

**FAKTOR FISIK DAN TEKNIK PADA KEMAMPUAN *DRIBBLE* ATLET
EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET PUTRA TINGKAT SMA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Guna Memperoleh Gelar Sarjana



Oleh :

Akhmat Abdul Aziz

NIM 12602241028

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
OKTOBER 2016**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “**Faktor Fisik dan Teknik Pada Kemampuan *Dribble* Atlet Ekstrakurikuler Bola Basket Putra Tingkat SMA**” yang disusun oleh Akhmat Abdul Aziz, NIM. 12602241028 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 30 September 2016

Pembimbing,



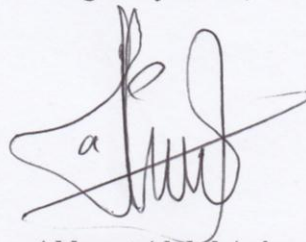
Budi Aryanto, M.Pd
NIP. 196902152000121001

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 30 September 2016
Yang menyatakan,

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Akhmat Abdul Aziz', written over a horizontal line.

Akhmat Abdul Aziz
NIM 12602241028

PENGESAHAN

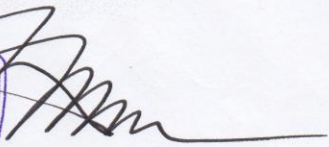
Skripsi ini berjudul “**Faktor Fisik dan Teknik Pada Kemampuan Dribble Atlet Ekstrakurikuler Bola Basket Putra Tingkat SMA**” yang disusun oleh Akhmat Abdul Aziz, NIM. 12602241028 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal, 10 Oktober 2016 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Budi Aryanto, M. Pd	Ketua Penguji		24/10-16
Trihadi Karyono, M. Or	Sekretaris Penguji		24/10-16
Dr. Abdul Alim, M.Or	Penguji I (Utama)		17/10-16
Cukup Pahalawidi, M.Or	Penguji II (Pendamping)		17/10-16

Yogyakarta, 24 Oktober 2016
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Dekan,




Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed
NIP. 196407071988121001

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto:

1. Janganlah kamu bersikap lemah dan janganlah pula kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi derajatnya, jika kamu orang-orang yang beriman” (QS.Ali Imran: 139).
2. Hari esok harus lebih baik dari sekarang.
3. Jangan pernah menunda pekerjaan dan jangan menyia-nyiakan waktumu untuk hal yang tidak berguna.

Persembahan:

Skripsi ini kupersembahkan kepada:

1. Ibuku Kiptyah, Bapakku Zaidun, dan Adikku Nurul Rizki Azizah tercinta yang senantiasa memberikan dorongan, material, semangat, kebahagiaan dan do'a yang tiada henti-hentinya.
2. Seluruh keluarga besarku.
3. Keluarga besar Pondok Pesantren Hidayatullah Yogyakarta.
4. Semua teman-teman PKO 2012

FAKTOR FISIK DAN TEKNIK PADA KEMAMPUAN *DRIBBLE* ATLET EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET PUTRA TINGKAT SMA

Oleh
Akhmat Abdul Aziz
NIM 12602241028

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) kontribusi faktor fisik dalam mengoptimalkan kemampuan *dribble* atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA, (2) kontribusi faktor teknik dalam mengoptimalkan kemampuan *dribble* atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA, dan (3) kontribusi faktor fisik dan teknik dalam mengoptimalkan kemampuan *dribble* atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *non-experimental*, menggunakan metode korelasional. Populasi penelitian ini adalah atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA di Kabupaten Batang. Jumlah populasi yaitu 5 SMA di Kabupaten Batang. Sampel penelitian ditentukan menggunakan *total sampling*. Sampel berasal dari SMA Negeri 1 Batang, SMA Negeri 2 Batang, SMA Negeri 1 Subah, SMA Negeri 1 Wonotunggal, dan SMA Negeri 1 Bandar, dengan jumlah total sampel sebanyak 62 peserta. Pengumpulan data menggunakan tes pengukuran dan rubrik. Instrumen dalam penelitian ini adalah tes faktor fisik dan teknik. Data dianalisis dengan analisis SEM *Partial Least Square* (PLS) menggunakan program *SmartPLS* versi 3.0.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: (1) Terdapat kontribusi positif faktor fisik dalam mengoptimalkan kemampuan *dribble* atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA, terbukti dari koefisien jalur sebesar 37,8% dan nilai t hitung 3.183 (>1.96). (2) Terdapat kontribusi positif faktor teknik dalam mengoptimalkan kemampuan *dribble* atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA, terbukti dari koefisien jalur sebesar 60,5% dan nilai t hitung 5.042 (>1.96). (3) Terdapat kontribusi positif faktor fisik dan teknik dalam mengoptimalkan kemampuan *dribble* atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA, terbukti dari koefisien determinasi sebesar 94,5%.

Kata kunci: *faktor fisik, teknik, kemampuan dribble*.

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul “faktor fisik dan teknik pada kemampuan *dribble* atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA” dengan baik dan lancar tanpa halangan yang berarti.

Keberhasilan penulis dalam menyusun skripsi ini atas bantuan dan dorongan dari berbagai pihak, sehingga pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd., MA, selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta atas segala kebijakan sehingga peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir demi terselesaikannya studi.
2. Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta atas segala arahan dan kebijakan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
3. CH. Fajar Sri Wahyuti, S.Pd., M.Or, selaku ketua jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga (PKO) atas segala kebijakan sehingga terselesaikannya studi ini.
4. Bapak Budi Aryanto, M.Pd selaku Dosen Pembimbing yang telah sabar dalam memberikan petunjuk, membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi, dan banyak memberikan ilmu.
5. Dr. Abdul Alim S. Pd. Kor. M.Or selaku Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan selama saya dibangku perkuliahan.

6. Segenap dosen dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang secara langsung dan tidak langsung membantu penyelesaian skripsi ini.
7. Bapak Setyo bagus Abdianto, Amd seorang pelatih bola basket berlisensi B dan Adhiatma Hidayat, S.Pd guru olahraga berlisensi pelatih bola basket B yang menjadi validator (*expert judgment*) dan memberikan penilaian demi perbaikan instrument.
8. Bapak/Ibu Kepala SMA N 1 Batang, SMA N 2 Batang, SMA N 1 Subah, SMA N 1 Wonotunggal, dan SMA N 1 Bandar yang telah mengizinkan siswanya dan menyediakan sarana prasarana sehingga penelitian dapat berjalan dengan baik.
9. Pelatih dan atlet ekstrakurikuler bola basket putra SMA N 1 Batang, SMA N 2 Batang, SMA N 1 Subah, SMA N 1 Wonotunggal, dan SMA N 1 Bandar yang telah banyak membantu dalam penelitian.
10. Bapak dan Ibu tercinta yang telah memberikan dorongan sehingga terselesaikannya penulisan skripsi ini.
11. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian untuk penulisan skripsi.

Atas segala bantuan dan pengorbanan yang telah diberikan kepada penulis, penulis mendoakan semoga amal dan bantuan yang sudah diberikan mendapat berkah dan balasan yang melimpah dari Allah S.W.T. Akhirnya penulis berharap skripsi ini bermanfaat bagi para pembaca semua.

Yogyakarta, Oktober 2016

Akhmat Abdul Aziz

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL.....	i
PERSETUJUAN.....	ii
PERNYATAAN.....	iii
PENGESAHAN.....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Penelitian.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II KAJIAN TEORI.....	9
A. Kajian Teori.....	9
1. Hakikat Permainan Bola Basket.....	9
2. Analisis Anatomi Gerak <i>Dribble</i>	20
3. Sistem Energi Predominan <i>Dribble</i> Bola Basket.....	24
4. Faktor Fisik Terhadap Prestasi <i>Dribble</i>	25
5. Faktor Teknik Terhadap Prestasi <i>Dribble</i>	35
6. Hakikat Ekstrakurikuler.....	38
7. Karakteristik Siswa SMA.....	39
B. Hasil Penelitian Yang Relevan.....	42

C. Kerangka Berfikir	45
D. Hipotesis	46
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	47
A. Jenis Penelitian	47
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	48
C. Populasi dan Sampel Penelitian	54
D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data.....	55
E. Teknik Analisis Data.....	63
F. Uji Validitas	65
G. Uji Reliabilitas	65
H. Uji Hipotesis	65
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	66
A. Deskripsi Data Penelitian	66
B. Deskripsi Analisis Data	66
C. Pembahasan	77
D. Keterbatasan Peneliti	80
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	82
A. Kesimpulan	82
B. Implikasi	83
C. Saran	84
DAFTAR PUSTAKA.....	85
LAMPIRAN-LAMPIRAN	88

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Norma Tes Kelincahan	49
Tabel 2. Norma Tes Kecepatan.....	50
Tabel 3. Norma Tes Kekuatan	50
Tabel 4. Norma Tes Fleksibilitas	51
Tabel 5. Norma Tes Koordinasi.....	52
Tabel 6. Draf Indikator Rubrik Penilaian.....	61
Tabel 7. Uji <i>Convergent Validity</i>	68
Tabel 8. Uji <i>Discriminant Validity</i>	70
Tabel 9. <i>Average Variance Extracted (AVE)</i>	71
Tabel 10. <i>Composite Reliability</i>	72
Tabel 11. <i>Cronbach's Alpha</i>	72
Tabel 12. <i>R Square</i>	73
Tabel 13. Uji T statistic.....	75
Tabel 14. <i>R Square</i>	76

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. <i>Control dribble</i>	14
Gambar 2. <i>Speed dribble</i>	15
Gambar 3. <i>Footfire dribble</i>	16
Gambar 4. <i>Change of pace dribble</i>	17
Gambar 5. <i>Retreat dribble</i>	17
Gambar 6. <i>Crossover dribble</i>	18
Gambar 7. <i>Inside out dribble</i>	19
Gambar 8. <i>Reverse dribble</i>	19
Gambar 9. <i>Behind the back dribble</i>	20
Gambar 10. Otot Lengan Atas dan Lengan Bawah	23
Gambar 11. Desain Model Struktural	48
Gambar 12. Tes <i>Shuttle Run</i>	56
Gambar 13. Tes Lari 30 Meter.....	57
Gambar 14. Tes <i>Push Up</i>	58
Gambar 15. Tes Statis Fleksibilitas Bahu dan Pergelangan Tangan.....	59
Gambar 16. Tes Koordinasi Mata Tangan	61
Gambar 17. Rute <i>Dribble</i> Basket.....	63
Gambar 18. Model Struktural	67
Gambar 19. Nilai <i>Loading Factor</i>	69
Gambar 20. Model Struktural <i>Bootstrap</i>	74

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Tahapan Kegiatan Penelitian.....	88
Lampiran 2. Surat Keterangan Validasi Instrumen.....	89
Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian Dari FIK.....	91
Lampiran 4. Surat Ijin Penelitian Dari Kesbangpol DIY.....	92
Lampiran 5. Surat Ijin Penelitian Dari Kesbangpol Jateng.....	93
Lampiran 6. Surat Ijin Penelitian Dari BAPPEDA.....	95
Lampiran 7. Surat Keterangan Melakukan Penelitian SMA N 1 Batang	100
Lampiran 8. Surat Keterangan Melakukan Penelitian SMA N 2 Batang	101
Lampiran 9. Surat Keterangan Melakukan Penelitian SMA N 1 Subah.....	102
Lampiran10. Surat Keterangan Melakukan Penelitian SMA N 1 Wonotunggal.....	103
Lampiran 11. Surat Keterangan Melakukan Penelitian SMA N 1 Bandar	104
Lampiran 12. Kalibrasi Alat Penelitian	105
Lampiran13. Biodata <i>Expert Judgment</i>	109
Lampiran14. Hasil Data Penelitian	110
Lampiran15. Hasil Data Yang Sudah Dikategorikan.....	111
Lampiran16. Analisis Data Penelitian	112
Lampiran17. Dokumentasi Foto Alat Ukur	114
Lampiran18. Dokumentasi Kegiatan Penelitian	117

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pembinaan anak menjadi seorang atlet merupakan pekerjaan yang sangat berat, oleh sebab itu pembinaan harus dilakukan secara intensif dan teliti. Pengetahuan dan kemampuan seorang pelatih sangat berpengaruh dalam hal ini karena seorang pelatih mempunyai tugas membimbing dan membantu mengungkapkan potensi yang dimiliki oleh anak latih. Pemahaman inilah yang berakar ke semua aspek, baik mengenai perencanaan program latihan hingga teknik dasar dari sebuah cabang olahraga.

Bola basket merupakan olahraga yang cukup populer di kalangan pelajar khususnya SMA, terbukti dengan cukup banyak sekolah yang memiliki fasilitas seperti lapangan, *ring*, dan bola. Kompetisi bola basket untuk SMA sangat baik dan jelas, seperti menjadi salah satu olahraga dipertandingkan di POPDA, walikota *cup*, DBL dan banyak kejuaraan lain antar SMA lainnya yang di pertandingkan setiap tahunnya. Kompetisi yang ada di tingkat SMA menunjukkan bahwa bola basket merupakan olahraga berprestasi. Ekstrakurikuler menjadi wadah bagi siswa untuk berlatih, mengembangkan bakat, dan meraih sebuah prestasi dalam bermain bola basket.

Animo siswa-siswi dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola basket di SMA cukup tinggi, terbukti dengan banyaknya setiap SMA yang mengikuti kompetisi. Putra lebih mendominasi dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola basket. Hal ini akan berpengaruh pada tingkat kompetisi

yang tinggi pada atlet bola basket putra tingkat SMA. Tentunya dibutuhkan program latihan yang baik didalam sebuah ekstrakurikuler bola basket tingkat SMA untuk mencapai sebuah prestasi.

Tujuan dari latihan adalah untuk mencapai sebuah prestasi yang diinginkan, tentunya atlet bola basket harus menguasai teknik-teknik dasar permainan bola basket dengan baik secara individu. Permainan bola basket tidak hanya permainan tim saja, tetapi juga merupakan permainan yang membutuhkan ketrampilan individu, oleh karenanya atlet bola basket harus menguasai teknik dasar bola basket. Terdapat beberapa teknik dasar permainan bola basket (Yakub, 2010) yaitu: 1) melempar dan menangkap (*passing and catching*), 2) menggiring (*dribbling*), 3) menembak (*shooting*), 4) olah kaki (*Pivot*), 5) merayah (*rebounding*). Kemudian Vic Amber (2012:12-14) menyatakan bahwa ketrampilan dasar dalam permainan bola basket yaitu meliputi : 1) menangani bola, 2) mengoper bola, 3) *dribbling*, 4) *shooting*, 5) mengamankan bola dari musuh, 6) melompat.

Berdasarkan semua teknik dasar bola basket diatas, seseorang yang ingin menjadi pemain bola basket yang bagus harus menguasai teknik dasar tersebut dengan baik. *Shooting* merupakan suatu ketrampilan dalam menyerang yang sangat penting dalam permainan bola basket, karena untuk mendapatkan skor dalam permainan bola basket yaitu harus memasukkan bola kedalam keranjang, akan tetapi *shooting* baru bisa dilakukan salah satunya setelah melakukan *dribble* menghindari penjagaan dari lawan. *Dribble* juga

menjadi salah satu awalan dalam melakukan sebuah penyerangan. Sehingga akan sangat penting bagi seorang atlet bola basket dalam menguasai *dribble*.

Melihat sangat pentingnya *dribble* pada permainan bola basket, maka peneliti mengangkat *dribble* untuk dibahas lebih lanjut. *Dribble* adalah suatu upaya mendorong atau membawa bola secara terputus-putus dengan cara memantul-mantulkan bola. Gerakan saat menggiring bola senantiasa berubah-ubah umumnya dapat dilakukan dengan lambat atau mungkin sangat cepat tergantung dari tujuan atau kondisi yang terjadi saat pemain menggiring bola. Menurut (Danny Kosasih, 2008: 38), *dribble* pada dasarnya adalah gerakan yang harus mengarah pada ring, namun *dribble* juga dapat menjadi cara untuk membuka peluang bagi pemain lain agar mendapat ruang untuk mencetak skor.

Terdapat beberapa tipe *dribble* dalam permainan bola basket yang umum digunakan oleh pemain yaitu *control dribble*, *speed dribble*, *change of pace dribble*, *retreat dribble*, *crossover dribble*, *spin dribble*, *behind the back dribble*, *between the legs dribble* dan *inside out dribble*. Tingkat kesulitan yang tinggi menjadi perhatian dalam melakukan berbagai macam gerakan ini. Keputusan pemilihan tipe *dribble* harus disertai dengan waktu penggunaan yang tepat dengan tujuan dan keefektifannya dalam penggunaan tipe *dribble* tersebut.

Menurut Danny Kosasih (2008: 38) *dribble* menjadi cara untuk membuka peluang bagi pemain lain agar mendapat ruang untuk mencetak skor. Mengerti akan hal itu, sangat penting apabila pelatih maupun atlet

mengetahui beberapa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *dribble*, dengan tujuan meningkatkan kualitas *dribble*.

Menurut Sukadiyanto dan Dangsina Muluk (2011: 14) sasaran dan tujuan latihan untuk pencapaian penampilan secara garis besar antara lain: (a) meningkatkan dan mengembangkan kualitas fisik umum dan khusus, (b) menambah dan menyempurnakan teknik, (c) mengembangkan dan menyempurnakan taktik dan strategi, dan (d) meningkatkan kualitas dan kemampuan psikis. Kemudian Harsono (2015: 4) menyatakan bahwa tugas pelatih adalah menyiapkan atlet sebaik mungkin agar mampu berprestasi, dengan cara mempersiapkan dan melatih atlet dengan efektif, pelatih harus menyusun program untuk mengembangkan atlet dalam aspek-aspek teknik, fisik, dan psikologisnya. Berbagai macam pendapat mengenai pencapaian penampilan dapat disimpulkan bahwa dibutuhkan empat faktor untuk pencapaian penampilan yaitu fisik, teknik, taktik, dan mental. Pada penelitian ini peneliti memfokuskan untuk meneliti faktor fisik dan teknik saja terhadap kemampuan *dribble*, karena keduanya menjadi dasar dalam melatih *dribble*.

Faktor fisik merupakan faktor penting dalam keberhasilan melakukan *dribble*. Fisik merupakan kemampuan biomotor yang diperlukan atlet sesuai cabang olahraga masing-masing. Menurut Sukadiyanto dan Dangsina Muluk (2011: 57) biomotor merupakan kemampuan gerak manusia yang dipengaruhi oleh kondisi sistem-sistem organ dalam. Komponen biomotor merupakan keseluruhan dari kondisi fisik olahragawan, meliputi kekuatan, kecepatan, daya tahan, koordinasi, dan *fleksibilitas*. Adapun kelincahan merupakan

gabungan dari kecepatan dan koordinasi. Berbagai macam komponen biomotor yang dibutuhkan dalam *dribble* bola basket, namun peneliti ingin memfokuskan pada kelincahan, kecepatan, kekuatan otot lengan, fleksibilitas, dan koordinasi. Oleh karena itu, fisik yang bagus dapat membantu menunjang kemampuan atlet bola basket dalam melakukan *dribble*.

Faktor teknik merupakan cara yang paling efektif, efisien, dan sederhana untuk memecahkan masalah yang dihadapi dalam pertandingan dan dibenarkan oleh peraturan. Pelatih harus memberikan teknik dasar hingga pengembangannya dengan baik dan benar dalam melatih *dribble* bola basket pada atlet, karena teknik dasar merupakan pondasi bagi atlet untuk dapat mengembangkan kemampuan *dribble* secara optimal. Penggunaan teknik *dribble* yang baik tentunya harus memperhatikan sikap-sikap dasar *dribble* yang baik pula, untuk memudahkan penilaian, teknik di kategorikan dalam tiga fase yakni fase persiapan, fase pelaksanaan, dan fase lanjutan.

Berdasarkan uraian di atas, cukup relevan apabila peneliti ingin melakukan penelitian tentang **“FAKTOR FISIK DAN TEKNIK KEMAMPUAN *DRIBBLE* PADA ATLET EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET PUTRA TINGKAT SMA”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas yang telah diuraikan, dapat diidentifikasi masalah pada penelitian ini sebagai berikut:

1. Pengetahuan dan kemampuan pelatih berpengaruh pada pembinaan atlet.
2. Tingkat kompetisi yang tinggi pada bola basket tingkat SMA putra.

3. Teknik *dribble* yang sulit harus dikuasai atlet bola basket tingkat SMA.
4. Belum diketahui kontribusi faktor fisik dalam mengoptimalkan *dribble*.
5. Belum diketahui kontribusi faktor teknik dalam mengoptimalkan kemampuan *dribble*.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, tidak semua masalah akan diteliti mengingat luasnya masalah dan keterbatasan yang ada pada peneliti. Maka perlu adanya pembatasan masalah. Tujuannya supaya peneliti lebih terfokus pada permasalahan tertentu yang akan diteliti. Penelitian ini dibatasi hanya pada permasalahan tentang faktor fisik dan teknik pada kemampuan *dribble* atlet bola basket pelajar putra tingkat SMA. Jadi peneliti lebih menitik beratkan pada variabel-variabel:

1. Faktor fisik yang berpengaruh pada kemampuan *dribble* bola basket atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA dengan indikator komponen biomotor antara lain seperti kelincahan, kecepatan, kekuatan otot lengan, fleksibilitas, dan koordinasi.
2. Faktor teknik yang berpengaruh pada kemampuan *dribble* bola basket atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA dengan indikator fase persiapan, fase pelaksanaan, dan fase lanjutan.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah diatas, maka rumusan masalah yang penulis ajukan adalah sebagai berikut:

1. Apakah faktor fisik mempunyai kontribusi positif terhadap kemampuan *dribble* pada atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA?
2. Apakah faktor teknik mempunyai kontribusi positif terhadap kemampuan *dribble* pada atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA?
3. Apakah faktor fisik dan teknik secara bersama-sama mempunyai kontribusi positif terhadap kemampuan *dribble* pada atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Kontribusi faktor fisik dalam mengoptimalkan kemampuan *dribble* pada atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA.
2. Kontribusi faktor teknik dalam mengoptimalkan kemampuan *dribble* pada atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA.
3. Kontribusi faktor fisik dan teknik dalam mengoptimalkan kemampuan *dribble* pada atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian secara teoritis ini diharapkan dapat menambah khasanah ilmu pengetahuan dalam bidang olahraga permainan bola basket khususnya mengenai faktor fisik dan teknik pada kemampuan *dribble* atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA.

2. Manfaat Praktis

- a. Dengan diketahuinya hasil penelitian ini diharapkan memberikan pengetahuan bagi pelatih bola basket khususnya agar dapat dijadikan sebagai masukan dalam memberikan materi latihan dan peningkatan kualitas *dribble* pada permainan bola basket tingkat SMA putra.
- b. Sebagai masukan dalam pengembangan pembinaan olahraga bola basket tingkat SMA putra.
- c. Penelitian ini diharapkan menjadi bahan pembandingan bagi peminat yang ingin mengadakan penelitian.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kajian Teori

1. Hakikat Permainan Bola Basket

a. Pengertian Bola Basket

Bola basket merupakan salah satu olahraga olahraga yang dipertandingkan tingkat pelajar. Bola basket menjadi salah satu olahraga yang sangat populer dilingkungan pendidikan. Agar berprestasi dalam olahraga bola basket tingkat pelajar, tentunya seorang pelatih harus memiliki pengetahuan yang baik dalam membina atlet. Atlet juga harus mampu menguasai elemen-elemen penting dalam permainan bola basket secara maksimal.

Teknik dasar harus dimiliki oleh setiap pemain bola basket agar dapat mencapai kemampuan bermain bola basket yang maksimal. Teknik adalah suatu proses gerakan untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang olahraga. Teknik dasar adalah suatu teknik dimana proses gerakannya merupakan suatu dari permainan tersebut. Gerakan dasar merupakan gerakan yang sederhana dan mudah. Bola basket merupakan permainan tim, namun penguasaan teknik dasar individu sangatlah penting sebelum bermain didalam tim.

