

## ABSTRAK

Rizal, Khoirul. 2020. Hubungan *Power* tungkai, Tinggi Badan dan Panjang Lengan terhadap *Lay Up* Bola Basket Siswa SMK Negeri 8 Surabaya. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Surabaya. pembimbing: Dr.Sumardi, M.Kes.

Kata Kunci : *power* tungkai, tinggi badan, panjang lengan, *lay up*.

Bola basket adalah salah satu permainan dalam cabang olahraga bola besar. Permainan ini dimainkan oleh 2 tim yang saling berhadapan, tiap tim terdiri dari 5 orang. Hal yang menarik dalam permainan ini yaitu saat melakukan serangan *fast break* yaitu serangan cepat dengan menggunakan *lay up shoot*.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *power* tungkai, tinggi badan dan panjang lengan terhadap *lay up* bola basket siswa SMK Negeri 8 Surabaya. Penelitian ini menggunakan tiga variabel bebas dan satu variabel terikat. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa SMK Negeri 8 Surabaya yang berjumlah 130 siswa. Dan sampel yang digunakan peneliti yaitu 33 siswa. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Teknik pengambilan data dengan cara mengukur *power* tungkai dengan menggunakan *vertical jump*, tinggi badan menggunakan alat ukur *mirotoice*, panjang lengan dengan alat pita ukur dan *lay up* menggunakan keterampilan *lay up*. Teknik analisa data dalam penelitian ini menggunakan korelasi *product moment*.

Hasil penelitian yang ditemukan dalam penelitian ini antara *power* tungkai dengan *lay up*  $r_{hit}$  sebesar 0,417. Hubungan yang kedua antara tinggi badan dengan *lay up*  $r_{hit}$  sebesar 0,816. Hubungan yang ketiga antara panjang lengan dengan *lay up*  $r_{hit}$  sebesar 0,642. Hubungan yang keempat antara *power* tungkai, tinggi badan dan panjang lengan dengan *lay up* sebesar  $r_{hit}$  0,817. Uji keberartian korelasi tersebut dengan mengkonsultasikan pada  $r$  hitung dengan  $r$  tabel pada  $\alpha = 5\%$  dengan  $N = 33$  diperoleh  $r$  tabel sebesar 0,344. Apabila nilai  $r_{hit}$  lebih besar pada  $r_{tab}$ , maka  $H_0$  diterima dan  $H_0$  ditolak, artinya ada hubuangan antara tiga variable bebas terhadap satu variabel terikat.

## ABSTRACT

Rizal, Khoirul. 2020. The Relationship between Leg Power, Height and Arm Length to Basketball Student Lay Up in SMK Negeri 8 Surabaya. Faculty of Teacher Training and Education. Surabaya. nursery: Dr.Sumardi, M. Kes.

Keywords: leg power, height, arm length, lay up.

Basketball is a game in the big ball sport. This game is played by 2 teams facing each other, each team consisting of 5 people. The interesting thing in this game is when doing fast break attacks, namely fast attacks using lay-up shoots.

The purpose of this study was to determine the relationship of leg power, height and arm length to the basketball lay up of students of SMK Negeri 8 Surabaya. This study uses three independent variables and one dependent variable. The population used in this study were 130 students of SMK Negeri 8 Surabaya. And the sample used by researchers is 33 students. The method used in this research is quantitative research methods. Data collection techniques by measuring the power of the legs by using a vertical jump, height using a mirotoice measuring instrument, arm length with a tape measure and lay-up using lay-up skills. Data analysis techniques in this study used product moment correlation.

The results of the study found in this study between leg power with lay up rhit of 0.417. The second relationship between height and lay-up height was 0.816. The third relationship between arm length and lay-up ratio was 0.642. The fourth relationship between leg power, height and arm length with a lay-up of 0.817 rhit. Test the significance of the correlation by consulting the r count with r table at  $\alpha = 5\%$  with  $N = 33$  obtained r table of 0.344. If the value of rhit is greater in rtab, then  $H_a$  is accepted and  $H_0$  is rejected, meaning that there is a relationship between the three variables that are independent of one dependent variable. The readers of this thesis should provide criticisms and suggestions so that researchers can make further research even better.