**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KEMAMPUAN**

**TEKNIK DASAR DALAM PERMAINAN BOLA**

**BASKET SMA NEGERI 2 MAKASSAR**

**(Awaluddin, Drs. Masjumi Nur, M.Pd, Dr. Irfan, M.Pd.)**

**ABSTRAK**

**Awaluddin. 2018.** *Hubungan Status Gizi terhadap Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket SMA Negeri 2 Makassar.* Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan rekreasi. Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar, di bimbing oleh Drs. Masjumi Nur, M.Pd (Pembimbing I) dan Dr. Irfan, M.Pd (Pembimbing II).

Penelitian bertujuan untuk mengetahui tingkat status gizi dan kemampuan teknik dasar bola basket SMA Negeri 2 Makassar dan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara status gizi dan kemampuan teknik dasar bola basket SMA Negeri 2 Makassar. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dan korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMA Negeri 2 makassar yang memiliki tingkat usia yang sama, yaitu 16-19 tahun dengan jumlah sampel 30 siswa dan pengambilan sampel yaitu mengunakan *sampling purpossive* atau teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu. Dari hasil penelitian menunjukkan hasil Status Gizi siswa SMA Negri 2 Makassar adalah tingkat status gizi berkategori sangat kurus sebanyak 4 siswa atau 14%, berkategori kurus sebanyak 5 siswa atau 17%, berkategori normal sebanyak 19 siswa atau 63%, berkategori gemuk sebanyak 1 siswa atau 3% dan berkategori sangat gemuk 1 siswa atau 3%. Secara umum tingkat Status Gizi siswa SMA Negeri 2 Makssar adalah dominan berkategori cukup. Sedangkan kemampuan teknik dasar bola basket siswa SMA Negeri 2 Makassar dalam kategori baik (0%), cukup (14%) atau 4 siswa, sedang (66%) atau 20 siswa, kurang (20%) atau 6 siswa. Secara umum kemampuan teknik dasar bola basket siswa SMA Negeri 2 Makassar adalah dominan berkategori sedang. Hanalisis deskriptif menunjukkan bahwa data hubungan status gizi terhadap kemampuan tenik asar bola basket SMA Negeri 2 Makassar. Status gizi, diperoleh total nilai rata-rata (mean) 20.55, data minimal 15.10, data maksimal 28.30, dengan range 13.20, dan Standar deviasi 2, 97. Sedangkan Teknik dasar bola basket, diperoleh total nilai rata-rata (mean) 147.49, data minimal 120.74, data maksimal 182.39, dengan range 61.55, dan standar deviasi 15.05.

Hasil analisis untuk menerima dan menolak Ho dengan bantuan nilai signifikan, jika nilai sig kurang 5% maka Ho ditolak, sebaliknya diterima. Dari hasil analisis data diperoleh sig. = 0,000 kurang dari 5% berarti Ho ditolak dan Ha menerima. Jadi ada korelasi atau hubungan antara data status gizi dan data kemampuan dasar bola basket. Dengan nilai korelasi kedua variabel tersebut r = 0,480. Hal ini menunjukkan interprestasi nilai yang sedang.

**BAB I**

**PENDAHULUAN**

1. **Latar Belakang**

Pada zaman sekarang yaitu abad ke-21 dimana zaman sekarang sudah modrn dan perkembangan kehidupan manusia sudah mengalami kemajuan baik teknologi,informasi dan komunikasi, sehingga kehidupan manusia khusus nya tingkat pelajar yaitu SMA mengalami akibat dari modrenisai ini baik positif dan negatifnya. Dampak negative yang terjadi di tingkat SMA yaitu pola hidup yang kurang sehat baik dari makanan dan pola istirahat. Siswa SMA di zaman sekarang sebagian besar menyukai makanan cepat saji atau junkfood, dan pola istirahat yang kurang karena akibat moderenisasi, sehingga perkembangan baik fisik maupun otak siswa SMA kurang baik. Siswa SMA khususnya yang mempunyai hobi atau bakat olahraga seperti basket misalnya, baiknya memperhatikan asupan gizi dan pola istirahatnya agar dalam proses perkembangan bakat melalui latihan dapan berkembanga dengan baik, hal ini tidak lepas dari pengetahuan siswa yang harus menganggap pendidikan jasmani itu penting dan tidak bisa di sepelekan.

1. **Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas , maka dapat di kemukakan rumusan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana gambaran status gizi pada siswa SMA Negeri 2 Makassar?
2. Bagaiama gambaran kemampuan teknik dasar dalam permainan bola basket pada siswa SMA Negeri 2 Makassar?
3. Apakah ada hubungan antara status gizi dengan kemapuan teknik dasar dalam permainan bola basket pada siswa SMA Negeri 2 Makassar?
4. **Tujuan Peneilitian**

Menurut Sutisno Hadi (1983 : 5) bahwa penilitian pada umumnya bertujuan untuk menemukan, mengembangkan atau menguji kebenaran suatu pengetahuan. Jadi dengan penelitian kita dapat mengetahui benar dari tujuan penelitian yang peniliti lakukan yaitu:

1. Untuk mengetahui gambaran status gizi pada siswa SMA Negeri 2 Makassar
2. Untuk mengetahui gambaran kemampuan teknik dasar dalam permainan bola basket pada siswa SMA Negeri 2 Makassar
3. Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara status gizi dengan kemampuan teknik dasar dalam permainan bola basket.
4. **Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dari penelitian sebagai berikut :

1. Bila hipotesis teruji, maka diharapkan guru-guru olahraga dan pelatih bola basket memperhatikan dengan menjelaskan pentingnya asupan gizi untuk peningkatan kemampuan teknik dasar dalam perainan bola basket.
2. Bila diketahui informasi tentang hubungan status gizi dengan kemampuan teknik dasar dalam permainan bola basket , dapat digunakan sebagai acuan guru-guru olahraga dan pelatih bola basket dalam melatih.
3. Bila terbukti adanya hubunga antara status gizi dengan kemapuan teknik dasar dalam permainan bola basket ini, hendaknya dapat dijadikan bahan pertimbangan dan acuan dalam mengambil keputusan bagi para Pembina bola basket dan diharapkan menanmbah pengetahuan olahraga serta memberikan sumbangan fikiran kepada guru-guru olahraga dan pelatih guna meningkatkan prestasi bola basket.

