

**KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KOORDINASI MATA DAN TANGAN TERHADAP  
KETERAMPILAN *DRIBBLE* BOLA BASKET PADA PEMAIN CLUB PASOPATI  
KABUPATEN KAMPAR**

**SKRIPSI**

*Diajukan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Strata Satu (S1)  
Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Universitas Islam Riau*



**OLEH**

**TAUFIQ HIDAYAT NST**  
**NPM. 146611236**

**Dosen Pembimbing**

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'Novri Gazali', is written over the text of the supervisor's name.

**Novri Gazali, S.Pd, M.Pd**  
**NIDN. 1017118702**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS ISLAM RIAU  
PEKANBARU  
2021**

## ABSTRAK

**Taufiq Hidayat Nst, 2021. Kontribusi Kelincahan Dan Koordinasi Mata dan Tangan Terhadap Keterampilan *Dribble* Bola Basket Pada Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar.**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi kelincahan dan koordinasi mata dan tangan terhadap keterampilan *dribble* bola basket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar. Adapun jenis penelitian ini adalah korelasi ganda. Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar yang berjumlah 14 orang. Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes kelincahan dengan shuttle run, tes kelenturan tubuh dengan shuttle run dan tes koordinasi mata dan tangan serta tes keterampilan *dribble* bola basket. Teknik analisa data yang digunakan adalah uji nilai korelasi ganda. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat ditarik suatu kesimpulan sebagai berikut (1) Terdapat kontribusi kelincahan terhadap keterampilan *dribble* bola basket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar sebesar 48,44%, (2) Terdapat kontribusi koordinasi mata dan tangan terhadap keterampilan *dribble* bola basket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar sebesar 56,85%, (3) Terdapat kontribusi kelincahan dan koordinasi mata dan tangan terhadap keterampilan *dribble* bola basket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar sebesar 63,04%.

**Kata Kunci:** Kelincahan, Koordinasi Mata Dan Tangan, Keterampilan *Dribble* Bola Basket

## ABSTRACT

**Taufiq Hidayat Nst, 2021. The Contribution of Agility and Eye and Hand Coordination to Basketball Dribble Skills in Pasopati Club Players, Kabupaten Kampar.**

The purpose of this research was to determine the contribution of agility and eye and hand coordination to basketball dribble skills of the players of the Pasopati Club, Kabupaten Kampar. The type of this research is multiple correlation. The population and sample in this study were 14 players of Pasopati Club, Kabupaten Kampar. The research instrument used was a shuttle run agility test, a shuttle run flexibility test and an eye and hand coordination test as well as a basketball dribble skill test. The data analysis technique used is multiple correlation value test. Based on the results of the research that has been done, the following conclusions can be drawn: (1) There is a contribution of agility to basketball dribble skills in Pasopati Club players in Kabupaten Kampar by 48.44%, (2) There is a contribution of eye and hand coordination to basketball dribble skills for Pasopati Club players in Kabupaten Kampar amounting to 56.85%, (3) There is a contribution of agility and eye and hand coordination to basketball dribble skills for Pasopati Club players in Kabupaten Kampar by 63.04%.

**Keywords:** Agility, Eye and Hand Coordination, Basketball Dribble Skills

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah Swt, atas segala rahmat dan karuniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini, dengan judul **“Kontribusi Kelincahan Dan Koordinasi Mata dan Tangan Terhadap Keterampilan *Dribble* Bola Basket Pada Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar”**. Penulisan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk gelar sarjana pendidikan pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.

Karena keterbatasan ilmu dan pengetahuan yang penulis miliki, maka dengan tangan terbuka dan hati yang lapang penulis menerima kritik dan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak demi kesempurnaan dimasa yang akan datang. Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi yaitu :

1. Bapak Novri Gazali, S.Pd., M.Pd sebagai pembimbing utama yang sudah meluangkan waktu dan tempat untuk mengarahkan serta pembimbing penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
2. Bapak Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
3. Ibu Leni Apriani, S.Pd., M.Pd selaku Ketua Prodi Penjaskesrek Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau
4. Bapak Dr. Raffly Henjilito, S.Pd., M.Pd sebagai Sekretaris Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau



5. Bapak/ Ibu Dosen dan staf pegawai tata usaha Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau yang telah memberikan pengajaran dan berbagai disiplin Ilmu kepada peneliti selama peneliti belajar di Universitas Islam Riau.
6. Kedua orang tua tercinta yang telah banyak memberikan dukungan baik secara materil maupun spiritual, beserta Adik yang selalu menjadi motivasi penulis untuk menjadi kakak yang terbaik.
7. Teman-teman seperjuangan khususnya angkatan 2014 Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, kerabat, teman dekat, dan semua pihak yang telah banyak membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis sangat mengharapkan agar skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah membantu penulisan rencana penelitian ini. Semoga segala bantuan yang diberikan menjadi amal baik dan mendapatkan balasan dari Allah SWT, Amin ya Robbal Alamin.

Pekanbaru Februari 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

Halaman

<b>PENGESAHAN SKRIPSI</b> .....	i
<b>PERSETUJUAN SKRIPSI</b> .....	ii
<b>SURAT KETERANGAN</b> .....	iii
<b>ABSTRAK</b> .....	iv
<b>ABSTRACT</b> .....	v
<b>BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI</b> .....	vi
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	vii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	x
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xii
<b>DAFTAR GRAFIK</b> .....	xiv
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xv
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Pembatasan Masalah .....	4
D. Perumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b> .....	7
A. Landasan Teori .....	7
1. Hakikat Kelincahan .....	7
a. Pengertian Kelincahan .....	7
b. Faktor Yang Mempengaruhi Kelincahan .....	11
2. Hakikat Koordinasi Mata dan Tangan .....	12
a. Pengertian Koordinasi Mata dan Tangan .....	12
b. Faktor yang Mempengaruhi Koordinasi .....	14
2. Hakikat Keterampilan <i>Dribble</i> Bolabasket .....	15
a. Pengertian <i>Dribble</i> Bolabasket .....	15
b. Teknik <i>Dribble</i> Bolabasket .....	19
B. Kerangka Pemikiran .....	21

C. Hipotesis Penelitian.....	22
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>23</b>
A. Jenis Penelitian.....	23
B. Populasi dan Sampel .....	23
C. Defenisi Operasional .....	24
D. Instrumen Penelitian.....	25
E. Teknik Pengumpulan Data .....	29
F. Teknik Analisis Data.....	29
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>32</b>
A. Deskripsi Data.....	32
B. Analisa Data.....	37
C. Pembahasan.....	38
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>42</b>
A. Kesimpulan .....	42
B. Saran.....	42
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>44</b>

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
1. Distribusi Frekuensi Kelincahan ( $X_1$ ) Pada Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar .....	33
2. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata Dan Tangan ( $X_2$ ) Pada Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar .....	34
3. Distribusi Frekuensi Keterampilan <i>Dribble</i> Bola Basket (Y) Pada Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar .....	36

Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau



## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
1. <i>Dribble</i> Bolabasket .....	20
2. Desain Penelitian Hubungan Timbal Balik Tiga Variabel.....	23
3. Lapangan Tes Lari Bolak Balik .....	25
4. Lapangan Tes Koordinasi Mata-Tangan .....	27
5. Rute <i>Dribble</i> Bolabasket.....	28



## DAFTAR GRAFIK

	<b>Halaman</b>
1. Histogram Frekuensi Data Kelincahan ( $X_1$ ) Pada Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar.....	33
2. Histogram Sebaran Data Koordinasi Mata Dan Tangan ( $X_1$ ) Pada Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar.....	35
3. Histogram Frekuensi Skor Variabel Keterampilan <i>Dribble</i> Bola Basket (Y) Pada Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar.....	36

Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
1. Tabel Data Hasil Tes Kelincahan Pada Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar .....	48
2. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Kelincahan Pada Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar .....	50
3. Tabel Data Hasil Tes Koordinasi Mata dan Tangan Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar .....	51
4. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Koordinasi Mata dan Tangan Pada Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar .....	53
5. Tabel Data Hasil Tes Keterampilan <i>Dribble</i> Bola Basket Pada Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar .....	54
6. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Keterampilan <i>Dribble</i> Bola Basket Pada Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar .....	56
7. Korelasi X1 (Kelincahan) ke Y (Keterampilan <i>Dribble</i> Bola Basket ).....	57
8. Korelasi X2 (Koordinasi Mata dan Tangan) ke Y (Keterampilan <i>Dribble</i> Bola Basket ) .....	59
9. Korelasi X1 (Kelincahan) ke X2 (Koordinasi Mata dan Tangan) .....	61
10. Korelasi X1, X2 ke Y .....	63
11. R tabel .....	65
12. Dokumentasi Penelitian .....	66

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Olahraga memiliki beberapa peranan penting dalam kehidupan manusia. Baik dalam kehidupan sehari-hari maupun dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK), sekarang ini manusia tidak bisa dipisahkan dalam kegiatan olahraga, disamping mengikuti perkembangan kemajuan teknologi juga dibutuhkan ilmu pengetahuan dibidang olahraga. Baik untuk meningkatkan prestasi maupun kebutuhan dalam menjaga agar tubuh tetap sehat.

Olahraga dalam dunia pendidikan merupakan olahraga pembinaan yang diberikan kepada peserta didik dengan memberikan materi-materi olahraga melalui kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler di sekolah, sesuai dengan undang-undang yang telah ditetapkan oleh pada Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional pada pasal 1 ayat 13 yang berbunyi “Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan”.

Berdasarkan kutipan di atas, pemerintah sangat mendukung akan pembinaan olahraga di Negara Republik Indonesia ini yang diberikan kepada masyarakat untuk menjadi seorang atlet olahraga melalui potensi, kemampuan, minat, dan bakat yang ada dari masyarakat Indonesia. Pembinaan olahraga pada klub-klub bertujuan memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan



masyarakat, tentunya sebagai pemerintah yang bertanggung jawab dalam menciptakan tali persaudaraan yang kuat serta meningkatkan rasa Nasionalisme yang tinggi. Kegiatan pembinaan yang telah ada di masyarakat Indonesia sudah banyak seperti pembinaan olahraga bulu tangkis, olahraga sepakbola, olahraga beladiri silat, judo, karate, taekwondo, olahraga panahan, serta olahraga bolabasket.

Olahraga bolabasket ini banyak digemari oleh anak muda dan dengan tersedianya klub sebagai wadah untuk pembinaan olahraga bolabasket maka olahraga ini akan semakin disukai oleh masyarakat. Bola basket adalah permainan bola yang dilakukan oleh dua regu, masing-masing terdiri atas lima orang, yang berusaha mengumpulkan angka dengan memasukkan bola ke dalam basket. Kerjasama antar pemain dalam permainan basket sangat membutuhkan kekompakan dan saling mengimbangi satu sama lain. Setiap pemain harus mengeluarkan semua kemampuan yang dimiliki agar dapat menampilkan suatu performa yang baik dalam pertandingan. Penerapan permainan bolabasket dalam kegiatan pembinaan ini bertujuan untuk mengembangkan prestasi pemain dibidang olahraga ini.

