

**KONTRIBUSI KOORDINASI MATA TANGAN DAN KELINCAHAN
TERHADAP KETERAMPILAN DRIBBLING BOLA BASKET CLUB
SMP NEGERI 3 PADANG**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Sebagai Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**



Oleh:

**VIVI AFRI HASRITA
2008/07006**

**JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2013**

ABSTRAK

Nama : VIVI AFRI HASRITA

Bp/Nim : 2008 / 07006

Judul : Kontribusi Koordinasi Mata Tangan Dan Kelincahan Terhadap Dribbling Bola Basket Klub SMP Negeri 3 Padang

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya keterampilan atlet terhadap dribbling basket di klub SMP N 3 Padang, hal ini disebabkan oleh banyak hal. Namun peneliti melihat dari sisi koordinasi mata tangan dan kelincahan. Penelitian ini bertujuan untuk melihat berapa besarkah hubungan koordinasi mata tangan dan kelincahan tubuh dengan keterampilan dribbling atlet bola basket klub SMP N 3 Padang.

Penelitian ini bersifat korelasional yaitu untuk mengetahui seberapa besar hubungan variable satu dengan yang lainnya. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet putra yang berjumlah 20 orang, dan sampelnya berdasarkan pendapat Arikunto jika populasi yang ada kurang dari 100 maka yang dijadikan sampelnya 20 orang atlet putra pada klub SMP N 3 Padang, dengan menggunakan teknik *total sampling* yaitu diambil semua atlet putra.

Berdasarkan perhitungan korelasi product moment, 1) terdapat sumbangan yang signifikan koordinasi mata tangan dengan keterampilan dribbling diperoleh $r_{hitung} = 0,700 > r_{tabel} = 0,444$.

Kontribusi koordinasi mata tangan dengan keterampilan dribbling sebesar 49%. 2) terdapat sumbangan yang signifikan kelincahan dengan keterampilan dribbling atlet bola basket klub SMP N 3 Padang yang diperoleh $r_{hitung} = 0,510 > r_{tabel} = 0,444$. Kontribusi kelincahan dengan keterampilan dribbling sebesar 26,01%. 3) terdapat sumbangan yang signifikan koordinasi mata tangan dan kelincahan dengan keterampilan dribbling yang diperoleh $R_y = 0,733$. Kontribusi koordinasi mata tangan dan kelincahan dengan keterampilan dribbling sebesar 53,73%.

KATA PENGANTAR

Berkat rahmat Allah SWT, akhirnya penyusunan skripsi ini yang diberi judul “Kontribusi Koordinasi Mata Tangan Dan Kelincahan Terhadap Dribble Bola Basket Klub SMP N 3 Padang” dapat diselesaikan dengan baik. Kegunaan skripsi ini adalah sebagai salah satu persyaratan bagi penulis untuk menamatkan perkuliahan dengan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) Pada Pendidikan Kepelatihan Olah Raga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan saran berbagai pihak. Untuk itu dalam kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih dari lubuk hati yang dalam kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Padang
2. Dekan Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah meneruskan permohonan izin penelitian kepada Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Padang.
3. Pelatih Klub SMP N 3 Padang yang telah banyak memberikan arahan dan bantuan dalam pengambilan data.
4. Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Bapak Drs. Maidarman, M.Pd yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk kelancaran penulisan Skripsi ini
5. Bapak Drs.Maidarman,M.Pd dan Drs.H.Witasyah selaku Dosen Pembimbing I dan II yang telah dengan ketabahan membimbing penulis menyelesaikan skripsi ini.
6. Drs.Umar,MS.AIFO, Dr.H. Alnedral, M.PddanPadliS.S.i.M.Pd selaku Tim Penguji.

7. Staf dosen beserta karyawan Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga UNP.
8. Keluarga tercinta (ayah, ibu, dan seluruh keluarga besar) berkat do'a dan ketulusannya mendo'akan, memberikan dorongan dan bantuan bagi penyelesaian skripsi ini.
9. Rekan-rekan sesama mahasiswa yang telah memberikan bantuan baik moril maupun materil demi untuk suksesnya penulisan skripsi ini dan untuk yang lebih special Feri Ofrianto sebagai motivator saya.
10. Berbagai pihak yang tidak dapat penulis sebutkan namanya satu persatu yang ikut berpartisipasi memberikan bantuan dan dorongan semangat kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga Allah SWT membalas segala bentuk bantuan di atas dengan pahala yang berlipat ganda. Selanjutnya penulis menyadari bahwa skripsi ini belumlah sempurna, oleh sebab itu dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan kritik dan saran dari pembaca. Harapan penulis semoga hasil penelitian sederhana yang penulis susun ini dapat bermanfaat dan berguna untuk kepentingan kemajuan pendidikan di masa mendatang. Amiiin.....