**BAB II**

**LANDASAN TEORI KERANGKA BERFIKIR DAN HIPOTESIS**

1. **Landasan Teori**

Pada bab ini peneliti akan menguraikan landasan-landasan yang bersifat teoritis yang digunakan sebagai dasar dalam memecahkan segala persoalan dalam suatu penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Jelasnya dalam landasan ini merupakan langkah pertama terhadap pemecahan suatu masalah.

1. **Pengertian Gizi**

Dalam pembahasan tentang status gizi, ada tiga konsep yang harus dipahami. Ketiga konsep ini saling berkaitan antara satu dengan yang lainnya. Konsep tersebut menurut Suhardjo ( 1990 ) yaitu proses dari organisme dalam menggunakan bahan makanan melalui proses pencernaan, penyerapan, transportasi, penyimpanan metabolism dan pembuangan untuk pemeliharaan hidup, pertumbuhan, fungsi organ tubuh dan produksi energy.

1. **Pengertian Status Gizi**

Menurut Suhardjo ( 1983 ), status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat dari pemakaian, penyerapan, dan penggunaan makanan. Makanan yang memenuhi gizi tubuh, umunya membawa ke status gizi memuaskan. Sebaliknya jika kekurangan atau kelebihan zat gizi esensial dalam makanan untuk jangka waktu yang lama disebut gizi salah. Manifestasi gizi salah dapat berupa gizi kurang dan gizi lebih ( Supariasa, 2004 )..

1. Indeks Massa Tubuh (IMT)

Indeks massa tubuh ( IMT ) bekaitan dengan status gizi karena dari hasil perhitungan ( IMT ) dapat diketahui berat badan ideal seseorang apakah termasuk berat badan yang sehat atau tidak. Angka indeks massa tubuh atau dalam bahasa inggris Body massa Index ( BMI ) digunakan untuk menunjukkan kategori berat badan seseorang apakah sudah proporsional atau belum melalui IMT. Seseorang akan tahu apakah berat badan badannya termasuk kategori normal, kelebihan, atau justru kekurangan, ini tidak jauh untuk mengetahui status gizi seseorang dari hasil IMT.

IMT = BB/ (TB)2

Keterangan :

BB : Berat Badan

TB : Tinggi Badan (satuan cm)

Tabel II-1 Berikut tabel kateogri IMT :

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| No. | Kategori | IMT |
| 1 | Sangat kurus | < 17,0 |
| 2 | Kurus | 17,0 – 18,5 |
| 3 | Normal | >18,5 – 25,0 |
| 4 | Gemuk | >25,0 – 27,0 |
| 5 | Sangat gemuk | >27,0 |

Sumber : Depkes, 1994. *Penilaian status gizi,* Jakarta. Hlm, 72

Dari pemaparan tentang IMT diatas kita dapat mengingat banyaknya keuntungan memiliki berat badan ideal, pengetahuan mengenai indeks massa tubuh masih layak untuk dipertahankan terutama sebagai kontrol pada asupan gizi yang masuk jangan kuran dan jangan kelebihan, pastikan juga pola makan yang sehat dan olahraga yang teratur.

1. Penilaian Status Gizi

Penilaian status gizi dari suatu kelompok individu atau masyarakat perlu memperhatikan dua masalah dasar, yaitu: pertama, memeriksa bagaimana hubungan antara tingkat hidup keluarga dengan status gizi masyarakat. Kedua, masalah tingkat gizi secara individu atau perseorangan. Di dalam menilai keadaan gizi tersebut perlu memperoleh keterangan – keterangan melalui penyelidikan yang dapat digolongkan atas dua cara baik secara langsung dan tidak langsung.

1. **Sejarah Bola Basket**

Basket dianggap sebagai olahraga unik karena diciptakan tidak sengaja oleh seorang pastor. Pada tahun 1891, Dr. James Naismith, seorang pastor asal kanada yang mengajar disebuah fakultas untuk para mahasiswa profesional di YMCA ( sebuah wadah pemuda umat Kristen ) di springfield, Massachusetts, harus membuat suatu permainan di ruang tertutup untuk mengisi waktu para siswa pada masa liburan musim dingin di Nem England. Terinspiasi dari permainan yang pernah ia mainkan saat kecil di Ontario, Naismith menciptkan permainan yang sekarang dikenal sebagai bola basket pada 15 Desember 1891.

1. **Sejarah Bola Basket Di Indonesia**

Cina menjadi salah Satu sasaran pengembangan olahraga basket oleh YMCA. Diutuslah Bob Baily Tientsien (1894) guna memperkenalkan olahraga baru ini. Sejak itu, Cina mulai memainkan olahraga ini. Selain Cina, Negara asia lain yang di jamah permainan basket untuk kesempatan pertama adalah jepang (1990) dan Filipina (1990). Bagaimana bola basket bisa sampai masuk ke Indonesia ? Pada tahun 1920an, gelombang perantau-perantau dari Cina masuk ke Indonesia.

1. **Teknik Dasar Bola Basket**

Ada 3 Teknik dasar menggerakkan bola dalam permainan bola baket, yaitu dribbling. Operan (passing), tembakan(Shooting).Zolit Hartyani (2004:18)

