HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN DAN KECEPATAN DENGAN KEMAMPUAN DRIBBLE DALAM PERMAINAN BOLA BASKET PADA SISWA PUTRI SMK PGRI 3 KEDIRI TAHUN AJARAN 2014/2015

ARTIKEL SKRIPSI

Diajukan Untuk Penulisan Artikel Ilmiah Guna Memenuhi Sebagian Syarat

Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)

Pada Program Studi Pendidikan Penjaskesrek

Oleh :

SHIANTAURI PATTY
NPM : 11.1.01.09.0404

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
2 0 1 5

Skripsi atas nama :

SHIANTAURI PATTY
NPM : 11.1.01.09.0404

Dengan Judul :

HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN DAN KECEPATAN DENGAN KEMAMPUAN DRIBBLE DALAM PERMAINAN BOLA BASKET PADA SISWA PUTRI SMK PGRI 3 KEDIRI TAHUN AJARAN 2014/2015

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk diajukan kepada Panitia Ujian Program Studi Penjaskesrek pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nusantara PGRI Kediri

Tanggal 25 Agustus 2015

Dosen Pembimbing I,	Dosen Pembimbing II,
Drs. Setyo Harmono, M.Pd.	Drs. Slamet Junaidi M.Pd.
NIDN. 727095801	NIDN. 00150668010

ii

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi atas nama :

SHIANTAURI PATTY
NPM : 11.1.01.09.0404

Dengan Judul :

HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN DAN KECEPATAN DENGAN KEMAMPUAN DRIBBLE DALAM PERMAINAN BOLA BASKET PADA SISWA PUTRI SMK PGRI 3 KEDIRI TAHUN AJARAN 2014/2015

Telah dipertahankan di depan Panitia Penguji pada tanggal 30 bulan Agustus tahun 2015 dan dinyatakan telah memenuhi persyaratan.

PANITIA PENGUJI

Tanda Tangan

1. Ketua : Drs. SETYA ADI SANCAYA, M.Pd. _____
3. Penguji I : Drs. Slamet Junaidi M.Pd. _____
4. Penguji II : Drs. Setyo Harmono, M.Pd. _____

Mengetahui dan Mengesahkan
Dekan FKIP,

Dr. Hj. SRI PANCA SETYAWATI, M.Pd.
NIDN.0716046202

iii

HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN DAN KECEPATAN DENGAN KEMAMPUAN DRIBBLE DALAM PERMAINAN BOLA BASKET PADA SISWA PUTRI SMK PGRI 3 KEDIRI TAHUN AJARAN 2014/2015

Shiantauri Patty
11.1.01.09.0404
FKIP – Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Patty.dahlan@yahoo.com
Drs. Setyo Harmono, M.Pd. dan Drs. Slamet Junaidi, M.Pd.
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Shiantauri Patty. NPM : 11.1.01.09.0404. "Hubungan Antara Kelincahan dan Kecepatan Dengan Kemampuan Dribble Dalam Permainan Bola Basket Pada Siswa Putri Smk Pgri 3 Kediri Tahun Ajaran 2014/2015." SKRIPSI. Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nusantara PGRI Kediri. 2015.

Kata kunci : *Kelincahan, kecepatan, kemampuan dribble bola basket*

Bola basket merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang pelaksanaannya membutuhkan banyak faktor, yaitu kelincahan, kecepatan koordinasi gerak dan letak otot. Agar pencapaian kemampuan Dribble Bola Basket dapat mencapai situasi yang maksimal. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan informasi tentang hubungan antara kelincahan dan kecepatan dengan kemampuan dribble bola basket pada siswa SMK PGRI 3 Kediri.

Jadi secara keseluruhan hipotesis adalah dugaan sementara yang belum sepenuhnya diakui kebenarannya. Benar atau tidaknya suatu hipotesis harus diuji, untuk membuktikan benar atau tidaknya suatu hipotesis digunakan hipotesis alternatif dan hipotesis nihil. Dalam hipotesis alternatif ini berbunyi :

1. Ada hubungan antara kelincahan dengan kemampuan dribble dalam permainan bola basket.
2. Ada hubungan antara kecepatan dengan kemampuan dribble dalam permainan bola basket.
3. Ada hubungan antara kelincahan dan kecepatan dengan kemampuan dribble dalam permainan bola basket.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan deskriptif analisis dengan menggunakan test dan pengukuran. Dalam penelitian ini menggunakan test dan pengukuran antara lain : 1) untuk test kelincahan dengan melakukan shuttle run (lari hilir mudik), 2) untuk test kecepatan dengan melakukan lari sprint test, 3). Sedangkan dengan kemampuan dribble dengan melakukan dribble zig zag dengan beberapa rintangan.