Dalam permainan bolabasket teknik-teknik dasar haruslah dikuasai agar permainan ini bisa berjalan sesuai aturannya. Teknik dasar bolabasket terdiri atas lempar tangkap atau *passing*, *dribble* dan *shooting*. Teknik dasar seperti *dribble* ialah menggiring bola sambil dipantulkan kelantai lebih dari satu langkah baik berjalan maupun berlari untuk mengamankan bola dari rampasan lawan sehingga

dapat bebas bergerak menjauhi lawan sambil memantulkan bola kearah yang dihendaki oleh pembawa bola.

Dalam melakukan teknik dasar *dribble* seorang pemain bolabasket harus memiliki kelincahan yang baik, agar sewaktu *mendribble* bola pemain dapat dengan mudah menghindari lawan yang hendak merebut bola yang sedang digiring. Kelincahan juga diartikan dengan kemampuan untuk merubah arah dengan cepat dan efektif sambil bergerak atau berlari hampir dengan kecepatan penuh tanpa kehilangan keseimbangan.

Selain kelincahan, sewaktu *mendribble* bolabasket, pemain juga harus memiliki koordinasi mata dan tangan yang maksimal yang berguna sewaktu memantul-mantulkan bola, atau memindahkan bola dari tangan kanan ke tangan kiri sambil menghindari lawan yang hendak merebut bola, sehingga bola masih dapat dikontrol dan *didribble* dengan baik.

Namun berdasarkan hasil observasi terhadap pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar diketahui bahwa, kemampuan *dribble* pemain masih kurang maksimal, hal ini ditandai dengan sikap membawa atau *dribble* bola yang masih kaku dan tidak *rileks*. Kemudian pada saat *dribble* bola, bola terkadang hilang kontrol dari tangan. Seharusnya pada saat melakukan *dribble* sikap badan harus *rileks*, sehingga bola tidak terlepas. Disamping itu kelincahan pemain dalam *dribble* bola juga belum terlihat baik, hal ini ditandai dengan pada saat *dribble* bola, bola bisa direbut lawan dengan cepat. Selain itu koordinasi gerak pemain pada saat melakukan *dribble* bola juga belum maksimal. Hal ini dapat mengganggu kemampuan pemain dalam melakukan *dribble* bolabasket.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis merasa tertarik untuk meneliti secara ilmiah tentang **Kontribusi Kelincahan Dan Koordinasi Mata dan Tangan Terhadap Keterampilan *Dribble* Bola Basket Pada Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar.**

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan pada latar belakang diatas, maka dapat didentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Kemampuan *dribble* pemain masih kurang maksimal,
2. Sikap membawa atau *dribble* bola yang masih kaku dan tidak *rileks*.
3. Pada saat *dribble* bola, bola terkadang hilang kontrol dari tangan.
4. Kelincahan pemain dalam *dribble* bola juga belum terlihat baik,
5. Bola bisa direbut lawan dengan cepat.
6. Koordinasi gerak pemain pada saat melakukan *dribble* bola juga belum maksimal.

## **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat terbatasnya waktu, tenaga dan dana yang tersedia maka penulis membatasi masalah pada:

1. Kontribusi kelincahan terhadap keterampilan *dribble* bola basket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar
2. Kontribusi koordinasi mata dan tangan terhadap keterampilan *dribble* bola basket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar
3. Kontribusi kelincahan dan koordinasi mata dan tangan terhadap keterampilan *dribble* bola basket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar

#### D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas maka penelitian ini dirumuskan pada:

1. Apakah terdapat kontribusi kelincahan terhadap keterampilan *dribble* bola basket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar?
2. Apakah terdapat kontribusi koordinasi mata dan tangan terhadap keterampilan *dribble* bola basket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar?
3. Apakah terdapat kontribusi kelincahan dan koordinasi mata dan tangan terhadap keterampilan *dribble* bola basket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar?

#### E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan perumusan masalahnya maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Apakah terdapat kontribusi kelincahan terhadap keterampilan *dribble* bola basket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar?
2. Apakah terdapat kontribusi koordinasi mata dan tangan terhadap keterampilan *dribble* bola basket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar?
3. Apakah terdapat kontribusi kelincahan dan koordinasi mata dan tangan terhadap keterampilan *dribble* bola basket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar?



## F. Manfaat Penelitian

Dari penelitian yang penulis lakukan diharapkan dapat memberikan manfaat diantaranya:

1. Untuk memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan Studi dan meraih gelar Strata 1 (S1) di Universitas Islam Riau.
2. Bahan pertimbangan bagi pelatih dalam mengetahui kemampuan keterampilan menggiring bolabasket pemainnya.
3. Bagi pemain, dapat meningkatkan kemampuan menggiring bolabasket.
4. Sebagai bahan masukan bagi yang akan melakukan penelitian dalam pembinaan kondisi fisik dan teknik menggiring bolabasket
5. Sebagai sumbangan bacaan bagi mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Landasan Teori

##### 1. Hakikat Kelincahan

###### a. Pengertian Kelincahan

Olahraga permainan bolabasket tentu membutuhkan stamina dan kondisi fisik yang baik, salah satu kondisi fisik itu tercakup di dalamnya kelincahan. Kelincahan berkaitan erat antara kecepatan dan kelenturan. Tanpa kedua unsur tersebut, seseorang tidak dapat bergerak dengan lincah. Seseorang memiliki kelincahan, jika dia dapat mengubah arah gerak tubuhnya secara cepat tanpa mengalami perubahan keseimbangan. Menurut Sari (2019:449) dengan kelincahan gerak badan, itu akan sangat mempengaruhi hasil *dribbling* yang optimal dalam permainan basket

Kemudian menurut Rizardhi (2017:116) Kelincahan adalah komponen penting yang dibutuhkan oleh hampir seluruh cabang olahraga. Kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah atau posisi tubuh dengan cepat yang dilakukan bersama-sama dengan gerakan lainnya. Bagi anak, kelincahan merupakan kesegaran jasmani yang harus dimiliki. Tanpa kelincahan, anak bisa dikatakan kurang aktif dalam aktivitas fisik. Kelincahan bagi mereka adalah sesuatu yang mendasar sesuai dengan pertumbuhannya. Jadi kelincahan harus menempati prioritas utama dalam melatih kesegaran jasmani.

Kelincahan yang dimiliki oleh seseorang pemain bolabasket tentu akan dapat mengantarkannya pada pencapaian prestasi yang gemilang, apalagi

didukung oleh penguasaan teknik dasar bolabasket itu sendiri. Menurut Perdimia (2017:4) Kelincahan adalah kemampuan untuk merubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuh.

Menurut Rustanto (2016:148) kelincahan adalah Kemampuan seseorang untuk dapat mengubah arah dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak tanpa kehilangan keseimbangan. *Dribble* bola basket (mengiring bola) Dalam permainan bola basket setiap pemain, baik itu yang menempati posisi *forward* (penyerang), *guard* (pertahanan), maupun yang menempati posisi poros (*center*) dituntut untuk melakukan *dribble* dengan baik dan benar. Karena penguasaan *dribble* yang sempurna pada regu yang sedang menyerang akan mudah untuk mendekati daerah pertahanan lawan, yang kemudian dikombinasi dengan operan-operan cepat dan diakhiri dengan tembakan untuk memperoleh angka kemenangan

Menurut Ramadhani (2018:5) Orang yang mempunyai postur tubuh yang ideal dan tinggi dapat bergerak secara lincah dan cepat dikarenakan panjang langkah mempengaruhi kelincahan seseorang. Bola basket merupakan olahraga permainan yang pemainnya siap berhadapan dengan dan mengalami benturan pada saat dilapangan. memiliki kelincahan yang baik akan membuat pemain baik dan mampu sedikit mengurangi terjadinya benturan di lapangan.

Kemudian menurut Ismaryati (2006:41) kelincahan adalah kemampuan tubuh untuk mengubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara cepat dan tepat dengan cepat, tepat, perubahan-perubahan tadi harus dikerjakan dengan

tanpa mengalami kehilangan keseimbangan. Dari batasan ini terdapat tiga hal yang menjadi karakteristik kelincahan yaitu perubahan arah lari, perubahan posisi tubuh, dan perubahan arah bagian-bagian gerak tubuh.

Menurut Syoergawi (2014:12) kelincahan adalah kemampuan seseorang dalam merubah arah dan posisi tubuhnya dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak, sesuai dengan situasi yang dihadapi di arena tertentu tanpa kehilangan keseimbangan tubuhnya. Kegunaan kelincahan sangat penting terutama olahraga beregu dan memerlukan ketangkasan.

Menurut Yono (2015:8) Seseorang dapat dikatakan lincah apabila seseorang tersebut mempunyai kemampuan untuk merubah arah posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya sesuai dengan sesuatu yang dikehendaki. Kemudian menurut Sajoto yang dikutip oleh Gafur (2016:75) Kelincahan sendiri adalah kemampuan seseorang mengubah posisi di area tertentu dari satu posisi yang berbeda dalam kecepatan tinggi dengan koordinasi yang baik.

Kelincahan merupakan salah satu komponen fisik yang banyak di pergunakan dalam olahraga. Kelincahan pada umumnya didefinisikan sebagai kemampuan mengubah arah secara efektif dan cepat di arena tertentu tanpa kehilangan keseimbangan. Kelincahan sangat penting untuk jenis olahraga yang membutuhkan kemampuan adaptasi yang tinggi terhadap perubahan-perubahan situasi dalam pertandingan.

Menurut Saputro (2018:4) Kelincahan memegang peranan yang sangat penting pada pendidikan jasmani, khususnya pada permainan bola basket.



Kelincahan merupakan bentuk perluasan dalam olahraga yang melibatkan gerakan kaki yang efisien dan perubahan-perubahan yang cepat. Tanpa adanya *agility* (kelincahan) yang tinggi pada permainan bola basket tidak akan mungkin mencapai prestasi yang maksimal. Karena *agility* (kelincahan) sangat menunjang pada keberhasilan pada permainan bola basket khususnya pada saat mengolah bola atau saat-saat menyerang atau bertahan.

Menurut Irawadi (2011:108) juga mengatakan bahwa kelincahan itu adalah kemampuan tubuh dalam bergerak dan merubah arah gerak tubuh dalam waktu yang sesingkat-singkatnya tanpa mengalami kehilangan sebuah keseimbangan tubuh. Karena di dalam sebuah kelincahan terkandung dua aspek faktor unsur yang terkandung di dalamnya seperti faktor unsur kecepatan dalam bergerak dan unsur merubah arah gerak tubuh pada saat beraktivitas.