1. **Tes Keterampilan Bola Basket**

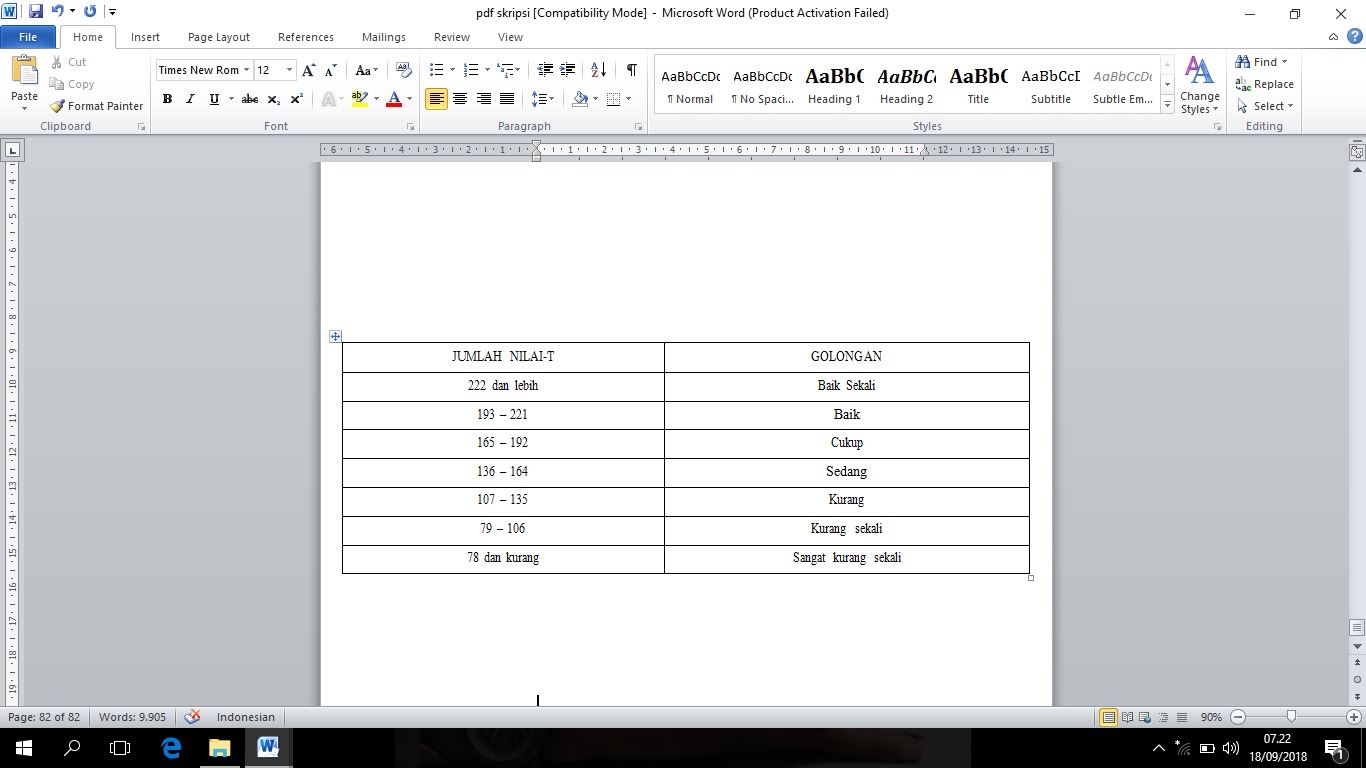
Tes keterampilan teknik dasar bola basket untuk siswa SMA, ini bertujuan untuk mengukur kecakapan dan keterampilan seorang dalam bermain bola basket, memberi nilai, menetapkan urutan (ranking) dan pengelompokkan dalam seleksi serta untuk mencari pemain yang berbakat. Tes keterampilan teknik dasar bola basket ini mempunyai nilai validitas 0,804 dan nilai reliabilitas sebesar 0,893. Alat-alat dan perlengkapan yang dibutuhkan antara lai: 1) Bola Basket, 2) Bangku atau cone, 3) Dinding tembok yang rata, 4) Stopwatch, 5) kapur, 6) Formulir dan 7) Alat tulis. (Depdikbud, 1977:1)

Menurut Depdikbud (1977:1) tes keterampilan teknik dasar bola basket ini merupakan suatu rangkaian (baterai) yang terdiri dari 3(tiga) tes yaitu:

1. Memantulkan Bola ke Dinding Tembok
2. Menggiring Bola
3. Menembak selama satu menit (memasukkan bola ke dalam ring basket)

Selanjutnya nilai keterampilan disesuaikan dengan norma tes keterampilan bermain bola basket pada tabel di bawah ini

Tabel II-2 Nilai Ketrampilan Bermain Bola Basket



Sumber : : Deputi IPTEK Olahraga ,2009. Pengembangan Intrumen Tes Bola Basket Bagi Pemula. Jakarta

1. **Kerangka Berpikir**

Telah dikemukakan landasan teori bahwa tes keterampilan teknik dasar bermain bola basket yang terdiri dari passing, dribbling, dan shooting untuk mengetaui tingkat kemampuan teknik dasar bola basket, sedangkan untuk mengetahui status gizi yang baik atau berat badan yang proporsional bisa di ukur dengan perhitungan IMT (Indeks Massa Tubuh) pada siswa SMA Negeri 2 Makassar.

1. **Hipotesis**

Menurut Ali Maskun : hipotesis adalah dugaan sementara yang diajukan peneliti yang berupa pertanyaan-pertanyaan yang masih di uji kebenaran nya. Apa yang dilakukan peneliti dalam kegiatan penelitiannya adalah melakukan pembuktian hipotesis. Hipotesis dirumuskan dan diajukan sebelum kegiatan pengumpulan data dilakukan. Ini mengingat, hipotesis merupakan petunjuk bagi peneliti terutama terkait dengan bentuk data yang diperlukan dan prosedur pemecahan nya(Ali Maskun 2009:28). Berdasarkan tinjauan pustaka dan teori maka hipotesis dalam penilitian ini yaitu :

1.Gambaran Status Gizi pada siswa SMA Negeri 2 Makassar berkategori

baik

2. Gambaran Kemampuan Teknik Dasar bola basket pada siswa SMA

Negeri 2 makassar berkategori baik

3. terdapat hubungan yang signifikan antara Status Gizi dengan kemampuan

teknik dasar dalam permainan Bola Bakset pada Siswa SMA Negeri Makassar.

**BAB III**

**METODE PENELITIAN**

1. **Rancangan Penelitian**

Penelitian menyajikan suatu cara atau metode didalam penilitian ini, agar memperoleh data yang dapat dipercaya. Artinya apabila seorang peneliti akan mengadakan penelitian yang ilmiah dengan menggunakan metode yang sesuai dengan apa yang diteliti.(Zaenal Arifin 2010:4) Penelitian yaitu mengamati suatu obyek yang akan diteliti, kemudian dari hasil penilitian tersebut ditarik kesimpula. Di dalam penilitian itu sendiri ada dua hal yang perlu dipahami, yakni metode dan penelitian.(Tuckman 1978:1)

1. \ **Ruang Lingkup Dan Pembatasan Masalah**

Dalam penelitian ini akan di jelaskan arah penelitian, sehingga tidak terjadi salah penafsiran. Untuk memperjelas arah penelitian, maka dari sini akan dijelaskan sebagai berikut.Pada penelitian ini hanya membahas tentang hubungan status gizi dengan kemampuan teknik dasar dalam permainan bola basket. Jadi pada dasarnya hanya membahas masalah status gizi dan teknik dasar.