Penguasaan terhadap berbagai teknik dasar yang tepat dan baik, memungkinkan pemain untuk menampilkan suatu permainan yang baik pula. Penggunaan dan penerapan teknik yang baik dan dalam saat yang

tepat, merupakan suatu taktik permainan yang tidak perlu dilatihkan secara tersendiri. Bola basket merupakan permainan yang kompleks dalam gerakannya, artinya gerakan terdiri dari unsur-unsur yang terkoordinasi dengan baik. Untuk mendapatkan gerakan yang efektif dan efisien perlu didasarkan pada penguasaan teknik dasar yang baik.

b. Teknik Dasar Bola Basket

1) *Passing and chatching* (melempar dan menangkap bola)

Menurut Yakub (2010: 37) istilah mengoper bola (*passing*) selalu berhubungan dengan (*catching*) atau menerima bola. Operan dapat dilakukan dengan 1 atau 2 tangan. Operan harus cepat, tepat, dan keras, tetapi tidak liar sehingga dapat dikuasai kawan yang menerima operan tersebut. Salah satu poin yang harus ditekankan pada pemain adalah bahwa *passing* merupakan *skill* yang tercepat dan terbaik untuk merubah arah serangan (Danny Kosasih, 2008: 26).

Menurut Yakub (2010: 38) untuk dapat melakukan operan dengan baik harus dapat menguasai macam-macam teknik dasar melempar dan menangkap bola dengan baik, yaitu:

- a) Operan dada (*chest pass*)
- b) Operan pantulan (*bounce pass*)
- c) Operan dari atas kepala (*overhead pass*)
- d) Operan jarak jauh (*baseball pass*)

2) *Dribbling* (menggiring bola)

Dribbling adalah salah satu cara yang diperbolehkan oleh peraturan untuk membawa lari ke segala arah. Bola harus dipantulkan dan merupakan suatu usaha untuk mengamankan bola dari rampasan lawan (Yakub, 2010: 39). *Dribble* pada dasarnya adalah gerakan yang harus mengarah pada ring. *Dribble* juga menjadi cara untuk membuka peluang bagi pemain lain agar mendapat ruang untuk mencetak skor.

3) *Shooting* (menembak)

Shooting adalah tujuan akhir setiap bermain bola basket, *shooting* adalah unsur yang menentukan kemenangan dalam pertandingan. Kemenangan ditentukan oleh banyaknya bola yang masuk dalam keranjang (*basket*). Setiap melakukan serangan pemain harus berusaha untuk dapat melakukan tembakan (Yakub, 2010: 44). Pendapat Danny Kosasih (2008: 46) ada dua prinsip dasar dalam bermain bola basket yaitu: menciptakan peluang *shooting* untuk mencetak skor saat *offense* dan mencegah lawan melakukan hal sama saat *defense*.

4) *Pivot* (gerakan memeros)

Pivot atau gerakan memeros adalah suatu usaha mengubah arah hadap badan ke segala arah dengan satu kaki tetap sebagai poros (tumpuan) (Yakub, 2010: 45). Kaki poros tidak boleh bergerak atau melangkah dari tempatnya. Kaki yang lain boleh bergerak atau melangkah ke segala arah. Jika kaki poros bergeser, maka akan melanggar peraturan yang disebut *travelling* (FIBA, 2012: 29).

5) *Rebound*

Pendapat Danny Kosasih (2008: 56) *rebound* adalah usaha mengambil bola sesaat setelah *shooting* gagal atau tidak masuk. *Rebound* merupakan bagian penting dari sebuah pertandingan pada semua level permainan bola basket dan akan sangat nampak pada level pemula. Pemain pemula belum memiliki presentase *shooting* yang baik. Dari segi *defense*, *rebound* berarti kedisiplinan menjaga daerah pertahanannya. Dari segi *offense*, *rebound* berarti usaha untuk mencari “*second chance*” (kesempatan kedua). Tinggi badan dan kemampuan *jumping* pemain menjadi keuntungan dalam melakukan rebound, lebih penting lagi adalah teknik *rebound* yang baik dan benar.

c. Teknik Dasar *Dribble*

Dribble merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari bola basket dan penting bagi permainan individu maupun tim. *Dribble* adalah salah satu cara membawa atau menguasai bola sambil bergerak dan memantulkan bola pada lantai. Pada awalnya, bola harus lepas dari tangan sebelum kaki diangkat dari lantai. Sementara saat *dribble* tidak boleh menyentuh bola secara bersamaan dengan dua tangan atau bola diam dalam genggam tangan (Hal Wissel, 2000: 95). *Dribble* dilakukan dengan kekuatan dari siku, pergelangan tangan, telapak tangan, jari-jari, dan sedikit bantuan dari bahu. Jari harus selalu rileks namun tegas menekan. *Dribble* yang legal adalah selama posisi tangan tidak berada di

bawah bola dan bola harus meninggalkan tangan sebelum kaki tumpuan (*pivot foot*) berpindah posisi (Danny Kosasih, 2008: 38).

Dribble merupakan suatu teknik *fundamental* yang menyenangkan dan mengagumkan, tetapi *dribble* akan menjadi suatu yang menakutkan jika dipakai hanya untuk menunjukkan kemampuan personal. Situasi saat pemain memegang bola dan belum melakukan *dribble* sering disebut bola hidup. Pemain harus belajar melakukan *dribble* tanpa melihat bola, biasakan mata agar melihat keseluruhan atau sekeliling lapangan (*peripheral vision*). *Dribble* pada dasarnya adalah gerakan yang harus mengarah pada *ring*, namun *dribble* juga dapat menjadi cara untuk membuka peluang bagi pemain lain agar mendapatkan ruang untuk mencetak skor (Danny Kosasih, 2008: 38). *Dribble* merupakan ketrampilan individu yang berpengaruh besar dalam sebuah tim. Oleh karena itu, sebelum pemain melakukan *dribble*, pemain harus mengetahui tujuan melakukan *dribble*, sehingga dapat dilakukan secara efektif dan efisien.

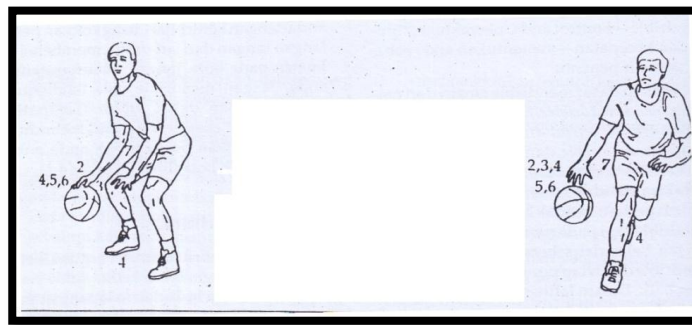
Menurut Hal Wissel (2000: 96-97) untuk menjadi pemain yang efektif harus ahli dalam melakukan *dribble* dengan tangan manapun, baik dengan tangan yang kuat maupun tangan lemah. Buatlah bola menjadi perpanjangan tangan, tegakkan kepala untuk melihat seluruh lapangan. Sangat penting mengetahui kapan harus melakukan *dribble* dan kapan tidak boleh melakukan *dribble*. Minimalkan pemakaian *dribble* dan menggunakan sesuai dengan kebutuhan lebih baik karena jika melakukan

dribble terlalu banyak, rekan tim cenderung tidak bergerak dan memudahkan pihak lawan. Terdapat beberapa macam tipe gerak dalam melakukan *dribble* bola basket. Keputusan pemilihan tipe *dribble* harus disertai dengan waktu penggunaan yang tepat. Bahwasannya prinsip dasar dalam melakukan *dribble* harus mempunyai tujuan yang efektif. Adapun gerakan dasar pada *dribble* bola basket (Hal Wissel, 2000: 96-108) yaitu:

1) *Control Dribble*

Control dribble dapat digunakan ketika dijaga dengan ketat, harus tetap melindungi dan menjaga bola selalu dibawah kontrol.

Control dribble dilakukan dengan mengangkat kepala melihat *ring*, *dribble* bola dekat badan, *dribble* sebatas lutut atau lebih rendah, bola lepas dari tangan sebelum mengayunkan kaki *pivot*, *dribble* bola dengan ujung jari, dan tangan yang tidak *mendribble* melindungi bola.

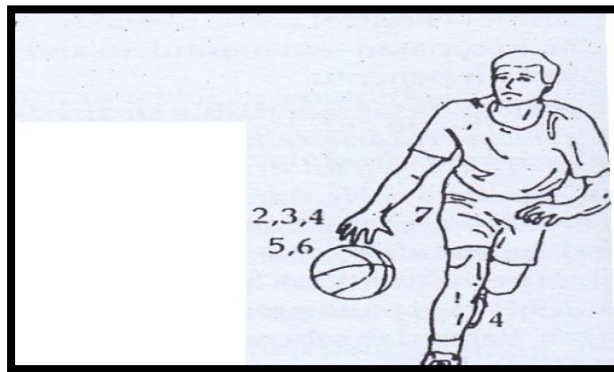


Gambar 1
Control dribble
Hal Wissel (2000: 97)

2) *Speed Dribble*

Speed dribble adalah *dribble* yang dilakukan dengan berlari. Agar bola tidak terlepas saat melakukan *dribble*, diperlukan dorongan kedepan sehingga pemain terlihat sedikit mengejar bola (Danny

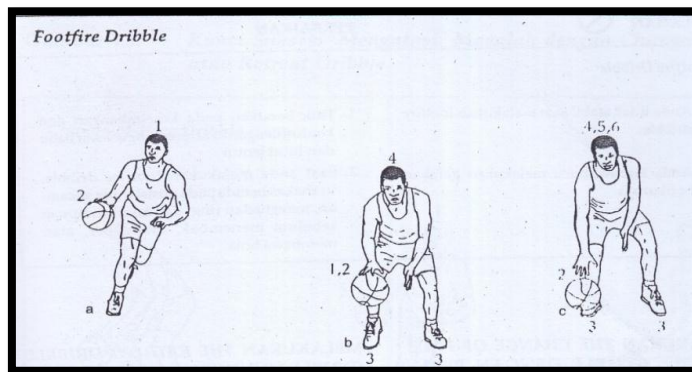
Kosasih, 2008: 40). Bola tidak boleh melebihi pinggang saat melakukan *dribble* ini dengan maksud agar bola mudah dijangkau dan tidak mudah terkena *steal*. *Speed dribble* sangat berguna ketika harus cepat membawa bola dalam lapangan yang kosong dan harus cepat mencapai keranjang.



Gambar 2
Speed dribble
Hal Wissel (2000: 97)

3) *Footfire Dribble*

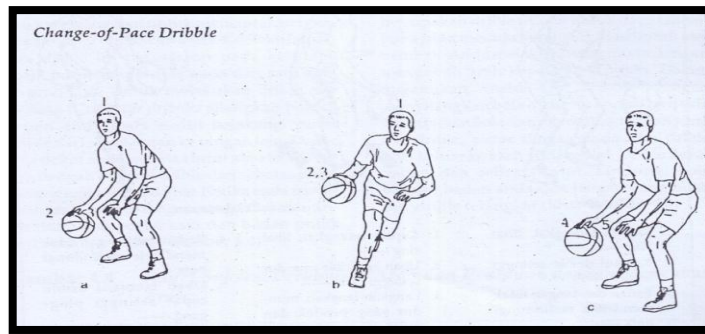
Footfire dribble adalah metode berhenti sementara sambil menjaga *dribble* tidak mati ketika mendekati pemain lawan dalam lapangan terbuka. Terutama pada akhir *fast break* yang memungkinkan untuk mendapat keseimbangan dan membaca posisi pemain lawan. Untuk melakukan *footfire dribble* dilakukan dengan cepat dalam mengubah *speed dribble* menjadi *control dribble* dan kemudian berhenti dengan tetap mendribble bola. *Dribble* ditempat menghadap *ring basket* dengan kaki terentang selebar bahu. Gerakkan kaki keatas dan kebawah dengan cepat dan rapat ketanah.



Gambar 3
Footfire dribble
 Hal Wissel (2000: 100)

4) *Change of Pace Dribble*

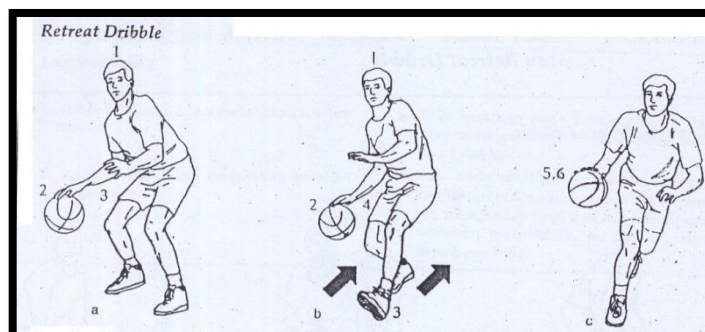
Change of pace dribble berguna untuk menipu dan menghindari lawan, Untuk melakukan perpindahan langkah, mengubah metode dari cepat ke terkontrol dan kembali lagi ke cepat. Kemampuan dalam *dribble* ini tergantung pada gerak mengecoh dan kecepatan. Contoh latihannya adalah pemain melakukan *speed dribble* lalu berhenti ke *low dribble*, pemain melakukan *facce to face dribble* (*dribble* berhadapan dengan defender) lalu dengan segera kembali melakukan *speed dribble*. Sesaat sebelum momen perubahan kecepatan ajarkanlah pemain melakukan tipuan seperti *head fake* (tipuan gerak kepala), *eye fake* (tipuan mata), dan tipuan-tipuan seolah-olah pemain akan melakukan *passing* atau *shooting*.



Gambar 4
Change of pace dribble
 Hal Wissel (2000: 102)

5) *Retreat Dribble*

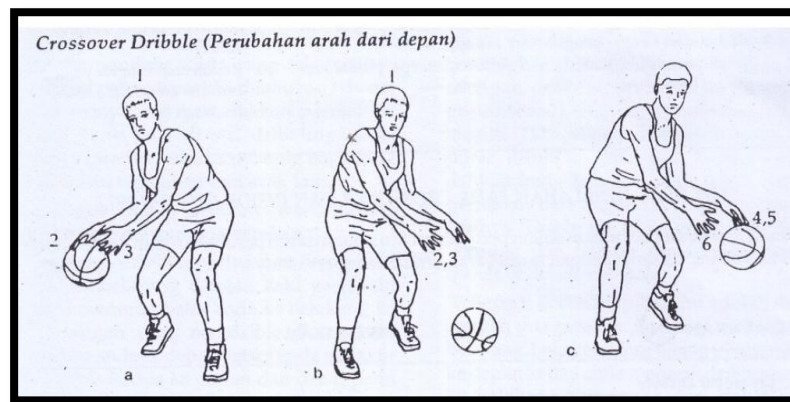
Retreat dribble dilakukan untuk mengatasi masalah ketika ditekan lawan. Hal tersebut biasanya dikombinasikan dengan mengubah arah dari depan dan mendribble untuk menghindari halangan 2 lawan dengan mundur dulu ke belakang sambil tetap mendribble dan merubah arah ke depan dengan cepat untuk menghindari jebakan. Untuk melakukan *dribble* mundur, gunakan langkah mundur yang pendek dan cepat dengan mendribble bola kebelakang.



Gambar 5
Retreat dribble
 Hal Wissel (2000: 103)

6) *Crossover Dribble*

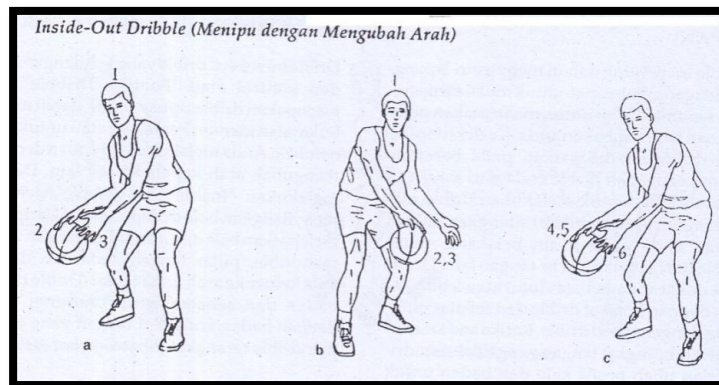
Crossover dribble adalah melakukan *dribble* ke salah satu arah dari *defender* lalu merubah ke arah sebaliknya dengan cepat. Saat melakukan *crossover dribble* usahakan mendribble bola serendah mungkin (Danny Kosasih, 2008: 41). Mencari *timing* yang tepat untuk melakukan *crossover*. Usahakan agar jangan terlalu jauh atau terlalu dekat dari *defender*.



Gambar 6
Crossover dribble
Hal Wissel (2000: 104)

7) *Inside Out Dribble*

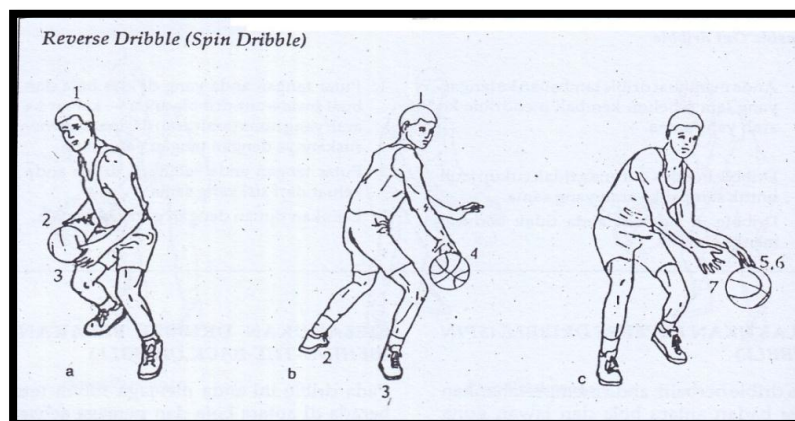
Dribble ini seperti *dribble* yang kehilangan arah dan kontrol. Merupakan *dribble* tipuan untuk dapat membuka jalan menuju *ring* atau untuk menembak. Melakukan *inside out dribble* adalah dengan menyilangkan bola didepan dengan satu tangan. Lakukan tipuan dengan merubah arah bola kesisi lain, silangkan bola dan putar tangan yang sama dengan mendribble bola keluar. *Dribble* dekat badan dan sebatas lutut. Lindungi bola dengan badan dan tangan yang tidak mendribble bola.



Gambar 7
Inside out dribble
 Hal Wissel (2000: 105)

8) *Spin Dribble*

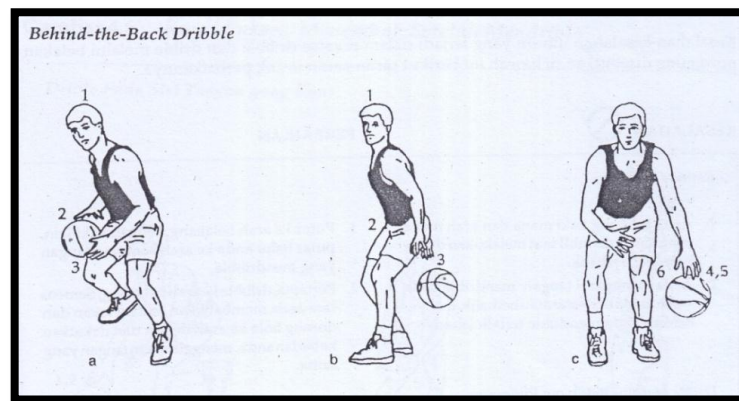
Spin dribble adalah *dribble* yang mengintegrasikan gerakan *pivot*. Saat mendekati *defender*, ubah *speed dribble* menjadi *low dribble*. Jika pemain pada posisi *staggered stance* sisi kanan, berarti kaki kiri didepan menjadi poros perputaran arah *dribble*. Lakukan *dribble* dengan *rear turn* ke arah kiri. Saat terjadi *pivot*, bola berpindah dari tangan kanan ke tangan kiri dengan sekali pantulan.



Gambar 8
Spin dribble
 Hal Wissel (2000: 107)

9) *Behind the Back Dribble*

Behind the back dribble merupakan salah satu cara *dribble* yang paling populer, cara melakukannya adalah *dribble* bola dengan tangan kanan lalu ambil posisi kaki kiri didepan dan pusatkan titik berat tubuh pada kaki tersebut. Lakukan *crossover dribble* ke arah belakang tubuh sampai bola berpindah posisi ke tangan kiri. Saat bola sudah berpindah ke tangan kiri, ambil posisi *staggered stance* dengan kaki kanan didepan. Begitu pula dapat dilakukan dengan *dribble* arah sebaliknya.



Gambar 9

Behind the back dribble

Hal Wissel (2000: 108)

2. Analisis Anatomi Gerak *Dribble*

Gerakan pada manusia dapat diamati karena adanya perubahan dari posisi tubuh atau anggota tubuh dalam ruang dan waktu. Semua bentuk gerakan terjadi karena dipengaruhi oleh sejumlah gaya, yaitu kontraksi otot (Imam Hidayat, 1996: 50). Gerakan itu sendiri terjadi karena adanya stimulus gerak. Stimulus gerak dihantarkan oleh saraf ke setiap unit gerak pada otot. Otot berkontraksi dan kemudian menggerakkan tulang yang berporos pada persendian.

Jaringan pada tubuh manusia tergabung untuk membentuk suatu organ dengan tugasnya masing-masing dalam suatu ikatan kerja yang disebut sistema untuk melaksanakan fungsi tersebut. Menurut Giriwijoyo (2005: 7), kesatuan sistema anatomis yang menyusun tubuh manusia terdiri atas sistema:

- a. *Skelet* (rangka)
- b. *Muskular* (otot)
- c. *Nervorum* (saraf)
- d. *Hemo-hidro-limfatik* (darah-cairan tubuh dan getah bening)
- e. *Respirasi* (pernafasan)
- f. *Kardiovaskular* (jantung dan pembuluh darah)
- g. *Digestivus* (pencernaan makanan)
- h. *Ekskresi* (pembuangan)
- i. *Endokrin* (hormon)
- j. *Sensoris* (indera)
- k. Reproduksi

Sistema diatas secara keseluruhan tubuh merupakan satu sistem kerja atau *ergosistema*. Dalam menjalankan fungsinya sebagai *ergosistema*, sistem anatomis tubuh dapat digolongkan menjadi 3 golongan, yaitu perangkat pelaksana gerak, perangkat pendukung gerak, dan perangkat pemulih. Sehingga untuk menjaga sehat dinamis dan kebugaran jasmani, *ergosistema* harus normal baik pada waktu istirahat maupun kerja.

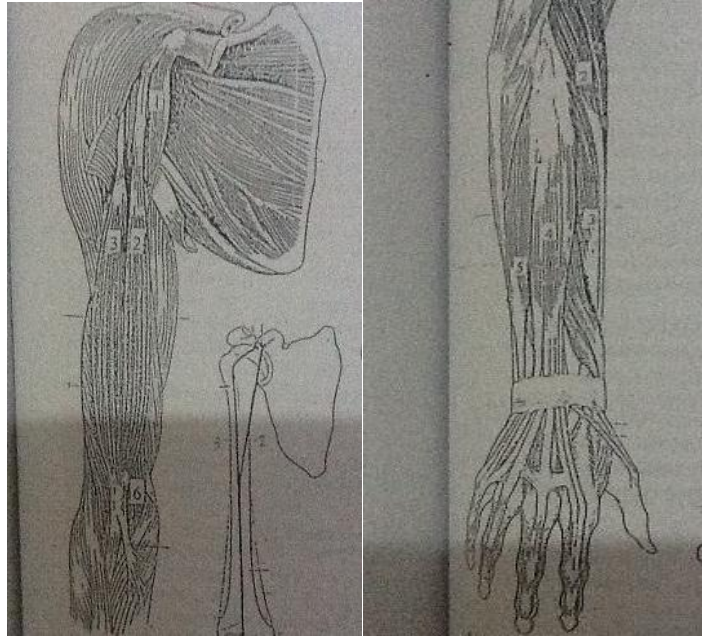
Berkaitan dengan hal tersebut, fungsi dasar dan gerak kompleks merupakan kemampuan fungsional dasar dari perangkat pelaksana gerak yang dibutuhkan dalam berbagai cabang olahraga. Oleh karenanya, *skelet*

dan *muskular* harus dalam suatu gerak yang harus diperhatikan dengan baik.

Pelaksanaan teknik *dribble* bola basket membutuhkan gerak yakni memantulkan bola dengan tangan sambil bergerak. Menurut Nuril Ahmadi (2007: 17) menyebutkan bahwa bentuk *dribble* yang sering dilakukan antara lain:

- a. Menggiring bola tinggi
Menggiring bola dengan pantulan tinggi dilakukan bila menginginkan gerakan atau langkah dengan cepat (kecepatan).
- b. Menggiring bola rendah
Menggiring bola dengan pantulan rendah dilakukan untuk mengontrol bola atau menguasai bola, terutama dalam melakukan terobosan ke dalam pertahanan lawan.

