

ABSTRAK

Irfan Arifianto 2009/98249 : Pengaruh Latihan *Ballhandling* Terhadap Kemampuan *Dribbling* Bolabasket “Skripsi. Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, FIK UNP”

Banyaknya kendala yang sering terjadi pada pemain pada saat melakukan pertandingan merupakan salah satu sebab rendahnya prestasi yang diraih oleh siswa SMA Negeri 3 Payakumbuh khususnya pada saat melakukan *dribbling* merupakan alasan utama penelitian dan menjadi dasar bagi peneliti untuk melakukan penelitian. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui dan menjelaskan; (1) Pengaruh latihan *ballhandling* secara individual terhadap kemampuan *dribbling* siswa SMA Negeri 3 Payakumbuh. (2) Pengaruh latihan *ballhandling* secara berpasangan terhadap kemampuan *dribbling* siswa SMA Negeri 3 Payakumbuh. (3) Perbedaan pengaruh latihan *ballhandling* secara individual dan pengaruh latihan *ballhandling* secara berpasangan siswa SMA Negeri 3 Payakumbuh

Penelitian ini merupakan eksperimen semu (*quasi experimental*). Sampel yang digunakan adalah siswa laki-laki kelas X dan XI SMA Negeri 3 Payakumbuh yang mengikuti kegiatan *ekstrakurikuler* bolabasket berjumlah 20 orang. Setelah dilakukan tes awal *dribbling zig-zag* seluruh sampel dibagi menjadi dua kelompok melalui teknik *ordinal matching pairing*, perlakuan (metoda latihan *ballhandling* secara individual dan latihan *ballhandling* secara berpasangan) dan tes akhir menggunakan tes *dribbling zig-zag*. Analisis data dan pengujian hipotesis menggunakan rumus uji beda mean (uji t) dengan taraf signifikan $\alpha = 0,005$.

Dari analisis data yang dilakukan diperoleh hasil; (1) Terdapat pengaruh latihan *ballhandling* secara individual yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan *dribbling* dari rata-rata 13,11 detik menjadi 12,19 detik ($t_{hit} = 11,21 > t_{tab} = 2,26$). (2) Terdapat pengaruh latihan *ballhandling* secara berpasangan yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan *dribbling* dari rata-rata 13,06 detik menjadi 11,78 detik ($t_{hit} = 7,71 > t_{tab} = 2,26$). (3) Tidak terdapat perbedaan pengaruh latihan *ballhandling* secara individual dan secara berpasangan yang signifikan terhadap kemampuan *dribbling* dengan rata-rata *post-test* latihan *ballhandling* secara individual 12,19 detik dan secara berpasangan 11,78 detik ($t_{hit} = 1,91 < t_{tab} = 2,26$).