Menurut Afdhal (2017:3) kelincahan ialah seseorang untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak,tanpa kehilangan dan sadar akan posisi tubuhnya. Bentuk latihan untuk mengimbangkan kelincahan adalah bentuk latihan yang mengharuskan orang untuk bergerak cepat dan mengubah arah dengan lincah. Dalam melakukan aktivitas tersebut ,dia jugak tidak boleh kehilangan keseimbangan dan harus sadar pula akan posisi tubuhnya

Menurut Puriana (2016:72) Kelincahan merupakan kondisi fisik yang penting harus dimiliki oleh semua atlet olahraga. Karena dengan memiliki kelincahan yang baik maka para atlet akan dapat bergerak dengan baik saat menghindar ataupun untuk menyerang dan mengubah arah langkah secara tepat dan cepat dengan tubuh tetap seimbang.

Menurut Maifa (2017:3) Unsur kelincahan adalah salah satu unsur kondisi fisik yang sangat dibutuhkan oleh cabang-cabang olahraga yang mengutamakan keterampilan. Kelincahan sebagai kemampuan merubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dalam keadaan bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan. sehingga kelincahan sangat dibutuhkan dalam basket karena dapat mempengaruhi kemampuan seseorang pada saat menggiring bola.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat diambil satu kesimpulan bahwa kelincahan adalah perpaduan dari kecepatan, kekuatan, kecepatan reaksi, keseimbangan, kelenturan, dan koordinasi sarap-sarap otot. Selain untuk tubuh secara keseluruhan, kelincahan juga bisa diperuntukan bagi anggota-anggota tubuh tertentu, seperti lengan, dan tungkai (kaki).

#### **b. Faktor Yang Mempengaruhi Kelincahan**

Dalam kegiatan olahraga kelincahan sangat dibutuhkan karena dengan kelincahan teknik dasar akan mudah menguasainya, apalagi dalam permainan bolabasket khususnya *dribbling* bola sangat dibutuhkan kelincahan Menurut Ismaryati (2006:41) menjelaskan bahwa kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara cepat dan tepat. Selain dikerjakan secara cepat dan tepat, perubahan- perubahan tadi harus dikerjakan dengan tanpa kehilangan keseimbangan.

Menurut Arwih (2019:65) Seseorang yang mampu mengubah arah dari posisi ke posisi yang berbeda dalam kecepatan tinggi dengan koordinasi gerak yang baik berarti kelincahannya cukup tinggi. Kelincahan sering dijumpai dalam situasi permainan sepakbola. Seseorang yang mampu merubah satu posisi ke

posisi yang berbeda dengan kecepatan tinggi dan koordinasi gerak yang baik, berarti kelincihannya cukup baik. Jadi unsur kelincihan tidak hanya menuntut kecepatan tetapi juga fleksibilitas yang baik dari persendian.

Menurut Irawadi (2011:112) ada beberapa faktor yang mempengaruhi kelincihan antara lain:

1. Sistem Saraf Pusat (SSP)  
SSP merupakan sumber pengendalian kegiatan melalui peran yang di berikan oleh syaraf.Semakin baik peran syaraf dari syaraf-syaraf pusat dalam menjalankan atau mengkoordinasikan perintah untuk semua kegiatan,maka semakin baik pula seharusnya hasil gerakan yang dilakukan.
2. Kekuatan Otot  
Kekuatan otot sangat menentukan kualitas dan kesempurnaan gerak. Otot yang kuat akan berkontraksi dengan baik sesuai dengan tuntunan gerak yang dilakukan,begitu juga sebaliknya gerak tidak akan sempurna manakala tidak ditopang oleh otot-otot yang kuat.
3. Bentuk, Jenis, dan Struktur Sendi  
Bentuk,jenis,dan struktur sendiyang dimiliki seseorang ternyata mempengaruhi kelenturannya. Pada setiap gerakan,kontraksi otot yang aktif akan berada paralel dengan relaksasi atau penguluran otot antagonis. Semakin mudah otot antagonisuntuk relaksasi,akan semakin sedikit energi yang dikeluarkan melawan tahanan.
4. Tingkat Elastisitas Otot,Keluesan Sendi  
Kadar elastisitas otot ikut mempengaruhi kelenturan semakin elastis otot yang dimiliki,maka semakin baiklah tingkat kelenturan otot tersebut. Ada dua jenis jaringan penghubung yang benar-benar berpengaruh pada daerah jangkauan seseorang.

## **2. Hakikat Koordinasi Mata dan Tangan**

### **a. Pengertian Koordinasi Mata dan Tangan**

Koordinasi dari berbagai macam bagian tubuh termasuk suatu kemampuan untuk menampilkan suatu model gerak. Kemampuan tersebut dimaksudkan untuk mengendalikan bagian tubuh yang bebas dilibatkan dalam model gerakan yang kompleks dan menggabungkan bagian-bagian tersebut dalam suatu model gerakan yang lancar, berdasarkan pendapat Harsono (2001:38) mengemukakan bahwa

koordinasi adalah kemampuan biomotorik yang sangat kompleks, dan erat hubungannya dengan kecepatan, kekuatan, daya tahan dan fleksibilitas.

Koordinasi sangat dibutuhkan seseorang dalam melakukan gerakan reflek secara cepat, menurut pendapat Irawadi (2011:103) menyebutkan bahwa koordinasi merupakan suatu proses kerjasama otot yang menghasilkan suatu gerakan yang tersusun dan terarah, yang bertujuan untuk membentuk gerakan-gerakan yang dibutuhkan dalam pelaksanaan suatu keterampilan teknik.

Dari beberapa pendapat di atas dapat dipahami bahwa seorang pemain yang memiliki tingkat koordinasi yang baik akan mampu melakukan *skill* atau teknik yang baik, di samping itu juga akan dapat dengan cepat dan tepat menyelesaikan tugasnya. Oleh sebab itu koordinasi diperlukan pada hampir semua cabang olahraga yang melibatkan aktifitas gerak atau fisik.

Koordinasi ini sangat sulit dipisahkan secara nyata dengan kelincahan, sehingga kadang-kadang koordinasi juga bertujuan untuk mengukur kelincahan. Selanjutnya Ismaryati (2006:53-54) mengatakan koordinasi didefinisikan sebagai hubungan yang harmonis dari hubungan saling pengaruh di antara kelompok-kelompok otot selama melakukan kerja, yang ditunjukkan dengan berbagai tingkat ketrampilan.

Kecenderungan kita selama ini mengartikan koordinasi sebagai kemampuan seseorang untuk merangkaikan beberapa unsur gerak yang serasi sesuai dengan tujuannya, kecenderungan ini bukan berarti keliru, akan tetapi belum merupakan pengertian koordinasi yang sebenarnya dalam olahraga. Oleh karena itu, berdasarkan batasan-batasan yang dikemukakan di atas dapat



dirumuskan bahwa koordinasi merupakan kemampuan untuk menyelesaikan tugas-tugas motorik secara cepat dan terarah yang ditentukan oleh proses pengendalian dan pengaturan gerakan serta kerjasama persarafan pusat.

#### **b. Faktor yang Mempengaruhi Koordinasi**

Menurut Irawadi (2011:104) Koordinasi seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor tersebut antara lain adalah:

- 1) Daya fikir
- 2) Kecakapan dan ketelitian organ-organ panca indra
- 3) Pengalaman motorik
- 4) Kemampuan biomotorik

Koordinasi merupakan pola gerak keterampilan mencakup kemampuan mengontrol tubuh, keseimbangan, kelincahan dan fleksibilitas. Menurut pendapat Syafruddin (2011:119) ia menyebutkan bahwa ada beberapa pengertian koordinasi yang dikemukakan para ahli diantaranya: “Koordinasi merupakan kerjasama system persarafan pusat sebagai sistem yang telah diselaraskan oleh proses rangsangan dan hambatan serta otot rangka pada waktu jalannya suatu gerakan secara terarah. Koordinasi juga merupakan kemampuan yang ditentukan oleh proses pengendalian dan pengaturan gerakan. Koordinasi merupakan kemampuan untuk menyelesaikan tugas-tugas motorik secara cepat dan terarah. Koordinasi adalah kemampuan seseorang untuk merangkaikan beberapa unsur gerak menjadi suatu gerakan yang selaras sesuai dengan tujuannya”.

Dari kutipan di atas maka dapat dijelaskan bahwa koordinasi dipengaruhi oleh 4 faktor yakni daya pikir yang merupakan kemampuan seseorang dalam

menganalisa, dan memutuskan tentang tindakan yang akan ia lakukan. Kemudian kecakapan organ panca indra yang mempengaruhi sistem kerja saraf dan otot dalam menerima rangsangan. Pengalaman motorik akan mempengaruhi koordinasi gerak dan terakhir kemampuan biomotorik.

### **3. Hakikat Keterampilan *Dribble* Bolabasket**

#### **a. Pengertian *Dribble* Bolabasket**

Secara karakteristik, bola basket dibagi menjadi dua kategori yaitu penggunaan dalam ruangan dan luar ruangan. Hampir semua bola basket sekarang punya konstruksi yang sama yaitu balon tiup karet di dalam, lalu lapisan serat yang menutup karet. Menurut Perbasi yang dikutip oleh Purnawan (2012:2) Permainan bola basket adalah salah satu cabang olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing terdiri dari lima pemain. Tujuan dari masing-masing tim adalah untuk mencetak angka ke keranjang lawan dan berusaha mencegah tim lawan mencetak angka. Pertandingan dikontrol oleh wasit, petugas meja dan seorang *commissioner*.

Menurut Bahar (2019:165) Untuk mencapai prestasi dalam olahraga bolabasket disamping usaha pembinaan dan pelatihan yang teratur, terarah dan berkelanjutan, ada beberapa faktor internal yang sangat menentukan terhadap keberhasilan dalam meraih prestasi puncak. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Syafruddin yaitu, 1) kondisi fisik, 2) teknik, 3) taktik dan strategi, 4) mental (psikis). Keempat faktor tersebut merupakan faktor internal yang sangat menentukan prestasi dimana satu kesatuan komponen tersebut saling terkait satu dengan yang lainnya dan tidak dapat dipisahkan. Tanpa kondisi fisik

yang baik tidak mungkin seseorang mampu menguasai teknik cabang olahraga, disamping itu latihan teknik juga memperbaiki kualitas kondisi fisik, kondisi fisik dan teknik merupakan kemampuan yang sangat dibutuhkan untuk taktik, taktik sulit direalisasikan bila belum memiliki kondisi fisik dan teknik yang baik. Selain itu taktik juga membutuhkan mental yang baik, karena mental mempengaruhi taktik, baik individual maupun kelompok.

*Dribble* bolabasket dapat dilakukan dengan sikap berhenti, berjalan, atau berlari dan dapat berupa menggiring rendah, menggiring tinggi, menggiring lambat dan menggiring cepat. Menurut Ahmadi (2007:17) *Dribble* adalah membawa lari bola ke segala arah sesuai dengan peraturan yang ada. Seorang pemain diperbolehkan membawa bola lebih dari satu langkah asal bola dipantulkan kelantai, baik berjalan maupun berlari.