Dari penjelasan diatas, dapat di analisa bahwasannya gerak *dribble* membutuhkan gerakkan memantulkan bola dengan bergerak. Gerak memantulkan bola menggunakan tangan, dalam pelaksanaan gerak ini dibantu oleh *articulation humeri* (bahu), *acromioclavirius* (siku), dan *sternoclavicularis* (pergelangan tangan). Otot-otot pada lengan menurut Tim Anatomi (2004: 20-27) antara lain: *coracobrachialis*, *biceps*, *triceps*, *brachialis*, *brachioradialis*, *deltoideus*, *palmaris longus*, *fleksor carpi ulnaris*, *fleksor carpi radialis*, *fleksor digitorum superficialis*, *fleksor pollicis longus*, *pronator quadratus*, *ekstensor carpi radialis longus*, *ekstensor carpi radialis*, *ekstensor carpi radialis longus*, *ekstensor carpi ulnaris*, *supinator*, *abductor pollicis longus*, *ekstensor pollicis brevis*, *ekstensor pollicis longus*.



Gambar 10
Otot Lengan Atas dan Otot Lengan Bawah
(Tim Anatomi, 2004: 22 dan 26)

Pergerakan dalam menggiring bola, dibutuhkan kecepatan dan kelincahan untuk menghindari penjagaan lawan. Alat gerak anggota badan dibawah tentunya sangat dibutuhkan. Tulang-tulang anggota bawah yang bebas terdiri dari *os femur*, *os tibia*, *os fibula*, *os patella*, *ossa tarsalia* (tulang-tulang pergelangan kaki), *ossa metatarsalia* (tulang-tulang telapak kaki), dan *ossa digitorum pedis* (tulang kaki) (Tim Anatomi, 2011: 41). *Ligamentum* sangat dibutuhkan disekitar articulatio sacroilaca karena gaya berat badan yang berasal dari batang badan akan diteruskan oleh tulang belakang hingga *os sacrum*, bila tidak diperkuat oleh *ligamentum* maka *sacrum* akan berputar (Tim Anatomi, 2011: 41-43).

3. Sistem Energi Predominan *Dribble* Bola Basket

Aktivitas olahraga pada dasarnya menggunakan kedua sistem aerobik dan anaerobik dengan prporisi yang berbeda sesuai tuntutan kerja suatu cabang olahraga (Suharjana, 2013: 27). Pada olahraga bola basket sistem energi yang digunakan adalah sistem aerobik dan anaerobik. Menurut Greg (1998: 3) Bola basket terkenal sebagai permainan yang membutuhkan kebugaran anaerobic yang tinggi terdiri dari kira-kira 20% aerobik dan 80% anaerobik, sehingga banyak mempengaruhi rasio pemakaian energi setiap pemain dikarenakan selalu bergerak.

Lama pertandingan dalam bola basket membutuhkan gerakan-gerakan yang eksplosif, terlebih dalam menggiring bola. Kontraksi berulang-ulang yang terjadi dalam aktivitas fisik memerlukan ATP yang dipecah, dan dibentuk kembali oleh PC (*phosphorcreatin*). Reaksi ini melepaskan energi yang disimpan untuk melakukan *dribble* bola basket. Menurut Suharjana (2013: 25) sistem ATP-PC bermanfaat untuk gerakan-gerakan yang mendadak, atau olahraga yang membutuhkan kecepatan. Hal ini sangat dibutuhkan dalam melakukan *dribble*.

Melalui respirasi O₂ yang dihirup kedalam tubuh, maka diperoleh energi yang melimpah sehingga dalam saat bermain bola basket, paru-paru tidak kekurangan oksigen (Sukadiyanto dan Dangsina Muluk, 2011: 37). Aktifitas *dribble* dengan berlari, asam laktat yang terbentuk yang menyebabkan kram otot dan harus dibutuhkan oksigen agar asam laktat yang terbentuk secara berlahan dapat menghindari kram otot.

4. Faktor Fisik terhadap Prestasi *Dribble*.

Tidak semua pemain bola basket dapat melakukan *dribble* dengan baik, karena untuk melakukan *dribble* dengan baik dibutuhkan komponen biomotor yang baik. Pergerakan dengan efektif dan efisien sangat diperlukan untuk menghemat waktu dan ruang serta mengurangi gerakan yang berlebihan. Melakukan *dribble* yang baik akan terbatas oleh kondisi fisik yang lemah. Pendapat Sukadiyanto dan Dangsinia Muluk (2011: 25) setiap aktivitas fisik dalam latihan olahraga selalu mengakibatkan terjadinya perubahan, antara lain pada keadaan anatomi, fisiologi, biokimia, dan psikologis pelakunya. Suharjana (2013: 31) menyatakan bahwa sebagai pedoman umum, latihan pada tahap persiapan menekankan pada latihan kondisi fisik. Artinya bahwa di dalam usaha peningkatan kondisi fisik maka seluruh komponen harus dikembangkan, serta faktor fisik merupakan pondasi untuk meningkatkan kualitas sistem otot dan kualitas sistem energi dengan cara melatih unsur gerak atau biomotor.

a. Komponen Biomotor pada *Dribble* Bola Basket

Menurut Greg (1998: 1) tingkatan keahlian khusus pada olahraga membedakan seorang juara dengan yang lainnya. Semakin baik baik seorang pemain bola basket dalam *dribbling*, *shooting*, dan *passing*, semakin tinggi kemungkinan untuk sukses, akan tetapi keahlian khusus tersebut terbatas oleh kondisi fisik yang lemah. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan kualitas komponen biomotor sangat dibutuhkan dalam olahraga bola basket.

Menurut Sukadiyanto dan Dangsina Muluk (2011: 57) yang dimaksud dengan biomotor adalah kemampuan gerak manusia yang dipengaruhi oleh kondisi sistem organ dalam. Gerak akan terjadi bila tersedia energi baik yang tersimpan didalam otot maupun yang diperoleh dari luar tubuh melalui makanan, dengan demikian komponen biomotor adalah keseluruhan dari kondisi fisik olahragawan. Hampir semua aktivitas gerak dalam olahraga selalu mengandung unsur-unsur kekuatan, durasi, kecepatan, dan gerak kompleks yang memerlukan keluasaan gerak persendian. Menurut Suharjana (2013: 7-8) kebugaran jasmani yang berhubungan dengan ketrampilan terdiri dari kecepatan, daya ledak, keseimbangan, kelincahan dan koordinasi. Kemampuan dasar dari biomotor olahragawan meliputi kekuatan, ketahanan, kecepatan, koordinasi, dan fleksibilitas. Adapun komponen-komponen yang lain merupakan perpaduan dari beberapa komponen, diantaranya seperti power yang merupakan gabungan dari kekuatan dan kecepatan, kelincahan merupakan gabungan dari kecepatan dan koordinasi (Sukadiyanto dan Dangsina Muluk, 2011: 57) .

Komponen fisik diperlukan dalam permainan bola basket pada tingkat persaingan yang tinggi dan lebih dari yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari, bahkan melampaui yang diperlukan oleh jenis olahraga lainnya (Greg, 1998:57). Fisik sangat penting dan dibutuhkan dalam permainan bola basket. Sistem dan pola yang ada pada permainan bola basket tentu memerlukan persyaratan fisik agar dapat dilakukan

dengan baik dan maksimal. Hasil teknik dan taktik pun akan lebih baik apabila di dukung dari kemampuan fisik yang bagus. Menurut Greg (1998: 57) komponen biomotor yang diperlukan dalam bola basket adalah kelincahan, kecepatan, kekuatan, ketangkasan, dan koordinasi.

Berdasarkan analisa, karakteristik, dan tujuan *dribble* yaitu kemampuan dengan salah satu tujuannya untuk melewati lawan, maka melihat dari komponen biomotor secara umum dan dominan pada bola basket dipilih komponen biomotor sesuai karakteristik gerak pada kemampuan *dribble* berupa kelincahan, kecepatan, kekuatan, fleksibilitas, dan koordinasi. Hal tersebut akan dibahas lebih mendalam pada pembahasan berikut.

1) Kelincahan

Kelincahan adalah kemampuan mengubah arah dengan cepat dan tepat selagi tubuh masih bergerak dari satu tempat ke tempat yang lain. Menurut Harsono (2015: 59) kelincahan adalah kemampuan untuk merubah arah posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada saat bergerak tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya.

Seseorang yang mampu mengubah satu posisi yang berbeda dalam kecepatan tinggi dengan koordinasi yang baik, berarti kelincahannya cukup baik. Kemampuan seperti ini membutuhkan komponen koordinasi yang prima. Seorang atlet agar memiliki kelincahan, yakni kemampuan untuk bergerak secepatnya dari satu

titik ke titik lainnya, kemudian secara tiba-tiba mengubah arah gerakan, menghindar atau mengelilingi objek secepatnya memerlukan komponen kecepatan. Untuk meningkatkan komponen kelincahan ini takarannya tergantung dari tipe olahraga yang dipergunakan.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat diambil kesimpulan bahwa kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk mengubah arah dan posisi tubuhnya dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak tanpa kehilangan keseimbangan. Dibutuhkan latihan yang berulang-ulang agar seseorang menguasai teknik ini. Dengan memiliki kelincahan, seseorang akan dengan mudah mengubah arah dan posisi tubuhnya pada saat menggiring bola untuk melewati lawan tanpa harus kehilangan keseimbangan.

2) Kecepatan

Kecepatan adalah kemampuan otot atau sekumpulan otot untuk menjawab rangsang dalam waktu secepat (sesingkat) mungkin. Secara umum kecepatan mengandung pengertian kemampuan seseorang untuk melakukan gerak atau serangkaian gerak secepat mungkin sebagai jawaban terhadap rangsang. Jawaban rangsang dapat berbentuk gerak atau serangkaian serangkaian gerak yang dilakukan secepat mungkin. Terdapat dua macam kecepatan, yaitu kecepatan reaksi dan kecepatan gerak. Kecepatan reaksi adalah kemampuan seseorang dalam menjawab suatu rangsang dalam waktu sesingkat mungkin, sedangkan kecepatan gerak adalah kemampuan seseorang

melakukan gerak atau serangkaian gerak dalam waktu secepat mungkin (Sukadyanto dan Dangsin Muluk, 2011: 116-117).

Kecepatan mengacu pada kecepatan gerakan dalam melakukan suatu ketrampilan, bukan hanya sekedar kecepatan lari. Menggerakkan kaki dengan cepat merupakan ketrampilan fisik penting bagi pemain bola basket terutama untuk melakukan *fast break*. Kecepatan merupakan salah satu dari komponen seseorang untuk mengerjakan gerakan berkesinambungan dalam waktu yang sesingkat-singkatnya (M. Sajoto, 1995:9). Menurut Dangsin Moeloek (1984:7), kecepatan didefinisikan sebagai laju gerak, dapat berlaku untuk tubuh secara keseluruhan atau bagian tubuh.

Pendapat tentang kecepatan di atas, dapat ditarik pengertian bahwa kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk bergerak dengan waktu yang sesingkat-singkatnya. Hal ini sangat berguna bagi pemain bola basket, karena ketika pemain tidak dijaga ketat, pemain harus membawa bola ke lapangan yang kosong dan cepat menuju *ring* lawan (Hal Wissel, 2000: 96).

3) Kekuatan

Menurut Suharjana (2013: 75) kekuatan merupakan unsur terpenting yang harus dimiliki seseorang, karena setiap kinerja dalam aktivitas pekerjaan selalu memerlukan kekuatan otot. Kekuatan merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam unjuk kerja dalam menentukan kualitas kondisi fisik seseorang dan sangat

dibutuhkan hampir semua dalam cabang olahraga. Menurut Sukadiyanto dan Dangsina Muluk (2011: 91) pengertian kekuatan secara umum adalah kemampuan otot atau sekelompok otot untuk mengatasi beban atau tahanan. Pengertian secara fisiologis, kekuatan adalah kemampuan neuromuskuler untuk mengatasi tahanan beban luar dan beban dalam.

Kekuatan menurut Harsono (2015: 56) adalah kemampuan untuk membangkitkan tegangan (*force*) terhadap suatu tahanan. Menurut Ismaryati (2008: 111), kekuatan adalah tenaga kontraksi otot yang dicapai dalam sekali usaha maksimal, atau dapat pula dikatakan sebagai kemampuan otot untuk melakukan kontraksi guna membangkitkan tegangan terhadap suatu tahanan. Ada beberapa macam kekuatan menurut Bompa dan Haff (2009: 268-269) diantaranya:

- 1) Kekuatan umum adalah kemampuan kontraksi seluruh sistem otot dalam mengatasi tahanan atau beban. Kekuatan umum merupakan unsur dasar yang melandasi seluruh program latihan kekuatan.
- 2) Kekuatan khusus adalah kemampuan sekelompok otot yang diperlukan dalam aktivitas cabang olahraga tertentu.
- 3) Kekuatan maksimal adalah kemampuan otot atau sekelompok otot untuk melawan atau mengangkat beban secara maksimal dalam satu kali angkat atau kerja.
- 4) Kekuatan ketahanan adalah kemampuan otot atau sekelompok otot dalam mengatasi tahanan atau beban dalam jangka waktu yang relatif lama.
- 5) Kekuatan kecepatan adalah kemampuan otot untuk menjawab setiap rangsang dalam waktu sesingkat mungkin dengan menggunakan kekuatan otot.

- 6) Kekuatan absolut adalah kemampuan otot olahragawan untuk menggunakan kekuatan secara maksimal tanpa memperhatikan berat badannya sendiri.
- 7) Kekuatan relatif adalah hasil dari kekuatan absolut dibagi berat badan.

Dribble bola basket membutuhkan kekuatan tangan untuk dapat mendribble bola (*batting, pushing, atau tapping*) beberapa kali pada lantai tanpa menyentuhnya dengan dua tangan secara bersamaan (Jon Oliver, 2007: 50). Mengkaji pada manfaat dan kinerja otot dalam berkontraksi maka kekuatan otot adalah salah satu komponen yang sangat penting untuk meningkatkan kondisi fisik secara keseluruhan, karena kekuatan merupakan daya penggerak utama setiap aktifitas fisik (Sukadiyanto dan Muluk, 2011: 90).

Berdasarkan pengertian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa kekuatan otot lengan adalah kemampuan otot lengan dalam menerima beban sewaktu beraktifitas. Kegunaan kekuatan disamping untuk mencapai prestasi maksimal juga untuk mempermudah mempelajari teknik. Kekuatan otot lengan sangat berpengaruh dalam melakukan tehnik dasar *dribble*, karena dengan kekuatan otot lengan yang besar dorongan bola pada saat melakukan memantulkan bola akan lebih kuat, sehingga bola akan sulit untuk direbut.

4) Fleksibilitas

Fleksibilitas mencakup dua hal yang saling berhubungan satu dengan yang lainnya, yaitu antara kelentukan dan kelenturan. Kelenturan terkait erat dengan keadaan fleksibilitas antara tulang dan

persendian, sedangkan kelenturan terkait erat dengan keadaan fleksibilitas antara tingkat elastisitas otot, tendo, dan ligamen. Kedua unsur tersebut akan menjamin tingkat keluasaan gerak persendian dan memudahkan otot, tendo, ligamen pada saat melakukan gerak (Suharjana, 2013: 109). Jika tidak dipengaruhi oleh faktor latihan, maka tingkat fleksibilitas seseorang hukumnya berbanding terbalik dengan umur, artinya semakin bertambah umur seseorang, maka tingkat fleksibilitasnya akan semakin berkurang atau menurun (Sukadiyanto dan Dangsina Muluk, 2011: 137).

Menurut Suharjana (2013: 109) Fleksibilitas adalah kemampuan melakukan gerakan tubuh dalam suatu ruang gerak sendi dengan melibatkan keturan otot, tendon, dan ligamen. Fleksibilitas menurut (Sukadiyanto dan Dangsina Muluk, 2011: 137) yaitu luas gerak satu persendian atau beberapa persendian. Ada dua macam fleksibilitas, yaitu:

- 1) Fleksibilitas statis, yaitu fleksibilitas yang ditentukan oleh ukuran dari luas gerak (*range of motion*) satu persendian atau beberapa persendian. Contoh, untuk mengukur luas gerak persendian tulang belakang dengan cara sit and reach test. Posisi badan tetap dalam keadaan diam tidak melakukan aktivitas gerak.
- 2) Fleksibilitas dinamis, yaitu kemampuan seseorang dalam bergerak dengan kecepatan yang tinggi. Contoh fleksibilitas dinamis adalah dalam cabang olahraga senam perlombaan.

Metode latihan fleksibilitas adalah dengan cara peregangan (*stretching*), ada beberapa prinsip yang harus diperhatikan pada

latihan peregangan (*stretching*) menurut (Sukadiyanto dan Dangsinia Muluk, 2011: 139) adalah:

- 1) Harus didahului dengan aktivitas pemanasan, yaitu dalam bentuk *jogging*, lari ditempat, bermain tali (*skipping rope*) yang bertujuan untuk menaikkan suhu atau temperatur tubuh, sehingga denyut jantung mencapai antara 120 - 130 kali per menit.
- 2) Waktu peregangan yang dilakukan sebelum latihan inti, setelah pemanasan, berkisar antara 20 – 25 detik untuk setiap peregangan. Sedangkan peregangan pada saat setelah latihan inti (pendinginan) waktunya tidak lebih dari 10 – 15 detik untuk setiap jenis peregangan.
- 3) Gerak yang dilakukan saat peregangan tidak boleh menghentak-hentak, harus perlahan dan setelah ada rasa sedikit sakit di otot ditahan selama waktu yang ditentukan.
- 4) Selama peregangan tidak boleh menahan napas, pernapasan harus berjalan normal. Adapaun cara pernapasannya dengan menarik napas dalam-dalam sebelum melakukan peregangan dan mengeluarkan napas saat peregangan.
- 5) Peregangan dimulai dari kelompok otot besar terlebih dahulu, baru menuju pada kelompok otot kecil.

Fleksibilitas bahu dan pergelangan tangan adalah keefektifan seseorang untuk melakukan segala aktifitas tubuh dengan penguluran seluas-luasnya, terutama otot-otot, ligamen-ligamen di sekitar persendian bahu dan pergelangan tangan. Kelentukan bahu dan pergelangan tangan membantu memberi tekanan dan mengontrol bola agar tetap dalam penguasaan. Suharjana (2015: 110) menambahkan bahwa kelentukan bermanfaat untuk memudahkan dalam menjalankan tugas dan menjauhkan dari kemungkinan cedera.

Uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dalam melakukan *dribble* bola basket dibutuhkan fleksibilitas yang baik karena dalam gerak *dribble* menyangkut persendian, tulang, otot, dan ligamen. Fleksibilitas

bertujuan dalam keefektifan melakukan *dribble*, terutama didalam memantulkan bola membantu memberi tekanan dan mengontrol bola.

5) **Koordinasi**

Koordinasi merupakan hasil perpaduan kinerja dari kualitas otot, tulang, dan persendian dalam menghasilkan satu gerak yang efektif dan efisien (Sukadiyanta dan Dangsina Muluk, 2011: 150). Menurut Suharjana (2013: 147) koordinasi merupakan kemampuan biomotorik yang sangat kompleks. Koordinasi merupakan kemampuan untuk memadukan berbagai macam gerakan kedalam satu atau lebih pola gerak khusus. Sri Haryono (2009: 48) berpendapat bahwa koordinasi adalah kemampuan mengkombinasikan dua atau beberapa komponen dalam suatu gerakan yang utuh. Pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa koordinasi adalah perpaduan atau kombinasi gerak dari dua atau lebih persendian, yang satu sama lainnya saling berkaitan dalam menghasilkan satu ketrampilan gerak yang efektif dan efisien.

Menurut Sri Haryono (2009: 48) ketepatan atau akurasi dapat diartikan sebagai kemampuan menempatkan suatu obyek pada sasaran tertentu. Kemampuan ketepatan ini sangat berhubungan dan dipengaruhi oleh faktor koordinasi. Seperti yang dijelaskan diatas, koordinasi memadukan berbagai macam gerak kedalam satu atau lebih. Menurut Suharjana (2013: 147) koordinasi merupakan

kemampuan menjalankan tugas gerak dengan melibatkan unsur mata, tangan, dan kaki.

Dribble bola basket membutuhkan koordinasi antara mata, tangan, dan kaki. Berdasarkan pendapat diatas, peneliti ingin memfokuskan dalam meneliti faktor koordinasi antara mata dan tangan dalam kemampuan *dribble*, karena koordinasi antara mata dan tangan berpengaruh dalam mengkoordinasikan pada kemampuan melakukan *dribble* dalam irama gerak yang terkontrol.

5. Faktor Teknik terhadap Prestasi *Dribble*

Satu elemen yang harus dikuasai seorang atlet adalah kemampuan teknik. Mengenai pentingnya aspek fisik Suharjana (2013: 60) mengatakan bahwa bersamaan dengan latihan fisik, atlet harus pula berlatih untuk ketrampilan teknik dan taktik. Irianto (2002: 80) menyatakan bahwa teknik merupakan suatu proses gerakan dan pembuktian dalam praktik sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang dilakukan dengan cara efisien dan sederhana. Teknik dalam sebuah pertandingan memiliki peran antara lain; (1) sebagai cara yang efisien mencapai prestasi, (2) mencegah atau mengurangi cedera, (3) sebagai modal melakukan taktik, dan (4) meningkatkan percaya diri. Suharjana (2013: 62) mengingatkan bahwa latihan teknik jangan diabaikan, karena itu adalah koreksi mengenai kesalahan-kesalahan hasil temuan dari diagnosa di tahap transisi, pelihara *skill* yang sudah dimiliki, mulailah melatih bagian-bagian yang penting dari model teknik yang baru.

Dribble adalah usaha yang dilakukan untuk mengontrol bola dan melewati lawan untuk membuka peluang mencetak skor. Setiap pemain bisa menjadi pen-*dribble* yang terampil karena ketrampilan men-*dribble* dapat dilatihkan kapanpun dan dimana saja tanpa menggunakan pemain maupun peralatan lain selain bola. Penggunaan teknik yang benar menjadi faktor penentu dalam keberhasilan melakukan *dribble* dan menghindari dari kesalahan yang akan berdampak untuk kerugian tim. Penggunaan teknik yang baik tentunya harus memperhatikan sikap-sikap dasar *dribble* yang baik pula. Sikap menggiring bola yang baik menurut Hall Wissel (2000: 96):

- a. Keseimbangan dalam berdiri, merupakan dasar pengendalian *dribble*, karena memungkinkan untuk bergerak cepat, mengubah arah, mengubah langkah, dan berhenti sementara tangan yang satu tetap melindungi bola.
- b. Pandangan tanpa melihat bola, kepala terangkat dan lihat *ring*, sehingga pandangan melihat seluruh lapangan.
- c. Pantulan bola, bola harus bersentuhan dengan telapak jari setiap kali memantul, dengan seperti itu akan memberikan kontrol lebih besar dan memperkecil kemungkinan melakukan pelanggaran *dribble*. Jaga agar *dribble* tetap rendah, *dribbel* bola kira-kira setinggi pinggang untuk mempertahankan kontrol dan meminimalkan kemungkinan seorang pemain bertahan bisa menjangkau dan merebut bola saat memantul.

Penjelasan diatas memisahkan faktor teknik *dribble* bola basket menjadi tiga fase yaitu fase persiapan, fase pelaksanaan dan fase akhiran.

1. Fase persiapan:

- a. Angkat kepala lihat sekeliling (tidak melihat bola)

- b. Posisi kedua tangan memegang bola dengan kuat dengan siku dibuka
 - c. Lutut sedikit ditekuk, kaki selebar bahu dan membentuk kuda-kuda yang kuat.
2. Fase pelaksanaan:
- a. Kontrol bola dengan *mendribble* bola sebatas lutut atau lebih rendah dan dekat dengan badan.
 - b. Badan dan tangan yang tidak *mendribble* bola melindungi bola.
 - c. *Dribble* bola setinggi pinggang atau lebih tinggi, dengan pantulan bola ke depan badan
 - d. Berlari dengan cepat dengan tetap mengendalikan *dribblenya*
3. Fase lanjutan:
- a. Mata melihat sasaran *passing*
 - b. Pegang bola ketika bola mendekati ketinggian puncak setelah memantul dengan kedua tangan
 - c. Dorong bola dan lecutkan pergelangan tangan dengan kuat dan arahkan bola kearah dada orang yang di *passing* (*chest pass*)

Fase-fase dalam melakukan *dribble* tersebut harus dipahami dan dikuasai setiap pemain bola basket agar diperoleh kualitas *dribble* yang baik dan benar. Pelaksanaan *dribble* dapat dilakukan dengan *dribble* bola tinggi dan *dribble* bola rendah, hal ini berdasarkan pada kebutuhannya dalam permainan. *Dribble* bola setinggi pinggang

digunakan untuk *speed dribble*, sedangkan *dribble* bola rendah digunakan untuk *control dribble*.

