_{tabel}$

Berdasarkan Tabel 4.12 Coefficient diketahui nilai  $t_{hitung}$  variabel kekuatan otot tungkai ( $X_1$ ) adalah sebesar 0,903. Karena nilai  $t_{hitung}$   $0,903 < t_{tabel}$  2,051, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh kekuatan otot tungkai ( $X_1$ ) terhadap hasil *jump shoot* (Y).

2) Uji t kecepatan *dribble* lurus ( $X_2$ )

Uji t kedua dilakukan untuk mengetahui apakah ada pengaruh kecepatan *dribble* lurus ( $X_2$ ) terhadap hasil *jump shoot* (Y). uji t dapat diketahui berdasarkan:

a) Nilai signifikansi (Sig.)

Berdasarkan Tabel 4.12 Coefficient diketahui nilai Sig. variabel kecepatan *dribble* lurus ( $X_2$ ) adalah sebesar 0,933. Karena nilai Sig.  $0,933 > 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh variabel  $X_2$  terhadap hasil *jump shoot* (Y).

b) Perbandingan nilai  $t_{hitung}$  dengan  $t_{tabel}$

Berdasarkan Tabel 4.12 Coefficient diketahui nilai  $t_{hitung}$  variabel kecepatan *dribble* lurus ( $X_2$ ) adalah sebesar -0,085. Karena nilai  $t_{hitung}$   $-0,085 < t_{tabel}$  2,051, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh kekuatan otot tungkai ( $X_1$ ) terhadap hasil *jump shoot* (Y).

## Pembahasan

Pada hasil pengujian Uji Normalitas diketahui bahwa nilai Sig. variabel kekuatan otot tungkai ( $X_1$ ) sebesar 0,200, nilai Sig. kecepatan *dribble* lurus ( $X_2$ ) sebesar 0,000 sedangkan nilai Sig. hasil *jump shoot* (Y) sebesar 0,200. Berdasarkan pengambilan keputusan dalam Uji Normalitas K-S bahwa data penelitian dikatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi (Sig.) lebih besar dari 0,05. Maka dapat diambil kesimpulan seperti pada Tabel 10 berikut:

**Tabel 10 Kesimpulan Uji Normalitas**

Variabel	Sig.	Kesimpulan
Kekuatan otot tungkai ( $X_1$ )	0,200	Normal
Kecepatan <i>dribble</i> lurus ( $X_2$ )	0,000	Tidak Normal
Hasil <i>jump shoot</i> (Y)	0,200	Normal

Hasil pengujian Uji Homogenitas varians diketahui bahwa nilai Sig. variabel kekuatan otot tungkai ( $X_1$ ) sebesar 1,000, nilai Sig. kecepatan *dribble* lurus ( $X_2$ ) sebesar 0,004 sedangkan nilai Sig. hasil *jump shoot* (Y) sebesar 0,173. Berdasarkan pengambilan keputusan dalam Uji homogenitas varians dikatakan bahwa varians dari dua atau lebih kelompok populasi data adalah tidak sama (tidak homogen) apabila nilai signifikansi (Sig.) lebih kecil dari 0,05. Sebaliknya dikatakan bahwa varians dari dua atau lebih kelompok populasi data adalah sama (homogen) apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Maka dapat diambil kesimpulan seperti pada Tabel 11 berikut:

**Tabel 11 Kesimpulan Uji Homogenitas Varians**

Variabel	Sig.	Kesimpulan
----------	------	------------

Kekuatan otot tungkai (X <sub>1</sub> )	1,000	Homogen
Kecepatan <i>dribble</i> lurus (X <sub>2</sub> )	0,004	Tidak Homogen
Hasil <i>jump shoot</i> (Y)	0,173	Homogen

Hasil pengujian Uji Linieritas diketahui nilai Sig. variabel bebas kekuatan otot tungkai (X<sub>1</sub>) dengan variabel terikat hasil *jump shoot* (Y) sebesar 0,027, sedangkan nilai Sig. variabel bebas kecepatan *dribble* lurus (X<sub>2</sub>) dengan variabel terikat hasil *jump shoot* (Y) sebesar 0,470. Berdasarkan pengambilan keputusan dalam Uji Linieritas dikatakan bahwa ada hubungan yang linear secara signifikan antara variabel bebas dan variabel terikat apabila nilai Deviation from Linearity Sig. lebih besar dari 0,05. Sebaliknya, tidak ada hubungan yang linear secara signifikan antara variabel bebas dan variabel terikat apabila nilai Deviation from Linearity Sig. lebih kecil dari 0,05. Maka dapat diambil kesimpulan seperti pada Tabel 12 berikut:

**Tabel 12 Kesimpulan Uji Linieritas**

Variabel	Sig.	Kesimpulan
X <sub>1</sub> *Y	0,027	Linear
X <sub>2</sub> *Y	0,470	Linear

Hasil pengujian analisis korelasi ganda diperoleh nilai korelasi ganda (R) sebesar 0,172. Karena nilai interpretasi koefisien korelasi antara 0,00 – 0,199 maka dapat disimpulkan bahwa terjadi hubungan sangat rendah antara kekuatan otot tungkai dan kecepatan *dribble* lurus terhadap hasil *jump shoot*.

