



THE RELATIONSHIP BETWEEN AGILITY AND DRIBBLING ABILITY OF BASKETBALL IN EXTRACURRICULAR STUDENTS OF SMAN 1 KEPAHANG

HUBUNGAN KELINCAHAN DENGAN KEMAMPUAN DRIBBLING BOLABASKET PADA SISWA EKSTRAKURIKULER SMAN 1 KEPAHANG

Deffri Anggara¹, Febra Ritanza², Eko Putro Utama³,
Titi Ajayati⁴, Vina Destika⁵, Jopin⁶

^{1,2,3,4,5,6} Departemen Physical Education Study Program, Universitas Dehasen Bengkulu, Indonesia

Corresponding Author :

deffri.anggara@unived.ac.id

How to Cite :

Anggara, D., Ritanza, F., Utama, E.P., Ajayati, T., Destika, V. Jopin. (2024). *The Relationship Between Agility And Dribbling Ability Of Basketball In Extracurricular Students Of SMAN 1 Kepahiang*, 5(2). DOI: <https://doi.org/10.37638/hanoman.v5i2.1317>

ARTICLE HISTORY

Received [16 November 2024]

Revised [30 November 2024]

Accepted [15 December 2024]

Kata Kunci :

Hubungan, Kelincahan,
Kemampuan Dribbling
Bolabasket.

Keywords :

Relationship, Agility, Dribbling
Ability of Basketball.

This is an open access article
under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kelincahan dengan kemampuan dribbling bolabasket. Sampel dalam penelitian ini hanya siswa putra yang berjumlah 20 orang. Metode penelitian ini tergolong pada jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan teknik analisis korelasional. Teknik pengumpulan data menggunakan instrumen tes kelincahan Illinois Agility Run Test dan kemampuan dribbling dengan tes kemampuan dribbling bolabasket. Hasil penelitian diperoleh thitung lebih besar dari ttabel atau >, sehingga dapat dikemukakan bahwa hipotesis penelitian H_a diterima dan hipotesis H_0 ditolak. Dapat dilihat dari perhitungan hasil yang menunjukkan nilai korelasi (r) dengan ketentuan nilai $r = 0,657$ maka koefisien korelasi tergolong kuat. Hasil nilai koefisien determinan menunjukkan variabel bebas kelincahan memberikan kontribusi terhadap kemampuan dribbling bolabasket sebesar 44,16 % dan sisanya 55,84 % ditentukan oleh variabel lain

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between agility and basketball dribbling ability. The sample in this study were only male students totalling 20 people. This research method belongs to the type of quantitative research using correlational analysis techniques. Data collection techniques using the Illinois Agility Run Test agility test instrument and dribbling ability with a basketball dribbling ability test. The results of the study obtained t_{count} is greater than t_{table} or $>$, so it can be stated that the research hypothesis H_a is accepted and the hypothesis H_0 is rejected. It can be seen from the calculation of the results that show the correlation value (r) with the provisions of the value of $r = 0.657$, the correlation coefficient is classified as strong. The results of the determinan coefficient value show that the independent variable agility contributes to the dribbling ability of basketball by 44.16% and the remaining 55.84% is determined by other variables.

PENDAHULUAN

Bolabasket pertama kali ditemukan oleh Dr. James Naismith, anggota sekolah pelatihan Young Mans Christian Association (YMCA) di Springfield, Massachusetts pada bulan Desember 1891. Organisasi yang melindungi olahraga bolabasket di Indonesia adalah PERBASI (Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia), Organisasi ini didirikan pada 23 Oktober 1951 dan diresmikan atas prakarsa Ketua KONI (Komite Olahraga Nasional Indonesia) yang saat itu, Maladi (Nugraha, 2010). (Kadek Suardika et al., 2024) Bolabasket merupakan permainan bola besar yang dimainkan dua regu yang masing-masing terdiri dari lima orang yang dimana tiap-tiap regu berusaha memasukkan bola kedalam ring atau membuat poin, dimana bola dioper (passing), digiring (dribble) atau dipantulkan kesegala arah sesuai dengan peraturan (Agung Prabowo et al., 2023)