6. Hakikat Ekstrakurikuler

Ekstrakurikuler adalah kegiatan belajar mengajar yang dilakukan diluar jam pelajaran tatap muka, kegiatan ini dilaksanakan di sekolah untuk lebih memperluas pengetahuan dan pengalaman atau kemampuan peningkatan dan penerapan nilai pengetahuan untuk pengembangan kualitas serta meningkatkan kemampuan yang telah dipelajari dari berbagai mata pelajaran (Depdikbud, 1993: 25). Mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dapat membantu meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan siswa serta siswa juga dapat memperdalam dan memperluas pengetahuan yang berkaitan dengan keterampilan masing-masing cabang olahraga, pembentukan nilai-nilai kepribadian siswa serta memunculkan bakat siswa yang berprestasi dalam bidangnya.

Kegiatan ekstrakurikuler menurut Uzer Usman dan Lilis (1993:22) adalah kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran (tatap muka) baik dilaksanakan di sekolah maupun luar sekolah dengan maksud untuk lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimilikinya dari berbagai bidang studi.

Menurut Uzer Usman dan Lilies (1993: 22) kegiatan ekstrakurikuler secara menyeluruh mempunyai tujuan pokok:

- a. Meningkatkan pengetahuan siswa dalam aspek kognitif maupun afektif.

- b. Mengembangkan bakat serta minat siswa dalam upaya pembinaan pribadi menuju manusia seutuhnya
- c. Mengetahui, mengenal, serta membedakan hubungan antara suatu mata pelajaran dengan yang lainnya.

Kegiatan Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang memiliki peran penting bagi tumbuh kembang peserta didik. Menurut B. Suryobroto (1990: 58) Kegiatan ekstrakurikuler mencakup semua kegiatan di sekolah yang tidak diatur dalam kurikulum. Kegiatan tersebut hanya digunakan untuk kemajuan sekolah atau menunjukkan eksistensi sekolah yang unggul dalam bidang ekstrakurikuler tertentu. Nama baik sekolah akan menjadi terangkat apabila wakil dari sekolah tersebut berhasil menjadi juara dalam suatu pertandingan.

Ekstrakurikuler olahraga merupakan kegiatan olahraga yang dilakukan di luar jam pelajaran. Tatap muka dilaksanakan di sekolah atau di luar sekolah untuk memperluas wawasan atau kemampuan, peningkatan dan penerapan nilai-nilai pengetahuan dan kemampuan olahraga.

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan siswa sekolah, kegiatan ekstrakurikuler bertujuan agar siswa dapat mengembangkan kepribadian, bakat, diberbagai bidang di luar bidang akademik, kegiatan ini dilaksanakan untuk di luar jam pelajaran sekolah.

7. Karakteristik Siswa SMA

Siswa SMA yang rata-rata berada pada usia antara 16-19 tahun berada pada masa remaja madya (*middle adolescence*). Masa usia SMA

ialah masa dimana pengambilan keputusan meningkat. Siswa SMA harus mengambil keputusan-keputusan masa depan, teman-teman mana yang akan dipilih, dimana akan kuliah, program studi apa yang akan dipilih, dan lain sebagainya. Mann, Harmoni & Power (Santrock, 1995: 13) menyatakan dibandingkan dengan anak-anak, remaja yang lebih muda cenderung menghasilkan pilihan-pilihan, menguji situasi dari berbagai perspektif, mengantisipasi akibat dari keputusan-keputusan dan mempertimbangkan kredibilitas sumber-sumber. Umumnya remaja yang lebih muda kurang kompeten dalam pengambilan keputusan dibandingkan remaja yang lebih tua. Hal ini karena pengalaman yang lebih tua lebih banyak dibandingkan yang lebih muda. Besarnya minat remaja terhadap pendidikan sangat dipengaruhi oleh minat mereka pada pekerjaan (Hurlock, 1980: 220), hal ini berarti siswa SMA terhadap pendidikan akan dipengaruhi oleh minat terhadap pekerjaan. Jika siswa SMA mengharapkan pekerjaan yang menuntut pendidikan tinggi, maka pendidikan akan dianggap sebagai batu loncatan. Biasanya siswa SMA lebih menaruh minat pada pelajaran-pelajaran yang nantinya akan berguna dalam bidang pekerjaan yang dipilihnya. Faktor-faktor yang mempengaruhi sikap remaja terhadap pendidikan (Hurlock, 1980: 221), yakni:

- a. Sikap teman sebaya; berorientasi sekolah atau berorientasi kerja
- b. Sikap orangtua; menganggap pendidikan sebagai batu loncatan ke arah mobilitas sosial atau hanya sebagai suatu kewajiban karena diharuskan oleh hukum

- c. Nilai-nilai, yang menunjukkan keberhasilan atau kegagalan akademis
- d. Relevansi atau nilai praktis dari berbagai mata pelajaran
- e. Sikap terhadap guru-guru, pegawai tata usaha, dan kebijaksanaan akademis serta disiplin
- f. Keberhasilan dalam berbagai kegiatan ekstrakurikuler
- g. Derajat dukungan sosial di antara teman-teman sekelas.

Hurlock (1980: 221) melanjutkan, ada tiga macam remaja yang tidak berminat pada pendidikan dan biasanya membenci sekolah, yakni:

- a. Remaja yang orang tuanya memiliki cita-cita tinggi yang tidak realistis terhadap prestasi akademik, atletik atau prestasi social yang terus menerus mendesak untuk mencapai sasaran yang dikehendaki
- b. Remaja yang kurang diterima oleh teman-teman sekelas, yang merasa tidak mengalami kegembiraan sebagaimana dialami teman-teman sekelas dalam berbagai kegiatan ekstrakurikuler
- c. Remaja yang matang lebih awal yang merasa fisiknya jauh lebih besar dibandingkan teman-teman sekelasnya dan arena penampilannya lebih tua dari usia yang sesungguhnya, seringkali diharapkan berprestasi lebih baik di atas kemampuannya.

Menurut Hurlock (1980: 221), bahwa pada saat tersebut remaja belajar membedakan antara pilihan pekerjaan yang lebih disukai dan pekerjaan yang dicita-citakan. Hal ini menandakan bahwa para siswa SMA akan mulai membedakan antara pilihan yang lebih disukai dan pekerjaan yang dicita-citakan.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa siswa SMA dalam mengambil keputusan meningkat, dimana dalam hal ini usia remaja cenderung menghasilkan pilihan-pilihan dalam mengambil keputusan dan mempertimbangkan kredibilitas dari sumber-sumber yang dia dapat. Beberapa faktor yang mempengaruhi sikap remaja adalah teman sebaya,

sikap orang tua, keberhasilan dalam kegiatan semisal ekstrakurikuler, dan derajat hubungan sosial.

B. Hasil penelitian yang relevan

Hasil penelitian yang relevan dalam penelitian ini sangat diperlukan untuk mendukung kajian teoritis yang telah dikemukakan sehingga dapat digunakan sebagai landasan pada kerangka berpikir. Adapun hasil penelitian yang relevan adalah:

1. Penelitian oleh FX Adhi Yuwon dengan judul “Kemampuan Teknik Dasar Tembakan Hukuman Pemain Bola Basket Tingkat SMP di Yogyakarta”, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kemampuan siswa SMP dalam melakukan teknik dasar menembak hukuman. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan penilaian dengan kriteria baik, cukup, kurang, sangat kurang baik. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet bola basket putra SMP di Kota Yogyakarta. Sampel yang diambil dari hasil *purposive sampling* berjumlah 105 pemain bola basket. Instrumen yang digunakan adalah dengan mencari uji validitas yang diberikan oleh 3 (tiga) ahli dengan memberikan hal yang paling penting dalam tembakan hukuman. Analisis data menggunakan uji validitas, uji objektivitas, dan deskriptif persentase. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari hasil analisis secara keseluruhan teknik tembakan hukuman pemain bola basket tingkat SMP di Kota Yogyakarta ini. Dapat diketahui bahwa 24 pemain atau 25,2 % yang mendapatkan nilai baik dari fase persiapan, sedangkan

yang mendapat nilai cukup baik hanya 49 pemain atau 51,45%. Sedangkan pemain yang mendapat nilai kurang baik sebanyak 29 pemain atau 30,45%, dan yang mendapat nilai sangat kurang baik sebanyak 3 pemain atau 3,15%. Dari tabel fase pelaksanaan diatas dapat diketahui bahwa 11 pemain atau 11,5% yang mendapatkan nilai baik dan yang tidak mendapat nilai cukup baik sebanyak 37 pemain atau 38,85%. Dari hasil analisis ini juga dapat diketahui pemain yang mendapat nilai kurang baik sebanyak 44 pemain atau 46,2%, sedangkan yang mendapat nilai sangat kurang baik sebanyak 13 pemain atau 13,65%. Dari hasil analisis ini menunjukkan persentase dari fase *follow thought* adalah 13 pemain atau 13,65% yang nilai baik, sedangkan yang mendapat nilai cukup baik sebanyak 25 pemain atau 26,25%, pemain yang mendapat nilai kurang baik dari fase *follow thought* tersebut sebanyak 58 pemain atau 60,9% dan yang mendapat nilai sangat kurang baik sebanyak 9 pemain atau 9,45% .

2. Penelitian oleh Yandika Fefrian, dengan judul “kontribusi faktor fisik, teknik, dan psikis terhadap kemampuan *free throw* bola basket”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) kontribusi faktor fisik dalam mengoptimalkan kemampuan *free throw*, (2) kontribusi faktor teknik dalam kemampuan *free throw*, (3) kontribusi faktor psikis dalam mengoptimalkan kemampuan *free throw*, dan (4) kontribusi ketiga faktor fisik, teknik, dan psikis dalam mengoptimalkan kemampuan *free throw*. Penelitian ini merupakan penelitian dengan desain *non-experimental*, metode yang digunakan adalah korelasional dan regresional. Populasi

penelitian adalah peserta ekstrakurikuler SMA di Kota Yogyakarta dengan ciri-ciri pernah mengikuti latihan bola basket minimal satu tahun dan pernah mengikuti pertandingan bola basket. Jumlah populasi yaitu 47 sekolah. Sampel penelitian berjumlah 81 peserta yang berasal dari SMA N 3 Yogyakarta, SMA N 4 Yogyakarta, SMA N 6 Yogyakarta, dan SMA N 8 Yogyakarta yang ditentukan dengan teknik simple random sampling. Pengumpulan data menggunakan tes pengukuran dan rubrik. Instrumen dalam penelitian ini adalah tes faktor fisik, teknik, dan psikis. Data dianalisis dengan teknik statistik deskriptif menggunakan program SPSS 17.0. Pengujian hipotesis dilakukan dengan teknik analisis Partial Least Square (PLS) dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$ yang menggunakan program SmartPLS 20.0. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: (1) terdapat kontribusi positif faktor fisik dalam mengoptimalkan kemampuan *free throw*, terbukti dari nilai koefisien jalur sebesar 0.1795 dan nilai t hitung $2.6074 > t$ tabel 1.960, nilai kontribusi relatif sebesar 15.88% dan kontribusi efektif sebesar 14.08%; (2) terdapat kontribusi positif faktor teknik dalam mengoptimalkan kemampuan *free throw*, terbukti dari nilai koefisien jalur sebesar 0.3404 dan nilai t hitung $7.0207 > t$ tabel 1.960, nilai kontribusi relatif sebesar 31.94% dan kontribusi efektif sebesar 28.32% (3) terdapat kontribusi positif faktor psikis dalam mengoptimalkan kemampuan *free throw*, terbukti dari nilai koefisien jalur sebesar 0.5095 dan nilai t hitung $8.3679 > t$ tabel 1.960, nilai kontribusi relatif sebesar 52.18% dan kontribusi efektif sebesar 46.27%; dan (4) terdapat kontribusi

ketiga faktor fisik, teknik, dan psikis dalam mengoptimalkan kemampuan *free throw* dengan nilai koefisien determinasi sebesar 0.886695 atau 88.67%.

C. Kerangka Berfikir

Permainan bola basket adalah permainan tim, namun tidak mengabaikan kemampuan individual dalam suatu tim. Kemampuan individual yang harus dikuasai adalah teknik dasar bola basket. Pemain bola basket harus mampu menguasai teknik *dasar passing, dribble, shoot, pivot, lay up*, dan *rebound*.

Dribble merupakan salah satu teknik yang menjadi perhatian utama saat pemain mampu melewati lawan dan membuka peluang. Usaha untuk mencapai prestasi yang diinginkan dalam kemampuan *dribble* tentunya tidak terlepas dari beberapa faktor pendukung yang berpengaruh terhadap hasil *dribble*. Fisik dan teknik menjadi faktor yang dibutuhkan untuk memaksimalkan kemampuan *dribble*. Atlet bola basket pada tingkat SMA harus dibekali dengan kemampuan *dribble* yang baik, pengetahuan akan fisik dan teknik yang menunjang dalam kemampuan *dribble* sangat diperlukan.

Komponen fisik yang berpengaruh pada *dribble* bola basket yaitu kelincahan, kecepatan, kekuatan, fleksibilitas, dan koordinasi. Dalam komponen fisik tersebut dapat lebih diperinci kembali sesuai dengan kebutuhan *dribble*, peneliti berasumsi bahwa kelincahan, kecepatan, kekuatan otot lengan, fleksibilitas, dan koordinasi akan sangat menunjang dalam tercapainya keberhasilan dalam melakukan *dribble*.

Faktor teknik merupakan cara yang paling efektif, efisien, dan sederhana untuk memecahkan masalah yang dihadapi dalam pertandingan dan dibenarkan oleh peraturan. Penggunaan teknik *dribble* yang baik tentunya harus memperhatikan sikap-sikap dasar *dribble* yang baik pula. Fase persiapan, fase pelaksanaan, dan fase lanjutan ketika melakukan *dribble* harus diperhatikan untuk dapat mengoptimalkan kemampuan *dribble*.

D. Hipotesis

Berdasarkan kajian teori dan kerangka berpikir yang telah diuraikan diatas maka hipotesis yang diajukan adalah:

- 1) Terdapat kontribusi faktor fisik dalam mengoptimalkan prestasi *dribble* atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA.
- 2) Terdapat kontribusi faktor teknik dalam mengoptimalkan prestasi *dribble* atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA.
- 3) Secara bersama-sama terdapat kontribusi faktor fisik dan teknik dalam mengoptimalkan prestasi *dribble* atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis atau Desain Penelitian

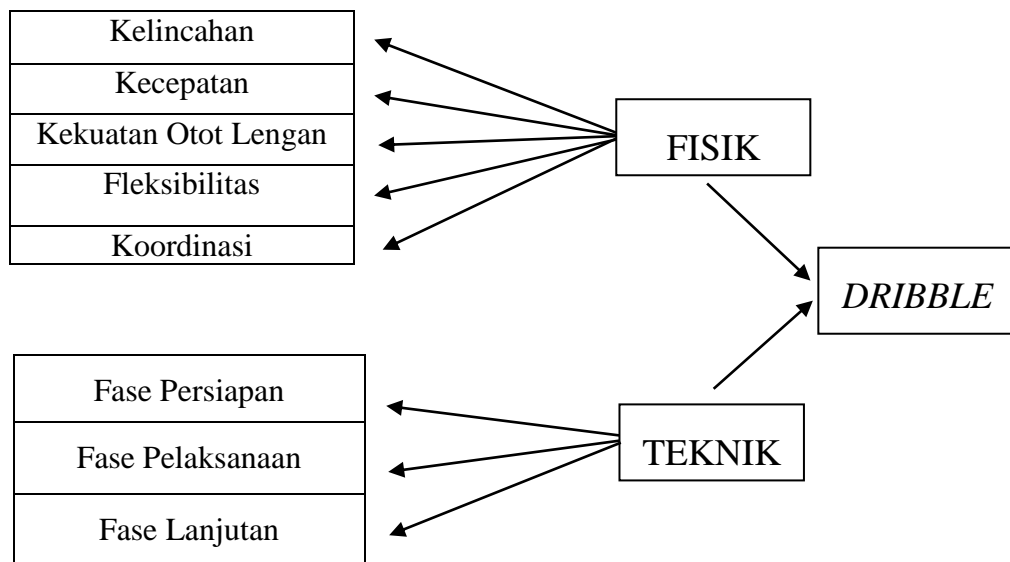
Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Inti dari penelitian kuantitatif adalah bahwa penelitian menguji teori dengan menggunakan model konseptual. Penelitian kuantitatif harus seobjektif mungkin mengenai penelitian yang perlu dilakukan dalam rangka berusaha memaksimalkan objektivitas. Menurut Sugiyono (2011: 14) metode kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan filsafat positifisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Penelitian ini merupakan penelitian dengan rancangan desain non eksperimen (*non experimental design*) yang berarti tidak ada perlakuan apapun yang diberikan kepada subjek penelitian yang memungkinkan timbulnya dampak khusus pada variabel-variabel terukur. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasional dan regresional yaitu penelitian yang bertujuan mencari tata hubungan logik antar variabel bebas dan variabel terikat atau variabel eksogen dan endogen.

Metode struktural dalam penelitian ini melibatkan dua variabel independen (faktor fisik dan teknik) dan satu variabel dependen (kemampuan *dribble*). Lima variabel indikator yang terdapat pada faktor fisik (kelincahan, kecepatan lari, kekuatan otot lengan, fleksibilitas, dan koordinasi), dua

indikator yang terdapat pada faktor teknik (fase persiapan, fase pelaksanaan, dan fase lanjutan).

Untuk lebih memahami, maka desain penelitian dapat dilihat gambar dibawah ini:



Gambar 11
Desain model struktural penelitian
Sumber: Hengky Latan (2013: 75)

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2011: 61). Suharsimi (2006: 161) menyatakan bahwa variabel adalah objek peneliti, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian.

Setiap penelitian mempunyai objek yang dijadikan sasaran dalam penelitian. Penelitian ini menggunakan dua variabel independen dan satu

variabel dependen. Agar tidak terjadi salah penafsiran pada penelitian ini maka berikut akan dikemukakan definisi operasional dalam penelitian ini, yaitu:

1. Variabel independen adalah variabel yang mempengaruhi variabel lain.

Variabel independen (X) dalam penelitian ini adalah:

- a. Faktor Fisik

Faktor kondisi fisik merupakan faktor penggerak kemampuan biomotor atau komponen kebugaran yang diperlukan oleh atlet sesuai cabang olahraga atau sesuai dengan perannya (Sukadiyanta dan Dangsina Muluk, 2011: 57). Dalam penelitian ini akan dibahas mengenai faktor fisik yang berkaitan dengan kemampuan *dribble* bola basket.

- 1) Kelincahan

Kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah atau posisi tubuh dengan cepat. Tes kelincahan yang digunakan adalah *shuttle run*, dengan panjang 9,12 meter (Sri Haryono, 2009: 27).

Tabel 1. Norma Kelincahan

Norma	Prestasi
Baik sekali	< 12.10
Baik	12.11 - 13.53
Cukup	13.54 - 14.96
Kurang	14.97 - 16.39
Kurang sekali	16.40 - ke bawah

Sumber: Sri Haryono (2009: 61)

2) Kecepatan

Kecepatan merupakan kemampuan berlari untuk menempuh suatu jarak dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Kecepatan diukur melalui tes kecepatan lari 30 meter (Sri Haryono, 2009: 27).

Tabel 2. Data Normatif Tes Lari 30 Meter Umur 16-19 Tahun

Jenis kelamin	Baik sekali	Baik	Cukup	Sedang	Kurang
Pria	< 4.0	4.2 - 4.0	4.4 - 4.3	4.6 - 4.5	> 4.6
Wanita	< 4.5	4.6 - 4.5	4.8 - 4.7	5.0 - 4.9	> 5.0

Sumber: Widiastuti (2015: 127)

3) Kekuatan otot lengan

Kekuatan otot lengan adalah sekelompok otot lengan untuk mengatasi atau melawan beban saat melakukan aktivitas gerak, yang diukur menggunakan *push up* selama 30 detik (Sri Haryono, 2009: 18).

Tabel 3. Norma Tes Push up

Umur	16 – 19
Excellent	> 56
Baik	47 – 56
Cukup	35 – 46
Sedang	19 – 34
Kurang	11 – 18
kurang Sekali	4 – 10
Buruk	< 4

Sumber: Widiastuti, 2015: 86

4) Fleksibilitas bahu dan pergelangan tangan

Fleksibilitas bahu dan pergelangan tangan merupakan kemampuan gerak sendi pada bahu dan pergelangan tangan. Pengukurannya dengan cara berbaring tengkurap dilantai dengan tangan diluruskan memegang sebuah tongkat (Widiastuti, 2015: 178).

Tabel 4. Data Normatif Tes Fleksibilitas Bahu dan Pergelangan Tangan

Klasifikasi	Laki-laki	Perempuan
Sempurna	> 12.50	> 11.75
Baik	12.50 - 11.50	11.75 - 10.75
Cukup	11.49 - 8.25	10.74 - 7.50
Kurang	8.24 - 6.00	7.49 - 5.50
Buruk	< 6.0	< 5.50

Sumber: Widiastuti (2015: 179)

5) Koordinasi mata dan tangan

Koordinasi mata dan tangan adalah suatu kemampuan seseorang dalam mengkoordinasikan mata dan tangan kedalam rangkaian gerakan yang utuh, menyeluruh, dan terus menerus secara cepat dan tepat dalam irama gerak yang terkontrol. Tes pengukurannya dengan cara melempar bola tempat kesasaran dan menangkapnya kembali (Sri Haryono, 2009: 50).

Tabel 5. Norma angka kasar untuk tes koordinasi mata tangan

Kategori	Laki-laki/Perempuan
Baik Sekali	17 – 20
Baik	13 – 16
Sedang	9 – 12
Kurang	5 – 8
Kurang Sekali	0 – 4

Sumber: Sri Haryono (2009: 67)

b. Faktor teknik

Faktor teknik merupakan cara yang paling efektif, efisien, dan sederhana untuk memecahkan masalah yang dihadapi dalam pertandingan dan dibenarkan oleh peraturan. Untuk mengukur faktor teknik dalam penelitian ini menggunakan teknik *control dribble* untuk fase persiapan, kemudian teknik *speed dribble* untuk fase pelaksanaan, dan *follow through* dengan passing *chest pass* untuk fase lanjutan dengan indikator tiap fase berbentuk rubrik. Rubrik indikator teknik diperkuat oleh validator oleh *expert judgment*.

1. Fase persiapan:

- a. Angkat kepala lihat sekeliling (tidak melihat bola)
- b. Posisi kedua tangan memegang bola dengan kuat dengan siku dibuka
- c. Lutut sedikit ditekuk, kaki selebar bahu dan membentuk kuda-kuda yang kuat.

2. Fase pelaksanaan:
 - a. Kontrol bola dengan mendribble bola sebatas lutut atau lebih rendah dan dekat dengan badan
 - b. Badan dan tangan yang tidak mendribble bola melindungi bola.
 - c. Dribble bola setinggi pinggang atau lebih tinggi, dengan pantulan bola ke depan badan
 - d. Berlari dengan cepat dengan tetap mengendalikan dribblenya.
3. Fase lanjutan:
 - a. Mata melihat sasaran *passing*
 - b. Pegang bola ketika bola mendekati ketinggian puncak setelah memantul dengan kedua tangan
 - c. Dorong bola dan lecutkan pergelangan tangan dengan kuat dan arahkan bola kearah dada orang yang di *passing* (*chest pass*).

Instrumen untuk mengevaluasi teknik *dribble* yang dimiliki atlet yaitu dengan menggunakan rubrik penilaian.

2. Variabel dependen

Variabel dependen (Y) dalam penelitian ini adalah kemampuan *dribble*. Kemampuan *dribble* adalah kemampuan membawa bola dengan cara memantulkannya lebih dari satu langkah. Tes ketrampilan *dribbling* yang digunakan adalah tes menggiring bola (*dribbling*) melalui rintangan dengan rute zig-zag (Nurhasan dan Hasanudin, 2007: 240).