1. **Varibel**

Variabel adalah sesuatu yang akan menjadi objek pengamatan penelitian menurut Sutrisno Hadi(1992:45)” Variabel sebagai gejala yang bervariasi. Gejala adalah obyek penelitian sehingga variabel adalah obyek penelitian yang bervariasi. Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto (1998:99) “ Varibel adalah obyek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Varibel dalam penelitian yaitu :

Gambar. 3.1. Variabel Penelitian

X

Y

* Variabel bebas

X = Status gizi

* Variabel terikat

Y = Kemampuan Teknik dasar

1. **Defenisi Operasional Variabel**

Untuk menghindari penafsiran yang keliru maka langkah selanjutny adalah memberikan definisi secara operasional terhadap variabel tersebut.

1. Status Gizi

Menurut Suhardjo(1983), status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat dari pemakaian, penyerapan, dan penggunaan makanan. Makanan yang memenuhi gizi tubuh, umumnya membawa ke status gizi memuaskan. Sebaliknya jika kekurangan atau kelebihan zat gizi esensial dalam makanan untuk jangka waku yang lama disebut gizi salah. Manifestasi gizi salah dapat berupa gizi kurang dan gizi lebih (Supariasa,2004)

1. **Populasi dan Sampel**
2. **Populasi**

Populasi adalah wilayah genrelisasi yang terdiri atas : obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peniliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulnnya.Sedangkan menurut Zaenal Arifin (2010:63). Populasi adalah keseluruhan subyek yang ingin diteliti dan menjadi sasaran generelisasi hasil-hasil penelitian, baik anggota sampel maupun diluar sampel.

Jadi populasi bukan hanya seorang tetapi ada obyek dan benda-benda alam yang lain. Populasi bukan sekedar jumlah yang ada obyek/subyek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik/sifat yang dimiliki oleh subyek/obyek.

1. **Sampel**

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. *Roscoe* dalam buku *reseach Methods For Bussines*(1992:253) memberikan saran tentang ukuran sampel bahwa ukuran sampel yang layak digunakan dalam penelitian adalah 30 s/d 500.

1. **Teknik Pengumpulan Data**

Pada dasarnya dalam suatu penelitian seorang peneliti harus mengetahui jenis data apa yang harus dipakai. Dengan demikian peneliti akan memperoleh hasil yang relevan terhadap objek yang diteliti sehingga dapat dipercaya.

Faktor penting dalam penilitian yang berhubungan dengan data adalah metode pengumpulan data. Data yang diperoleh nantinya dianalisis untuk disimpulkan. Jenis data yang dibutuhkan tergantung dari tujuan penelitian itu sendiri. Jenis data dalam penelitian ini d bagi dua bagian, yaitu data yang dapat diukur secara langsung dan data yang tidak dapat diukur secara langsung. Seperti dikemukakan oleh Sutrisno Hadi (1987:19), menyatakan bahwa jenis data yang dapat diukur secara langsung atau tepatnya dapat dihiutng adalah data kuantitatif, sedangkan data yang dapat diukur secara tidak langsung termasuk jenis data kualitatif.

Tes Status Gizi

Tes Status Gizi pengukurannya dengan IMT (Indeks Massa Tubuh)

* Tujuan
* Untuk mengetahui hasil Indeks Massa Tubuhnya
* Alat dan Perlengkapan terdiri dari :
* Timbangan
* Stature meter( alat ukur tinggi badan )
* Pelaksanaan tes
* Peserta berdiri tegak di atas timbangan
* Peserta berdiri tegak menempal pada dinding

Dari pelakasanaan tes Status Gizi Di atas berikut tabel pengkategorian Status Gizi:

Tabel III-1 Kategori Penilaian Status Gizi

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| No. | Kategori | IMT |
| 1 | Sangat kurus | < 17,0 |
| 2 | Kurus | 17,0 – 18,5 |
| 3 | Normal | >18,5 – 25,0 |
| 4 | Gemuk | >25,0 – 27,0 |
| 5 | Sangat gemuk | >27,0 |

Sumber : Depkes, 1994. *Penilaian status gizi,* Jakarta. Hlm, 72

1. Tes Keterampilan Teknik Dasar Bola basket

Tes keterampilan teknik dasar bola basket ada 3 yaitu : passing, dribbling dan shooting.

* Tujuan
* Untuk mengukur kecakapan dan keterampilan seseorang dalam bermain bola basket
* Tempat dan alat-alat perlengkapan.
* Lapangan basket
* Dinding Tembok yang rata
* Bola basket
* Bangku/cone
* Stopwatch
* Kapur
* Formulir
* Alat tulis
* Daftar isian orang mencoba/ buku absen.
* Pelaksanaan Tes
* Tes Passing
* Memantulkan bola ketembok

