

ABSTRAK

Alvan Anansa (2021) : Pengaruh Sirkuit Dribble Terhadap Kemampuan Dribble Pemain Putri Bola Basket Klub Glanders Di Kabupaten Merangin

Masalah penelitian adalah masih rendahnya kemampuan *dribble* pemain putri bola basket Klub Glanders di Kabupaten Merangin. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan *dribble* pemain putri bola basket Klub Glanders di Kabupaten Merangin dengan menggunakan metode sirkuit *dribble*. Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai pedoman bagi pelatih dalam meningkatkan kemampuan *dribble* pemain putri bola basket.

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain putri bola basket Klub Glanders di Kabupaten Merangin berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan sampel adalah dengan teknik *purposive sampling*, jadi sampel dalam penelitian ini berjumlah 12 orang. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan *AAHPERD basketball dribble control test* untuk mengukur kemampuan *dribble* pemain bola basket. Analisis data dan pengujian hipotesis menggunakan teknik analisis menggunakan rumus uji beda mean (uji t) dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan *Pre-Test* kemampuan *dribble* yaitu nilai maksimal 14.08 dan nilai minimal 11.64. Dari data awal diperoleh rata-rata 12.89 dan simpangan baku 0,78. Adapun *Post-Test* kemampuan *dribble* yang didapat, yaitu nilai maksimal 13.72 dan nilai minimal 11.01. Maka diperoleh rata-rata 12.08 dan simpangan baku 0,87. Uji-t diperoleh hasil : nilai t_{hitung} adalah 3.118. Nilai t_{tabel} dengan banyak sampel 12 (12-1) serta ($\alpha = 0,05$) adalah 1.782. Karena t_{hitung} (3.118) lebih besar dari t_{tabel} (2.782), dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari program latihan yang diberikan.

Kata Kunci : Sirkuit, Dribble, Bola Basket