Menurut Pratama (2016:156) Pada bolabasket, semakin baik seorang pemain dapat memiliki keterampilan teknik dasar bolabasket, dalam hal ini khususnya *dribbling*, semakin baik kemungkinan untuk sukses. Pada hakikatnya olahraga bolabasket adalah olahraga yang membutuhkan keterampilan tinggi. Kemampuan *dribble* untuk melakukan *ball handling* saat ini bukanlah hanya sebagai pelengkap saja dalam permainan bolabasket. Kemampuan melakukan *dribble* juga berpengaruh pada kemampuan tim bolabasket dalam melakukan penyerangan.

Kemudian menurut Oliver (2001:49) menggiring adalah salah satu dasar bolabasket yang pertama diperkenalkan kepada para pemula, keterampilan ini sangat penting bagi setiap pemain yang terlibat dalam pertandingan bolabasket.

Selanjutnya Khoeron (2017:41) juga menjelaskan bahwa teknik menggiring bola ialah sebuah pergerakan menggiring bola untuk menghindari lawan sampai mencetak poin. Teknik ini biasanya dilakukan oleh para pemain dengan memantul-mantulkan bola ke lantai dengan ritme tertentu.

Menurut Seno Kastomi yang dikutip oleh Adindra (2016:48) yang menyimpulkan “*Dribbling* adalah bagian yang sangat penting dari permainan. Seorang atlet perlu dan harus menggunakan kemampuan *dribbling* yang baik untuk menerima bola dan menyebarkannya dengan cepat.

Berdasarkan pendapat diatas dapat dijelaskan bahwa menggiring bola merupakan teknik untuk dapat menguasai bola dengan tujuan membawa bola ke daerah lawan. Penguasaan menggiring bola menjadi penting karena membutuhkan ketangkasan dan kelincahan agar bola ditangan mudah direbut oleh lawan.

Kemudian menurut Salim (2007:59) mengatakan bahwa untuk melakukan kontrol saat menggiring bola, lebarkan jari-jari tangan yang digunakan untuk menggiring bola, lakukan kontak bola dengan menggunakan jari-jari bukan dengan telapak tangan. Dorong ke bawah bola dengan lembut ke lantai dengan menggunakan jari-jari, pergelangan tangan dan lengan untuk mengontrol ketinggian juga kecepatan.

Menurut Suri (2018:4) *Dribble* bola adalah bentuk teknik dasar olahraga bolabasket, berupa membawa lari bola ke segala arah sesuai dengan peraturan yang ada”. Kemahiran pemain dalam olahraga bolabasket tidak terlepas dari kemampuan pemain dalam menggiring bola. Penguasaan dalam menggiring bola sangat dibutuhkan untuk dapat mencapai hasil yaitu memasukkan bola



kekeranjang. Cara menggiring bola yang dibenarkan adalah dengan satu tangan (kanan/kiri). Kegunaan menggiring bola adalah untuk mencari peluang sasaran, menerobos pertahanan lawan dan memperlambat tempo permainan.

Menurut Kerru (2015:2) Salah satu teknik dasar yang penting adalah *dribbling*. *Dribbling ball* adalah suatu usaha membawa bola ke depan. Caranya yaitu dengan memantul-mantulkan bola ke lantai dengan satu tangan. Saat bola bergerak ke atas telapak tangan menempel pada bola dan mengikuti arah bola. Tekanlah bola saat mencapai titik tertinggi ke arah bawah dengan sedikit meluruskan siku tangan diikuti dengan kelenturan pergelangan tangan. *Dribble* bola dalam permainan bola basket dapat dibagi menjadi dua cara, yaitu menggiring bola rendah dan menggiring bola tinggi. *Dribble* bola rendah bertujuan untuk melindungi bola dari jangkauan lawan sedangkan menggiring bola tinggi dilakukan untuk mengadakan serangan yang cepat ke daerah pertahanan lawan

Feby (2017:3) *dribbling* adalah suatu cara membawa bola agar tetap menguasai bola sambil bergerak untuk mengamankan bola dari rampasan oleh lawan. Di mana bola dipantulkan ke lantai, sesuai peraturan yang disahkan. Pada awalnya bola harus lepas dari tangan sebelum kaki anda diangkat ke lantai, sementara mendribble tidak boleh menyentuh bola dengan dua tangan.

Menurut Supian (2014:38) dalam menggiring bolabasket sangat dibutuhkan kecepatan untuk memindahkan bola dari tempat satu ketempat yang lain dengan cepat dengan waktu yang secepat-cepatnya. Kemudian menurut Hidayatullah (2018:29) *Dribble* bolabasket yang dimaksud dalam penelitian ini

adalah kemampuan seseorang dalam menggiring bolabasket dengan melewati rintangan yang didefinisikan sebagai lawan.

Menurut Firmansyah (2017:161) *dribble* dalam permainan bola basket itu penting di kuasai oleh setiap pemain bola basket tanpa mengesampingkan teknik dasar yang lainnya dan kemampuan *dribble* permainan bola basket yang baik harus di tunjang dengan komponen fisik, dimana komponen fisik yang berpengaruh pada *dribble* permainan bola basket antara lain gerak merubah arah (kelincahan) dan kecepatan lari.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dijelaskan bahwa menggiring bola merupakan teknik untuk dapat menguasai bola dengan tujuan memasukkan bola kedalam keranjang. Penguasaan menggiring menjadi penting karena membutuhkan ketangkasan dan kelincahan agar bola ditangan mudah direbut oleh lawan.

#### **b. Teknik Pelaksanaan *Dribble* Bolabasket**

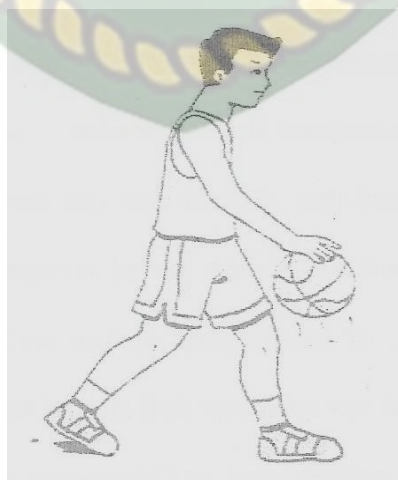
*Dribble* bola merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari permainan bolabasket dan sangat penting bagi permainan individual dan tim. Menurut kosasih yang dikutip oleh Ilahi (2019:143) *dribbling* selama posisi tangan tidak berada dibawah bola dan bola harus meninggalkan tangan sebelum kaki tumpuan. *Dribbling* merupakan salah satu cara membawa bola agar pemain tetap menguasai bola sambil bergerak. Bola di bawa dengan cara mematulkannya ke lantai. Pada awalnya bola harus lepas dari tangan sebelum kaki diangkat sementara men-*dribbling* bola tidak boleh disentuh dengan kedua tangan secara bersamaan, atau bola diam dalam genggamannya.

Menurut Candra (2017:49) Belajar bagaimana cara melakukan *dribble* sebaiknya sama pentingnya pula dengan belajar mengetahui kapan menggiring bola harus dilakukan. Karena sering terjadi dalam sebuah permainan, apabila terlalu banyak *dribble* justru akan merusak kerangka kerja suatu permainan regunya.

Pada dasarnya dalam permainan olahraga basket anak-anak harus menguasai teknik dasar menggiring bolabasket yang baik, menurut Ahmadi (2007:17) cara menggiring bola adalah sebagai berikut :

1. Pegang bola dengan kedua tangan. Lakukan secara rileks dengan posisi tangan kanan di atas bola dan tangan kiri dibawah bola.
2. Salah satu kaki melangkah kedepan berlawanan dengan tangan yang melakukan giringan, dan lutut sedikit ditekuk.
3. Condongkan badan kedepan, berat badan diantara dua kaki.
4. Bola dipantul-pantulkan, dengan pandangan mata kedepan, tetapi untuk pemula boleh melihat bola.
5. Lakukan gerakan sambil berjalan maju, mundur atau ditempat.
6. Setelah menguasai gerakan di atas, lakukan gerakan menggiring sambil berlari kedepan.
7. Lakukan gerakan kombinasi antara mengoper, menggiring dan menembak dengan gerakan cepat.

Untuk lebih jelas dapat dilihat dari pada gambar berikut :



Gambar 1. *Dribble* Bolabasket  
(Oliver, 2007:51)

## B. Kerangka Pemikiran

Keterampilan menggiring bolabasket merupakan teknik dasar bolabasket yang penting dalam hal mengembangkan permainan seorang pebasket. Seorang pemain basket akan merasa lebih percaya diri bila dapat menguasai teknik-teknik dasar bolabasket. Khusus untuk mendapatkan hasil menggiring bola yang baik, maka seorang pemain bolabasket memerlukan kelincahan dan koordinasi mata dan tangan yang maksimal.

Kelincahan merupakan unsur fisik yang sangat penting dan harus dimiliki dengan maksimal oleh seorang pemain bolabasket, karena dengan kelincahan yang maksimal, pemain bolabasket akan dapat dengan mudah menghindari lawan yang hendak merebut bola yang sedang digiring seolah-olah pemain bergerak meliuk-liuk dengan cepat tanpa kehilangan bola yang digiring. Bila seorang pemain kurang lincah bergerak tentu saja ia akan kesulitan untuk menyerang sambil menggiring bola menerobos pertahanan lawan, dan sebaliknya juga mampu dengan cepat bertahan menghadang serangan lawan.

Sedangkan koordinasi mata tangan diperlukan untuk dapat menyelaraskan antara pandangan mata dengan gerakan tangan untuk dapat mengarahkan suatu benda menuju sasaran yang akan dicapai. Bila seseorang memiliki koordinasi mata dan tangan yang baik, maka persentase keberhasilan dalam melakukan *dribble* bolabasket dengan tepat akan semakin tinggi.

Dari dasar uraian di atas, maka dapat dipahami bahwa kelincahan dan koordinasi mata dan tangan yang maksimal akan menghasilkan keterampilan menggiring bolabasket yang mumpuni, dimana pemain dapat bergerak dengan



lincah dan dapat menghindari lawan dengan mudah sehingga mencapai titik terdekat dan termudah untuk melakukan *shooting* ke jaring lawan.

### C. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan anggapan dasar yang telah dikemukakan diatas maka dikemukakan hipotesis sebagai berikut:

1. Terdapat kontribusi kelincahan terhadap keterampilan *dribble* bola basket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar
2. Terdapat kontribusi koordinasi mata dan tangan terhadap keterampilan *dribble* bola basket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar
3. Terdapat kontribusi kelincahan dan koordinasi mata dan tangan terhadap keterampilan *dribble* bola basket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar

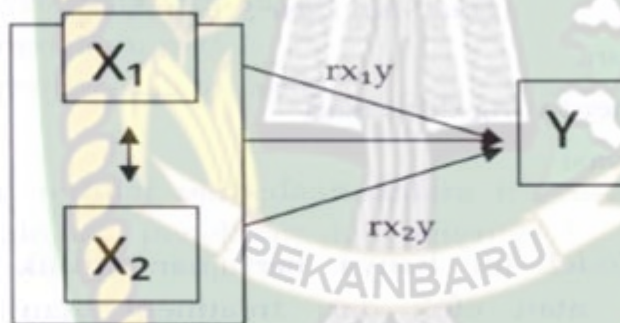
## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan rancangan penelitian korelasional yaitu suatu alat statistik, yang dapat digunakan untuk membandingkan hasil pengukuran dua variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel ini (Arikunto, 2006:270).

