



**PENGARUH METODE LATIHAN BALLHANDLING TERHADAP
KEMAMPUAN DRIBBLING BOLA BASKET PADA SISWA KELAS 7
SMPN 7 MAKASSAR.**

Suriani¹, Arifuddin Usman², Sri Sunarlin³

¹ PJKR, Universitas Negeri Makassar

Email: surianinuridin60@gmail.com

² PJKR, Universitas Negeri Makassar

Email: arifuddin.usman@unm.ac.id

³ PJKR, UPT SPF SMPN 7 Makassar

Email: srisunarlin44@guru.smp.belajar.id

Artikel info

Received; 15-09-2024

Revised; 25-09-2024

Accepted; 01-02-2025

Published; 02-02-2025

Abstrak

Jenis penelitian ini adalah jenis penelitian eksperimen. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui : Pengaruh metode latihan ball handling terhadap kemampuan dribbling bola basket pada siswa klas 7 SMPN 7 Makassar. Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa dari SMP Negeri 7 Makassar. Khusus perempuan dengan sampel yang digunakan yaitu 20 random sampling dan system pembagian kelompok menggunakan *Maching Ordinal Pairing*. Adapun instrument penelitian yang digunakan adalah analisis deskriptif, analisis normalitas data, analisis homogenitas dan analisis uji t dengan bantuan aplikasi SPSS versi 20,00.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ; Ada pengaruh yang signifikan metode latihan ball handling terhadap kemampuan dribbling bolabasket pada siswa kelas 7 SMP Negeri 7 Makassar. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi hitung pada uji t satu arah sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 (Sig).Besarnya peningkatan metode latihan ball handling dapat dilihat dari data selisih rata-rata sebesar 3,49900 poin. Pada penelitian ini di simpulkan bahwa terlihat adanya pengaruh metode latihan ball handling mempengaruhi kemampuan dribbling bolabasket pada siswa kelas 7 Smp Negeri 7 Makassar.

Key words:

Metode, ball handling dan
dribbling Bolabasket

artikel global teacher profesional dengan akses terbuka dibawah lisensi CC



BY-4.0

PENDAHULUAN

Permainan bola basket merupakan cabang olahraga yang makin banyak di gemari oleh para masyarakat terutama pada kalangan pelajar dan mahasiswa. Melalui kegiatan bola basket ini para pelajar banyak memperoleh manfaat khususnya dan pertumbuhan fisik, mental, dan sosiality permainan bola basket saat ini mengalami perkembangan yang pesat terbukti dengan club-club tangguh ditengah air dan atlet-atlet bola basket pelajar baik tingkat sekolah maupun perguruan tinggi.

Untuk dapat bermain bola basket setiap orang yang ingin menekuni olahraga tersebut, terlebih dahulu sangat dibutuhkan teknik dasar penguasaan bola (ball handling). Ball handling merupakan teknik dasar keterampilan memainkan bola yang di tujukan agar pemain memiliki kemampuan mengenai bola, menguasai dan memainkan bola sehingga teknik dasar yang lain dapat dilakukan dengan baik. (arifin, M.2004:39).

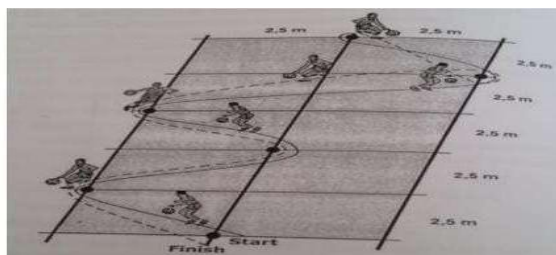
Setelah seorang pemain dapat menjiwai olahraga tersebut dengan keahlian penguasaan bola juga dibutuhkan penguasaan teknik bermain yang baik, karena kemampuan teknik dalam bermain sangat mendukung dalam meningkatkan keterampilan. Diantara keterampilan dalam bermain bola basket, kemampuan dribbling, passing, dan shooting, juga merupakan hal penting dalam mengembangkan arah dan kecepatannya untuk menerobos lawan dan selanjutnya memasukkan bola kedalam keranjang. banyak langkah tercipta diawali dengan dribble yang baik dan diakhiri tembakan yang akurat. Dribbling pada prinsipnya adalah membawahi bola dengan dipantulkan dengan satu tangan yang dilakukan dengan berjalan atau berlari menurut ahmadi N. (2007:17), mengiring bola adalah membawa lari bola kesengala arah sesuai peraturan yang ada. Dribbling atau mengiring bola dapat dilakukan dengan sikap berhenti,