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Secara umum populasi diartikan sebagai seluruh anggota kelompok yang telah ditentukan karakteristiknya dengan jelas, baik itu kelompok orang, objek, benda, atau kejadian (Agung Sunarno dan Syaiful D, 2011: 59). Populasi adalah keseluruhan subjek peneliti (Suharsimi, 2006: 173). Populasi dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler bola basket putra tingkat Sekolah Menengah Atas di Kabupaten Batang.

2. Sampel Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 131), sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian individu yang memiliki sifat yang sama untuk diselidiki dan dapat mewakili seluruh populasi.

Teknik *sampling* menggunakan *total sampling*. Artinya mengambil keseluruhan sekolah yang memiliki ekstrakurikuler bola basket putra di Kabupaten Batang.

Proses pengambilan sampel dalam penelitian ini diawali dengan kegiatan observasi terhadap sekolah tingkat SMA Kabupaten Batang terkait dengan sekolah yang mempunyai ekstrakurikuler bola basket. Terdapat 5 sekolah yang memiliki ekstrakurikuler bola basket putra. Lima sekolah tersebut adalah SMA N 1 Batang, SMA N 2 Batang, SMA N 1 Wonotunggal, SMK N 1 Subah, dan SMA N 1 Bandar.

D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga mudah diolah (Suharsimi Arikunto, 2006: 151). Adapun instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah:

1. Tes Faktor Fisik

Tes dan pengukuran digunakan sebagai instrumen dalam mengukur faktor fisik. Untuk mengukur faktor fisik yang didalamnya terdapat komponen biomotor. Tes dan pengukuran komponen biomotor yang berpengaruh terhadap *dribble*:

a. Tes Kelincahan

Tes ini menggunakan tes lari bolak-balik (*shuttle run*), dengan tujuan untuk mengukur kelincahan berlari dan mengubah arah (Sri Haryono, 2009: 27).

1) Peralatan:

- a) Lintasan lari 9,12 meter
- b) Meteran
- c) *Stopwatch*
- d) 2 potong kayu kecil (kubus) ukuran 5x5x10 cm

2) Petugas:

- a) Pemandu tes
- b) Pencatat waktu

3) Pelaksanaan:

- a) Teste siap berdiri dibelakang garis start
- b) Pada aba-aba “yak” stopwatch dihidupkan dan peserta berlari ke arah garis finish sambil mengambil potongan kayu dan membawa ke belakang garis *start*
- c) Gerakan ini diulang sekali lagi sehingga kedua potongan kayu berhasil dipindahkan dengan sempurna, kemudian hentikan stopwatch dan catat waktu yang didapat
- d) Dua kali ulangan atau percobaan diberikan.

4) Penilaian:

Waktu terbaik dari dua kali kesempatan sebagai skor akhir teste.



Gambar 12

Tes *shuttle run*

Sumber: ivansmartgoal.wordpress.com

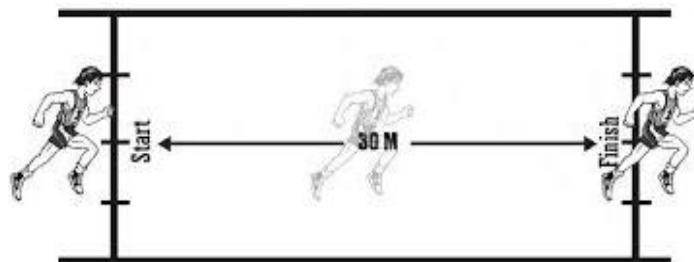
b. Tes Kecepatan

Tes ini menggunakan tes lari cepat 30 meter (Sri Haryono, 2009: 27), dengan tujuan untuk mengukur kecepatan lari.

1) Perlengkapan:

- a) Lintasan lurus, datar, dan tidak licin berjarak 30 meter
- b) *Stopwatch*

- c) Peluit
 - d) Serbuk kapur
 - e) Formulir tes dan alat tulis
- 2) Pelaksanaan:
- a) Testi berdiri dibelakang garis *start*, pada aba-aba “siap” testi mengambil sikap *start* berdiri untuk siap lari
 - b) Pada saat peluit dibunyikan testi berlari secepat mungkin menuju garis *finish* menempuh jarak 30 meter
 - c) Catat waktu yang ditempuh.
- 3) Penilaian:
- Hasil yang dicatat adalah waktu yang digunakan testi untuk menempuh jarak 30 meter, dan testi tidak melakukan pelanggaran.



Gambar 13
Lari 30 meter

Sumber: komputerpaisal.blogspot.co.id

c. Tes Kekuatan Otot Lengan

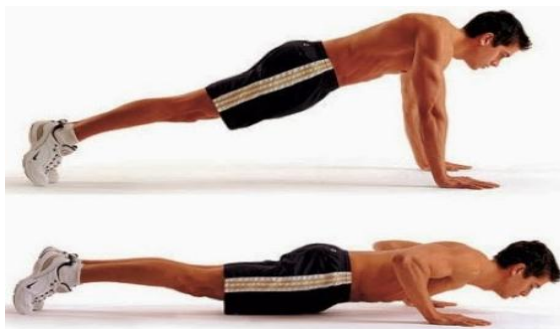
Tes kekuatan otot lengan dengan menggunakan *push-up* (Sri Haryono, 2009: 18), dengan tujuan untuk mengukur kekuatan otot lengan.

- 1) Perlengkapan: *Stopwatch*, formulir, dan alat tulis
- 2) Pelaksanaan:

- a) Teste sikap telungkup, kepala, punggung dan kaki lurus
- b) Kedua telapak tangan bertumpu di lantai di samping dada, jari-jari tangan ke depan
- c) Kedua telapak kaki bertumpu di lantai
- d) Posisi telungkup hanya dada yang menyentuh lantai, kepala, perut, dan tungkai bawah terangkat
- e) Angkat tubuh dengan meluruskan kedua tangan, kemudian turunkan lagi tubuh dengan membengkokkan kedua tangan sehingga dada menyentuh lantai
- f) Setiap kali mengangkat dan menurunkan badan, kepala, punggung dan tungkai bawah tetap lurus, setiap kali tubuh terangkat dihitung sekali.

3) Penilaian:

- a) Hanya pelaksanaan yang betul yang dihitung
- b) Pelaksanaan *push-up* dilakukan sebanyak mungkin selama 30 detik.



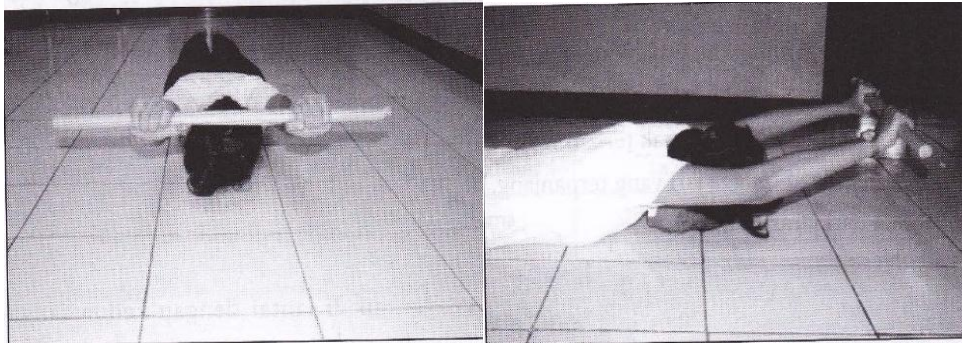
Gambar 14
Push up

Sumber: denniceherpudyo.wordpress.com

d. Tes Fleksibilitas Bahu dan Pergelangan Tangan

Bertujuan untuk mengetahui fleksibilitas bahu dan pergelangan tangan atlet (Widiastuti, 2015: 178):

- 1) Peralatan: penggaris dan tongkat
- 2) Petugas: pemandu tes dan pengukur
- 3) Pelaksanaan:
 - a) Naikkan tongkat setinggi mungkin, tahan wajah dilantai
 - b) Ukur jarak naiknya tongkat dari lantai. Jarak terpendek adalah $\frac{1}{2}$ inci.
 - c) Ulangi sebanyak 3 kali dan catat jarak terbaik
 - d) Ukur jarak pangkal lengan hingga jari terpanjang
 - e) Catat nilai terbaik dari jarak lengan
 - f) Jumlah skor (panjang lengan dikali 10 dibagi tinggi naiknya tongkat)

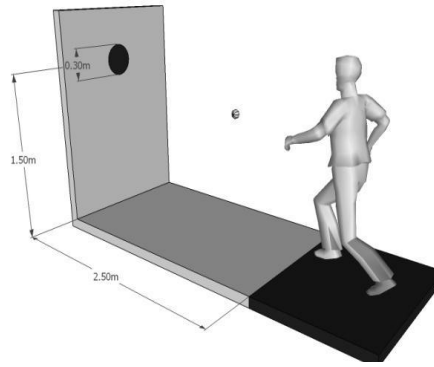


Gambar 15
Tes statis fleksibilitas bahu dan pergelangan tangan
Widiastuti (2015: 179)

e. Tes Koordinasi Mata dan Tangan

Tes untuk mengukur koordinasi mata dan tangan (Sri Haryono, 2009: 50):

- 1) Peralatan: sasaran berbentuk lingkaran terbuat dari kertas dan bola tenis.
- 2) Petugas: pemandu tes dan pencatat skor.
- 3) Pelaksanaan:
 - a) Sasaran ditempatkan ditembok setinggi bahu
 - b) Peserta berdiri dibelakang garis batas lemparan sejauh 2,5 meter
 - c) Peserta melempar bola kesasaran dan menangkapnya kembali dengan tangan yang sama 10 kali (5 kanan dan 5 kiri)
 - d) Peserta melempar bola kesasaran dan menangkapnya kembali dengan tangan yang yang berbeda 10 kali (5 kanan dan 5 kiri)
 - e) Peserta diberi kesempatan melakukan percobaan dengan melempar mengenai sasaran dan menangkapnya kembali, agar dapat beradaptasi dengan alat tes yang digunakan.
- 4) Penilaian:
 - a) Skor yang dihitung adalah lemparan yang mengenai sasaran dan dapat ditangkap kembali
 - b) Lemparan akan mendapat skor 1 apabila mengenai sasaran dan dapat ditangkap kembali dengan benar
 - c) Jumlah skor adalah keseluruhan hasil lemparan tangkap bola dengan tangan yang sama dan tangan yang berbeda.



Gambar 16
Tes Koordinasi Mata Tangan
Ismaryati (2006: 54)

2. Tes Faktor Teknik

Instrumen dalam pengukuran teknik menggunakan rubrik yang sudah di validasi oleh *expert judgment*. Masing-masing indikator memiliki rentang nilai nol sampai satu, sehingga nilai maksimal dari fase persiapan sebesar 3, fase pelaksanaan sebesar 4, dan fase lanjutan sebesar 3. Tes ini menggunakan teknik *control dribble* untuk fase persiapan, kemudian teknik *speed dribble* untuk fase pelaksanaan, dan *follow through* dengan passing *chest pass* untuk fase lanjutan. Pengambilan nilai dinilai oleh dua orang orang ahli dengan berlisensi pelatih bola basket B. Hasil penilaian dari kedua ahli kemudian dijumlahkan. Berikut draf indikator rubrik penilaian faktor fisik:

Tabel 6. Draf indikator rubrik penilaian

Faktor	Indikator	Nilai
Fase Persiapan	1. Angkat kepala lihat sekeliling (tidak melihat bola) 2. Posisi kedua tangan memegang bola dengan kuat dengan siku dibuka	

	3. Lutut sedikit ditekuk, kaki selebar bahu dan membentuk kuda-kuda yang kuat	
Fase pelaksanaan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kontrol bola dengan <i>mendribble</i> bola sebatas lutut atau lebih rendah dan dekat dengan badan. 2. Badan dan tangan yang tidak <i>mendribble</i> bola melindungi bola. 3. <i>Dribble</i> bola setinggi pinggang atau lebih tinggi, dengan pantulan bola ke depan badan 4. Berlari dengan cepat dengan tetap mengendalikan <i>dribblenya</i> 	
Fase Lanjutan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mata melihat sasaran <i>passing</i> 2. Pegang bola ketika bola mendekati ketinggian puncak setelah memantul dengan kedua tangan 3. Dorong bola dan lecutkan pergelangan tangan dengan kuat dan arahkan bola kearah dada orang yang di <i>passing (chest pass)</i> 	

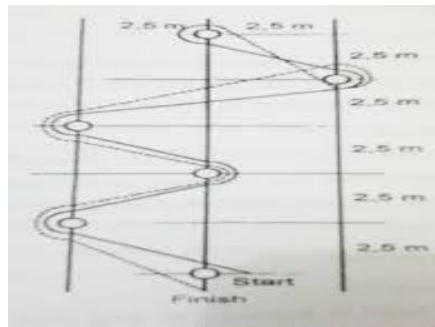
3. Tes Kemampuan *Dribble*

Tes keterampilan *dribbling* yang digunakan adalah tes menggiring bola (*dribbling*) menggunakan *crossover dribble* dengan arah yang ditentukan. Tes ini mempunyai r validitas 0,89 dan yang diperoleh dari hasil perhitungan multiple korelasi dengan metode Werry-Doelittle (Nurhasan dan Hasanudin, 2007: 240).

1. Peralatan: *kun* dan *stop watch*.
2. Petugas: pemandu test, penghitung waktu, penghitung jumlah rintangan yang didapat.

3. Pelaksanaan:

Sebelum melakukan tes, *testee* berdiri dengan bola dibelakang garis *start*. Setelah aba-aba “ya” *testee* menggiring bola melalui rintangan dengan rute yang disiapkan. *Testee* diberikan waktu 30 detik untuk melewati rintangan sebanyak mungkin. Apabila setelah *testee* mencapai titik start kembali waktu 30 detik belum selesai, maka *testee* melanjutkan *dribblenya* dengan rute seperti semula. Skor ditentukan oleh jumlah rintangan yang mampu dilalui *testee*. Apabila *testee* melakukan kesalahan *dribble* atau melalui lintasan yang salah, maka tes harus diulang.



Gambar 17
Rute *dribble* bola basket
Nurhasan dan Hasanudin (2007: 243)

E. Teknik Analisis Data

Setelah melakukan pengumpulan data, tahap berikutnya adalah menganalisis data tersebut dengan menggunakan analisis data dengan metode PLS. Pengujian *Structural Equation Modeling* atau SEM adalah suatu teknik statistik yang memiliki kemampuan untuk menganalisis pola hubungan antara konstruk laten (variabel) dan indikatornya, konstruk laten yang satu dengan yang lainnya, serta kesalahan pengukuran secara langsung. SEM merupakan

suatu metode statistik *multivariate* yang membantu peneliti untuk menguji teori dan riset empiris yang didukung oleh data (Yamin & Kurniawan, 2011: 7-8).

Alasan menggunakan metode SEM adalah SEM memiliki kemampuan untuk menggambarkan pola hubungan antara konstruk laten (variabel utama) dan variabel *manifest* (variabel indikator). Sugiyono (2012: 323) mengatakan dalam pemodelan SEM dapat dilakukan tiga macam kegiatan secara serentak, yaitu pengecekan validitas dan reliabilitas instrumen, pengujian model hubungan antar variabel, dan kegiatan untuk mendapatkan suatu model yang cocok untuk prediksi dan pengujian.

Penelitian ini menggunakan metode PLS (*Partial Least Square*) merupakan sebuah model untuk mengkonstruksi model-model yang dapat diramalkan ketika faktor-faktor terlalu banyak. PLS merupakan faktor *indeterminacy* metode analisis yang *powerfull* karena tidak mengasumsikan data harus dengan pengukuran skala tertentu, jumlah sampel relatif kecil.

Penelitian ini menggunakan metode analisis data dengan menggunakan *software Smart PLS* versi 3. PLS merupakan analisis persamaan struktural (SEM) berbasis varian yang secara simultan dapat melakukan pengujian model pengukuran sekaligus pengujian model struktural. Model pengukuran digunakan untuk uji validitas dan reabilitas, sedangkan model struktural digunakan untuk uji kausalitas (pengujian hipotesis dengan model prediksi). Menurut Ghazali (2012: 77) pengolahan data SEM berbasis PLS memerlukan

2 tahap untuk menilai *fit model* dari sebuah model penelitian yaitu menilai *outer model* atau *measurement model* dan evaluasi terhadap *inner model*.

F. Uji Validitas

Validitas instrumen menggunakan validitas konvergen dan diskriminan. Validitas tersebut digunakan untuk menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur telah dibuat mengungkap teoritis yang hendak diukur. Untuk menguji validitas variabel, dapat digunakan pendapat para ahli (*expert judgment*). Setelah pengujian dari ahli dan berdasarkan pengalaman empiris dilapangan selesai, maka diteruskan dengan ujicoba instrumen (Sugiyono, 2012: 125).

G. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah sejauh mana hasil pengukuran dapat menunjukkan hasil relatif sama dalam beberapa kali pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama (Abdurrahman & Muhidin, 2007: 37). Reliabilitas instrument menggunakan *composite reliability* dan *cronbachs alpha*.

H. Uji Hipotesis

Analisis yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah menggunakan uji t dengan PLS.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Penelitian

1. Deskripsi Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Menengah Atas Kabupaten Batang yaitu SMA Negeri 1 Wonotunggal pada hari Senin 8 Agustus 2016, SMA Negeri 1 Batang pada hari Rabu 10 Agustus 2016, SMA Negeri 1 Bandar pada hari Selasa 16 Agustus 2016, SMA Negeri 1 Subah pada hari Sabtu 20 Agustus 2016, dan SMA Negeri 2 Batang pada hari Selasa 23 Agustus 2016.

2. Deskripsi Subjek Penelitian

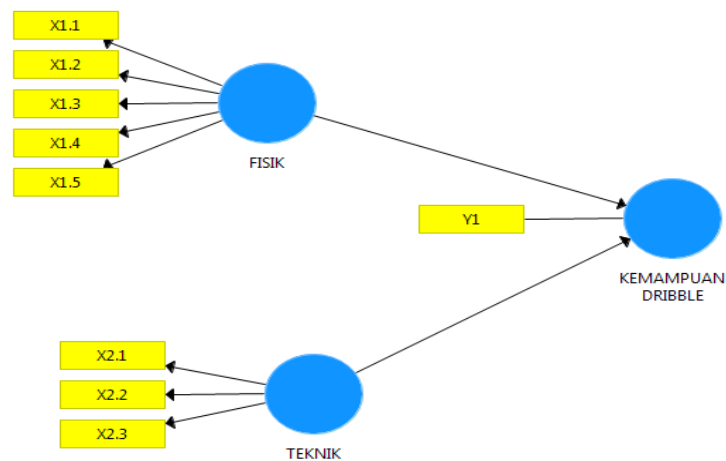
Subjek dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA di Kabupaten Batang, yang berjumlah 62 peserta. Rinciannya adalah 10 peserta berasal dari SMA Negeri 1 Wonotunggal, 11 peserta dari SMA Negeri 1 Batang, 16 peserta dari SMA Negeri 1 Bandar, 10 peserta dari SMA Negeri 1 Subah, dan 15 peserta dari SMA Negeri 2 Batang.

B. Deskripsi Analisis Data

Teknik pengolahan data dengan menggunakan metode *Structural Equation Model* (SEM) berbasis *Partial Least Square* (PLS). PLS merupakan metode alternatif analisis dengan *Structural Equation Modelling* (SEM) yang berbasis *variance*. Keunggulan metode ini adalah tidak memerlukan asumsi dan dapat diestimasi dengan jumlah sampel yang relatif kecil. Alat bantu yang

digunakan berupa program *SmartPLS* Versi 3.0 yang dirancang khusus untuk mengestimasi persamaan struktural dengan basis *variance*.

Menurut Ghozali (2012: 77) pengolahan data SEM berbasis PLS memerlukan 2 tahap untuk menilai *Fit Model* dari sebuah model penelitian yaitu menilai *outer model* atau *measurement model* dan evaluasi terhadap *inner model* dengan taraf signifikan 5%. Langkah awal yang harus dilakukan adalah menguji apakah model sudah memenuhi *convergent validity*. Untuk memenuhi *convergent validity* nilai *loading factor* harus $> 0,70$. Namun menurut Ghozali (2012: 79) untuk penelitian tahap awal dari pengembangan skala pengukuran nilai loading 0,5 sampai 0,6 dianggap cukup memadai. Dalam penelitian ini akan digunakan batas *loading factor* sebesar 0,5. Model struktural dalam penelitian ini ditampilkan pada gambar di bawah ini:



Gambar 18
Model struktural
Sumber: *Output smartPLS*

Gambar tersebut menunjukkan bahwa faktor fisik (X1) diukur dengan 5 buah indikator yaitu kelincahan (X1.1), kecepatan (X1.2), kekuatan (X1.3),

fleksibilitas (X1.4), dan koordinasi (X1.5). Faktor teknik diukur dengan 3 indikator yaitu fase persiapan (X2.1), fase pelaksanaan (X2.2), dan fase lanjutan (X2.3), serta kemampuan *dribble* (Y1). Arah panah antara indikator dengan konstruk laten adalah menuju indikator yang menunjukkan bahwa penelitian menggunakan indikator reflektif yang relatif sesuai untuk mengukur persepsi. Hubungan yang akan diteliti (hipotesis) dilambangkan dengan anak panah antara konstruk.

1. Menilai *Measurement* atau *Outer Model*

a. Uji Validitas

Uji validitas menggunakan *Convergent Validity* dan *Discriminant Validity*, dengan hasil sebagai berikut:

1) *Convergent Validity*

Suatu indikator dinyatakan valid jika mempunyai *loading factor* di atas 0,5 terhadap konstruk yang dituju. *Output SmartPLS* untuk *loading factor* memberikan hasil sebagai berikut:

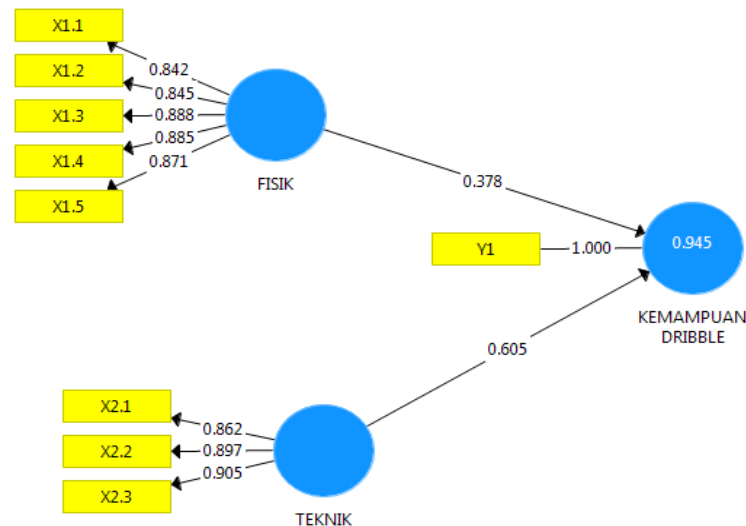
Tabel 7. Uji *Convergent Validity*

	FISIK	KEMAMPUAN DRIBBLE	TEKNIK
X1.1	0.842		
X1.2	0.845		
X1.3	0.888		
X1.4	0.885		
X1.5	0.871		
X2.1			0.862
X2.2			0.897
X2.3			0.905
Y1		1.000	

Sumber: *Output smartPLS Outer Model (loading factor)*

Pengujian validitas untuk indikator reflektif menggunakan korelasi antara skor item dengan skor konstraknya. Pengukuran dengan indikator reflektif menunjukkan adanya perubahan pada suatu indikator dalam suatu konstruk jika indikator lain pada konstruk yang sama berubah (atau dikeluarkan dari model). Indikator reflektif cocok digunakan untuk mengukur persepsi sehingga penelitian ini menggunakan indikator reflektif.