Menurut Kusumawati (2015:35) desain penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2. Desain Penelitian Hubungan Timbal Balik Tiga Variabel

$X_1$  = variabel bebas

$X_2$  = variabel bebas

$Y$  = variabel terikat

#### B. Populasi dan Sampel

##### 1. Populasi

Menurut (Sugiyono, 2010:90) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian diambil

kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini yaitu pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar yang berjumlah 14 orang.

## 2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. (Sugiyono, 2010:91). Adapun teknik *sampling* yang dipergunakan adalah *total sampling*, yaitu mengambil sampel dengan cara seluruh populasi dijadikan sampel, dengan demikian diketahui bahwa sampel pada penelitian ini berjumlah 14 orang.

### C. Definisi Operasional

Supaya tidak terjadi penafsiran dan persepsi yang salah serta menghindari penyimpangan yang mungkin terjadi mengenai permasalahan yang dibicarakan maka perlu penjelasan dan penegasan istilah-istilah sebagai berikut:

1. Kelincahan pada umumnya didefinisikan sebagai kemampuan mengubah arah secara efektif dan cepat, sambil berlari hampir dalam keadaan penuh tes yang digunakan adalah tes *shuttle run* (lari bolak-balik).
2. Koordinasi mata dan tangan adalah koordinasi mata dan tangan merupakan suatu proses kerjasama otot yang menghasilkan suatu gerakan yang tersusun dan terarah, yang bertujuan untuk membentuk gerakan-gerakan yang dinamis. Tes yang digunakan adalah tes koordinasi mata dan tangan.
3. *Dribble* Bolabasket adalah membawa lari bola kesegala arah sesuai dengan peraturan yang ada. Seorang pemain diperbolehkan membawa bola lebih dari satu langkah asal bola dipantulkan kelantai, baik berjalan maupun berlari. Tes yang digunakan adalah tes mengiring bolabasket.

#### D. Instrumen Penelitian

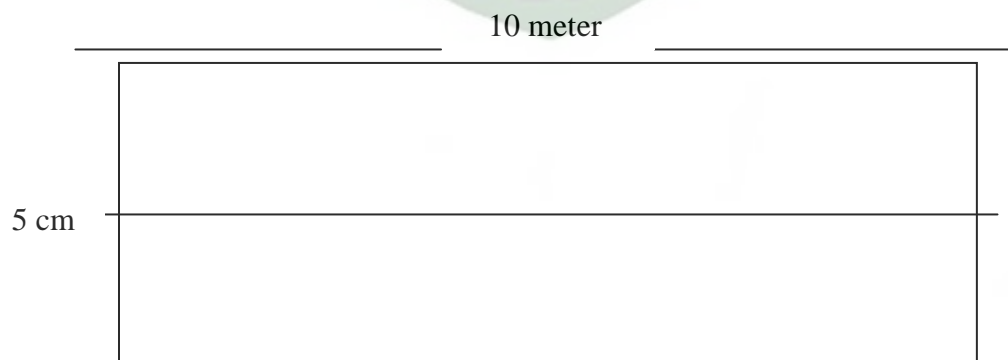
Adapun instrumen penelitian ini terdiri dari :

##### 1. Tes Kelincahan (Arsil, 2010:107) :

Pengukuran kelincahan dilakukan dengan menggunakan tes lari bolak balik

###### a) Prosedur Pelaksanaan Tes Lari Bolak Balik

- 1) pada aba-aba “bersedia” atlet berdiri dibelakang garis lintasan.
- 2) pada aba-aba “siap” atlet start dengan *start* berdiri.
- 3) Dengan aba-aba “ya” atlet segera berlari menuju garis kedua setelah kedua kaki melewati garis kedua segera berbalik dan menuju ke garis pertama.
- 4) Pemain berlari dari garis pertama menuju garis kedua dan kembali ke garis pertama dihitung satu kali.
- 5) pelaksanaan lari dilakukan sampai empat kali bolak-balik sehingga menempuh jarak 40 meter.
- 6) Setelah melewati *finish* digaris kedua, pencatat waktu dihentikan.
- 7) Catatan waktu untuk menentukan norma kelincahan dihitung sampai persepuluh detik (0,1 detik) atau perseratus detik (0,01 detik).



Gambar 3. Lapangan Tes Lari Bolak Balik (Arsil, 2010:108)



## 2. Tes Koordinasi Mata dan Tangan (Ismaryati, 2006:54) :

### a. Tujuan :

Untuk mengukur koordinasi mata-tangan

### b. Sasaran :

Laki-laki dan perempuan yang berusia 10 tahun ke atas

### c. Perlengkapan :

1) Bola tenis, tembok sasaran

### d. Pelaksanaan :

1) Dengan satu tangan dan ditangkap dengan tangan yang lain

2) Sebelum melakukan tes, testi boleh mencoba terlebih dahulu sampai merasa terbiasa

### e. Penilaian :

1) Tiap lemparan yang mengenai sasaran dan tertangkap tangan memperoleh nilai satu

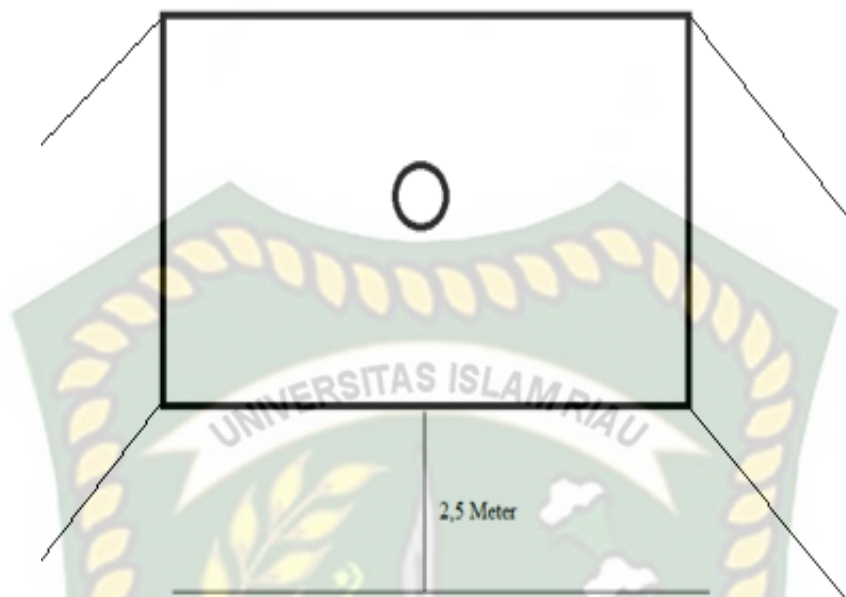
Untuk memperoleh 1 nilai:

a) Bola harus dilemparkan dari arah bawah (*underarm*)

b) Bola harus mengenai sasaran

c) Bola harus dapat langsung ditangkap tangan tanpa halangan sebelumnya

2) Jumlahkan nilai hasil 10 lemparan pertama dan 10 lemparan ke dua. Nilai total yang mungkin dapat dicapai adalah 20.



Gambar 4. Lapangan Tes Koordinasi Mata-Tangan (Ilustrasi)  
(Ismaryati, 2006:54)

**3. Tes *Dribble* Bolabasket (Nurhasan, 2001:186) sebagai berikut:**

a. Tujuan :

Untuk mengukur *dribble* dalam permainan bolabasket

b. Alat dan bahan :

1. Lapangan untuk melakukan tes
2. Bolabasket
3. Tali raffia untuk pembatas
4. Meteran
5. Seperangkat alat tulis

c. Pelaksanaan

Sebelum melaksanakan tes, testi berdiri dengan bola di belakang garis *start*. Setelah aba-aba “ya”, testi menggiring bola melalui enam rintangan dengan rute seperti terlihat digambar. Testi diberikan waktu 30 detik untuk melewati rintangan sebanyak mungkin. Apabila setelah testi mencapai titik

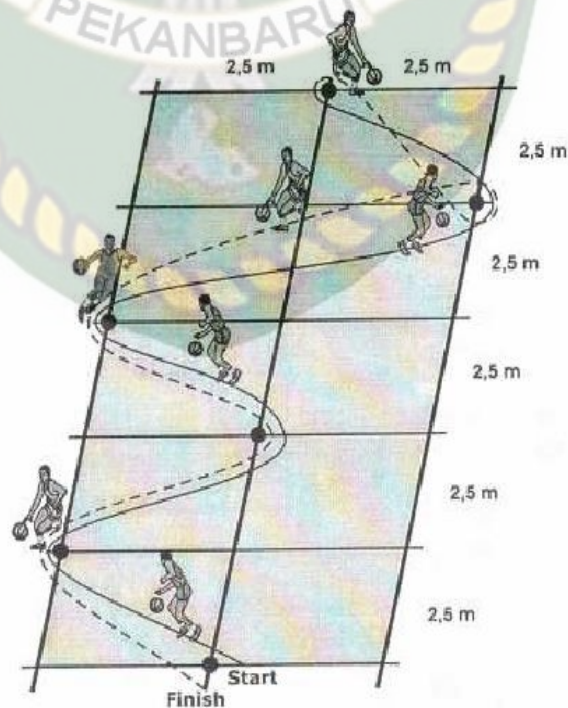
*start* kembali waktu 30 detik belum selesai, maka testi melanjutkan *dribble* nya kembali dengan rute semula. Skor ditentukan oleh jumlah rintangan yang mampu dilalui testi. Apabila testi melakukan salah *dribble* atau melalui rute yang salah, maka tes harus diulangi. (Nurhasan, 2001:187)

d. Pengambilan Skor

Pengambilan skor dimulai pada saat *stopwatch* dihidupkan, apabila testi sudah melewati kun pertama, maka testi mendapatkan point 1 begitu seterusnya sampai testi mengintari kun sesuai dengan pola gambar 4 dengan waktu 30 detik. Setelah itu *stopwatch* dimatikan, hitung jumlah kun yang dilewati testi. Apabila testi salah rute, maka tes diulangi kembali.

e. Gambar Tes

Untuk lebih jelas lihat gambar dibawah ini.



Gambar 5. Rute *Dribble* Bolabasket  
(Nurhasan, 2001:186)

## E. Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

### 1. Observasi

Teknik observasi digunakan untuk meninjau lokasi penelitian untuk mengetahui permasalahan yang berhubungan dengan judul penelitian yang akan diteliti.

### 2. Kepustakaan

Kepustakaan digunakan untuk mendapat konsep dan teori-teori yang diperlukan dalam penelitian ini yaitu tentang kontribusi kelincahan dan koordinasi mata dan tangan terhadap keterampilan *dribble* bolabasket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar.