Contoh pada gambar

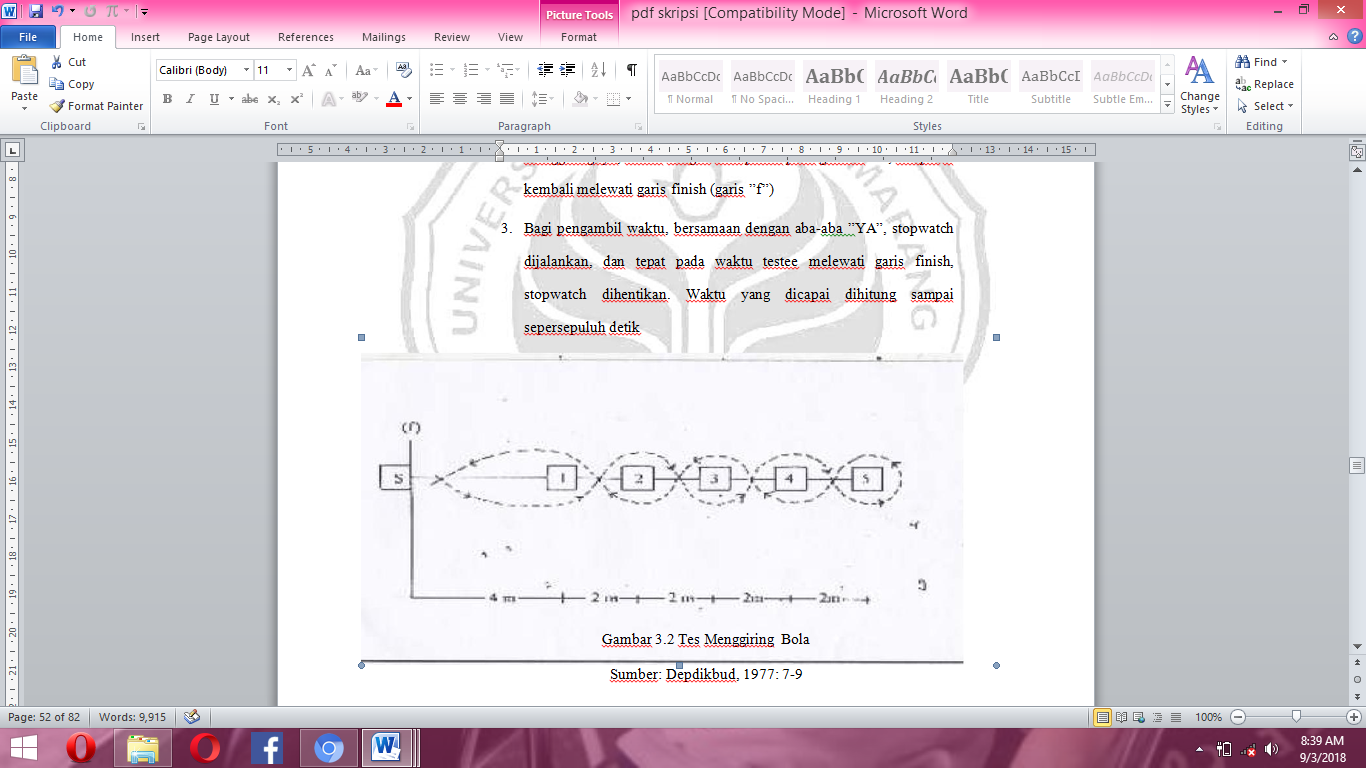
Gambar 3.2 Teknik Penilaian Passing

*Sumber :* Depdikbud, 1977: 4-7

* Petunjuk pelaksanaan:

1. Pada aba-aba ”SIAP”, testee berdiri dibelakang gasis batas, menghadap ke arah sasaran atau dinding tembok, sambil memegang bola dengan kedua tangan.
2. Pada aba-aba ”YA”, bola dipantulkan ke arah sasaran dan testeememantulkannya kembali. Demikian seterusnya testee berusaha memamtulkan bola sebanyak mungkin dalam waktu 15 detik. Apabila bola tidak dapat dikuasai dan menggelinding jauh, maka testee mengambil bola tersebut, kemudian segera kembali kebelakang garis batas untuk segera melanjutkan tes sampai waktu yang ditentukan habis.
3. Bagi pengambil waktu, bersamaan dengan aba-aba ”YA”, stopwatch dijalankan, dan aba-aba ”STOP” diberikan tepat pada detik ke-15 dan stopwatch dihentikan.
4. Pada waktu testee melakukan tes, pengawas mengamati pantulan bola pada sasaran dan menghitung berapa kali testee dapat memantulkan bola ke sasaran.

* Tes Dribbling (Menggiring Bola)



Gambar 3.3 Teknik Penilaian Dribble

*Sumber :* Depdikbud, 1977: 7-9

* Pelaksanaan tes :

1. Bola diletakkan ditengah-tengah garis start yang digambarkan di atas . Testee berdiri dalam keadaan siap di
2. belakang garis tersebut, menghadap ke arah yang harus ditempuh.
3. Pada aba-aba ”YA”, testee segera mengambil bola dan menggiringnya,
4. sesuai dengan arah panah pada gambar di atas, sampai ia kembali
5. melewati garis finish
6. Bagi pengambil waktu, bersamaan dengan aba-aba ”YA”, stopwatch
7. dijalankan, dan tepat pada waktu testee melewati garis finish,
8. stopwatch dihentikan. Waktu yang dicapai dihitung sampai
9. sepersepuluh detik

* Tes shooting

Menembak (shooting) selama satu menit (memasukkan bola ke dalam ring)

Gambar 3.4 Teknik penilaian Shooting

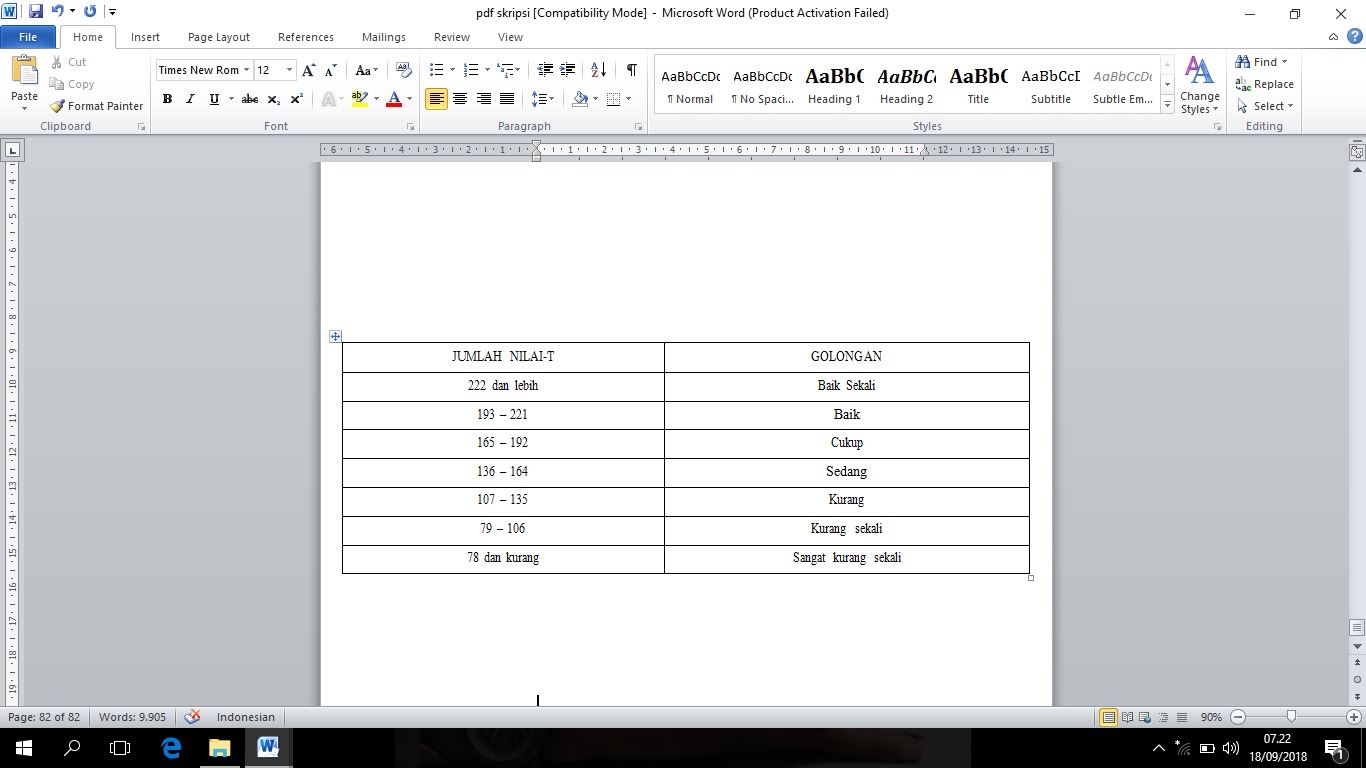
*Sumber :* Depdikbud, 1977: 7-9

* Pelaksanaan tes :