berjalan, berlari. Pelaksanaanya dapat dilakukan dipukul-pukul dan pandangan mata tertuju pada bola.seharusnya bola dipantul-pantulkan dan tidak ada suara dari sentuhan antar tangan dan bola.pada saat latihan,terlihat sangat monoton dan tidak ada variasi – variasi sedikit pun. Jarang peserta didik diberikan latihan dribbling yang bervariasi latihan lebih banyak berpusat pada shooting dan passing, sehingga pada saat latihan permainan, bola hanya berpindah-pindah dari anggota tim yang satu ke anggota tim yang lainnya dan berputar di area tengah saja.

Siswa kelas 7 smpn 7 makassar belum memiliki kemampuan dribbling yang permainan bola basket yang baik, sehingga melatih ball handling merupakan syarat utama. Dengan adanya pendapat – pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa latihan ball handling sangat berguna untuk mendukung siswa dalam menguasai teknik-teknik dasar bola basket dalam melatih kemampuan dribbling, passing, dan shooting dalam bermain. Karena dribbling passing dan shooting merupakan teknik dasar bermain bola basket. Kemampuan siswa kelas 7 smpn 7 makassar dalam melakukan dribble. Melihat fakta di lapangan masih banyak siswa kelas 7 Smp Negeri 7 Makassar yang kesulitan saat melakukan dribbling pemain masih terlihat kaku pada saat dribbling dan kebanyakan cara dribbling bolanya masih banyak salah.hal tersebut terlihat pada sesi latihan yang rutin di lakukan dengan penguasaan bola saat melakukan dribbling belum maksimal dan Nampak ketika bola dimainkan masih sering terlepas .pelatih sendiri tidak memfokuskan pada pelatihan dribbling tetapi hanya bagaimana mencetak point sebanyak- banyaknya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini berakar dari permasalahan untuk mengetahui pengaruh latihan ball handling terhadap dribbling bola basket. Penelitian ini termasuk eksperimen, dengan metode eksperimen dengan sampel tidak terpisah (Arikunto, S. 2002:398). Metode eksperimen dengan sampel tidak terpisah maksudnya peneliti hanya memiliki satu kelompok (sampel saja), dan di ukur 2 kali, pengukuran pertama dilakukan sebelum subyek di beri perlakuan atau (prekes), kemudian perlakuan (tritmen), yang akhirnya di tutup dengan pengukuran kedua postes), hasil postes yang baik bila hasil tes setelah melakukan teritmen memiliki perubahan yang signifikan dari sebelum di lakukan tritmen.



Gambar : 2.4 Tes kemampuan dribbling

Sumber: <https://ejurnal.teknokrat.ac.id/index.php/issue/archive>

Tes ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh latihan *ball handling* terhadap kemampuan *dribbling* bola basket pada siswa kelas 7 Smp Negeri 7 Makassar. Hasil yang dicatat adalah berapa waktu tempuh siswa mampu melakukan dribbling mulai dari garis start sampai garis finis.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil

Data empiris yang diperoleh di lapangan berupa hasil tes awal dan tes akhir pada bentuk latihan yaitu metode latihan ball handling terhadap kemampuan dribbling bolabasket pada siswa kelas 7 SMP Negeri 7 Makassar terlebih dahulu diadakan tabulasi data untuk memudahkan pengujian selanjutnya. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dianalisis dengan teknik statistik inferensial. Analisis data secara deskriptif dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran umum data meliputi rata-rata, standar deviasi, varians, data maximum, data minimum, range, dan tabel frekuensi.

Sebelum diadakan uji hipotesis, maka dilakukan pengujian persyaratan analisis yaitu uji normalitas data. Untuk pengujian hipotesis menggunakan uji parametrik jika data dalam kondisi berdistribusi normal dan homogen atau uji non-parametrik jika data dalam kondisi tidak berdistribusi normal.