### 3. Tes Pengukuran

Untuk mengetahui kontribusi kelincahan dan koordinasi mata dan tangan terhadap keterampilan *dribble* bolabasket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar, maka dilakukan tes kelincahan dan tes *dribble* bolabasket.

## F. Teknik Analisa Data

Teknik analisa data yang akan dipergunakan adalah:

1. Korelasi product moment yang digunakan untuk menghitung korelasi dari X (kelindahan) terhadap Y (keterampilan *dribble* bolabasket) dengan rumus Pearson dalam Riduwan (2005:138):

$$r_{xy} = \frac{n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{n \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$



keterangan:

$rx_y$	= Angka Indeks Korelasi "r" Product moment
$n$	= Sampel
$\Sigma XY$	= Jumlah hasil perkalian antara skor $X_1$ dan skor Y
$\Sigma X$	= Jumlah seluruh skor $X_1$
$\Sigma Y$	= Jumlah seluruh skor Y

2. Kemudian untuk menghitung korelasi dari  $X_2$  (koordinasi mata tangan) terhadap Y (keterampilan *dribble* bolabasket) juga menggunakan rumus Pearson dalam Riduwan (2005:138):

$$r_{x_2y} = \frac{n \Sigma X_2 Y - (\Sigma X_2)(\Sigma Y)}{\sqrt{\{n \Sigma X_2^2 - (\Sigma X_2)^2\} \{n \Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2\}}}$$

Keterangan:

$rx_{2y}$	= Angka Indeks Korelasi "r" Product moment
$n$	= Sampel
$\Sigma X_2 Y$	= Jumlah hasil perkalian antara skor $X_2$ dan skor Y
$\Sigma X_2$	= Jumlah seluruh skor $X_2$
$\Sigma Y$	= Jumlah seluruh skor Y

3. Kemudian untuk menghitung nilai korelasi dari  $X_1$  (kelincahan) dan  $X_2$  (koordinasi mata tangan) terhadap Y (keterampilan *dribble* bolabasket) digunakan rumus korelasi berganda dari Sugiyono (2010:222) yaitu:

$$R_{yx_1x_2} = \sqrt{\frac{r_{yx_1}^2 + r_{yx_2}^2 - 2r_{yx_1}r_{yx_2}r_{x_1x_2}}{1 - r_{x_1x_2}^2}}$$

Keterangan :

$R_{yx_1x_2}$	= Korelasi antara variable $X_1$ dengan $X_2$ secara bersama-sama dengan variabel Y
$ry_{x_1}$	= Korelasi Product Moment antara $X_1$ dengan Y
$ry_{x_2}$	= Korelasi Product Moment antara $X_2$ dengan Y
$rx_{1x_2}$	= Korelasi Product Moment antara $X_1$ dengan $X_2$

Untuk memberikan interpretasi besarnya hubungan kelincahan dan koordinasi mata dan tangan terhadap keterampilan *dribble* bolabasket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar yaitu berpedoman pada pendapat Sugiyono (2010:214) sebagai berikut:

Sama dengan 0,00	: Tidak dihitung
Kurang dari 0,01-0,199	: Sangat rendah
Antara 0,20-0,399	: Rendah
Antara 0,40-0,599	: Sedang
Antara 0,60-0,799	: Kuat
Antara 0,80-1,000	: Sangat kuat

Untuk melihat besaran nilai kontribusi kelincahan dan koordinasi mata dan tangan terhadap keterampilan *dribble* bolabasket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar dengan melihat koefisien determinasi menurut Sugiyono (2010:215) dengan rumus:  $KD = r^2 \times 100$ .

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi kelincahan dan koordinasi mata dan tangan terhadap keterampilan *dribble* bola basket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar. Untuk mengetahui hal tersebut maka akan dibahas secara berturut-turut mengenai deskripsi data dari masing-masing variabel, pengujian hipotesis, pembahasan penelitian yang telah dilakukan.

#### A. Deskripsi Data

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar dengan menggunakan tes *shuttle run*, tes *sit and reach* dan tes menggiring bolabasket, maka didapatkan rincian data sebagai berikut:

##### 1. Deskripsi Data Hasil Tes Kelincahan ( $X_1$ ) Pada Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar

Pengukuran terhadap kelincahan dengan menggunakan tes *shuttle run*, diperoleh kelincahan terendah yang dicapai adalah 35.78 dan kelincahan maksimal adalah 21.47 dengan rata-rata = 28.43, simpangan baku = 3.80, nilai median (nilai tengah) = 28.60, dari total sampel yang berjumlah 14 orang.

Data hasil penelitian dimasukkan ke dalam tabel distribusi frekuensi nilai T Skore dengan jumlah kelas interval sebanyak 5, panjang interval adalah 5 yaitu pada *interval* pertama 68.31-30.67 terdapat 1 orang atau 7.14%, pada *interval* kedua 38.52-46.36 terdapat 4 orang atau 28.57%, pada *interval* ketiga 46.37-54.21 terdapat 3 orang atau 21.43%, pada *interval* keempat 54.22-62.06 terdapat 5 orang

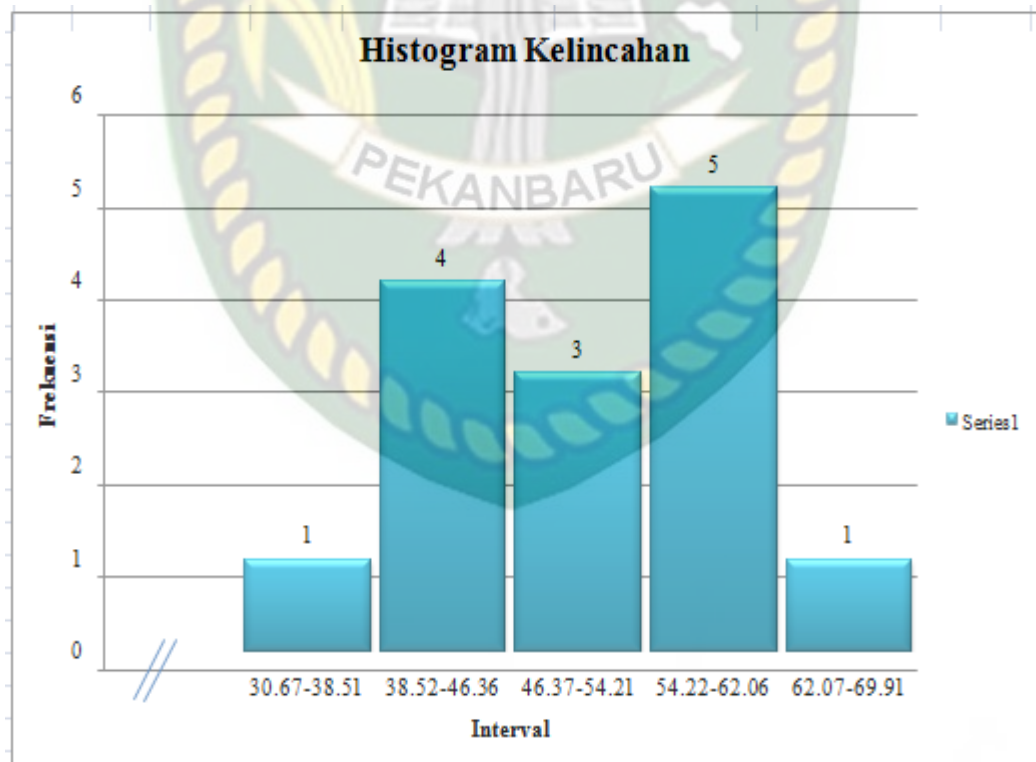
atau 35.71%, pada *interval* kelima 62.07-69.91 terdapat 1 orang atau 7.14%.

Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kelincahan ( $X_1$ ) Pada Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar**

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	30.67 - 38.51	1	7.14%
2	38.52 - 46.36	4	28.57%
3	46.37 - 54.21	3	21.43%
4	54.22 - 62.06	5	35.71%
5	62.07 - 69.91	1	7.14%
<b>Jumlah</b>		<b>14</b>	<b>100%</b>

Penyebaran distribusi frekuensi dari Kelincahan tubuh dapat ditunjukkan pada gambar berikut.



**Grafik 1. Histogram Frekuensi Data Kelincahan ( $X_1$ ) Pada Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar**



## 2. Deskripsi Data Hasil Tes Koordinasi Mata dan Tangan ( $X_2$ ) Pada Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar

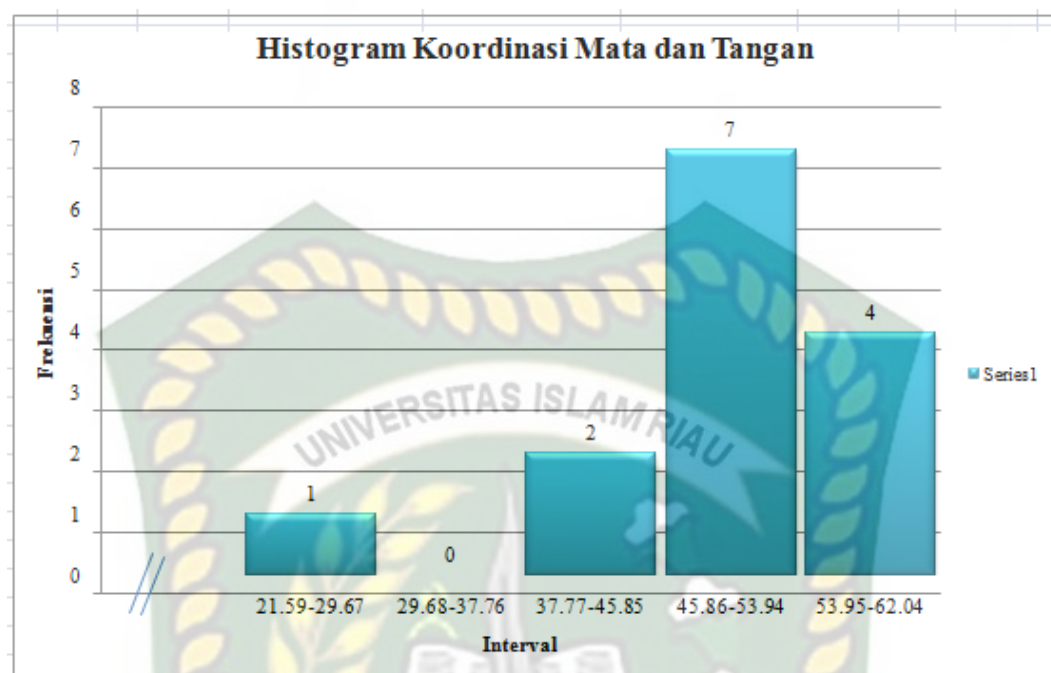
Berdasarkan hasil tes koordinasi mata dan tangan pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar. Diperoleh koordinasi mata dan tangan terendah yang dicapai pemain adalah 7 dan koordinasi mata dan tangan tertinggi adalah 19, Perhitungan terhadap distribusi skor tersebut menghasilkan: rata-rata = 15.79, simpangan baku = 3.09, median (nilai tengah)= 16.50 dan modus (nilai yang sering muncul)= 17 dengan sampel yang berjumlah 14 orang.