1. Pada aba-aba ”SIAP”, testee nerada dibawah ring menghadap ke arah ring basket dengan bola ditangan dalam keadaan siap.
2. Pada aba-aba ”YA”, testee segera memasukkan bola ke dalam ring basket, kemudian memungut bola tersebut dan kembali memasukkannya kembali edalam ring basket. Demikian seterusnya testee berusaha memasukkan bola sebanyak mungkin selama 1 (satu) menit.
3. Apabila pada saat menembak, bola tidak dapat dikuasai dan menggelinding jauh, maka testee harus segera mengambil bola tersebut, kemudian menembakkannya ke dalam ring basket sampai batas waktu yang ditentukan habis.
4. Bersamaan dengan aba-aba ”YA”, pengambil waktu menjalankan stopwatch dihentikan. Pencatat mengawasi dan menghitungberapa kali testee dapat memasukkan bola ke dalm ring basket.

Dari pelaksanaan tes keterampilan bola basket di atas berikut tabel pengkategorian penilaiannya :

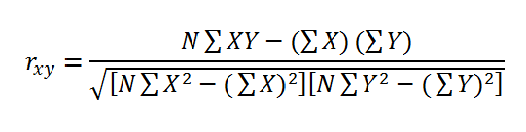
Tabel III-2 Kategori Penilaian Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket



Sumber : : Deputi IPTEK Olahraga ,2009. Pengembangan Intrumen Tes Bola Basket Bagi Pemula. Jakarta

1. **Teknik Analisi Data**

Untuk menghitung koefisien, yaitu menghitung tingkat masing-masing variabel bebas. Memulai teknik korelasi product moment. Menghitung hubungan antara status gizi dengan kemampuan teknik dasar bola basket dengan rumus-rumus korelasi product moment. Rumus korelasi procut moment digunakan dalam eksperimen-eksperimen yang menggunakan sampel-sampel yang berkorelasi, yaitu sampel-sampel yang sudah disamakan salah satu variable menggunakan rumus product moment. Berikut gambar rumus :



*Sumber :* ( Sugiono,2012:241)

Keterangan :

* Rxy : koefisien korelasi antara variabel bebas dan variabel terikat
* N : Jumlah kasus (subyek)
* ∑X : Jumlah score dari variabel bebas
* ∑Y : Jumlah score dari varibel terikat
* ∑X² : Jumlah kuadrat dari semua Variabel bebas
* ∑Y² : Jumlah kuadrat dari semua Variabel terikat

Berikut langkah-langkah untuk menghitung koefisien korelasi antara kedua Variabel adalah sebagai Berikut :

* Menghitung Jumlah kasus (N)
* Menghitung dari jumlah masing-masing variabel ∑XY dan variabel ∑Y
* Menghitung jumlah kuadrat dari masing-masing variabel bebas (∑X)² dan variabel tergantung (∑Y)²
* Menghitung jumlah koefisien korelasi antara variabel bebas(X) dengan variabel tergantung (Y)

Dari rumus diatas kita bisa mengaplikasikan nya di SPSS.

**BAB IV**

**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

**A. Hasil Penilitian**

1. **Deskripsi Hasil Penelitian**

Penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui hubungan status gizi dengan kemampuan teknik dasar bola basket siswa SMA Negeri 2 Makassar. Pengukuran status gizi menggunakan rumus IMT (indeks massa tubuh). Sedangkan kemampuan teknik dasar bola basket yaitu dengan tes *dribbling*, *shooting* dan *passing.*

1. **Analisis Deskriptif Status Gizi Terhadap Siswa SMA Negeri 2 Makassar**

Analisis data deskriptif dimaksud untuk mendapatkan gambaran umum data penelitian. Deskripsi data dimaksudkan untuk dapat menafsirkan dan memberi makna tentang data tersebut.

Tabel 4.1 Analisis deskriptif status gizi Siswa SMA Negeri 2 Makassar.

| Nilai statistik | N | Minimum | Maximum | Mean | Std. Deviation | Range |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Status Gizi | 30 | 15,10 | 28,30 | 20.55 | 2.97 | 13.20 |

1. **Analisis Deskriptif Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket SMA Negeri 2 Makassar**

Tabel 4.2 Analisis deskriptif Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket Siswa SMA Negeri 2 Makassar.

| Nilai statistik | N | Minimum | Maximum | Mean | Std. Deviation | Range |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Teknik Dasar Bola Basket | 30 | 120.74 | 182.39 | 147.49 | 15.05 | 61.55 |

Dari kedua tabel diatas merupakan gambaran status gizi dan kemampuan teknik dasar bola basket siswa SMA Negeri 2 Makassar dapat dikemukakan sebagai berikut :

1. Status gizi, diperoleh total nilai rata-rata (mean) 20.55, data minimal 15.10, data maksimal 28.30, dengan range 13.20, dan Standar deviasi 2, 97.
2. Teknik dasar bola basket, diperoleh total nilai rata-rata (mean) 147.49, data minimal 120.74, data maksimal 182.39, dengan range 61.55, dan standar deviasi 15.05
3. **Uji Persyaratan**

Analisis data dalam peneitian ini digunakan untuk mengetahui adanya hubungan antara Status Gizi dan Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket siswa SMA Negeri 2 Makassar. Sebelum menganalisis data dilakukan analisis data awal yaitu uji normalitas. Uji normalitas dan uji hipotesis akan diuraikan sebagai berikut.