(Rustanto, 2015) Pada hakikatnya setiap pemain bola basket dituntut agar mampu melakukan dribbling yang baik, lincah tanpa kehilangan keseimbangan ketika melewati setiap lawan. Pada perkembangan bolabasket modern saat ini dribbling sangat bervariasi seperti: a) dribble passing dan lay-up, b) change of pace dribble, c) retreat dribble, d) crossover dribble, d) inside-out dribble, e) reserve dribble, dan f) dribble lay-up. Di samping itu, dribbling berperan penting dalam permainan bolabasket untuk menunjang teknik dasar seperti shooting dan passing, dalam permainan bolabasket shooting dan passing di area lawan yang kosong tanpa penjagaan yang ketat dari lawan untuk melakukan shooting ke basket lawan untuk menghasilkan angka dapat dibangun dari kemampuan dribbling dengan begitu permainan bolabasket lebih variatif dan semangat bermain akan bertambah. Menurut (Jon Oliver, 2007) untuk memperoleh hasil dribbling yang diinginkan sesuai dengan kebutuhannya dalam bermain bolabasket dipengaruhi oleh faktor bakat dan kemauan, kekuatan otot

tungkai, kecepatan, kelentukan, keseimbangan dan kelincahan. Bakat dan kemauan merupakan potensi yang dimiliki siswa semenjak lahir dan merupakan daya tangkap siswa secara afektif untuk mempelajari dribbling dengan baik. Apabila bakat dan kemauan baik, maka siswa dapat melakukan dribbling bola dengan baik. bahwa "dribbling adalah salah satu teknik dasar dalam bola basket dengan cara menguasai bola sambil bergerak untuk mengamankan bola dari rampasan oleh lawan. Bola dipantulkan ke lantai, sesuai peraturan yang disahkan. Pada awalnya bola harus lepas dari tangan sebelum kaki andia diangkat kelantai, sementara mengiring bola tidak boleh menyentuh bola dengan dua tangan (Perdima, 2017).

(Rizhardi et al., 2017) Kelincahan merupakan salah satu komponen kebugaran jasmani yang sangat diperlukan pada semua aktivitas yang membutuhkan perubahan posisi tubuh dan bagian-bagiannya. Oleh karena itu kelincahan sangat dibutuhkan untuk mendapatkan hasil dribbling yang baik. (Yuliandra et al., 2019) Pada Kurikulum pendidikan jasmani siswa diharapkan memiliki kebugaran jasmani yang memadai, menguasai paling tidak salah satu nomor atletik, senam, beladiri, renang, dan olahraga permainan sehingga peserta didik mempunyai kepercayaan diri untuk melakukan kegiatan olahraga secara teratur, memiliki gaya hidup aktif karena didukung oleh pengetahuan yang memadai tentang pendidikan jasmani, peraturan teknis dan taktis serta strategi olahraga.