Tabel di atas menunjukkan bahwa *loading factor* memberikan nilai di atas nilai yang disarankan yaitu sebesar 0,5. Nilai paling kecil adalah sebesar 0,842 untuk indikator kelincahan (X1.1). Berarti indikator yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah valid atau telah memenuhi *convergent validity*. Berikut adalah diagram *loading factor* masing-masing indikator dalam model penelitian:



Gambar 19
 Nilai *loading factor*
 Sumber: *Output smartPLS*

2) *Discriminant Validity*

Uji *discriminant validity* dengan *cross loading* sebagai berikut:

Tabel 8. Uji *Discriminant Validity*

	FISIK (X1)	DRIBBLE (Y)	TEKNIK (X2)
X1.1	0.842	0.802	0.801
X1.2	0.845	0.785	0.792
X1.3	0.888	0.852	0.849
X1.4	0.885	0.854	0.843
X1.5	0.871	0.840	0.845
X2.1	0.814	0.804	0.862
X2.2	0.867	0.878	0.897
X2.3	0.860	0.888	0.905
Y1	0.955	1.000	0.965

Sumber: *Output smartPLS Cross Loading*

Suatu indikator dinyatakan valid jika mempunyai *loading factor* tertinggi kepada konstruk yang dituju dibandingkan *loading factor* kepada konstruk lain. Tabel di atas menunjukkan bahwa *loading factor* untuk indikator Y1 mempunyai *loading factor* kepada konstruk kemampuan *dribble* lebih tinggi dari pada dengan konstruk yang lain. Sebagai ilustrasi *loading factor* Y1 kepada Y adalah sebesar 1.000 yang lebih tinggi dari pada *loading factor* kepada X1 (0,955), dan X2 (0,965). Hal serupa juga tampak pada indikator-indikator yang lain.

Hasil di atas menunjukkan bahwa konstruk laten memprediksi indikator pada blok mereka lebih baik dibandingkan dengan indikator di

blok yang lain. Metode lain untuk melihat *discriminant validity* adalah dengan melihat nilai *square root of average variance extracted (AVE)*. Nilai yang disarankan adalah di atas 0,5. Berikut adalah nilai AVE dalam penelitian ini:

Tabel 9. *Average Variance Extracted (AVE)*

	AVE
FISIK	0.751
KEMAMPUAN DRIBBLE	1.000
TEKNIK	0.789

Sumber: *Output smartPLS(AVE)*

Tabel di atas memberikan nilai AVE di atas 0,5 untuk semua konstruk yang terdapat pada model penelitian. Nilai terendah AVE adalah sebesar 0,751 pada konstruk fisik.

b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dengan menentukan nilai *Composite Reliability* dan *Cronbach's Alpha*, dengan hasil sebagai berikut:

1) *Composite Reliability*

Uji reliabilitas dilakukan dengan melihat nilai *composite reliability* dari blok indikator yang mengukur konstruk. Hasil *composite reliability* akan menunjukkan nilai yang memuaskan jika di atas 0,7. Berikut adalah nilai *composite reliability* pada output:

Tabel 10. *Composite Reliability*

	Composite Reliability
FISIK	0.938
KEMAMPUAN DRIBBLE	1.000
TEKNIK	0.918

Sumber: *Output smartPLS Composite Reliability*

Tabel di atas menunjukkan bahwa nilai *composite reliability* untuk semua konstruk adalah diatas 0,7 yang menunjukkan bahwa semua konstruk pada model yang diestimasi memenuhi kriteria *discriminant validity*. Nilai *composite reliability* yang terendah adalah sebesar 0,918 pada konstruk teknik. Uji reliabilitas juga bisa diperkuat dengan *Cronbach's Alpha* di mana *output SmartPLS* Versi 3 memberikan hasil sebagai berikut:

Tabel 11. *Cronbach's Alpha*

	Cronbachs Alpha
FISIK	0.917
KEMAMPUAN DRIBBLE	1.000
TEKNIK	0.866

Sumber: *Output smartPLS Cronbach's Alpha*

Nilai yang disarankan adalah di atas 0,6 dan pada tabel di atas menunjukkan bahwa nilai *Cronbach's Alpha* untuk semua konstruk berada di atas 0,6. Nilai terendah adalah sebesar 0,866 untuk faktor teknik.

2. Pengujian Model Struktural (*Inner Model*)

Setelah model yang diestimasi memenuhi kriteria *Outer Model*, berikutnya dilakukan pengujian model struktural (*Inner model*). Pengujian *inner model* atau model struktural dilakukan untuk melihat hubungan antara variabel *R square*. Berikut adalah nilai *R square* pada konstruk:

Tabel 12. *R Square*

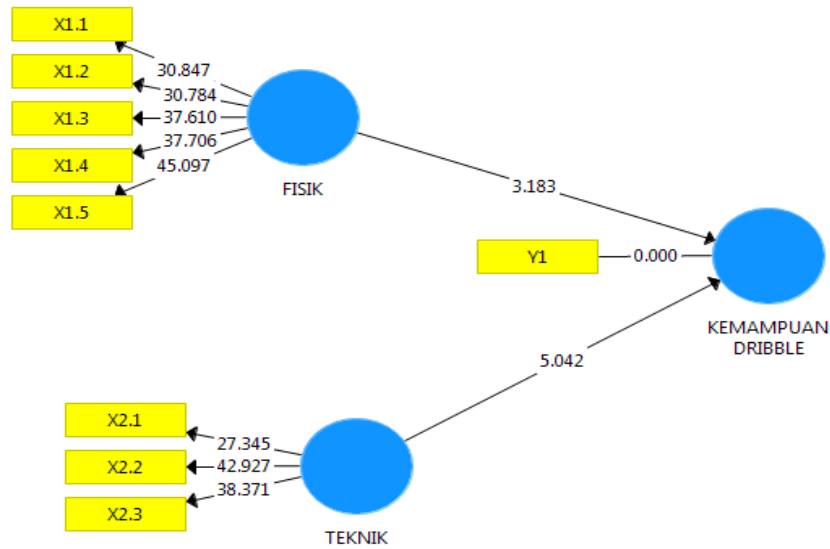
	R Square
KEMAMPUAN DRIBBLE	0.945

Sumber: *Output smartPLS R-square*

Tabel di atas terdapat koefisien determinasi *R Square* yang menunjukkan bahwa kemampuan *dribble* mampu dijelaskan oleh faktor fisik dan teknik sebesar 94,5%, sisanya dijelaskan oleh faktor lain yang tidak ada dalam model.

3. Uji Hipotesis (Uji T Statistik)

Pengujian statistik dalam PLS setiap hubungan yang dihipotesiskan dilakukan dengan menggunakan simulasi menggunakan metode *bootstrap* terhadap sampel. Pengujian dengan *bootstrap* juga dimaksudkan untuk meminimalkan masalah ketidak normalan data penelitian. Hasil pengujian dengan *bootstrap* dari analisis PLS adalah sebagai berikut:



Gambar 20
Model struktural
Sumber: *Output smartPLS bootstrap*

Konstruk dengan indikator refleksif mengasumsikan bahwa kovarian diantara pengukuran model dijelaskan oleh varian yang merupakan *manifestasi* (indikator) domain konstraknya (Hengky Latan, 2013: 78-79). Hasil analisis dengan teknik *bootstrapp* pada setiap indikator faktor fisik menunjukkan bahwa X1.5 (Koordinasi) memiliki kontribusi tertinggi dibandingkan indikator yang lain dengan nilai 45.097 pada kemampuan fisik. Indikator dari konstruk teknik menunjukkan bahwa X2.2 (fase pelaksanaan) memiliki kontribusi tertinggi dibandingkan indikator yang lain dengan nilai 42.927 pada kemampuan *dribble*.

Variabel eksogen dinyatakan signifikan pada variabel endogennya apabila hasil *t-statistic* lebih besar dari 1,96 (tingkat signifikan 5%). Hasil *t-statistic* masing-masing variabel dapat dilihat dibawah ini:

Tabel 13. Uji T statistic

	Original Sample (O)	Sample Mean (M)	Standard Error (STERR)	T Statistics (O/STERR)	P Values
FISIK -> KEMAMPUAN DRIBBLE	0.378	0.379	0.119	3.183	0.002
TEKNIK -> KEMAMPUAN DRIBBLE	0.605	0.605	0.120	5.042	0.000

Sumber: *Path Coefficients (Mean, STDEV, T-Values)*

1) Pengujian Hipotesis 1 (Terdapat kontribusi positif faktor fisik dalam mengoptimalkan kemampuan *dribble* atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA).

Hasil pengujian pertama menunjukkan bahwa hubungan antara faktor fisik dengan kemampuan *dribble* adalah signifikan dengan T-statistik sebesar 3,183 ($> 1,96$). Nilai *original sample estimate* adalah positif yaitu sebesar 0,378 yang menunjukkan bahwa arah hubungan antara faktor fisik dengan kemampuan *dribble* adalah positif. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat kontribusi positif faktor fisik dalam mengoptimalkan kemampuan *dribble*, yang berarti **hipotesis 1 diterima**.

2) Pengujian Hipotesis 2 (Terdapat kontribusi positif faktor teknik dalam mengoptimalkan kemampuan *dribble* atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA).

Hasil pengujian ini menunjukkan bahwa hubungan antara faktor teknik dengan kemampuan *dribble* adalah signifikan dengan T-statistik sebesar 5,042 ($> 1,96$). Nilai *original sample estimate* adalah positif yaitu sebesar 0,605 yang menunjukkan bahwa arah hubungan antara faktor

teknik dengan kemampuan *dribble* adalah positif. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat kontribusi positif faktor teknik dalam mengoptimalkan kemampuan *dribble*, yang berarti **hipotesis 2 diterima**.

3) Pengujian Hipotesis 3 (Terdapat kontribusi positif faktor fisik dan teknik dalam mengoptimalkan kemampuan *dribble* atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA).

Pengujian hipotesis 3 yaitu kontribusi variabel fisik dan teknik terhadap kemampuan *dribble* dapat dilihat pada tabel R square di bawah ini:

Tabel 14. R Square

	R Square
KEMAMPUAN DRIBBLE	0.945

Sumber: *Output smartPLS R-square*

Berdasarkan tabel diatas, koefisien determinan *R Square* menunjukkan bahwa nilai koefisien determinasi adalah 0,945. Hal ini berarti bahwa kemampuan *dribble* mampu dijelaskan oleh faktor fisik dan teknik sebesar 94,5%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat kontribusi positif faktor fisik dan teknik secara bersama-sama terhadap kemampuan *dribble*, hal ini berarti **hipotesis 3 diterima**.

C. Pembahasan

1. Hubungan Indikator dengan Variabel Konstruk

a. Indikator Variabel Fisik

Hasil analisis dengan teknik *bootstrapp* menunjukkan besaran domain setiap indikator pada variabel faktor fisik dengan indikator kelincahan sebesar 30.847, kecepatan sebesar 30.784, kekuatan otot lengan sebesar 37.610, fleksibilitas sebesar 37.706, dan koordinasi sebesar 45.097. Koordinasi memiliki kontribusi tertinggi dibandingkan indikator yang lain dengan nilai 45.097. Hal ini bisa dikarenakan dalam melakukan *dribble* bola basket membutuhkan gerak tangan, kaki, dan mata yang dilakukan secara bersama-sama, sehingga membutuhkan kontribusi yang baik. Atlet akan kesulitan melakukan *dribble* apabila buruk dalam koordinasi gerakannya.

b. Indikator Variabel Teknik

Hasil analisis dengan teknik *bootstrapp* menunjukkan besaran domain setiap indikator pada variabel faktor teknik dengan indikator fase persiapan sebesar 27.345, fase pelaksanaan sebesar 42.927, dan fase lanjutan sebesar 38.371. Fase pelaksanaan memiliki kontribusi tertinggi dibandingkan indikator yang lain dengan nilai 42.927. Hal ini bisa dikarenakan rata-rata atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA lebih sering melatih dan menggunakan fase pelaksanaan (*speed dribble*) dibanding fase persiapan (*control dribble*) dan fase lanjutan (*follow through/ chest pass*). Angka terkecil terdapat pada fase persiapan (*control*

dribble). Menurut Hal Wissel (2000: 96) keseimbangan dalam berdiri merupakan dasar dari pengendalian contro *dribble*. Hal ini dapat menjelaskan bahwa atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA dalam dalam *control dribble* masih kurang, salah satunya dikarenakan keseimbangan tubuh kurang baik dalam melakukan *dribble*.

2. Kontribusi Faktor Fisik pada Kemampuan *Dribble*

Fisik merupakan salah satu faktor penting dalam mengoptimalkan kemampuan *dribble*, karena penguasaan teknik *dribble* yang baik akan terbatas oleh kondisi fisik yang lemah (Greg, 1998: 1). Menurut Sukadiyanto dan Dangsina Muluk (2011: 25) aktivitas fisik dapat merubah anatomi dan psikologis atlet, artinya semakin meningkat kualitas fisiknya berpengaruh baik pada perkembangan anatomi tubuh dan psikologis atlet.

Upaya dalam peningkatan fisik kemampuan *dribble*, harus mengembangkan komponen biomotor yang dibutuhkan dalam kemampuan *dribble* bola basket. Komponen indikator fisik yang berkontribusi pada kemampuan *dribble* dalam penelitian ini adalah adalah kelincahan, kecepatan, kekuatan otot lengan, fleksibilitas, dan koordinasi. Berdasarkan hasil analisis penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara fisik terhadap *dribble*. Berdasarkan hasil analisis menggunakan *smartPLS* bahwa hubungan fisik terhadap *dribble* sebesar 0,378 yang artinya fisik memberikan pengaruh 37,8% terhadap kemampuan *dribble*.

3. Kontribusi Faktor Teknik pada Kemampuan *Dribble*

Menurut Irianto (2002: 80) teknik merupakan suatu proses gerak dalam menyelesaikan tugas dengan efisien dan sederhana. Teknik dalam sebuah pertandingan berperan sebagai cara yang efisien mencapai prestasi, mencegah dan mengurangi cedera, modal dalam taktik, dan peningkatan percaya diri. *Dribble* menjadi cara untuk membuka peluang bagi pemain agar mendapat ruang untuk mencetak skor (Danny Kosasih, 2008: 38). Faktor teknik *dribble* bola basket dicerminkan dalam 3 fase yaitu fase persiapan (*control dribble*), fase pelaksanaan (*speed dribble*), dan fase lanjutan (*follow through chest pass*).

Berdasarkan hasil analisis penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara teknik terhadap *dribble*. Berdasarkan hasil analisis menggunakan *smartPLS* bahwa hubungan teknik terhadap *dribble* sebesar 0,605 yang artinya fisik memberikan pengaruh 60,5% terhadap kemampuan *dribble*.

4. Kontribusi Faktor Fisik dan Teknik pada Kemampuan *Dribble*

Menurut Harsono (2015: 60) bersamaan dengan latihan fisik, atlet harus pula berlatih untuk ketrampilan tekniknya. Adanya keterkaitan dari keduanya dalam memaksimalkan kemampuan *dribble*, seperti yang diterangkan Greg (1998: 1) penguasaan teknik *dribble* yang baik akan terbatas oleh kondisi fisik yang lemah. Artinya, atlet akan terhambat dalam penguasaan teknik *dribblenya* apabila komponen fisik yang menunjang pada kemampuan *dribble* masih lemah. Keduanya harus dilatihkan sesuai

porsi yang tepat. Menurut Harsono (2015: 60) latihan fisik harus lebih diutamakan, jumlah sesi latihan teknik dan taktik tidak boleh dominan dari fisik, serta presentase volume latihan sekitar 60-70% dan sisanya untuk teknik dan taktik.

Hasil analisis menunjukkan bahwa ada kontribusi positif dan signifikan antara fisik dan teknik terhadap *dribble*. Berdasarkan analisis, *R Square* menunjukkan bahwa nilai koefisien determinasi adalah 0,945 yang artinya fisik dan teknik memberikan pengaruh 94,5% terhadap *dribble*. Hasil tersebut menunjukkan adanya keterkaitan yang besar antara pengaruh fisik dan teknik pada kemampuan *dribble* atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA. Sisanya 5,5% bisa terdapat dari faktor yang lainnya seperti mental, cuaca, lapangan, dan lain sebagainya. Hal ini dapat disimpulkan bahwa penguasaan teknik yang baik dan dipengaruhi kondisi fisik yang baik, seorang atlet ekstrakurikuler bola basket SMA putra dapat menguasai kemampuan *dribble* secara optimal.

D. Keterbatasan penelitian

Penyusunan kajian teori dan pengambilan data di lapangan dalam penelitian ini, peneliti telah mengupayakan berbagai upaya agar hasil penelitian benar-benar sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Beberapa faktor yang tidak bisa dikendalikan menjadikan hasil penelitian ini memiliki beberapa kelemahan, yaitu:

1. Penelitian hanya dilakukan pada atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA di Kabupaten Batang dengan sampel yang tidak sesuai harapan, karena tidak semuanya hadir pada saat pengambilan data.
2. Peneliti hanya meneliti faktor fisik dan teknik saja, faktor lain yang dapat mempengaruhi prestasi seperti mental dan taktik tidak ikut diteliti.
3. Penjelasan mengenai komponen biomotor fisik dan indikator teknik yang berhubungan dengan kemampuan *dribble*, hanya berdasarkan analisa peneliti dan validator.
4. Keterbatasan sarana dan prasarana yang menghambat dalam penelitian.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dari analisis data dan pengujian hipotesis, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat kontribusi faktor fisik terhadap ketrampilan *dribble* atlet ekstrakurikuler bola basket putra di Kabupaten Batang. Nilai kontribusi yang didapat yaitu 0.378, yang artinya faktor fisik berpengaruh terhadap ketrampilan *dribble* atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA di Kabupaten Batang sebesar 37,8%.
2. Terdapat kontribusi faktor teknik terhadap ketrampilan *dribble* atlet ekstrakurikuler bola basket putra di Kabupaten Batang. Nilai kontribusi yang didapat yaitu 0.605, yang artinya faktor teknik berpengaruh terhadap ketrampilan *dribble* atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA di Kabupaten Batang sebesar 60,5%.
3. Terdapat kontribusi faktor fisik dan teknik secara bersama-sama terhadap ketrampilan *dribble* atlet ekstrakurikuler bola basket putra di Kabupaten Batang. Nilai kontribusi yang didapat yaitu 0.945, yang artinya faktor fisik dan teknik secara bersama-sama berpengaruh terhadap ketrampilan *dribble* atlet ekstrakurikuler bola basket putra tingkat SMA di Kabupaten Batang sebesar 94,5%.

B. Implikasi

Kesimpulan dari penelitian ini dapat mengandung pengembangan ide yang lebih luas jika dikaji pula tentang implikasi yang ditimbulkan. Atas dasar kesimpulan yang telah diambil, dapat dikemukakan implikasinya sebagai berikut:

1. Secara teoritik:
 - a. Memberi sumbangan pengetahuan, khususnya bagi pelatih bola basket SMA putra supaya dapat memberikan tambahan wawasan dalam melatih.
 - b. Sebagai sarana kepustakaan serta referensi dalam memperkaya pengetahuan dibidang olahraga.
 - c. Sebagai kajian bagi peneliti selanjutnya, sehingga lebih mengetahui tentang kemampuan *dribble* dalam permainan bola basket.
2. Secara praktis:
 - a. Dapat digunakan pelatih sebagai acuan untuk menentukan program latihan dan untuk upaya meningkatkan kemampuan atlet bola basket putra tingkat SMA dalam melakukan *dribble*.
 - b. Memberi pandangan terhadap pelatih dan atlet putra tingkat SMA apa yang harus dipersiapkan untuk meningkatkan kemampuan *dribble* yang baik.
 - c. Sebagai sumbangan dalam salah satu usaha meningkatkan kemampuan atlet maupun tim pada tingkat SMA putra.

C. Saran-saran

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi hasil penelitian, peneliti menyarankan:

1. Bagi atlet dan pelatih, untuk mengoptimalkan kemampuan *dribble* harus memperhatikan dan mempersiapkan fisik dan teknik.
2. Dari kedua faktor tersebut, hal yang dominan dalam pencapaian kemampuan *dribble* adalah faktor teknik, sehingga pelatih disarankan untuk menambah latihan yang bertujuan meningkatkan kualitas teknik atlet pada atlet tingkat SMA putra.
3. Bagi peneliti selanjutnya, agar hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar penelitian lanjutan dengan menghubungkan variabel yang lain seperti faktor psikis atau yang lainnya.
4. Bagi peneliti selanjutnya, agar hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar penelitian lanjutan dengan menggunakan kategori atlet bola basket yang lain seperti atlet SMA putri, atlet SMP, klub, tingkat mahasiswa, dan yang lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurahman dan Muhidin, (2007). *Analisis Korelasi, Regresi, dan Jalur dalam Penelitian*. Bandung: Pustaka Setia.
- Agung Sunarno & R. Syaifullah D. Sihombing, (2011). *Metode Penelitian Keolahragaan*. Surakarta: Yuma Pustaka.
- Danny Kosasih, (2008). *Fundamental Basketball First Step to Win*. Semarang: Elwas Offset.
- Denni ceherpudyo (2013). *Gambar push up*. Diakses dari <https://denniceherpudyo.wordpress.com/2013/04/19/samapta-challenge/> pada tanggal 5 Agustus 2016, jam 19.30 WIB.
- Depdiknas (1993). *Pelaksanaan Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Depdikbud.
- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Dasar Kepelatihan*. Yogyakarta: FIK UNY.
- FIBA, (2012). *Official basketball rules*. Rio de Janeiro: FIBA Central Board.
- Ghozali, I, (2012). *Partial Least Square Konsep, Teknik, dan Aplikasi*. Semarang: BP Universitas Diponegoro.
- Giriwijoyo, Y. S. S., dkk, (2005). *Manusia dan Olahraga*. Bandung: Institut Teknologi Bandung.
- Greg Brittenham, (1998). *Petunjuk Lengkap Latihan Pemantapan Bola Basket*. (Alih Bahasa: Bagus Pribadi). Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Harsono, (2015). *Periodisasi Program Pelatihan*. Bandung: Rosda.
- Hengky Latan, (2013). *Model Persamaan Struktural*. Bandung: Alfabeta.
- Hidayat, Imam, (1996). *Biomekanika*. Jakarta: Pusat Ilmu Olahraga KONI Pusat.
- Hurlock, E.B. (1980). *Psikologi Perkembangan (Edisi Kelima)*. Jakarta. Erlangga.
- Ismaryati, (2009). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Sebelas Maret University Press.

- Ivan (2013). *Gambar Tes Shuttle Run*. Diakses dari <https://ivansmartgoal.wordpress.com/page/2/> pada tanggal 5 Agustus 2016, jam 19.30 WIB.
- Moh. Uzer Usman & Lilis Setiawati. (1993). *Upaya Optimalisasi Kegiatan Belajar Mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Neuman, Hannes. (1988). *Bolabasket: Pendidikan Dasar dan Kepelatihan*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Nurhasan & Hasanudin Cholil, (2007). *Modul Tes dan Pengukuran Keolahragaan*. Bandung: FPOK UPI.
- Oliver J, (2009). *Dasar-dasar Bolabasket*. Bandung: Intan Sejati.
- Pasisal (2013). *Gambar Tes Lari 30 Meter*. Diakses dari <http://komputerpasisal.blogspot.co.id/2013/01/makalah-penjas-kelincahan.html> pada tanggal 5 Agustus 2016, jam 19.30 WIB.
- Sajoto, (1988). *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondis Fisik Dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Prize.
- Sri Haryono, (2009). *Buku Pedoman Praktek Laboratorium Matakuliah Tes dan Pengukuran Olahraga*. Semarang: prodi pendidikan kepelatihan olahraga FIK UNNES.
- Sugiyono, (2011). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto, (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suharjana, (2013). *Kebugaran Jasmani*. Yogyakarta: Jogja Global Media.
- Sukadiyanto & Dangsina Muluk, (2011). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: Lubuk Agung.
- Sukardi, (2003). *Metode Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Tim Anatomi FIK UNY, (2011). *Diktat Anatomi Manusia*. Laboratorium Anatomi: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Tim Anatomi Manusia (2004). *Petunjuk Praktikum Anatomi Manusia*. Yogyakarta: FIK UNY.

Vic Amber, (2012). *Petunjuk untuk Pelatih dan Pemain Bola Basket*. Bandung: Pionir Jaya.

Widiastuti, (2015). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.

Wissel, Hal, (2000). *Basketball Step to Success (Bolabasket: Langkah Untuk Sukses)*. Penerjemah: Bagus P. Jakarta: Raja Grafindo.

Yenni Patriani Yakub, (2010). *Permainan Bola Besar Bola Basket*. Jakarta: Regina Eka Utama.