Sebaran data T Skore koordinasi mata dan tangan pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar diurutkan dengan tabel distribusi frekuensi dengan jumlah kelas ada 5 dan interval kelas 8.09 yaitu pada *interval* 21.59-29.67 terdapat 1 orang atau 7.14%, pada *interval* 29.68-37.76 tidak ada, pada *interval* 37.77-45.85 terdapat 2 orang atau 14.29%, pada *interval* 45.86-53.94 terdapat 7 orang atau 50%, pada *interval* 53.95-62.04 terdapat 4 orang atau 28.57%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata Dan Tangan ( $X_2$ ) Pada Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar**

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	21.59 - 29.67	1	7.14%
2	29.68 - 37.76	0	0.00%
3	37.77 - 45.85	2	14.29%
4	45.86 - 53.94	7	50.00%
5	53.95 - 62.04	4	28.57%
<b>Jumlah</b>		<b>14</b>	<b>100%</b>

Penyebaran distribusi frekuensi dari koordinasi mata dan tangan Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar dapat ditunjukkan pada gambar berikut:



**Grafik 2. Histogram Sebaran Data Koordinasi Mata Dan Tangan ( $X_1$ ) Pada Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar**

### 3. Deskripsi Data Hasil Tes Keterampilan *Dribble* Bola Basket (Y) Pada Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar

Berdasarkan hasil perhitungan terhadap keterampilan *dribble* bola basket, kun yang dapat dilewati paling rendah yang diperoleh atlet adalah 7 kun dan kun terbanyak yang dapat dilewati adalah 16 kun dengan rata-rata = 12.50, simpangan baku = 2.82, median (nilai tengah) = 11.50, modus (nilai yang sering muncul) = 11 dengan sampel yang berjumlah 14 orang.

Data hasil penelitian dimasukkan ke dalam tabel distribusi frekuensi nilai T score dengan banyak kelas 5 dan panjang interval 6.65 yaitu pada *interval* pertama 30.51-37.15 terdapat 1 orang atau 7.14%, pada *interval* kedua 37.16-43.80 terdapat 2 orang atau 14.29%, pada *interval* ketiga 43.81-50.45 terdapat 5 orang atau 35.71%, pada *interval* keempat 50.46-57.10 terdapat 1 orang atau

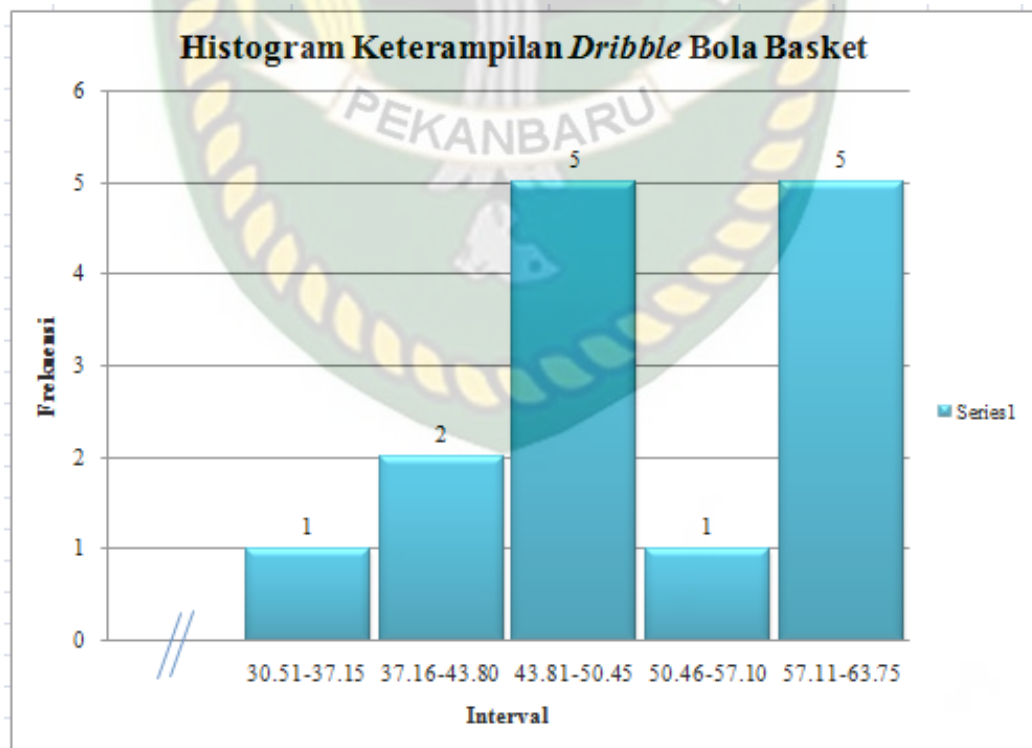
7.14%, pada kelas *interval* kelima 57.11-63.75 terdapat 5 orang atau 35.71%.

Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Keterampilan *Dribble* Bola Basket (Y) Pada Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar**

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	30.51 - 37.15	1	7.14%
2	37.16 - 43.80	2	14.29%
3	43.81 - 50.45	5	35.71%
4	50.46 - 57.10	1	7.14%
5	57.11 - 63.75	5	35.71%
<b>Jumlah</b>		<b>14</b>	<b>100%</b>

Penyebaran distribusi frekuensi dari keterampilan *dribble* bola basket dapat ditunjukkan pada gambar berikut:



**Grafik 3. Histogram Frekuensi Skor Variabel Keterampilan *Dribble* Bola Basket (Y) Pada Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar**

## B. Analisa Data

Data yang telah terkumpul kemudian dianalisis, yang menjadi variabel  $X_1$  adalah kelincahan dan  $X_2$  adalah koordinasi mata dan tangan dan yang menjadi variabel  $Y$  adalah keterampilan *dribble* bola basket . Adapun hipotesis yang akan diuji yaitu:

### 1) Terdapat Kontribusi $X_1$ ke $Y$ (Kelincahan Terhadap Keterampilan *Dribble* Bola Basket )

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi kelincahan dengan hasil keterampilan *dribble* bola basket pada Pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar didapat nilai  $r_{hitung} = 0,696 > r_{tabel} = 0,532$  sehingga dengan demikian hipotesis terdapat kontribusi kelincahan terhadap keterampilan *dribble* bola basket pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar diterima dengan nilai kontribusi sebesar 48,44%.

### 2) Terdapat Kontribusi $X_2$ ke $Y$ (Koordinasi Mata Dan Tangan Terhadap Keterampilan *Dribble* Bola Basket )

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi koordinasi mata dan tangan terhadap keterampilan *dribble* bola basket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar didapat nilai  $r_{hitung} = 0,754 > r_{tabel} = 0,532$  sehingga dengan demikian hipotesis terdapat kontribusi koordinasi mata dan tangan terhadap keterampilan *dribble* bola basket pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar diterima dengan nilai kontribusi sebesar 56,85% .

### 3) Terdapat Kontribusi $X_1$ dan $X_2$ Ke $Y$ (Kelincahan dan Koordinasi Mata dan Tangan Terhadap Keterampilan *Dribble* Bola Basket )

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan kelincahan dan koordinasi mata dan tangan terhadap keterampilan *dribble* bola



basket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar secara bersamaan (simultan) adalah  $0,794 > r_{tabel} = 0,532$ , hal ini menunjukkan adanya korelasi secara bersamaan antara variabel  $X_1$  dan  $X_2$  ke variabel Y atau ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dan koordinasi mata dan tangan terhadap keterampilan *dribble* bola basket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar sehingga hipotesis terdapat kontribusi kelincahan dan koordinasi mata dan tangan terhadap keterampilan *dribble* bola basket pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar diterima dengan nilai kontribusi sebesar 63,04%.

### C. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelincahan dan koordinasi mata dan tangan seorang pemain mempengaruhi keterampilannya dalam *dribble* bola basket, ini menandakan bahwa kelincahan dan koordinasi mata dan tangan mempunyai kontribusi yang baik terhadap keterampilan *dribble* bola basket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar. Kelincahan dan koordinasi mata dan tangan akan memaksimalkan kemampuan seorang pemain sewaktu mendribel bola basket tanpa kehilangan kontrol terhadap bola yang sedang digiring.

Dalam permainan bola basket unsur kelincahan dan koordinasi mata dan tangan sangatlah penting dan harus dimiliki secara maksimal oleh para pemain dimana kelincahan dan koordinasi mata dan tangan yang baik akan memudahkan pemain meningkatkan keterampilannya dalam mendribel bola basket. Selain memiliki kelincahan dan koordinasi mata dan tangan untuk memaksimalkan keterampilan mendribel bola basket tentunya pemain juga harus memiliki kemampuan fisik yang lain seperti kelenturan tubuh yang baik, keseimbangan

yang maksimal serta daya tahan otot yang maksimal agar keterampilan pemain dalam mendribel bola basket menjadi lebih maksimal.

Saat akan melakukan penelitian, peneliti menemui beberapa kendala-kendala yang menghambat terlaksananya penelitian yang telah direncanakan, hal ini diakibatkan oleh faktor cuaca, dimana kondisi lapangan yang tidak memiliki atap sehingga penelitian menjadi tertunda dikala hujan karena lapangan tidak memungkinkan untuk melakukan tes. Kemudian terkadang juga diundurinya waktu penelitian yang telah ditentukan karena ada sejumlah pemain yang berhalangan hadir sehingga jumlah sampel yang ditentukan tidak terpenuhi. Namun dengan kesabaran peneliti, akhirnya penelitian ini dapat diselesaikan.

Dari analisis data yang telah dikemukakan sebelumnya diketahui bahwa kelincahan dan koordinasi mata dan tangan mempunyai hubungan yang signifikan terhadap keterampilan *dribble* bola basket sehingga otomatis dapat juga disebut mempunyai kontribusi yang besar disaat pemain melakukan *dribble* bola. Nilai kontribusi ini cukup besar untuk mempengaruhi kemampuan *dribble* bola basket seseorang, walaupun masih ada faktor lain yang mempengaruhi kemampuan *dribble* bola basket namun faktor kelincahan dan koordinasi mata dan tangan ini merupakan faktor penting yang harus dimiliki secara maksimal oleh seorang pemain bola basket.

Hasil penelitian ini relevan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Pratama (2018:21) bahwa terdapat sumbangan dari kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola sebesar 26,8 %. Hal ini membuktikan kelincahan

merupakan komponen penting yang berpengaruh terhadap kemampuan menggiring bolabasket.

Kemudian juga relevan dengan penelitian Perdimia (2017:5) bahwa : Terdapat kontribusi yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan *dribbling* bolabasket atlet SMA Negeri 1 Lebong Utara, ini ditandai dengan hasil penelitian yang diperoleh yaitu nilai  $r = 0,480$  didapat  $r$  tabel = 0,230, adapun besar kontribusinya adalah 23%.