Hasil penelitian diperoleh dan diolah serta dianalisis, yaitu :

a. Dengan mencari korelasi kelincahan (X_1), dengan kemampuan dribble (Y) dapat diperoleh angka sebesar $r\Sigma X_1Y$ = 0,703 dengan taraf signifikan 5% = 0,361, dengan derajat kebebasan 27 (30 – 2 – 1 = 27).
b. Sedang mencari korelasi kecepatan (X_2) dengan kemampuan dribble (Y) dapat diperoleh angka sebesar $r\Sigma X_2Y$ = 0,700 dengan taraf signifikan 5% = 0,361, dengan derajat kebebasan 27 (30 – 2 – 1 = 27)
c. Korelasi X_1 dan X_2 dengan Y hasilnya 0,836 signifikan 5% = 0,361 dengan derajat kebebasan 27 (30 – 2 – 1 = 27).

Implikasi dari hasil penelitian ini sebagai konsekuensi atau tindak lanjut atas keputusan yang diambil dan dapat dikemukakan sebagai berikut : Ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dan kecepatan dengan kemampuan dribble dalam permainan bola basket. Kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut : “Terdapat pengaruh atau kontribusi yang positif yang berarti ada hubungan antara kelincahan dan kecepatan dengan kemampuan dribble dalam permainan bola basket atau dengan kata lain ada hubungan yang signifikan.

I. LATAR BELAKANG

Indonesia mempunyai potensi penduduk yang sangat besar, maka olahraga harus dibina dan dikembangkan secara luas agar masyarakat Indonesia dapat menjadi bangsa yang sehat jasmani dan rohani, kuat fisik dan mentalnya.

Seperti yang telah diketahui di dalam kegiatan sehari-hari semua makhluk hidup yang ada di dunia ini memerlukan gerak, demikian juga dengan manusia. Manusia merupakan makhluk yang aktif, sehingga mereka banyak melakukan gerak. Kodrat manusia sejak lahir sudah dikaruniai sifat-sifat dasar tumbuh dan berkembang, lebih-lebih untuk menjaga serta memelihara keseimbangan antara jasmani dan rohani yang sehat maka kebutuhan gerak ini harus dipenuhi.

Sugiyanto (1993 : 3) mengutip pendapat dari Anita J. Harrow, Gerak tubuh manusia dapat diklasifikasikan menjadi enam macam yaitu gerak refleks, gerak dasar fundamental, kemampuan perseptual, kemampuan fisik, gerak ketrampilan, komunikasi non diskursif.

Pada saat ini olahraga sangat penting, untuk karena itu olahraga yang dilakukan dengan disiplin sebagai salah satu sarana penanggulangan masalah-masalah gangguan kesehatan, karena dengan melakukan olahraga maka kesehatan manusia akan terpenuhi dan daya tahan tubuh akan semakin bertambah. Selain itu olahraga juga berfungsi sebagai suatu hiburan guna menghilangkan kejenuhan dan ketegangan di dalam kita melakukan pekerjaan sehari-hari.

Sehubungan dengan itu perlu ditingkatkan pendidikan jasmani olahraga di lingkungan sekolah pengembangannya dibidang olahraga prestasi. Upaya memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat dan juga menciptakan iklim yang lebih mendorong masyarakat khususnya pemuda untuk berpartisipasi secara bertanggung jawab dalam membina dan mengembangkan olahraga, khususnya perlu pengembangan sistem pembinaan olahraga yang lebih efektif termasuk pemberian penghargaan pada olahragawan. Terutama atlet dan pelatih yang berprestasi serta pengembangan organisasi dan wadah-wadah pembinaan yang lainnya.

Kenyataan membuktikan, bahwa pengembangan ilmu serta teknologi di bidang olahraga, sehingga memberikan tuntutan para pendidik olahraga. Suatu penguasaan ilmu pengetahuan yang baku selain ketrampilan teknik-teknik dasarnya. Olahraga memberikan kesempatan kepada anak muda mengembangkan bakatnya, sebagai pembuktian kepribadian sosial. Dengan demikian hal ini akan berpengaruh kepada peranan contoh-contoh meningkatkan dan menggairahkan anak muda dalam olahraga. Waktu senggang dan

olahraga rekreasi adalah olahraga yang dapat dimainkan oleh anak-anak sampai dewasa, baik wanita maupun pria.