Lampiran 1
Tahapan Kegiatan Penelitian

No	Waktu	Kegiatan	Keterangan
1	Februari – Maret 2016	Penyusunan Proposal	Mahasiswa
2	April 2016	Seminar Proposal Skripsi	Kaprodi, Pembimbing
3	Mei – Juni 2016	Menyusun Instrument Penelitian	Pembimbing, Mahasiswa
4	Agustus 2016	Instrument Penelitian	<i>Expert Judgment</i>
5	Juli - Agustus 2016	Permohonan ijin	Kesbangpol DIY Kesbangpol Jateng Kesbangpol Batang Kepala SMA 1 Batang Kepala SMA 2 Batang Kepala SMA 1 Subah Kepala SMA 1 Wonotunggal Kepala SMA 1 Bandar
6	Agustus 2016	Penelitian	Mahasiswa
7	September 2016	Analisis Data dan Penulisan Laporan Penelitian	Mahasiswa

Lampiran 2

SURAT KETERANGAN VALIDASI INSTRUMEN

SURAT KETERANGAN VALIDASI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : SETYO BAEUS ABDIYANTO, A.Md.
Jabatan Pekerjaan : SWASTA / PELATIH .
Instansi Asal : SMA N 1 BATANG

Menyatakan bahwa instrumen penelitian skripsi dengan judul:

Faktor Fisik dan Teknik Pada Kemampuan *Dribble* Atlet Ekstrakurikuler Bola Basket Putra Tingkat SMA, dari mahasiswa:

Nama : Akhmat Abdul Aziz
Program Studi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga
NIM : 12602241028

(Sudah siap/~~belum siap~~)* dipergunakan untuk penelitian dengan menambahkan beberapa saran sebagai berikut:

1.
.....
2.
.....

Dengan surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya

Batang
~~Yogyakarta~~, 1 Agustus 2016

Validator



SETYO BAEUS A, A.MD

)* coret yang tidak perlu

SURAT KETERANGAN VALIDASI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Adhiatma Hidayat, S.Pd
Jabatan Pekerjaan : Guru Olahraga / Pelatih
Instansi Asal : SMK N 1 Kandeman

Menyatakan bahwa instrumen penelitian skripsi dengan judul:

Faktor Fisik dan Teknik Pada Kemampuan *Dribble* Atlet Ekstrakurikuler Bola Basket Putra Tingkat SMA, dari mahasiswa:

Nama : Akhmat Abdul Aziz
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
NIM : 12602241028

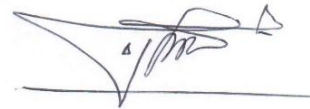
(Sudah siap/~~belum siap~~)* dipergunakan untuk penelitian dengan menambahkan beberapa saran sebagai berikut:

1.
.....
2.
.....

Dengan surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya

Batang
~~Bogor~~, 2 Agustus 2016

Validator



Adhiatma Hidayat, S.Pd

)* coret yang tidak perlu

Lampiran 3

SURAT IZIN PENELITIAN DARI FIK



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541

Nomor : 351/UN.34.16/PP/2016. 28 Juli 2016.
Lamp : 1 Eks.
Hal : Permohonan Ijin Penelitian.

Yth : **Ka. Badan Kesbanglinmas
Jl. Jenderal Sudirman No. 5
Yogyakarta.**

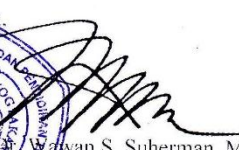
Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Akhmad Abdul Aziz.
NIM : 12602241028.
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga (PKO).

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Agustus s.d Oktober 2016.
Tempat/Obyek : Sekolah di Kabupaten Batang Tingkat SMA.
Judul Skripsi : Faktor Fisik dan Teknik pada Kemampuan Dribbel Atlet Ekstrakurikuler Bola Basket Putra Tingkat SMA.

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dekan.

Dewan S. Suherman, M.Ed.
NIP. 196307071988121001

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SMA N 1 Batang.
2. Kepala Sekolah SMA N 2 Batang.
3. Kepala Sekolah SMA N 1 Subah.
4. Kepala Sekolah SMA N 1 Wonotunggal.
5. Kepala Sekolah SMA N 1 Bandar.
6. Kepala Sekolah SMK N 1 Kandeman.
7. Kaprodi PKO.
8. Pembimbing TAS .
9. Mahasiswa ybs.

Lampiran 4

SURAT IZIN PENELITIAN DARI KESBANGPOL DIY

 PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
Jl. Jenderal Sudirman No 5 Yogyakarta – 55233
Telepon: (0274) 551136, 551275, Fax (0274) 551137

Yogyakarta, 01 Agustus 2016

Nomor : 074/2176/Kesbangpol/2016
Perihal : Rekomendasi Penelitian

Kepada Yth :
Gubernur Jawa Tengah
Up. Kepala Badan Penanaman Modal Daerah
Provinsi Jawa Tengah
Di
SEMARANG

Memperhatikan surat :

Dari : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Nomor : 351/UN.34.16/PP/2016
Tanggal : 28 Juli 2016
Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

Setelah mempelajari surat permohonan dan proposal yang diajukan, maka dapat diberikan surat rekomendasi tidak keberatan untuk melaksanakan riset/penelitian dalam rangka penyusunan skripsi dengan judul proposal "FAKTOR DAN TEKNIK PADA KEMAMPUAN DRIBBLE ATLET EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET PUTRA TINGKAT SMA", kepada:

Nama : AKHMAT ABDUL AZIZ
NIM : 12602241028
No. HP/Identitas : 081568498993 / 3325111101940003
Prodi / Jurusan : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta
Lokasi Penelitian : Sekolah di Kabupaten Batang Tingkat SMA, Provinsi Jawa Tengah
Waktu Penelitian : 01 Agustus 2016 s/d 31 Oktober 2016

Sehubungan dengan maksud tersebut, diharapkan agar pihak yang terkait dapat memberikan bantuan / fasilitas yang dibutuhkan.

Kepada yang bersangkutan diwajibkan :

1. Menghormati dan mentaati peraturan dan tata tertib yang berlaku di wilayah riset/penelitian;
2. Tidak dibenarkan melakukan riset/penelitian yang tidak sesuai atau tidak ada kaitannya dengan judul riset/penelitian dimaksud;
3. Menyerahkan hasil riset/penelitian kepada Badan Kesbangpol DIY.
4. Surat rekomendasi ini dapat diperpanjang maksimal 2 (dua) kali dengan menunjukkan surat rekomendasi sebelumnya, paling lambat 7 (tujuh) hari kerja sebelum berakhirnya surat rekomendasi ini.

Rekomendasi Ijin Riset/Penelitian ini dinyatakan tidak berlaku, apabila ternyata pemegang tidak mentaati ketentuan tersebut di atas.
Demikian untuk menjadikan maklum.


Kepala
BADAN KESBANGPOL DIY
KABID. POLDA GRI DAN KEMASYARAKATAN
ARIS ARIYANTO, SH MM
NIP. 196801281998031003

Tembusan disampaikan Kepada Yth :

1. Gubernur DIY (sebagai laporan);
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
3. Yang bersangkutan.

Lampiran 5

SURAT PERIZINAN DARI KESBANGPOL JATENG



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
BADAN PENANAMAN MODAL DAERAH

Alamat : Jl. Mgr. Soegiopranoto No. 1 Telepon : (024) 3547091 – 3547438 – 3541487
Fax : (024) 3549560 E-mail : bpmd@jatengprov.go.id <http://bpmd.jatengprov.go.id>
Semarang - 50131

REKOMENDASI PENELITIAN

NOMOR : 070/2393/04.5/2016

- Dasar :
1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 07 Tahun 2014 tentang Perubahan atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian;
 2. Peraturan Gubernur Jawa Tengah Nomor 74 Tahun 2012 tentang Organisasi dan Tata Kerja Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Terpadu Satu Pintu Pada Badan Penanaman Modal Daerah Provinsi Jawa Tengah;
 3. Peraturan Gubernur Jawa Tengah Nomor 22 Tahun 2015 tentang Perubahan Kedua Atas Peraturan Gubernur Jawa Tengah Nomor 67 Tahun 2013 tentang Penyelenggaraan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Jawa Tengah.

Memperhatikan : Surat Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor : 074/2176/Kesabngpol/2016 Tanggal 01 Agustus 2016 Perihal : Rekomendasi Penelitian

Kepala Badan Penanaman Modal Daerah Provinsi Jawa Tengah, memberikan rekomendasi kepada :

1. Nama : AKHMAT ABDUL AZIZ
2. Alamat : TERATE LOR RT 02 RW 06, KELURAHAN KASEPUHAN, KECAMATAN BATANG, KABUPATEN BATANG PROVINSI JAWA TENGAH
3. Pekerjaan : MAHASISWA

Untuk : Melakukan Penelitian dengan rincian sebagai berikut :

- a. Judul Proposal : FAKTOR DAN TEKNIK PADA KEMAMPUAN DRIBBLE ATLET EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET PUTRA TINGKAT SMA
- b. Tempat / Lokasi : SEKOLAH DI KABUPATEN BATANG TINGKAT SMA, PROVINSI JAWA TENGAH
- c. Bidang Penelitian : OLAHRAGA
- d. Waktu Penelitian : 03 Agustus 2016 s.d. 31 Oktober 2016
- e. Penanggung Jawab : BUDI ARYANTO, M.Pd
- f. Status Penelitian : Baru
- g. Anggota Peneliti :
- h. Nama Lembaga : UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Ketentuan yang harus ditaati adalah :

- a. Sebelum melakukan kegiatan terlebih dahulu melaporkan kepada Pejabat setempat / Lembaga swasta yang akan di jadikan obyek lokasi;
- b. Pelaksanaan kegiatan dimaksud tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan pemerintahan;
- c. Setelah pelaksanaan kegiatan dimaksud selesai supaya menyerahkan hasilnya kepada Kepala Badan Penanaman Modal Daerah Provinsi Jawa Tengah;
- d. Apabila masa berlaku Surat Rekomendasi ini sudah berakhir, sedang pelaksanaan kegiatan belum selesai, perpanjangan waktu harus diajukan kepada instansi pemohon dengan menyertakan hasil penelitian sebelumnya;
- e. Surat rekomendasi ini dapat diubah apabila di kemudian hari terdapat kekeliruan dan akan diadakan perbaikan sebagaimana mestinya.

Demikian rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Semarang, 03 Agustus 2016





PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
BADAN PENANAMAN MODAL DAERAH

Alamat : Jl. Mgr. Soegiopranoto No. 1 Telepon : (024) 3547091 – 3547438 – 3541487
Fax : (024) 3549560 E-mail : bpmd@jatengprov.go.id <http://bpmd.jatengprov.go.id>
Semarang - 50131

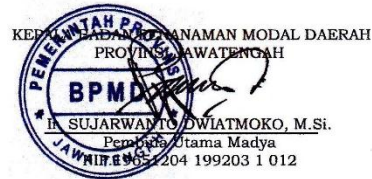
Semarang, 03 Agustus 2016

Nomor : 070/8173/2016
Sifat : Biasa
Lampiran : 1 (Satu) Berkas
Perihal : Rekomendasi Penelitian

Kepada
Yth. Bupati Batang
u.p Kantor Kesbangpol
Kabupaten Batang

Dalam rangka memperlancar pelaksanaan kegiatan penelitian bersama ini terlampir disampaikan Rekomendasi Penelitian Nomor 070/2393/04.5/2016 Tanggal 03 Agustus 2016 atas nama AKHMAT ABDUL AZIZ dengan judul proposal FAKTOR DAN TEKNIK PADA KEMAMPUAN DRIBBLE ATLET EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET PUTRA TINGKAT SMA, untuk dapat ditindaklanjuti.

Demikian untuk menjadi maklum dan terimakasih.



Tembusan :

1. Gubernur Jawa Tengah;
2. Kepala Badan Kesbangpol dan Linmas Provinsi Jawa Tengah;
3. Kepala Badan Kesbangpol Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta;
4. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta;
5. Sdr. Akhmat Abdul Aziz

Lampiran 6

SURAT PERIZINAN DARI BAPPEDA



PEMERINTAH KABUPATEN BATANG
BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH
(BAPPEDA)

Jl. RA. Kartini No. 1 Batang, 51215 Jawa Tengah, Telp. (0285) 391131, 392131 Fax. (0285) 391131

SURAT REKOMENDASI
Nomor : 072 / 184 / 2016

- I. DASAR : a. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tanggal 20 Desember 2011.
b. Surat Edaran Gubernur Jawa Tengah Nomor 070/265/2004 tanggal 20 Februari 2004.
- II. MENARIK : Surat Kepala Kesbangpol Kabupaten Batang Nomor : 070/174/VIII/2016 tanggal 8 Agustus 2016 perihal Permohonan Ijin Penelitian.
- III. Yang bertanda tangan dibawah ini, Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah (BAPPEDA) Kabupaten Batang, bertindak dan atas nama Bupati Batang menyatakan "TIDAK KEBERATAN" atas pelaksanaan penelitian/survei/praktek kerja lapangan/mencari data di wilayah Kabupaten Batang, yang akan dilaksanakan oleh :
1. Nama : **AKHMAT ABDUL AZIZ**
2. Pekerjaan : Mahasiswa UNY Yogyakarta
3. Alamat : Terate Lor RT. 002 RW. 006 Kelurahan Kasepuhan Kecamatan Batang Kabupaten Batang
4. Penanggungjawab : **Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed**
5. Maksud & tujuan : Permohonan Ijin Penelitian dan Pengambilan Data guna penyusunan Skripsi dengan Judul: *Faktor Fisik dan Teknik Pada Kemampuan Dribble Atlet Ekstrakurikuler Bola Basket Putra Tingkat SMA*
- Lokasi : Kabupaten Batang.

Dengan ketentuan sebagai berikut :

- a. Pelaksanaan penelitian/survei/praktek kerja lapangan/mencari data/program sosialisasi tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan pemerintah;
- b. Sebelum melaksanakan penelitian/survei/praktek kerja lapangan/mencari data/program sosialisasi langsung kepada responden/masyarakat, maka harus terlebih dahulu melapor kepada penguasa/pimpinan setempat;
- c. Setelah penelitian/survei/praktek kerja lapangan/mencari data/program sosialisasi selesai, supaya menyerahkan hasilnya kepada BAPPEDA Kabupaten Batang.
- IV. Surat Rekomendasi ini berlaku dari tanggal 8 Agustus 2016 s.d. 8 Oktober 2016.

DIKELUARKAN DI : B A T A N G
PADA TANGGAL : 8 Agustus 2016

A.n. BUPATI BATANG
KEPALA BAPPEDA KABUPATEN BATANG
u.p. Kabid Stadalev,



Tembusan : disampaikan kepada Yth.

1. Kepala Kesbangpol Kab. Batang;
2. SMA N 1 Batang;
3. Arsip.



PEMERINTAH KABUPATEN BATANG
BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH
(BAPPEDA)

Jl. RA. Kartini No. 1 Batang, 51215 Jawa Tengah, Telp. (0285) 391131, 392131 Fax. (0285) 391131

SURAT REKOMENDASI

Nomor : 072 / 184 / 2016

- I. DASAR : a. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tanggal 20 Desember 2011.
b. Surat Edaran Gubernur Jawa Tengah Nomor 070/265/2004 tanggal 20 Februari 2004.
- II. MENARIK : Surat Kepala Kesbangpol Kabupaten Batang Nomor : 070/174/VIII/2016 tanggal 8 Agustus 2016 perihal Permohonan Ijin Penelitian.

III. Yang bertanda tangan dibawah ini, Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah (BAPPEDA) Kabupaten Batang, bertindak dan atas nama Bupati Batang menyatakan "TIDAK KEBERATAN" atas pelaksanaan penelitian/survei/praktek kerja lapangan/mencari data di wilayah Kabupaten Batang, yang akan dilaksanakan oleh :

1. Nama : **AKHMAT ABDUL AZIZ**
2. Pekerjaan : Mahasiswa UNY Yogyakarta
3. Alamat : Terate Lor RT. 002 RW. 006 Kelurahan Kasepuhan Kecamatan Batang Kabupaten Batang
4. Penanggungjawab : **Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed**
5. Maksud & tujuan : Permohonan Ijin Penelitian dan Pengambilan Data guna penyusunan Skripsi dengan Judul: **Faktor Fisik dan Teknik Pada Kemampuan Dribble Atlet Ekstrakurikuler Bola Basket Putra Tingkat SMA"**
- Lokasi : Kabupaten Batang.

Dengan ketentuan sebagai berikut :

- a. Pelaksanaan penelitian/survei/praktek kerja lapangan/mencari data/program sosialisasi tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan pemerintah;
- b. Sebelum melaksanakan penelitian/survei/praktek kerja lapangan/mencari data/program sosialisasi langsung kepada responden/masyarakat, maka harus terlebih dahulu melapor kepada penguasa/pimpinan setempat;
- c. Setelah penelitian/survei/praktek kerja lapangan/mencari data/program sosialisasi selesai, supaya menyerahkan hasilnya kepada BAPPEDA Kabupaten Batang.

IV. Surat Rekomendasi ini berlaku dari tanggal 8 Agustus 2016 s.d. 8 Oktober 2016.

DIKELUARKAN DI : B A T A N G
PADA TANGGAL : 8 Agustus 2016

A.n. BUPATI BATANG
KEPALA BAPPEDA KABUPATEN BATANG
Kabid Stadalev,



Tembusan : disampaikan kepada Yth.

1. Kepala Kesbangpol Kab. Batang;
2. SMA Negeri 2 Batang
3. Arsip;



PEMERINTAH KABUPATEN BATANG
BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH
(BAPPEDA)

Jl. RA. Kartini No. 1 Batang, 51215 Jawa Tengah, Telp. (0285) 391131, 392131 Fax. (0285) 391131

SURAT REKOMENDASI

Nomor : 072 / 184 / 2016

- I. DASAR : a. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tanggal 20 Desember 2011.
b. Surat Edaran Gubernur Jawa Tengah Nomor 070/265/2004 tanggal 20 Februari 2004.
- II. MENARIK : Surat Kepala Kesbangpol Kabupaten Batang Nomor : 070/174/VIII/2016 tanggal 8 Agustus 2016 perihal Permohonan Ijin Penelitian.

III. Yang bertanda tangan dibawah ini, Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah (BAPPEDA) Kabupaten Batang, bertindak dan atas nama Bupati Batang menyatakan "TIDAK KEBERATAN" atas pelaksanaan penelitian/survei/praktek kerja lapangan/mencari data di wilayah Kabupaten Batang, yang akan dilaksanakan oleh :

1. Nama : **AKHMAT ABDUL AZIZ**
2. Pekerjaan : Mahasiswa UNY Yogyakarta
3. Alamat : Terate Lor RT. 002 RW. 006 Kelurahan Kasepuhan Kecamatan Batang Kabupaten Batang
4. Penanggungjawab : **Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed**
5. Maksud & tujuan : Permohonan Ijin Penelitian dan Pengambilan Data guna penyusunan Skripsi dengan Judul: **Faktor Fisik dan Teknik Pada Kemampuan Dribble Atlet Ekstrakurikuler Bola Basket Putra Tingkat SMA"**
- Lokasi : Kabupaten Batang.

Dengan ketentuan sebagai berikut :

- a. Pelaksanaan penelitian/survei/praktek kerja lapangan/mencari data/program sosialisasi tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan pemerintah;
- b. Sebelum melaksanakan penelitian/survei/praktek kerja lapangan/mencari data/program sosialisasi langsung kepada responden/masyarakat, maka harus terlebih dahulu melapor kepada penguasa/pimpinan setempat;
- c. Setelah penelitian/survei/praktek kerja lapangan/mencari data/program sosialisasi selesai, supaya menyerahkan hasilnya kepada BAPPEDA Kabupaten Batang.

IV. Surat Rekomendasi ini berlaku dari tanggal 8 Agustus 2016 s.d. 8 Oktober 2016.

DIKELUARKAN DI : B A T A N G
PADA TANGGAL : 8 Agustus 2016

A.n. BUPATI BATANG
KEPALA BAPPEDA KABUPATEN BATANG
u.b. Kabid Stadalev,
AGUS WIMOYO, S.Si
Pembina
NIP. 19670814 199710 1 001

Tembusan : disampaikan kepada Yth.

1. Kepala Kesbangpol Kab. Batang;
2. SMA Negeri 1 Suban
3. Arsip;



PEMERINTAH KABUPATEN BATANG
BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH
(BAPPEDA)

Jl. RA. Kartini No. 1 Batang, 51215 Jawa Tengah, Telp. (0285) 391131, 392131 Fax. (0285) 391131

SURAT REKOMENDASI

Nomor : 072 / 184 / 2016

- I. DASAR : a. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tanggal 20 Desember 2011.
b. Surat Edaran Gubernur Jawa Tengah Nomor 070/265/2004 tanggal 20 Februari 2004.
- II. MENARIK : Surat Kepala Kesbangpol Kabupaten Batang Nomor : 070/174/VIII/2016 tanggal 8 Agustus 2016 perihal Permohonan Ijin Penelitian.
- III. Yang bertanda tangan dibawah ini, Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah (BAPPEDA) Kabupaten Batang, bertindak dan atas nama Bupati Batang menyatakan "TIDAK KEBERATAN" atas pelaksanaan penelitian/survei/praktek kerja lapangan/mencari data di wilayah Kabupaten Batang, yang akan dilaksanakan oleh :
1. Nama : **AKHMAT ABDUL AZIZ**
2. Pekerjaan : Mahasiswa UNY Yogyakarta
3. Alamat : Terate Lor RT. 002 RW. 006 Kelurahan Kasepuhan Kecamatan Batang Kabupaten Batang
4. Penanggungjawab : **Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed**
5. Maksud & tujuan : Permohonan Ijin Penelitian dan Pengambilan Data guna penyusunan Skripsi dengan Judul: **Faktor Fisik dan Teknik Pada Kemampuan Dribble Atlet Ekstrakurikuler Bola Basket Putra Tingkat SMA"**
- Lokasi : Kabupaten Batang.

Dengan ketentuan sebagai berikut :

- a. Pelaksanaan penelitian/survei/praktek kerja lapangan/mencari data/program sosialisasi tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan pemerintah;
- b. Sebelum melaksanakan penelitian/survei/praktek kerja lapangan/mencari data/program sosialisasi langsung kepada responden/masyarakat, maka harus terlebih dahulu melapor kepada penguasa/pimpinan setempat;
- c. Setelah penelitian/survei/praktek kerja lapangan/mencari data/program sosialisasi selesai, supaya menyerahkan hasilnya kepada BAPPEDA Kabupaten Batang.
- IV. Surat Rekomendasi ini berlaku dari tanggal 8 Agustus 2016 s.d. 8 Oktober 2016.

DIKELUARKAN DI : B A T A N G
PADA TANGGAL : 8 Agustus 2016

A.n. BUPATI BATANG
KEPALA BAPPEDA KABUPATEN BATANG
u. b. Kabid Stadalev,

AGUS WIMOJO, S.Si
Pembina
NIP. 19670814 199710 1 001

Tembusan : disampaikan kepada Yth.

1. Kepala Kesbangpol Kab. Batang;
2. SMA Negeri 1 Wanotunggal
3. Arsip:



PEMERINTAH KABUPATEN BATANG
BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH
(BAPPEDA)

Jl. RA. Kartini No. 1 Batang, 51215 Jawa Tengah, Telp. (0285) 391131, 392131 Fax. (0285) 391131

SURAT REKOMENDASI

Nomor : 072 / 184 / 2016

- I. DASAR : a. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tanggal 20 Desember 2011.
b. Surat Edaran Gubernur Jawa Tengah Nomor 070/265/2004 tanggal 20 Februari 2004.
- II. MENARIK : Surat Kepala Kesbangpol Kabupaten Batang Nomor : 070/174/VIII/2016 tanggal 8 Agustus 2016 perihal Permohonan Ijin Penelitian.

III. Yang bertanda tangan dibawah ini, Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah (BAPPEDA) Kabupaten Batang, bertindak dan atas nama Bupati Batang menyatakan "TIDAK KEBERATAN" atas pelaksanaan penelitian/survei/praktek kerja lapangan/mencari data di wilayah Kabupaten Batang, yang akan dilaksanakan oleh :

1. Nama : **AKHMAT ABDUL AZIZ**
2. Pekerjaan : Mahasiswa UNY Yogyakarta
3. Alamat : Terate Lor RT. 002 RW. 006 Kelurahan Kasepuhan Kecamatan Batang Kabupaten Batang
4. Penanggungjawab : **Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed**
5. Maksud & tujuan : Permohonan Ijin Penelitian dan Pengambilan Data guna penyusunan Skripsi dengan Judul: **Faktor Fisik dan Teknik Pada Kemampuan Dribble Atlet Ekstrakurikuler Bola Basket Putra Tingkat SMA"**
- Lokasi : Kabupaten Batang.