Selain itu faktor yang harus dimiliki siswa untuk mendukung dribbling yang baik adalah kekuatan otot tungkai dibutuhkan untuk dapat kuat berlari. Apabila kekuatan otot tungkai siswa lemah, maka siswa akan kesulitan melakukan dribbling dengan baik dan bola mudah terlepas dari penguasaan siswa, selain itu kecepatan dibutuhkan untuk berlari sambil dribbling bola secara cepat. (Pranata, 2023) Apabila siswa tidak memiliki unsur kecepatan, maka siswa akan kesulitan melakukan dribbling dan gerakan dribbling bola dapat dengan mudah dibaca oleh lawan serta bola mudah dirampas dari tangan siswa, tidak hanya kecepatan yang harus dimiliki kelentukan juga dibutuhkan sebagai perluasan ruang gerak sendi. Apabila tingkat kelentukan yang dimiliki siswa tinggi, maka akan dapat mengefisienkan gerakan, mengefektifkan waktu dan energi di saat dribbling, untuk itu keseimbangan juga dibutuhkan pada saat berlari dengan cepat sambil dribbling bola. Apabila keseimbangan tubuh rendah, maka pada saat dribbling, siswa akan dapat terjatuh dan bola terlepas dari penguasaan, menyempurnakan gerakan tersebut yakni kelincahan dibutuhkan saat dribbling bola agar dapat selalu berpindah tempat sesuai dengan situasi dan kondisi yang dihadapi siswa. Apabila siswa tidak memiliki kelincahan, akan kesulitan dribbling dengan berpindah arah ataupun tempat. Faktor-faktor tersebut sangat berkaitan untuk mendukung kemampuan dribbling bola basket yang baik. Selain beberapa faktor di atas, faktor eksternal yang juga ikut mempengaruhi hasil dribbling seorang atlet bola basket adalah sarana dan prasarana. Sarana dan prasarana permainan bola basket diharapkan harus memenuhi standar yang disarankan dalam peraturan yang diberikan PERBASI. Sarana dan prasarana yang tidak memenuhi standar seperti: lapangan yang berlubang, lantainya tidak datar dan permukaannya licin, tidak akan dapat menghasilkan kemampuan dribbling yang baik.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini tergolong pada jenis metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan teknik analisis korelasional. (Hafni Sahir, 2021) mengemukakan bahwa penelitian korelasional bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan dan apabila ada, berapa erat hubungan serta berarti atau tidak hubungannya. Tempat penelitian adalah di lapangan bola basket SMA Negeri 01 Kepahiang. Pada penelitian ini yang dijadikan populasi adalah siswa ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 01 Kepahiang yang berjumlah 20 orang putra. Dalam penelitian ini dijadikan sampel penelitian hanya siswa putra yang berjumlah 20 orang, teknik pengambilan sampel dilakukan dengan total sampling.

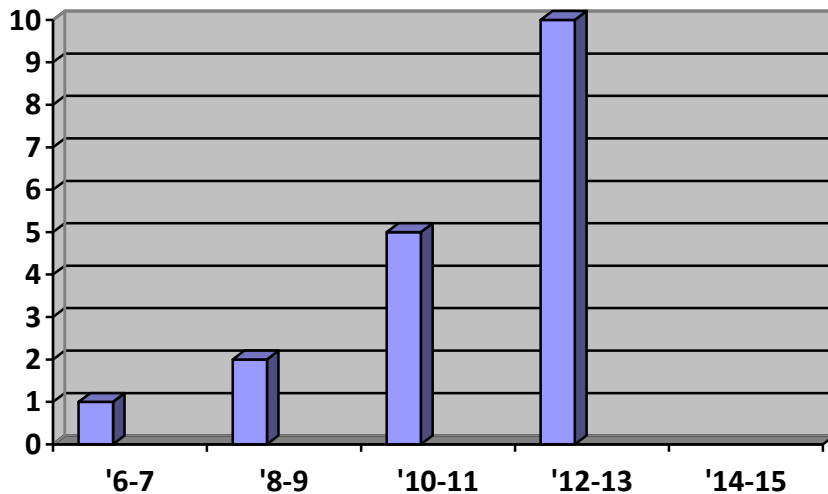
HASIL

Berdasarkan hasil tes kelincahan, diperoleh skor maksimum adalah 18,52 dan skor minimum 16,05. Di samping itu diperoleh nilai mean (rata-rata) = 14,05, median = 14, modus = 14, Standar Deviasi = 0,69. Agar lebih jelasnya deskripsi data kelincahan dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kelincahan (X)

No.	Kelas Interval (detik)	Frekuensi		Kategori
		Absolut (Fa)	Relatif (%)	
1	<13	0	0	Baik Sekali
2	14-13	10	50%	Baik
3	16-15	5	25%	Cukup
4	18-17	5	25%	Kurang
5	>19	0	0	Kurang Sekali
Jumlah		20	100%	-

Sumber: Data Diolah, 2024



Gambar 1. Histogram Kelincahan (X)