1. Hasil analisis statistik deskriptif

Analisis deskriptif data penelitian pada kelompok yaitu metode latihan ball handling terhadap kemampuan dribbling bolabasket pada siswa kelas 7 SMPNegeri 7 Makassar dapat dilihat dalam rangkuman hasil analisis deskriptif yang tercantum pada Tabel, sedangkan hasil lengkapnya ada pada lampiran. Perhitungan data deskriptif kemampuan dribbling bolabasket pada siswa kelas 7 SMPN 7 Makassar seperti pada lampiran penelitian dapat dilihat pada rangkuman berikut:

Tabel 4.1 Hasil deskriptif data kemampuan dribbling bolabasket pada siswa kelas 7 SMP Negeri 7 Makassar.

Deskriptif	Metode latihan ball handling		Kelompok kontrol	
	Tes Awal	Tes Akhir	Tes Awal	Tes Akhir
N	10	10	10	10
Mean	16,7580	13,2590	16,7710	15,6000
Std. Deviation	0,85851	0,73164	0,86318	0,95784
Variance	0,737	0,535	0,745	0,917
Range	2,87	2,40	2,59	2,61
Minimum	15,64	12,15	15,66	14,16
Maximum	18,51	14,55	18,25	16,77
Sum	167,58	132,59	167,71	156,00

Berdasarkan rangkuman hasil analisis deskriptif data pada Tabel di atas, maka dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Untuk data tes awal metode latihan ball handling terhadap kemampuan dribbling bolabasket pada siswa kelas 7 SMP Negeri 7 Makassar dari 10 jumlah sampel diperoleh total nilai sebanyak 167,58. Nilai rata-rata. diperoleh 16,7580 dengan hasil standar deviasi 0,85851. Untuk nilai range diperoleh 2,87 dari nilai minimal 15,64 dan nilai maksimal 18,51.
2. Untuk data tes akhir metode latihan ball handling terhadap kemampuan dribbling bolabasket pada siswa kelas 7 SMP Negeri 7 Makassar dari 10 jumlah sampel diperoleh total nilai sebanyak 132,59. Nilai rata-rata yangdiperoleh 13,2590 dengan hasil standar deviasi 0,73164. Untuk nilai range diperoleh 2,40 dari nilai minimal 12,15 dan nilai maksimal 14,55.

3. Untuk data tes awal kelompok kontrol terhadap kemampuan dribbling bolabasket pada siswa kelas 7 SMP Negeri 7 Makassar dari 10 jumlah sampel diperoleh total nilai sebanyak 167,71. Nilai rata-rata yang diperoleh 16,7710 dengan hasil standar deviasi 0,86318. Untuk nilai range diperoleh 2,59 dari nilai minimal 15,66 dan nilai maksimal 18,25.
4. Untuk data tes akhir kelompok kontrol terhadap kemampuan dribbling bolabasket pada siswa kelas 7 SMP Negeri 7 Makassar dari 10 jumlah sampel diperoleh total nilai sebanyak 156,00. Nilai rata-rata yang diperoleh 15,6000 dengan hasil standar deviasi 0,95784. Untuk nilai range diperoleh 2,61 dari nilai minimal 14,16 dan nilai maksimal 16,77.

Hasil analisis data deskriptif tersebut di atas baru merupakan gambaran tes awal dan tes akhir bentuk metode latihan ball handling dan kelompok kontrol terhadap kemampuan dribbling bolabasket pada siswa kelas 7 SMP Negeri 7 Makassar. Data tersebut di atas belum menjawab hipotesis yang ada yaitu pengaruh bentuk metode latihan ball handling terhadap kemampuan dribblingbolabasket pada siswa kelas 7 di SMPN 7 MAKASSAR.

Pembahasan

Untuk memperjelas hasil penelitian yang telah dianalisis melalui pengolahan data statistik, maka pada bagian ini akan diuraikan tentang pembahasan hasil penelitian.

