

## ABSTRAK

### HUBUNGAN PANJANG LENGAN DAN KEKUATAN OTOT LENGAN DENGAN KETRAMPILAN *UNDER SHOOT* BASKET SISWA KELAS XI DI MAN 2 BANDAR LAMPUNG

Oleh

RHAF SANJAYA

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar hubungan panjang lengan dan kekuatan otot lengan dengan ketrampilan *under shoot* basket siswa Kelas XI di MAN 2 Bandar Lampung.

Metode Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasional. Sampel penelitian adalah siswa kelas XI bola basket di MAN 2 Bandar Lampung sebanyak 30 orang. Instrumen yang digunakan untuk mengukur panjang lengan menggunakan *antropometer*, untuk kekuatan otot lengan menggunakan *push and pull dynamometer*, dan untuk *under shoot* menggunakan tes ketepatan *under shoot* basket. Analisis data menggunakan korelasi *product moment*.

Ketrampilan penelitian menunjukkan bahwa: 1) ada hubungan yang signifikan panjang lengan dengan ketrampilan *under shoot* basket pada siswa kelas XI bola basket di MAN 2 Bandar Lampung dengan nilai nilai  $r$  hitung =  $0,3555 > r$  tabel =  $0,374$  dan memberikan sumbangan sebesar 12,64%. 2) ada hubungan yang signifikan kekuatan otot lengan dengan ketrampilan *under shoot* basket pada siswa kelas XI bola basket di MAN 2 Bandar Lampung dengan nilai nilai  $r$  hitung =  $0,5384 > r$  tabel =  $0,374$  dan memberikan sumbangan sebesar 28,99%. Secara parsial untuk siswi perempuan memiliki nilai  $r$  hitung 0,2088 (tidak ada hubungan) dan siswa laki-laki (0,612) (ada hubungan). Dan 3) ada hubungan yang signifikan panjang lengan dan kekuatan otot lengan dengan ketrampilan *under shoot* basket pada siswa kelas XI bola basket di MAN 2 Bandar Lampung dengan nilai nilai  $r$  hitung =  $0,5996 > r$  tabel =  $0,374$  dan memberikan sumbangan sebesar 35,95%.

**Kata kunci:** panjang lengan, kekuatan otot lengan, *under shoot*

## **ABSTRACT**

### **THE RELATIONSHIP OF ARM LENGTH AND MUSCLE STRENGTH ARMS WITH UNDER SHOOT SKILLS CLASS XI STUDENT BASKETBALL AT MAN 2 BANDAR LAMPUNG**

*By*

**RHAF SANJAYA**

*This study aims to find out how much arm length and arm muscle strength are related to the basketball undershoot skills of Class XI students at MAN 2 Bandar Lampung.*

*The research method used in this research is correlational. The research sample was 30 class XI basketball students at MAN 2 Bandar Lampung. The instruments used to measure arm length were an anthropometer, for arm muscle strength a push and pull dynamometer, and for under shoots a basketball under shoot accuracy test. Data analysis uses product moment correlation.*

*The results of the research show that: 1) there is a significant relationship between arm length and basketball under shoot results among class %. 2) there is a significant relationship between arm muscle strength and basketball under shoot results for class Partially, female students have a calculated  $r$  value of 0.2088 (no relationship) and male students (0.612) (no relationship). And 3) there is a significant relationship between arm length and arm muscle strength with basketball under shoot results among class XI MAN 2 Bandar Lampung with a calculated  $r$  value = 0.5996 >  $r$  table = 0.374 and a contribution of 35,95%.*

**Keywords:** arm length, arm muscle strength, under shoot