Kegunaan bermain bola basket dalam individu secara harmonis dalam pembentukan jasmani dan rohani sangatlah besar sahamnya. Prestasi bermain bola basket akan baik bila jasmani dan rohani saling berkaitan.

Pada setiap permainan mempunyai nilai-nilai yang baik bagi pembinaan jasmani dan rohani serta sosial manusia, sebab pada setiap permainan selalu mempunyai nilai biologis, hygienis, moral, pembinaan kepribadian/psikologis segi sosial dan sebagainya.

Dari sekian banyak macam-macam tehnik fisik yang harus dikuasai oleh seorang pemain bola basket, Prof. Drs. Harsono M., SE. dalam bukunya *"Latihan Kondisi Fisik" (1993)* menyebutkan dan mendefinisikan bahwa komponen dasar kondisi fisik antara lain Kelincahan *(agility)* dan Kecepatan *(speed)* dalam mendribble bola.

Dalam buku "Peraturan Permainan Bola Basket" (2006) membagi jenis-jenis dribble dalam permainan bola basket sebagai berikut :

1. Change – of – Pace Dribble
2. Low or control Dribble
3. High or speed Dribble
4. Crossover Dribble
5. Behind – the – Back Dribble
6. Between – the – legs Dribble
7. Reverse Dribble

Selanjutnya diantara jenis dribble tersebut di atas, yang paling penting harus dikuasai oleh seorang pemain bola basket adalah high or speed dribble, yang mana kita ketahui bola basket adalah salah satu permainan cepat sehingga banyak pelatih yang menerapkan strategi fast break (serangan cepat). Pada dasarnya gerakan fast break biasanya diakhiri dengan gerakan lay-up shot (tembakan melompat dengan posisi dekat ke keranjang).

II. METODE PENELITIAN

Sesuai dengan masalah yang penulis teliti, bahwa di dalam penelitian terdapat 3 variabel yang dapat penulis kemukakan, yaitu :

"Hubungan antara Kelincahan dan Kecepatan dengan Kemampuan Dribble dalam Permainan Bola Basket pada SMK PGRI 3 Kediri Tahun Ajaran 2014/2015 ". Dalam penelitian ini penulis menggunakan 3 variabel, variabel tersebut di atas sesuai dengan permasalahan yang ingin dikupas oleh penulis. Variabel merupakan sesuatu yang bervariasi yang dijadikan obyek dalam suatu penelitian ilmiah.

Penelitian korelasi memungkinkan pembuatan sesuatu perkiraan bagaimanakah hubungan antara variabel satu dengan variabel yang lain. Jika variabel tersebut mempunyai hubungan yang erat, koefisien

korelasi akan diperoleh 1,00 atau (-100) jika variabel tersebut tidak mempunyai hubungan, perkiraan yang dibuat berdasarkan hubungan tersebut secepat mungkin.

Sehubungan dengan uraian di atas, maka variabel-variabel yang menjadi pokok pengamatan adalah :

1. Kelincahan sebagai Variabel bebas (X_1)
2. Kecepatan sebagai Variabel bebas (X_2)
3. Kemampuan Dribble sebagai Variabel terikat (Y)

Untuk variabel bebas diperoleh dari hasil test kelincahan yaitu Shuttle Run dan test kecepatan yaitu lari sprint 30 meter. Sedangkan variabel terikat diperoleh dari hasil test dribbling bola basket.

Sesuai dengan tujuan penelitian dan hipotesis yang dirumuskan, maka diperlukan suatu metode penelitian. Dengan terpenuhinya beberapa faktor mengenai metode penelitian tersebut, maka penelitian dapat memperkecil kesalahan dalam menganalisa data.

Di dalam penelitian ini penulis menggunakan metode analisis regresi merupakan suatu metode penganalisasian variabilitas dari suatu variabel tak bebas dengan menggunakan informasi yang tersedia pada satu variabel bebas atau lebih. (Bambang Sunarko, 1999 : 53)

Penelitian korelasi berkaitan dengan pengumpulan data untuk menentukan ada tidaknya hubungan antara variable atau lebih maka penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif karena data variabel memungkinkan untuk di kuantifikasikan.