Bertolak dari kemampuan sampel yang sama yang dilanjutkan uji persyaratan yaitu

uji normalitas menggunakan uji lilifors dengan hasil data normal, sedangkan uji homogenitas dengan hasil homogen pada data tersebut. Dengan kedua uji persyaratan yang dilakukan dengan hasil normal dan homogen, maka dilanjutkan uji-t berpasangan dan uji-t tidak berpasangan untuk mengetahui masalah yang dirumuskan. Dari hasil pengolahan statistik yang diperoleh maka dapat diuraikan sebagai berikut:

Ada pengaruh yang signifikan metode latihan ball handling terhadap kemampuan dribbling bolabasket pada siswa kelas 7 SMPN 7 Makassar.

Berdasarkan hasil analisis data penelitian dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh metode latihan ball handling dalam meningkatkan kemampuan dribbling bolabasket pada siswa kelas 7 SMP Negeri 7 Makassar. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi hitung pada uji t satu arah sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 (Sig). Besarnya peningkatan metode latihan ball handling dapat dilihat dari data selisih rata-rata sebesar 3,49900 poin.

Pada penelitian terlihat adanya pengaruh metode latihan ball handling mempengaruhi kemampuan dribbling bolabasket pada siswa kelas 7 SMPN 7 Makassar.

PENUTUP

Setelah melakukan penelitian tentang masalah pengaruh metode latihan ballhandling terhadap kemampuan dribbling bola basket pada siswa kelas 7 SMP Negeri 7 makassar , maka di tarik kesimpulan sebagai berikut:

- Ada pengaruh yang signifikan metode latihan ball handling terhadap kemampuan dribbling bolabasket pada siswa kelas 7 SMP Negeri 7 Makassar.

Dari hasil kesimpulan tersebut, maka akan dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi para pembina dan pelatih olahraga permainan bolabasket, bahwa kiranya dalam peningkatan kemampuan dribbling, maka harus melakukan latihan *ball handling* secara teratur.
2. Pihak sekolah perlu memfasilitasi sarana dan prasarana latihan, agar tidak terjadi permasalahan-permasalahan yang dapat menghambat proses latihan yang dilakukan.
3. Bagi yang berminat melakukan penelitian lebih lanjut, disarankan agar melibatkan variabel-variabel yang relevan dengan penelitian ini serta dengan populasi dan sampel yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Nuril. (2007) . Permainan Bola Basket. Solo.Era Intermedia Arifin ,Mochamad. (2004). Metode pelatihan Bola Basket Dasar. Surabaya:Diklat
- Arikunto , Suharsimi. (2006). Prosedur penelitian Ilmiah suatu pendekatan praktik. Jakarta : Rineka Cipta
- Arikunto, Suharsimi,2010.Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta:RinekaCipta.
- Arikinto , S. (2002) . Metodologi Penelitian Suatu Pendekatan Proposal .Jakarta : PT.Rineka Cipta.
- Balwin, John R. 2005.Innovation: the Key To Succes In Small Firms. Working Paper Series .Micro-Economic Studies and Analysis Division,Statictis Canada and Canadian Institute for Advanced Research Economic Project Growth.No.76.
- Danny Kosasih. 2008. Fundamental Basketball. Semarang : Karangturi Media, Yayasan Pendidikan Nasional Karangturi.
- Hidayatullah, F. (2018). Pengaruh Kelincahan Dengan Keterampilan Mengiring Bola Basket

Global Journal Sport and Education

Mahasiswa Baru Program Studi Pendidikan Olahraga STKI PGRI Bangkalan.
JOURNAL SPORT AREA, 3(1), 28/35.Doi:10.25299/spotarea.2018.vol3(1).1555.

Ibrahim , Rusli dkk. (2008). Psikologi Olahraga . Bandung: FPOK/ IKIP Bandung.

Miles,M.B, Huberman,A.M, dan Saldana, J. 2014. Qualitative Data Analysis, A Methods Sourcebook, Edition 3. USA: Sage Publications. Terjemahan Tjetjep Rohindi Rohidi, UI-Press.

Sugiyono. 2010. Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabet.

Sukardi . (2003). Metodologi Penelitian Pendidikan. Jakarta: Bumiaksara Su`giyono,(2011). Statistik Untuk Penelitian. Bandung: Alfabeta Sugiyono. (2012). Statistik Untuk Penelitian. Bandung : Alfabeta

Indra. (2009). Asas dan Falsafah Olahraga. Bandung: CV. Bintang `WarliArtika.36