1. **Uji Normalitas Data**

Salah satu asumsi yang harus dipenuhi agar statistik parametrik dapat digunakan adalah data mengikuti sebaran normal. Apabila pengujian ternyata data berdistribusi normal maka berarti analisis statistik parametrik telah terpenuhi. Untuk mengetahui data penelitian ini berdistibusi normal, maka dilakukan pengujian dengan menggunakan Uji Kolmogorov Smirnov. Hasil uji normalitas data dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 4.3 Rangkuman hasil uji normalitas data Hubungan antara Status Gizi terhadap kemampuan teknik dasar bola basket pada SMA Negeri 2 Makassar.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Variabel | Absolut | Positif | Negatif | KS-Z | Asymp | Ket |
| Status Gizi | 0.076 | 0.076 | -0.058 | 0.415 | 0.995 | Normal |
| Kemampuan Teknik Dasar | 0.105 | 0.105 | -0.072 | 0.573 | 0.898 | Normal |

Tabel 4.4 diatas menunjukkan bahwa dari hasil pengujian normalitas data dengan menggunakan uji *Kolmogorov smirnov* menunjukkan hasil sebagai berikut:

* + - 1. Status Gizi diperoleh nilai Kolmogorov-Smirnov 0.415, *Asymp. Sig* 0.995 (P>0.05), maka dapat dikatakan bahwa data Status Gizi mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal.
      2. Teknik Dasar Bola Basket diperoleh nilai Kolmogorov-Smirnov 0.573 *Asymp. Sig* 0.898 (P>0.05), maka dapat dikatakan bahwa data Teknik Dasar Bola Basket mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal.
    1. **Pengujian Hipotesis**

Hipotesis yang dilakukan dalam penelitian ini perlu di uji dan dibuktikan melalui data empires yang di peroleh dilapangan melalui tes dan pengukuran terhadap variabel yang diteliti, selanjutnya data tersebut akan diperoleh secara statistik. Karena data penelitian mengikuti sebaran normal, maka untuk menguji hipotesis penelitian mengunakan korelasi *Product momen* dengan bantuan SPSS 20. Untuk pengujian hipotesis tersebut maka dilakukan uji analisis deskriptif sebagai berikut.

1. **Hasil pengukuran IMT (indeks massa tubuh)**

Pengukuran status gizi siswa SMA Negeri 2 Makassar dengan menggunakan rumus IMT (indeks massa tubuh) diperoleh data sebagai berikut:

Tabel. 4.4. Status Gizi Siswa SMA Negeri 2 Makassar

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **No.** | **Kriteria** | **Frekuensi** | **Presentase (%)** |
| 1 | Sangat kurus | 4 | 14% |
| 2 | Kurus | 5 | 17 % |
| 3 | Normal | 19 | 63% |
| 4 | Gemuk | 1 | 3 % |
| 5 | Sangat gemuk | 1 | 3 % |
| Jumlah | | 30 | 100 % |

Sumber : Depkes, 1994. *Penilaian status gizi,* Jakarta. Hlm, 72

Lebih jelasnya data status gizi siswa SMA Negeri 2 Makassar tersebut dapat disajikan secara grafis pada diagram lingkaran berikut:

Gambar 4.1 Hasil Status Gizi siswa SMA Negeri 2 Makassar

Berdasarkan data diatas dapat diketahui hasil Status Gizi siswa SMA Negri 2 Makassar adalah tingkat status gizi berkategori sangat kurus sebanyak 4 siswa atau 14%, berkategori kurus sebanyak 5 siswa atau 17%, berkategori normal sebanyak 19 siswa atau 63%, berkategori gemuk sebanyak 1 siswa atau 3% dan berkategori sangat gemuk 1 siswa atau 3%. Secara umum tingkat Status Gizi siswa SMA Negeri 2 Makssar adalah dominan berkategori cukup.

1. **Kemampuan teknik dasar bola basket**

Gambaran kemampuan teknik dasar bola basket siswa SMA Negeri 2 Makassar berdasarkan data yang diperoleh dapat diketahui rata-rata kemampuan teknik dasar bola basketnya adalah sedang. Lebih jelasnya berikut ini disajikan kemampuan teknik dasar bola basket siswa SMA Negeri 2 Makassar yang disajikan dalam tabel distribusi bergolong berikut.

Tabel 4.5 Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket Siswa SMA Negeri 2 Makassar.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **No.** | **Kemampuan Teknik dasar bola basket** | **Frekuensi/**  **Siswa** | **Persentase** |
| 1 | Baik | 0 | 0% |
| 2 | Cukup | 4 | 14% |
| 3 | Sedang | 20 | 66% |
| 4 | Kurang | 6 | 20% |
| 5 | Sangat Kurang | 0 | 0% |
| Jumlah | | 30 | 100% |

Lebih jelasnya data hasil belajar Penjaskes Siswa SMA Negeri 5 Makassar tersebut dapat disajikan secara grafis pada diagram lingkaran berikut.

Gambar 4.2 Kemampuan Teknik dasar bola basket siswa SMA Negeri 2 Makassar

Gambar diatas menunjukkan bahwa kemampuan teknik dasar bola basket siswa SMA Negeri 2 Makassar dalam kategori baik (0%), cukup (14%) atau 4 siswa, sedang (66%) atau 20 siswa, kurang (20%) atau 6 siswa. Secara umum kemampuan teknik dasar bola basket siswa SMA Negeri 2 Makassar adalah dominan berkategori sedang.

1. **Uji Korelasi**

Untuk menguji adanya hubungan antara data Daya Tahan Kardiovaskuler dan Hasil Belajar Penjaskes.

Tabel 4.5. Distribusi Hasil korelasi daya Status Gizi dan Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket siswa SMA Negeri 2 Makassar.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Variabel | R | Sig. | N | Keteterangan |
| Status Gizi | 0,480 | 0,007 | 30 | Signifikan |
| Kemampuan Teknik Dasar |

HO :Tidak ada hubungan antara Status Gizi dan Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket.

Ha  : Ada hubungan hubungan antara Status Gizi dan Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket.

Untuk menerima dan menolak Ho dengan bantuan nilai signifikan, jika nilai sig kurang 5% maka Ho ditolak, sebaliknya diterima. Dari tabel output diatas terlihat nilai sig. = 0,007 kurang dari 5% berarti Ho ditolak dan Ha menerima. Jadi ada korelasi atau hubungan antara Status Gizi dan Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket.

Dengan melihat nilai korelasi kedua variabel tersebut r = 0,480. Hal ini menunjukkan Interprestasi nilai yang Agak Rendah. Jadi ada hubungan antara data hasil daya tahan kardiovaskuler dan data hasil belajar Penjaskes.

**Tabel 4.6**

PEDOMAN UNTUK MEMBERIKAN INTERPRESTASI TERHADAP KOEFISIEN KORELASI

|  |  |
| --- | --- |
| **Interval Koefisien** | **Tingkat Hubungan** |
| 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 |

Sumber : Sugiono (2010 : 231)

Berdasarkan tabel interpretasi nilai r (Suharsimi Arikunto, 2010: 319), terdapat korelasi antara Status Gizi dan data Teknik Dasar Bola Basket siswa SMA Negeri 2 Makassar termasuk dalam sedang.