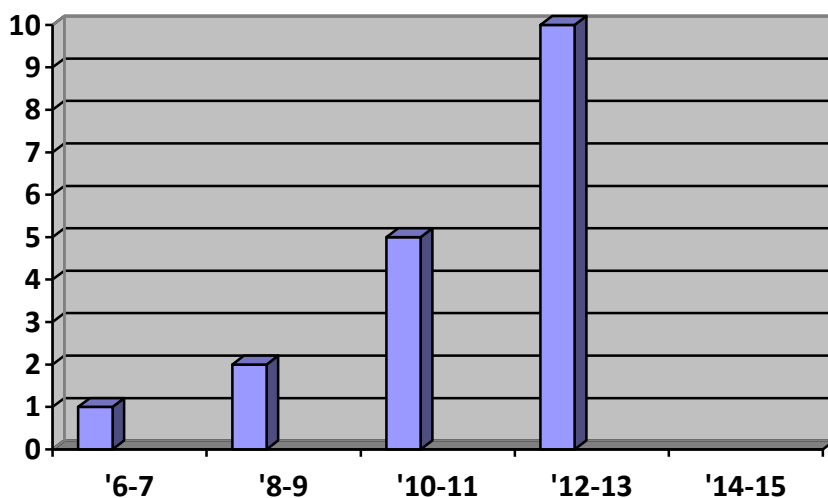
Berdasarkan histogram di atas dari 20 orang sampel, 0% yang tergolong kategori baik sekali, 10 orang (50%) mencapai waktu 14-13 detik tergolong kategori baik, 5 orang (25%) mencapai waktu 16-15 detik tergolong kategori cukup, 5 orang (25%) mencapai waktu 18-17 tergolong kategori kurang dan 0% yang tergolong kategori kurang sekali.

Berdasarkan hasil tes kemampuan dribbling, diperoleh skor maksimum adalah 15 dan skor minimum 7 di samping itu diperoleh nilai mean(rata-rata) = 12, median = 11, modus = 12, Standar Deviasi = 2,3511. Agar lebih jelasnya deskripsi data dribbling dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Dribbling (Y)

No.	Kelas Interval (rintangan)	Frekuensi		Kategori
		Absolut (Fa)	Relatif (%)	
1	6-7	1	5%	Kurang Sekali
2	8-9	2	10%	Kurang
3	10-11	5	25%	Cukup
4	12-13	10	50%	Baik
5	14-15	2	10%	Baik Sekali
Jumlah		20	100%	-

Sumber: Data Diolah, 2024



Gambar 2. Histogram Dribbling (Y)

Berdasarkan histogram gambar 2 di atas dari 20 orang sampel, 2 orang yang melewati 14-15 rintangan (10%) yang tergolong kategori baik sekali, 10 orang yang melewati 12-13 rintangan (50%) tergolong kategori baik, 5 orang yang melewati 10-11 rintangan (25%) tergolong kategori cukup, 2 orang yang melewati 8-9 rintangan (10%) tergolong kategori kurang dan 1 orang yang mampu melewati 6-7 rintangan (5%) yang tergolong kategori kurang sekali. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas distribusi *variable* kelincahan dan kemampuan dribbling bolabasket. Data tes akhir dianalisis dengan uji Lilliefors, dengan taraf signifikansi yang digunakan sebagai dasar menolak ataupun menerima keputusan normal atau tidaknya suatu distribusi data adalah $\alpha = 0,05$. Setelah diperoleh koefisien korelasi diperoleh (r) sebesar 0,6334, jika dilihat dari tabel interpretasi korelasi nilai (r) maka koefisien korelasi 0,60-0,799 tergolong tingkat hubungan kuat.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data di atas telah diperoleh hasil dengan interval koefisien 0,6570 yang termasuk memiliki hubungan yang kuat antara kelincahan dan dribbling, berarti hasil ini menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut saling berhubungan. Dimana dapat dilihat dari tabel interpretasi koefisien korelasi nilai (r) variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y) mempunyai tingkat hubungan kuat. Setelah data dihitung menggunakan rumus korelasi product moment didapatkan hasil 0,6334, kemudian untuk menyatakan besar kecil sumbangan variabel (X) dan (Y) dapat ditentukan dengan rumus diterminan sehingga mendapatkan hasil 42,16% artinya variabel bebas (X) kelincahan memberikan kontribusi terhadap variabel (Y) kemampuan dribbling bolabasket dan sisanya 57,84% ditentukan oleh variabel lain seperti kelenturan, kelenturan, kecepatan, keseimbangan dan koordinasi. Kemudian dilakukan uji hipotesis hasil analisis data yang telah diperoleh dengan $t_{hitung} >$ lebih besar dari t_{tabel} atau $>$, sehingga dapat dikemukakan bahwa hipotesis penelitian H_a diterima dan hipotesis H_0 ditolak. Kelincahan merupakan usaha seseorang berlari mengerahkan seluruh kemampuan tubuhnya untuk memberikan kontribusi terhadap kemampuan dribbling bolabasket dalam situasi yang berbeda-beda dan arah yang berubah-ubah secara cepat dengan waktu yang singkat tanpa kehilangan keseimbangan. Kelincahan mempengaruhi dribbling seseorang dalam bermain bolabasket.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan kelincahan memberikan kontribusi terhadap kemampuan dribbling bolabasket seseorang dalam situasi yang berbeda-beda dan arah yang berubah-ubah secara cepat dengan waktu yang singkat tanpa kehilangan keseimbangan. Dengan meningkatkan unsur kelincahan, maka diharapkan pemain bolabasket dapat meningkatkan kemampuan dribbling dengan baik dan cepat serta tanpa kehilangan keseimbangan sesuai tujuan yang diinginkan. Hasil koefisien korelasi (r) diperoleh sebesar 0,6334 tergolong tingkat hubungan kuat, kelincahan berkontribusi terhadap kemampuan dribbling bolabasket siswa dalam ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 01 Kepahiang.