Dengan ketentuan sebagai berikut :

- a. Pelaksanaan penelitian/survei/praktek kerja lapangan/mencari data/program sosialisasi tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan pemerintah;
- b. Sebelum melaksanakan penelitian/survei/praktek kerja lapangan/mencari data/program sosialisasi langsung kepada responden/masyarakat, maka harus terlebih dahulu melapor kepada penguasa/pimpinan setempat;
- c. Setelah penelitian/survei/praktek kerja lapangan/mencari data/program sosialisasi selesai, supaya menyerahkan hasilnya kepada BAPPEDA Kabupaten Batang.
- IV. Surat Rekomendasi ini berlaku dari tanggal 8 Agustus 2016 s.d. 8 Oktober 2016.

DIKELUARKAN DI : B A T A N G
PADA TANGGAL : 8 Agustus 2016

A.n. BUPATI BATANG
KEPALA BAPPEDA KABUPATEN BATANG
u.B. Kabid Stadalev.


AGUS WIMOJO, S.Si
Pembina
NIP. 19670814 199710 1 001

Tembusan : disampaikan kepada Yth.

1. Kepala Kesbangpol Kab. Batang;
2. SMA Negeri 1 Bandar
3. Arsip;

Lampiran 7

SURAT KETERANGAN MELAKUKAN PENELITIAN SMA N 1 BATANG



PEMERINTAH KABUPATEN BATANG
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 BATANG
Terakreditasi : A
Jalan Ki Mangunsarkoro 8 Batang Telp./Fax (0285) 391423 Kode Pos 51211
e-Mail : admin@sman1batang.sch.id Website : www.sman1batang.sch.id



SURAT KETERANGAN


Nomor : 070/ 092 /2016

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMA Negeri 1 Batang menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : Akhmad Abdul Aziz
NIM. : 12602241028
Fak./Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga (PKO)

Telah melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi di SMA Negeri 1 Batang dengan judul **"Faktor Fisik dan Teknik Pada Kemampuan Dribble Atlet Ekstrakurikuler Bola Basket Putra Tingkat SMA"** pada Bulan Agustus 2016 s.d Bulan Oktober 2016

Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan seperlunya

Batang, 20 Agustus 2016
Kepala SMA N 1 Batang

Siti Ismu'uzaroh, S.Pd., M.Pd
NIP. 19700708 199412 2 001

Lampiran 8

SURAT KETERANGAN MELAKUKAN PENELITIAN SMA N 2 BATANG



PEMERINTAH KABUPATEN BATANG
DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA, DAN OLAH RAGA
SMA NEGERI 2 BATANG
Status : Terakreditasi A
Jalan Pemuda Km. 3 Rowobelang Batang 51222 Telp. (0285) 4494259
Web site : sman2batang.sch.id. email: smaduabatang@gmail.com



SURAT KETERANGAN

Nomor : 071 / 447 / 2016

Yang bertanda tangan di bawah ini

menerangkan bahwa,

Nama : Akhmat Abdul Aziz
N I M : 12602241028
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga UNY
Fakultas : FIK (Ilmu Keolahragaan)
Lembaga Pendidikan : UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Mahasiswa tersebut diatas telah melakukan Penelitian di SMA Negeri 2 Batang guna Penyelesaian Skripsi dengan judul "Faktor Fisik dan Teknik pada Kemampuan Drible Atlet Ekstra Kurikuler Bola Basket Putra Tingkat SMA."

Demikian surat Keterangan ini dibuat dengan sebenar- benarnya dan dapat digunakan seperlunya.

Batang, 24 Agustus 2016

A.n Kepala SMA Negeri 2 Batang
Kepala Tata Usaha



Amaf Lani, S.Pd
NIP. 19590712 198603 1 018

Lampiran 9

SURAT KETERANGAN MELAKUKAN PENELITIAN SMA N 1 SUBAH



PEMERINTAH KABUPATEN BATANG
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA
SMA NEGERI 1 SUBAH
TERAKREDITASI : A
Jalan Raya Jatisari Subah Telp.(0285) 666240
Website : www.sman1subah.sch.id
E-mail : info@sman1subah.sch.id
BATANG Kode Pos 51262



SURAT KETERANGAN NOMOR : 070 / 486 / 2016

Berdasarkan surat rekomendasi dari Badan Perencanaan Pembangunan daerah (BAPPEDA) Kabupaten Batang Nomor: 072/184/2016 tanggal 8 Agustus 2016, Kepala SMA Negeri 1 Subah Kabupaten Batang menerangkan bahwa mahasiswa tersebut dibawah ini:

Nama : Ahmad Abdul Aziz
NPM : 12602241028
Jurusan : Pendidikan kepelatihan Olahraga (PKO)

Telah mengadakan Penelitian di SMA Negeri 1 Subah Kabupaten Batang pada tanggal 20 Agustus 2016 guna penyusunan Skripsi dengan judul **“Faktor Fisik dan Teknik Pada Kemampuan Dribble Atlet Ekstrakurikuler Bola Basket Putra Tingkat SMA”**.

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Subah, 23 Agustus 2016
Kepala Sekolah

Untung, S.Pd., M.Pd.
NIP 19620517 087031014

Lampiran 10

SURAT KETERANGAN MELAKUKAN PENELITIAN SMA N 1 WONOTUNGGAL



PEMERINTAH KABUPATEN BATANG
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAH RAGA
SMA NEGERI 1 WONOTUNGGAL
Jl. Raya Wates Wonotunggal ☎ (0285) 4486287 Batang Kode pos 51253
Terakreditasi : B
Website : smanggal.sch.id | Email : sman1wonotunggal@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 072 / 524 / 2016

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Drs. Slamet Riyadi, M.Pd., Kons.
NIP : 19640209 199203 1 003
Pangkat / Gol Ruang : Pembina / IV a
Jabatan : Kepala SMA Negeri 1 Wonotunggal

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Akhmat Abdul Aziz
Pekerjaan : Mahasiswa UNY Yogyakarta
Alamat : Terate Lor RT 002 RW 006 Kelurahan Kasepuhan
Kecamatan Batang Kabupaten Batang

Telah melakukan penelitian dan pengumpulan data di SMA Negeri 1 Wonotunggal dalam rangka menyusun skripsi dengan judul ***"Faktor Fisik dan Teknik Pada Kemampuan Dribble Atlet Ekstrakurikuler Bola Basket Putra Tingkat SMA"***.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wonotunggal, 18 Agustus 2016

Kepala SMA N 1 Wonotunggal

Drs. Slamet Riyadi, M.Pd., Kons.
NIP. 19640209 199203 1 003

Lampiran 11

SURAT KETERANGAN MELAKUKAN PENELITIAN SMA N 1 BANDAR



PEMERINTAH KABUPATEN BATANG
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 BANDAR
Status : Terakreditasi A
Jalan Raya Sidayu Km.3 Bandar Kab. Batang Telp.(0285)689165, 689652
Situs : www.sma1bandar.sch.id , Email: smanbandar@gmail.com
B A T A N G
Kode Pos 51254



SURAT KETERANGAN

Nomor : 422/ 394

Berdasarkan surat permohonan ijin penelitian dari BAPPEDA Kabupaten Batang Nomor : 072/184/2016, tanggal 8 Agustus 2016. Kepala SMA Negeri 1 Bandar Kabupaten Batang menerangkan dengan sesungguhnya bahwa yang tersebut dibawah ini,

Nama : Akhmat Abdul Aziz
NIM : 12602241028
Fakultas / Program Studi : FIK / Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Dalam rangka menyusun skripsi yang berjudul “Faktor Fisik dan Teknik Pada Kemampuan Dribble Atlet Ekstrakurikuler Bola Basket Putra Tingkat SMA”, Mahasiswa tersebut diatas benar-benar telah melakukan penelitian di SMA Negeri 1 Bandar tanggal 16 Agustus 2016.

Demikian surat keterangan ini dikeluarkan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bandar, 21 Agustus 2016
Kepala Sekolah,



Drs. Suraji, M.Si.
NIP 19600530 198603 1 011

Lmpiran 12

KALIBRASI ALAT PENELITIAN

1. Meteran

BALAI METROLOGI	
PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA DINAS PERINDUSTRIAN DAN PERDAGANGAN	
Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062	
SERTIFIKAT PENERAAN VERIFICATION CERTIFICATE	
Nomor : 4236 / UP - 344 / VIII / 2016	
No. Order : 010256	
Diterima tgl : 3 Agustus 2016	
ALAT Equipment	
Nama Name	: Ban Ukur
Kapasitas Capacity	: 50 meter
Daya Baca Readability	: 1 mm
Tipe/Model Type/Model	
Nomor Seri Serial number	
Merek/Buatan Trade Mark / Manufaktur	: Bison
PEMILIK Owner	
Nama Name	: Akhmat Abdul Aziz
Alamat Address	: Seturan, Depok, Sleman
METODE, STANDART, TELUSURAN Method, Standard, Traceability	
Metode Method	: SK Ditjen PDN No 32/ PDN /KEP/3/2010
Standard Standard	: Komparator 10 m
Telusuran Traceability	: Ke satuan SI melalui LK-045-IDN
TANGGAL TERA ULANG Date of Verification	: 3 Agustus 2016
LOKASI TERA ULANG Location of Verification	: Balai Metrologi Yogyakarta
KONDISI LINGKUNGAN TERA ULANG Environment condition of Verification	: Suhu : 28°C ± 2°C ; Kelembaban : 54% ± 10%
HASIL TERA ULANG Result of verification	: DISAHKAN UNTUK TERA ULANG TAHUN 2016
DITERA ULANG KEMBALI Reverification	: 3 Agustus 2017
Yogyakarta, 5 Agustus 2016	
Kepala	
BALAI METROLOGI	
Dispersikan	
Masitoh, SE, M.Si	
NIP. 195912101984011003	
Halaman 1 dari 2 Halaman	FBM.22-01.T
DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA	

HASIL PENERAAN
RESULT OF VERIFICATION

I. DATA PENERAAN

Verification data

1. Referensi : Akhmat Abdul Aziz
2. Ditera ulang oleh : Sukardjono NIP. 19591010 198203 1 023
Verified by

II. HASIL

Result


Nominal (m)	Nilai Sebenarnya (cm)
0 - 10	1000
0 - 20	2000
0 - 30	3000
0 - 40	4000
0 - 50	5000

Kepala Seksi Teknik Kemetrolgian



Gono, SE. MM
NIP. 19610807.198202.1.007

2. Stopwatch



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
DINAS PERINDUSTRIAN DAN PERDAGANGAN
BALAI METROLOGI
Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062

SERTIFIKAT KALIBRASI
CALIBRATION CERTIFICATE
Nomor : 3340 / SW - 25 / V / 2016
Number

No. Order	: 009449
Diterima tgl	: 24 Mei 2016

<p>ALAT <i>Equipment</i></p> <p>Nama <i>Name</i> : Stopwatch</p> <p>Kapasitas <i>Capacity</i> : 9 jam</p> <p>Daya Baca <i>Accuracy</i> : 1 detik</p> <p>PEMILIK <i>Owner</i></p> <p>Nama <i>Name</i> : Putut Indramawan</p> <p>Alamat <i>Address</i> : Jl. Suryoputran 36, Panembahan, Kraton, Yogyakarta</p> <p>METODE, STANDAR, TELUSURAN <i>Method, Standard, Traceability</i></p> <p>Metode <i>Method</i> : ISO 4168 (1976) Time Measurement Instrument</p> <p>Standar <i>Standard</i> : Casio HS-80TW.IDF</p> <p>Telusuran <i>Traceability</i> : Ke satuan SI melalui LK-045 IDN</p> <p>TANGGAL DIKALIBRASI <i>Date of Calibrated</i> : 24 Mei 2016</p> <p>LOKASI KALIBRASI <i>Location of calibration</i> : Balai Metrologi Yogyakarta</p> <p>KONDISI LINGKUNGAN KALIBRASI <i>Environment condition of calibration</i> : Suhu : 30°C ± 2°C ; Kelembaban : 55% ± 10%</p> <p>HASIL <i>Result</i> : Lihat sebaliknya</p>	<p>Tipe/Model <i>Type/Model</i> :</p> <p>Nomor Seri <i>Serial number</i> :</p> <p>Merek/Buatan <i>Trade Mark/Manufaktur</i> :</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Yogyakarta, 27 Mei 2016

St. Kerata

Masrino SE, M.Si
NIP. 19591210 198401 1 003

Halaman 1 dari 2 Halaman

FBM.22-02.T

DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA

HASIL KALIBRASI
RESULT OF CALIBRATION

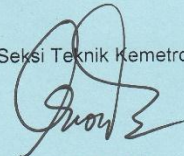
I. DATA KALIBRASI
Calibration data

1. Referensi : Putut Indramawan
2. Dikalibrasi oleh : Marsudi Harjono NIP. 19591117.198401.1.002
Calibrated by

II. HASIL KALIBRASI
Result of Calibration

Nominal (menit)	Nilai Sebenarnya (menit)
00,01'00"00	00,01'00"00
00,05'00"00	00,05'00"01
00,10'00"00	00,10'00"02
00,15'00"00	00,15'00"02
00,30'00"00	00,30'00"02
00,59'00"00	00,59'00"01

Kepala Seksi Teknik Kemetrolgian



Gono. SE. MM
NIP. 19610807.198202.1.007

Lampiran 13

BIODATA EXPERT JUDGEMENT

1. **NAMA** : Setyo Bagus Abdiyanto, Amd
TTL : Batang, 30 Januari 1984
ALAMAT : Jl. dr. Cipto no 55 Batang
PEKERJAAN : Swasta / Pelatih
PENDIDIKAN TERAKHIR : D3
LISENSI KEPELATIHAN : B
LAMA MELATIH : 15 tahun
2. **NAMA** : Adhiatma Hidayat, S.Pd
TTL : Batang, 28 Januari 1990
ALAMAT : Jl. Yos Sudarso Rt03/06 Kasepuhan Batang
PEKERJAAN : Guru Olahraga / Pelatih
PENDIDIKAN TERAKHIR : S1
LISENSI KEPELATIHAN : B
LAMA MELATIH : 7 tahun

Lampiran 14

HASIL DATA PENELITIAN

SEKOLAH	NO	NAMA	FISIK					TEKNIK			TES DRIBBLE
			KELINCAHAN	KECEPATAN	KEKUATAN	FLEKSIBILITAS	KOORDINASI	PERSIAPAN	PELAKSANAAN	LANJUTAN	TES DRIBBLE
SMAN 1 MONOTUNGGA	1	Harianto	15.33	5.23	15	5.54	9	3	3	4	11
	2	Renad	11.5	5.67	18	5.93	12	4	5	4	13
	3	Ilham M	11.14	4.91	12	5.32	13	4	5	4	12
	4	Ginanjari	11.17	5.78	17	6.34	12	5	5	4	13
	5	Dimas	11.14	4.78	18	3.3	12	4	5	4	13
	6	Robi	12.24	5.19	10	4.13	12	3	5	4	10
	7	Alda	10.79	4.87	25	5.34	13	5	5	4	13
	8	Doni	14.39	6.02	11	5	9	3	3	3	11
	9	Aska	14.54	5.67	11	5.45	12	3	5	3	10
	10	Firdaus	9.7	4.09	21	8.92	17	6	7	6	16
SMA N 1 BATANG	11	Mirza Hafid	9.73	5.19	22	5.51	15	6	7	5	15
	12	Akbar Kur	10.18	4.94	21	5.32	12	6	6	4	12
	13	Ahmad Ta	10.19	4.84	15	7.05	13	6	6	4	13
	14	Ivan Nova	9.91	4.27	17	5.96	12	5	5	4	13
	15	Mukharil S	9.7	5.24	25	6.37	16	6	7	5	15
	16	M. Fajar	8.93	4.28	26	9.54	15	6	8	6	17
	17	Yahya Wil	8.8	4.39	27	7.5	18	6	8	5	16
	18	Biva AL	8.73	4.71	24	9.01	15	6	8	5	16
	19	Tangguh H	9.73	4.16	29	8.98	15	6	7	6	16
	20	Revanda R	9.7	4.04	23	8.97	17	6	8	6	18
SMA N 1 BANDAR	21	Arif Risqia	9.82	4.15	26	7.52	18	6	8	6	16
	22	Fajar Tri P	10.88	5.18	22	6.01	12	5	6	4	13
	23	M. Nasrul	14.03	5.39	14	4.88	13	5	6	3	11
	24	M. Nasokl	10.93	4.84	10	4.32	9	3	5	3	11
	25	M. Nur Fa	13.88	5.45	16	6.81	13	4	6	3	10
	26	M. Athalla	10.2	4.82	22	7.67	16	6	5	5	14
	27	Saiful Ana	11.08	4.37	15	5.96	12	5	6	5	12
	28	M. Neza A	11.08	5.89	15	5.86	13	3	5	3	12
	29	Faras Nur	11.19	5.27	11	6.28	10	3	3	4	11
	30	Triyatno	10.79	4.45	21	7.83	12	6	6	5	15
	31	M. Fadhli	10.86	4.95	17	4.2	13	4	5	4	12
	32	Hendri Se	10.89	5.18	10	4.71	12	4	5	3	10
	33	M. Hilmi k	11.37	4.56	17	7.38	15	5	6	5	14
	34	M. Syafiq	13.45	4.8	10	4.17	9	3	5	2	10
	35	Wahyu Ri	11.37	5.06	15	6.21	12	4	5	4	12
	36	Abdul Kar	11.28	4.87	15	5.39	9	4	5	4	12
	37	Fahmi Fah	10.9	4.64	21	7.72	12	6	6	5	15
	SMA N 1 SUBAH	38	Andika Ba	9.73	4.11	20	8.67	14	6	8	5
39		Birawa Sa	9.98	4.08	20	9.02	18	6	8	6	17
40		Solafide A	9.79	5.06	21	6.83	16	6	7	4	15
41		Mushlih A	9.32	4.56	27	9	14	6	8	6	16
42		Asep Mira	10.14	4.14	23	7.5	16	6	7	5	15
SMA N 2 BATANG	43	M. Bahy F	10.14	4.03	28	8.91	14	6	7	6	16
	44	Lirvan Ma	10.79	4.63	25	6.68	14	4	7	5	14
	45	Baja Satria	10.79	5.25	15	7.34	13	5	6	5	13
	46	M. Rifai	9.12	4.37	38	9.1	15	6	8	6	16
	47	Dadang H	10.12	4.73	15	7.51	13	6	6	5	14
SMA N 2 BATANG	48	Moh. Rifq	9.86	4.9	18	7.77	13	6	6	4	13
	49	Dhani Set	11.23	5.1	17	6.81	12	5	6	4	13
	50	Dicky Ama	10.17	4.55	18	7.83	13	4	7	5	14
	51	Gudhi Her	11.02	4.59	20	6.93	13	6	7	4	14
	52	Moh. Kha	10.04	5.08	23	6.66	14	4	7	5	14
	53	M, Rizvan	10.96	4.47	17	8.42	15	5	7	5	14
	54	Satoerant	12.23	4.94	15	5.83	13	6	6	4	13
	55	Ridho Bal	10.84	4.38	20	6.33	16	6	7	4	15
	56	Bagus Sap	10.26	4.03	27	9.68	16	6	8	6	16
	57	Fandy Ada	9.96	4.09	31	8.19	19	6	7	4	14
	58	Fafa	10.81	4.47	24	7.18	16	6	7	5	15
	59	Hidayat	10.34	4.14	21	7.75	16	6	7	5	15
	60	Safik	10.12	4.17	29	10.52	17	6	8	6	16
	61	Dimas	9.32	4.46	24	7.24	18	6	7	6	16
	62	Arif R	10.31	4.07	25	7.33	15	6	7	4	15

Lampiran 15

HASIL DATA YANG SUDAH DIKATEGORIKAN

X1.1	X1.2	X1.3	X1.4	X1.5	X2.1	X2.2	X2.3	Y1
1	2	2	2	1	1	1	2	1
2	1	2	2	2	2	2	2	2
2	2	1	2	2	2	2	2	2
2	1	2	2	2	2	2	2	2
2	2	2	1	2	2	2	2	2
1	2	1	1	2	1	2	2	1
2	2	3	2	2	2	2	2	2
1	1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	2	2	1	2	1	1
3	4	3	4	4	3	3	4	4
3	2	3	2	3	3	3	3	3
3	2	3	2	2	3	2	2	2
3	2	2	3	2	3	2	2	2
3	3	2	2	2	2	2	2	2
3	2	3	2	3	3	3	3	3
4	3	4	4	3	3	4	4	4
4	3	4	3	4	3	4	3	4
4	3	3	4	3	3	4	3	4
3	4	4	4	3	3	3	4	4
3	4	3	4	4	3	4	4	4
3	4	4	3	4	3	4	4	4
2	2	3	2	2	2	2	2	2
1	1	2	1	2	2	2	1	1
2	2	1	1	1	1	2	1	1
1	1	2	2	2	1	2	1	1
3	2	3	3	3	3	2	3	3
2	3	2	2	2	2	2	3	2
2	1	2	2	2	1	2	1	2
2	2	1	2	1	1	1	2	1
2	3	3	3	2	3	2	3	3
2	2	2	1	2	2	2	2	2
2	2	1	1	2	2	2	1	1
2	3	2	3	3	2	3	3	3
1	2	1	1	1	1	2	1	1
2	2	2	2	2	2	2	2	2
2	2	2	2	1	2	2	2	2
2	3	3	3	2	3	2	3	3
3	4	3	4	3	3	4	3	4
3	4	3	4	4	3	4	4	4
3	2	3	2	3	3	3	2	3
4	3	4	4	3	3	4	4	4
3	4	3	3	3	3	3	3	3
3	4	4	4	3	3	3	4	4
2	3	3	2	3	2	3	3	3
2	2	2	3	2	2	2	3	2
4	3	4	4	3	3	4	4	4
3	3	2	3	2	3	2	3	3
3	2	2	3	2	3	2	2	2
2	2	2	2	2	2	2	2	2
3	3	2	3	2	2	3	3	3
2	3	3	3	2	3	3	2	3
3	2	3	2	3	2	3	3	3
2	3	2	3	3	2	3	3	3
1	2	2	2	2	3	2	2	2
2	3	3	2	3	3	3	2	3
3	4	4	4	3	3	4	4	4
3	4	4	3	4	3	3	2	3
2	3	3	3	3	3	3	3	3
3	4	3	3	3	3	3	3	3
3	4	4	4	4	3	4	4	4
4	3	3	3	4	3	3	4	4
3	4	3	3	3	3	3	2	3

Lampiran 16
ANALISIS DATA PENELITIAN

1. Analisis PLS

Uji Discriminant Validity

	FISIK (X1)	DRIBBLE (Y)	TEKNIK (X2)
X1.1	0.842	0.802	0.801
X1.2	0.845	0.785	0.792
X1.3	0.888	0.852	0.849
X1.4	0.885	0.854	0.843
X1.5	0.871	0.840	0.845
X2.1	0.814	0.804	0.862
X2.2	0.867	0.878	0.897
X2.3	0.860	0.888	0.905
Y1	0.955	1.000	0.965

Avarage Variance Extracted (AVE)

	AVE
FISIK	0.751
KEMAMPUAN DRIBBLE	1.000
TEKNIK	0.789

Composite Reliability

	Composite Reliability
FISIK	0.938
KEMAMPUAN DRIBBLE	1.000
TEKNIK	0.918

Cronbach's Alpha

	Cronbachs Alpha
FISIK	0.917
KEMAMPUAN DRIBBLE	1.000
TEKNIK	0.866

R Square

	R Square
KEMAMPUAN DRIBBLE	0.945

Uji T statistik

	Original Sample (O)	Sample Mean (M)	Standard Error (STERR)	T Statistics (O/STERR)	P Values
FISIK -> KEMAMPUAN DRIBBLE	0.378	0.379	0.119	3.183	0.002
TEKNIK -> KEMAMPUAN DRIBBLE	0.605	0.605	0.120	5.042	0.000

Lampiran 17
Dokumentasi Foto Alat Ukur

1. Stop watch



2. Alat Ukur (Meteran)



3. Bola Tennis dan Kertas (Sasaran Ketepatan)



4. Balok Kayu (5x5x10cm)



5. Bendera (Start)



6. Tongkat



Lampiran 18

DOKUMENTASI KEGIATAN PENELITIAN

1. Tes Kelincahan



2. Tes Kecepatan 30 meter



3. Kekuatan Otet Lengan



4. Fleksibilitas Bahu dan Pergelangan Tangan



5. Tes Koordinasi Mata dan Tangan



6. Tes Dribble