Serta relevan dengan penelitian Efendi (2017:29) sebagai berikut: Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan keterampilan bermain bolabasket, dengan persamaan garis regresi  $\hat{Y} = 104,4 + 1,69X_1$  Sedangkan kontribusi variabel kelincahan terhadap keterampilan bermain bola basket adalah 61,9%.

Hasil penelitian ini juga relevan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Gunawan (2018:38) bahwa diketahui nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,69. Hasil  $t$  hitung uji signifikansi variabel kelincahan ( $X_2$ ) dengan keterampilan menggiring bola ( $Y$ ) sebesar 5,09. Dari hasil uji indeks determinasi diperoleh hubungan kelincahan ( $X_2$ ) dengan keterampilan menggiring bola ( $Y$ ) sebesar 48,0%.

Berdasarkan hasil dari penelitian ini sudah terbukti bahwa terdapat hubungan yang signifikan dari kelincahan dan koordinasi mata dan tangan terhadap keterampilan *dribble* bola basket . Hubungan tersebut ada sewaktu pemain mendribel bola basket, ketika pemain bergerak kekiri dan kekanan menghindari rintangan sambil menggiring bolabasket yang dikontrol dengan

tangan faktor kelincahan dan koordinasi mata dan tangan bekerja secara serempak sehingga menghasilkan keterampilan *dribble* bola basket yang dinamis.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau



## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat ditarik suatu kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat kontribusi kelincahan terhadap keterampilan *dribble* bola basket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar sebesar 48,44% dengan nilai  $r_{hitung} = 0,696$  dengan  $r_{tabel} = 0,532$ .
2. Terdapat kontribusi koordinasi mata dan tangan terhadap keterampilan *dribble* bola basket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar sebesar 56,85% dengan nilai  $r_{hitung} = 0,754$  dengan  $r_{tabel} = 0,532$ .
3. Terdapat kontribusi kelincahan dan koordinasi mata dan tangan terhadap keterampilan *dribble* bola basket pada pemain Klub Pasopati Kabupaten Kampar sebesar 63,04% dengan nilai  $r_{hitung} = 0,794$  dengan  $r_{tabel} = 0,532$ .

#### B. Saran

1. Kepada pemain diharapkan lebih giat lagi dalam melakukan latihan fisik, melalui latihan kelincahan dan koordinasi mata dan tangan agar keterampilan *dribble* bola basket dapat terus ditingkatkan.
2. Bagi pelatih, disamping melatih teknik *dribble* bola basket juga diimbangi dengan latihan fisik seperti latihan kelincahan dan koordinasi mata dan tangan agar kemampuan *dribble* bola basket pemain semakin baik.
3. Kepada pihak pengurus klub untuk memperhatikan kelengkapan sarana dan prasarana latihan olahraga, khususnya olahraga bolabasket agar atlet dapat meningkatkan prestasinya dalam olahraga bolabasket.

4. Kepada peneliti selanjutnya agar meneliti lebih dalam lagi tentang faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan *dribble* bola basket .



Dokumen ini adalah Arsip Miitik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

## DAFTAR PUSTAKA

- Adindra. (2016). Kelentukan dan Latihan Kelincahan Meningkatkan Kemampuan *Dribble* Pada Pemain Hoki Pemula. *Journal of Physical Education and Sport*, 5(1).
- Afdhal, W, U. (2017). Hubungan Kelincahan dan Daya Tahan Dengan Hasil *Dribble* Bolabasket Pada Tim Putra SMAN 6 Pekanbaru. *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau*, 4 (1).
- Ahmadi, N. (2007). *Permainan Bolabasket*. Surakarta: Era Intermedia.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta. Rineka cipta
- Arsil. (2010). *Evaluasi Pendidikan Jasmani*. Malang. Wineka Media
- Arwih, M. Z. (2019). Hubungan Kelincahan Dengan Kemampuan *Dribble* Pada Permainan Bola Basket Mahasiswa Jurusan Ilmu Keolahragaan Angkatan 2017 FKIP UHO. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 18(1).
- Bahar, C. (2019). Kontribusi Kecepatan, Koordinasi Mata Tangan Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Pada Atlet Bola Basket Kabupaten Kerinci. *Ensiklopedia of Journal*, 1(3).
- Candra, O. (2017). Pengaruh Metode Kooperatif Terhadap Keterampilan Bermain Bolabasket Pada Siswa Puteri Kelas VIII Di SMP Negeri 9 Pekanbaru. *Jurnal Sport Area Penjaskerek FKIP UIR*, 2(1).
- Efendi, E. (2017). Kontribusi Kelincahan Dan Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Keterampilan Bermain Bolabasket. *Performa*, 2(01), 21-31.
- Firmansyah, M. (2017). Kelincahan Dan Kecepatan Lari 30 Meter Dengan Kemampuan *Dribble* Ekstrakurikuler Bola Basket Di SMP. *ALTIUS*, 6 (2), 160-167.
- Feby, E, P. (2017). Kontribusi Kelincahan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Bolabasket Atlet SMA Negeri 1 Lebong Utara. *Jurnal Sport Area Penjaskerek FKIP UIR*, 2(1).
- Gafur, A. (2016). Kontribusi kelincahan dan kelentukan pergelangan tangan terhadap kemampuan *dribbling* pada pemain bola basket. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 13(2).

- Gunawan, G. (2018). Hubungan Power Tungkai Dan Kelincahan Dengan Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Futsal. *Jurnal Speed (Sport, Physical Education, Empowerment)*, 1(1), 30-39.
- Harsono. (2001). *Latihan Kondisi Fisik*. Jakarta: Dedikbud, Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi.
- Hidayatullah, F. (2018). Hubungan Kelincahan Dengan Keterampilan *Dribble*bolabasket Mahaatlet Baru Program Studi Pendidikan Olahragastkip Pgri Bangkalan. *Jurnal Sport Area Penjaskesrek FKIP UIR*. 3 (1).
- Illahi, Y. K. (2019). Kontribusi Koordinasi Mata Tangan, Keseimbangan, dan Kecepatan Terhadap Kemampuan Dribbling Bolabasket. *Jurnal JPDO*, 2(1).
- Irawadi, H. (2011). *Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. Padang: Jurusan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan.UNP Press.
- Ismaryati. (2006). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta. Sebelas Maret University Press
- Kerru, A., Saparia, A., & Brilin, A. S. (2015). Pengaruh Latihan Shuttle Run Dan Lari Zig-Zag Terhadap Keterampilan Dribbling Dalam Permainan Bola Basket Pada Siswa SMP Negeri 1 Biromaru. *Tadulako Journal Sport Sciences And Physical Education*, 1(2).
- Kusumawati, M. (2015). *Penelitian Penjasorkes Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Koeron, N. (2017). *Buku Pintar Basket*. Jakarta: Anugrah.
- Maifa, S., & Syahban, A. (2017). Analisis Kelincahan Dan Kelentukan Terhadap Kemampuan *Dribble* Bola Basket Pada Siswa SMP Negeri 2 Sungai Durian Kotabaru. *Cendekia: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 5(2).
- Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- Oliver, J. (2007). *Dasar-Dasar Bolabasket*. Human kinetics, alih bahasa. Wawan Eko Yulianto. Bandung: Pakar Raya.
- Puriana, R. H. (2016). Pengaruh pelatihan melompat satu kaki dan melompat dua kaki terhadap peningkatan daya ledak otot tungkai dan kelincahan. *Buana Pendidikan: Jurnal Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan*, 12(22).



- Purnawan, C. F. (2012). Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Kelentukan Pergelangan Tangan Dengan Hasil Tembakan Bebas Bola Basket. *Unnes Journal of Sport Sciences*, 1(1).
- Perdima, F. E. (2017). Kontribusi Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling Bolabasket Atlet SMA Negeri 1 Lebong Utara. *Journal Sport Area*, 2(1), 1-6.
- Pratama, A. P., Sugiyanto, S., & Kristiyanto, A. (2018). Sumbangan Koordinasi Mata-Kaki, Kelincahan, Keseimbangan Dinamis dan Fleksibilitas Togok Terhadap Kemampuan Menggiring Bola pada Permainan Sepakbola. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 4(1), 15-27.
- Pratama, C. Y., & Sutopo, P. (2016). Kontribusi fisik dan teknik terhadap keterampilan dribbling atlet bolabasket putri junior Kabupaten Gunungkidul. *Jurnal Keolahragaan*, 4(2).
- Ramadhani, N., Riyanto, A., & KM, S. (2018). Pengaruh Penambahan Core Stability pada Latihan Zig-zag Run terhadap Kelincahan Pemain Bola Basket Putra (*Doctoral dissertation*, Universitas' Aisyiyah Yogyakarta).
- Riduwan. (2005). *Belajar Mudah Untuk Guru Karyawan dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta.
- Rizhardi, R. (2017). Hubungan Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling Pada Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket Di SMP Kartika 1-7 Padang. *Wahana Didaktika*, 15(2), 111-122.
- Rustanto, H. (2016). Hubungan Antara Tinggi Badan Dan Kelincahan Tubuh Terhadap Hasil *Dribble* Bola Pada Permainan Bola Basket. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 4(2), 144-156.
- Sari, H. P. (2019, March). Hubungan Kelincahan Dengan Keterampilan Dribbling Bola Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket SMP Negeri 16 Palembang Tahun Ajaran 2017/2018. In *Seminar Nasional Olahraga*, 1 (1).
- Salim, A. (2007). *Buku Pintar Bolabasket*. Bandung: Jembar.
- Saputro, D. L. (2018). Hubungan Antara Kekuatan Otot Lengan Kelincahan dan Kecepatan Dengan Kemampuan *Dribble* Pada Permainan Bolabasket Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Papar Kabupaten Kediri. *Simki-Techsain* 2(3).
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung: Alfabeta.

- Supian, A. (2014). Kontribusi Kecepatan dan Kelincahan Terhadap Kecepatan Dribling Bolabasket Pada Pemain Basket Putra SMKN 3 Banjarbaru. *Jurnal Multilateral*, 13, (1).
- Suri, A, S. (2018). Hubungan Kelincahan Dengan Keterampilan *Dribble* Bolabasket Basket Pada Tim Basket Putra SMK Negeri 2 Pekanbaru. *Jurnal Online Mahaatlet Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau*. 5 (1).
- Syoergawi, B. M., Arwin, A., & Insanisty, B. (2014). Kontribusi Berat Badan Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan *Dribble* Dalam Permainan Bola Basket Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket Sman 1 Bengkulu Selatan (*Doctoral Dissertation*, Universitas Bengkulu).
- Undang-Undang Republik Indonesia No 3 Tahun 2005 Tantang Sistem Keolahragaan Nasional. Jakarta: Kemenegpora.
- Yono, A, T. (2015). Pengaruh Latihan Three Corner Drill Terhadap Peningkatan Kelincahan Pemain Bolabasket SMA Negeri 2 Lubuk Basung. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*. 1 (1).