DAFTAR PUSTAKA

- Agung Prabowo, R., Putu Agus Dharma Hita, I., Malini Lubis, F., Patimah, S., Jakarta, I., Balikpapan, S., Pasir, G., Kapten Piere Tendean, J., Sari, T., Kota, B., Balikpapan, K., Timur, K., Madina Sragen, S., III No, G., HOS Cokroaminoto, J., Kebayanan Teguhan, D., Wetan, S., Sragen, K., Sragen, K., ... Rokan Hulu, K. (2023). Pengaruh Motivasi Terhadap Hasil Belajar Dribbling Permainan Bola Basket. *Journal on Education*, 5(4), 12648–12658. <https://doi.org/10.31004/JOE.V5I4.2253>
- Hafni Sahir, S. (2021). *Metodologi Penelitian*. www.penerbitbukumurah.com
- Jon Oliver. (2007). *Dasar-dasar bola basket*. Bandung: Pakar Raya.
- Kadek Suardika, I., Arief Ibnu Haryanto, A., Agung Prasetyo, Mp., & Nurkhoiroh, Mp. (2024). *BUKU AJAR PEMBELAJARAN PERMAINAN BOLA BASKET PENERBIT CV.EUREKA MEDIA AKSARA*.
- Perdima, F. E. (2017). Kontribusi Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling Bolabasket Atlet SMA Negeri 1 Lebong Utara. *Journal Sport Area*, 2(1), 1–6. [https://doi.org/10.25299/SPORTAREA.2017.VOL2\(1\).446](https://doi.org/10.25299/SPORTAREA.2017.VOL2(1).446)
- Pranata, D. (2023). Peningkatan Motivasi Atlet Melalui Peran Pelatih dan Permainan Bola Basket. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(5), 2040–2052. <https://doi.org/10.31004/INNOVATIVE.V3I5.5089>
- Rizhardi, R., Kunci, K., & Bolabasket, D. (2017). HUBUNGAN KECEPATAN DAN KELINCAHAN TERHADAP KEMAMPUAN DRIBBLING PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLABASKET DI SMP KARTIKA 1-7 PADANG. *Wahana Didaktika: Jurnal Ilmu Kependidikan*, 15(2), 111–122. <https://doi.org/10.31851/WAHANADIDAKTIKA.V15I2.1241>
- Rustanto, H. (2015). HUBUNGAN ANTARA TINGGI BADAN DAN KELINCAHAN TUBUH TERHADAP HASIL DRIBBLE BOLA PADA PERMAINAN BOLA BASKET. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 4(2), 144–156. <https://doi.org/10.31571/JPO.V4I2.83>
- Yuliandra, R., Yuliandra, R., & Fahrizqi, E. B. (2019). Pengembangan Model Latihan Jump Shoot Bola Basket. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 3(1), 51–55. <https://doi.org/10.37058/sport.v3i1.750>