Di dalam menganalisa data, dipergunakan beberapa rumus yang relevan dengan masalah dan hipotesa yang telah ada yaitu sebagai berikut :

1. Untuk mencari Mean (rata-rata) kelincahan (X_1), kecepatan (X_2) dan kemampan dribble (Y), menggunakan rumus :

$$\overline{X}_1 = \frac{\sum X_1}{N} \qquad \overline{X}_2 = \frac{\sum X_2}{N}$$

$$Y = \frac{\sum Y}{N}$$

Keterangan :

$\overline{X}$: Rata – rata X

Y : Rata – rata Y

Σx : Jumlah keseluruhan dari variabel X

ΣY : Jumlah keseluruhan dari variabel Y

N : Jumlah sampel.

2. Rumus untuk menghitung analisa korelasi

$$r_{xy} = \frac{\sum xy - \frac{(\sum x)(\sum y)}{N}}{\sqrt{\left(\sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{N}\right)\left(\sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{N}\right)}}$$

Keterangan.

∑xy : Jumlah perkalian antara x dan y

x : Variabel prediktor

Rxy : Korelasi xy

3. Koefisien korelasi antara kriterium Y dan prediktor X_1 dan X_2, diperoleh dengan rumus :

$$R_{y(1,2)} = \sqrt{\frac{(\alpha^1)(\sum_1 y) + (\alpha^2)(\sum_2 y)}{\sum y^2}}$$

Keterangan

Ry (1,2) : Koefisiensi korelasi antara Y dengan X_1 dan X_2.

α^1 : Koefisiensi korelasi prediktor X1

α^2 : Koefisiensi korelasi prediktor X_2

$\sum_1 y$: Jumlah perkalian antara X_1 dan Y

$\sum_2 y$: Jumlah perkalian antara X_2 dan Y

$\sum y^2$: Jumlah kuadrat kriterium Y

4. Untuk menentukan apakah ketiga Ry (1,2) tersebut signifikan atau tidak dengan menggunakan analisa Regresi. Dari analisa tersebut akan diperoleh nilai F garis regresi.

Adapun rumusnya adalah sebagai berikut :

$$F_{reg} = \frac{R^2(N - M - 1)}{M(1 - R^2)}$$

(Sumanto, 1989 : 182)

Keterangan :

F reg : Harga F garis regresi

N : Jumlah kasus

M : Jumlah prediktor

R : Koefisiensi korelasi antara kriterium dengan prediktor.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Sesuai dengan judul yang diteliti yaitu : Hubungan antara Kelincahan dan Kecepatan dengan Kemampuan Dribble dalam Permainan Bola Basket pada Siswa Putri SMK PGRI 3 Kediri Tahun ajaran 2014/2015 . Maka berdasarkan penelitian Bab I dan hasil penelitian sebagai berikut :

1. Terdapat hubugan yang signifikan antara kelincahan (X_1) dengan kemampuan dribble (Y) bola basket.
2. Terdapat hubugan yang signifikan antara kecepatan (X_2) dengan kemampuan dribble (Y) bola basket.
3. Ada hubungan antara kelincahan dan kecepatan dengan kemampuan bribble bola basket.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Bambang Sunarko. (1999). *Pokok-pokok Statistika Inferensial.* IKIP PGRI Kediri

FIBA, (2008). *Peraturan Permainan Bola Basket.* China

Harsono, (1993), *Latihan Kondisi Fisik*, Jakarta

Marta Dinata, (2008), *Konsep dan teknik bermain bola basket*, Jakarta

Moch. Moeslim, (1995), *Test dan Pengukuran Pelatihan*, Jakarta

Muhajir, (2006), *Pendidikan Jasmani Olahrga dan Kesehatan*, Jakarta

Nurhasan, (2007), *Test dan Pengukuran Pendidikan Olahraga.* Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia.

PERBASI, (2006), *Peraturan Permainan Bola Basket*, Jakarta

Sajoto, (1998), *Pembinaan Kondisi Fisik dan Olahraga*, Jakarta.

Sugiyanto, (1993), *Pertumbuhan dan Perkembangan Gerak*, Jakarta.

Suharno, (1993), *Penyusunan Program Latihan*, Jakarta.

Sugiyono, (1999), *Statistika untuk Penelitian*, Jakarta.

Sumanto, (1989), *Metodologi Penelitian Sosial dan Pendidikan*, Jakarta.