1. **PEMBAHASAN**

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Oleh karena itu, pelaksanaan pendidikan jasmani harus diarahkan aktivitas jasmani itu sendiri, tetapi untuk mengembangkan potensi siswa melalui aktivitas jasmani.

Persepsi yang sempit dan keliru terhadap pendidikan jasmani akan mengakibatkan nilai-nilai luhur dan tujuan pendidikan yang terkandung didalamnya tidak akan pernah tercapai. Orientasi pembelajaran harus disesuaikan, dengan perkembangan anak , isi dan urusan materi serta cara penyampaian harus di sesuaikan sehingga menarik dan menyenangkan sasaran pembelajaran yang ditujukan bukan hanya mengembangkan keterampilan olahraga, tetapi perkembangan pribadi anak seutuhnya . Konsep dasar pendidikan jasmani dan model pengajaran pendidikan jasmani yang efektif perlu di pahami bagi orang yang hendak mengajar pendidikan jasmani. Pengertian pendidikan jasmani sering dikaburkan dengan konsep lain, dimana pendidikan jasmani disamakan dengan setiap usaha atau kegiatan yang mengarah pada pengembangan organ-organ tubuh manusia ( body building ), kesegaran jasmani ( Physical fitness), kegiatan fisik ( physical activities ), dan pengembangan dan pengembanan keterampilan skill ( skill development ).

Berdasarkan data diatas bahwa kemampuan teknik dasar bola basket siswa SMA Negeri 2 Makassar dalam kategori baik (0%), cukup (14%) atau 4 siswa, sedang (66%) atau 20 siswa, kurang (20%) atau 6 siswa. Secara umum kemampuan teknik dasar bola basket siswa SMA Negeri 2 Makassar adalah dominan berkategori sedang.

Dari penjelasa diatas dapat disimpulkan bahwa status gizi dapat mempengaruhi kemampuan teknik dasar bola basket . Tingkat status gizi mempunyai peran penting terhadap perkembangan dan pertumbuhan tubuh untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar bola basket. Berdasarkan kesimpulan ini penting bagi siswa memperhatikan status gizinya degan memperhatikan asupan makan yang masuk ke tubuh dan menjaga pola tidur yang sehat agar dapat mengembangkan teknik dasar bola basket dengan baik.

**BAB V**

**KESIMPULAN DAN SARAN**

1. **Kesimpulan**

Berdasarkan uraian data hasil penelitian dan pembahasan maka peneliti dapat menarik kesimpulan yaitu:

1. Status Gizi siswa SMA Negeri 2 Makassar tingkat status gizi berkategori sangat kurus sebanyak 4 siswa atau 14%, berkategori kurus sebanyak 5 siswa atau 17%, berkategori normal sebanyak 19 siswa atau 63%, berkategori gemuk sebanyak 1 siswa atau 3% dan berkategori sangat gemuk 1 siswa atau 3%. Secara umum tingkat Status Gizi siswa SMA Negeri 2 Makssar adalah dominan berkategori cukup.
2. Kemampuan teknik dasar bola basket siswa SMA Negeri 2 Makassar dalam kategori baik (0%), cukup (14%) atau 4 siswa, sedang (66%) atau 20 siswa, kurang (20%) atau 6 siswa. Secara umum kemampuan teknik dasar bola basket siswa akassar adalah dominan berkategori sedang.
3. Hasil penelitian menunjukan adanya hubungan antara status gizi terhadap kemampuan teknik dasar bola baske siswa SMA Negeri 2 Makassar.
4. **Saran**

Dalam kesempatan ini, peneliti memberikan saran yang bersifat membangun demi pencapaian peningkatan status gizi dan kemampuan teknik dasar bola basket siswa.

1. Bagi Siswa

Siswa diharapkan selalu menjaga dan memperhatikan status gizi sebagai bekal utama untuk memiliki berat badan ideal dan gizi yang baik. Karena dengan status gizi yang baik akan mampu meningkatkan dan mengoptimalkan dalam peningkatan kemampuan teknik dasar boa basket dengan baik. Salah satu upaya untuk menjaga dan meningkatkan dengan menjalankan pola hidup sehat. Untuk dapat menjalankan pola hidup sehat tersebut terdapat tiga aspek yang harus dipenuhi, yaitu: (1) Mengatur makanan. (2) Mengatur istirahat. (3) Melakukan latihan yang teratur (berolahraga).

1. Bagi Guru

Perlu adanya pemantauan status gizi siswa melalui tes dan pengukuran yang mempu menciptakan kesadaran siswa untuk senantiasa menjaga dan memperhatikan status gizi sebagai bekal utama mengoptimalkan proses peningkatan teknik dasar bla basket.

1. Bagi Sekolah

Sekolah supaya memperhatikan status gizi siswa apalagi siswa yang biasa ikut perlombaan atau pertandingan yang membawa nama sekolah agar bisa mengoptimalkan bakat siswa dan membawa sekolahnya juara

DAFTAR PUSTAKA

Siti Nurrochmah, Supriyadi, I nengah sudjana. 2009. *Pengembangan Intrumen Tes Bola Basket Bagi Pemula.* *Jakarta*: *Deputi IPTEK Olahraga*

Perbasi. 2006. *Peraturan Permainan Bola Basket. Jakarta* : *PB. Perbasi*

Imam Sodikun. 1992. *Olahraga pilihan Bola Basket. Jakarta: Depdikbud Dirjen Pendidikan Tinggi*

Danny Kosasih. 2008. *Fundamental Basketball First Step To Win.*

Eka Putra Kurniawan- Wordpress.com

defiinisi Pendidikan Jasmani. http://www.rancahbetah.info/2010/04/pengertian-definisi-pendidikan-jasmani.htm

Pengertian Status Gizi. http://berbagaiinformasiberguna.blogspot.com/2017/10/pengertian-status-gizi-dan-penilaian

Teknik Dasar Bola Basket.

https://gurupenjaskes.com/teknik-dasar-bolabasket

Gambar Teknik Dasar Bola Basket. www.edukasinesia.com

Indeks Massa Tubuh. https://www.alodokter.com/pemahaman-seputar-indeks-massa-tubuh

Teknik Dasar Bola Basket https://www.google.co.id/search?q=gambar+teknik+dasar+bola+