Hasil pengujian analisis koefisien determinasi diperoleh nilai R Square sebesar 0,029 atau sama dengan 2,9%. Angka tersebut mengandung arti bahwa variabel kekuatan otot tungkai (X<sub>1</sub>) dan variabel kecepatan *dribble* lurus (X<sub>2</sub>) berpengaruh terhadap hasil *jump shoot* (Y) sebesar 2,9%. Sedangkan sisanya (100%-2,9%=97,1%) dipengaruhi oleh variabel lain diluar persamaan regresi ini atau variabel yang tidak diteliti.

Hasil pengujian Uji F diketahui nilai F<sub>hitung</sub> sebesar 0,409 dan nilai Sig. sebesar 0,668. Karena F<sub>hitung</sub> lebih kecil dari F<sub>tabel</sub> (0,409 < 3,34) dan nilai Sig. lebih besar dari 0,05 (0,668 > 0,05), maka dapat diambil kesimpulan kekuatan otot tungkai (X<sub>1</sub>) dan kecepatan *dribble* lurus (X<sub>2</sub>) tidak berpengaruh secara bersama-sama terhadap hasil *jump shoot* (Y).

Hasil Uji T untuk masing-masing variabel dapat dilihat pada Tabel 13 berikut:

**Tabel 13 Uji T**

Korelasi	Nilai Sig. > 0,05	T <sub>hitung</sub> < T <sub>tabel</sub>
Kekuatan otot tungkai terhadap hasil <i>jump shoot</i>	0,375 > 0,05	0,903 < 2,051
Kecepatan <i>dribble</i> lurus terhadap hasil <i>jump shoot</i>	0,933 > 0,05	-0,085 < 2,051
Kesimpulan	Tidak berpengaruh secara parsial	

## Kesimpulan

Berdasarkan pada hasil dan pembahasan pada bagian sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Tidak terdapat pengaruh positif kekuatan otot tungkai terhadap hasil *jump shoot* pada permainan bola tangan. Hal ini dapat dilihat dari hasil pengujian pada analisis regresi berganda hasil pengujian pada analisis regresi berganda. Artinya hipotesis pertama ditolak.
2. Tidak terdapat pengaruh positif kecepatan *dribble* lurus terhadap hasil *jump shoot* pada permainan bola tangan. Hal ini dapat dilihat dari hasil pengujian pada analisis regresi linear berganda. Artinya hipotesis kedua ditolak.

Tidak terdapat pengaruh positif kekuatan otot tungkai, kecepatan *dribble* lurus terhadap hasil *jump shoot* pada permainan bola tangan. Artinya hipotesis ketiga ditolak.

## Bibliografi

- Anang Setiawan. (2019). *Permainan Bola Tangan*. Bandung. CV Buku Langka Indonesia
- Anang Wijayanto. (2009). *Pengembangan Kegiatan Ekstrakurikuler*. Jakarta : Depdikbud.
- Cholid Narbuko, H. Abu Achmadi .(2010).*Metodelogi Penelitian*. Jakarta : PT Bumi Aksara.
- Muhajir.(2007). *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*. Bandung: Erlangga.
- Ngatman.(2001). *Tes dan Pengukuran*. Yogyakarta : FIK UNY.
- Novit Saputra. (2013). *Pengaruh Kekuatan Otot Tungkai, KecepatanLari Dan Ketepatan Tendangan Terhadap HasilTendangan Kearah Gawang Pada Klub SepakBola Persilang Divisi Ii Liga Jepara*.(Skripsi). Universitas Negeri Semarang.
- Nugroho Fadli (2014). *Hubungan Daya Ledak (Power) Otot Tungkai Dengan Kemampuan Jump Shoot Pada Permainan Bola Basket Di Smp Negeri 1 Curup Timuri*. (Skripsi). Universitas Bengkulu.
- Nurhasan. (2001). *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani : Prinsipprinsip dan Penerapannya*. Jakarta: Direktorat Jendral Olahraga.
- Nuvanda Eka Safitri. (2013). *Pengaruh Jump Shoot Didahului Dribble DanPassing Terhadap Hasil Jump Shoot PadaTim O2sn Bolabasket Putra Smk KotaPekalongan Tahun 2013*. (Skripsi).Universitas Negeri Semarang.
- Santiko Efriyan (2010). *Pengaruh Latihan Jump Shoot Didahului DenganOperan Dan Jump Shoot Didahului Dengan DribbleTerhadap Hasil Jump Shoot Bagi Siswa EkstrakurikulerBola Basket Putra Sma Negeri 1 Bae Kudus Tahun 2010*.(Skripsi). Universitas Semarang.
- Setiawan A, Yudiana Y, Rahmat A (2018). *Pengaruh Pembelajaran Bola Tangan Terhadap Perilaku Sosial Siswa*.Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sugiyono.(2012). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. (2010). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Sutrisno Hadi. 2000. *Statistik 1* .Yogyakarta : Andi Offset
- Vinsensius Budi Wicaksono. (2013). *Kemampuan Power Otot Tungkai, Kekuatan OtotTungkai, Dan Kelincahan Siswa Yang MengikutiEkstrakurikuler Sepakbola Dan FutsalDi Smp Negeri 3 Godean*. (Skripsi).Universitas Negeri Yogyakarta.
- Yulita.(2016). *Pengembangan Permainan Bola Tangan Gawang PantulUntuk Pembelajaran Penjasorkes*.Kalimantan Barat.STKIP Melawi-Entikong.