Padang , Januari 2013

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	vii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. PembatasanMasalah.....	6
D. RumusanMasalah	6
E. TujuanPenelitian.....	7
F. ManfaatPenelitian.....	7
BAB II KAJIAN TEORITIS	
A. KajianTeori.....	8
1. PengertianPermainan Bola Basket.....	8
2. Keterampilan Dribbling.....	9
3. KondisiFisik	15
4. Kondisi Mata Tangan	16
5. Kelincahan	20
B. KerangkaKonseptual	23
C. Hipotesis	25

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	26
B. Tempat Dan Waktu Penelitian.....	26
C. Populasi dan Sampel.....	26
D. Definisi Operasional.....	27
E. Jenis Data dan Sumber Data	28
F. Prosedur Penelitian	29
G. Teknik dan Alat Pengumpulan Data.....	30
H. Teknik Analisis Data	35

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data	37
B. Analisis Data.....	40
C. Uji Hipotesis	41
D. Pembahasan.....	43

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	46
B. Saran	46

DAFTAR PUSTAKA	46
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel :

1. JumlahPopulasi.....	27
2. PembantuPelaksanaanTes.....	30
3. DistribusiFrekuensiKoordinasi Mata Tangan.....	37
4. DistribusiFrekuensiKategoriKelincahan	38
5. DistribusiFrekuensiKategori Dribbling	39
6. UjiNormalitas Data.....	40
7. RangkumanHasilAnalisisKoordinasi Mata TanganTerhadapKetahanan Dribbling	41
8. RangkumanHasilKelincahanTerhadap Dribbling.....	42
9. RangkumanUjiSignifikanKoefisienKorelasiGanda.....	43

DAFTAR GAMBAR

Gambar :

1. KerangkaKonseptual	24
2. PelaksanaanTesBallwerfen und-Fungen	31
3. PelaksanaanTesKelincahanLariBolak-Balik	33

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam rangka meningkatkan kontribusi olahraga sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia, maka kegiatan olahraga yang dilakukan tidak hanya sekedar memasyarakatkan olahraga dan mengolahraggakan masyarakat agar masyarakat Indonesia memiliki jiwa dan raga yang sehat dan segar jasmani. Tetapi lebih dari itu adalah untuk mencapai prestasi yang maksimal dalam kerja maupun olahraga. Prestasi olahraga bila ditinjau dari kepentingannya memberikan dampak positif baik pribadi, maupun kelompok.

Permainan bola basket merupakan salah satu cabang olahraga yang perkembangannya sangat pesat. Olahraga ini banyak digemari dikalangan mahasiswa, pelajar, dan kalangan masyarakat umum. Perkumpulan-perkumpulan bola basket sekarang juga banyak bermunculan diberbagai daerah. Berbagai kejuaraan turnamen-turnamen yang bersifat daerah atau nasional bahkan tingkat internasional sering diselenggarakan.

Dalam undang-undang No.3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional BAB II pasal 4 disebutkan bahwa : “Keolahragaan nasional bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan, kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportifitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta meningkatkan harkat, martabat dan kehormatan bangsa”.

Bola basket merupakan permainan yang gerakannya kompleks yaitu gabungan dari jalan, lari, lompat, dan unsur kekuatan, kecepatan, reaksi, ketepatan, daya tahan, keseimbangan, daya ledak, kelincahan, dan koordinasi gerak. Bola basket merupakan olahraga yang mengandung unsur-unsur gerakan yang komplrit dan beragam artinya gerakan-gerakan yang dibutuhkan dalam bermain bola basket merupakan gabungan dari unsur gerakan yang saling menunjang.

Adapun teknik-teknik dasar yang harus dimiliki oleh para pemain adalah melempar (*passing*) dan menangkap (*catching*), menggiring (*dribbling*), dan menembak (*shooting*) (Fardi, 1999:24). Variasi dari teknik dasar melempar (*passing*) adalah (1) *passing*/operan dengan dua tangan: *the two hand chest pass* (operan setinggi dada/tolakan dada), *the over head pass* (operan ayunan bawah), (2) *passing*/operan dengan satu tangan: *the side armpass/the base ball pass* (operan samping), *the lop pass* (operan lambung), *the back pass* (operan gaetan), *the jump hanh pass* (operan lompat).

Sedangkan variasi dari teknik menggiring (*dribbling*) adalah: *dribble* tinggi, *dribble* lambat, *dribble* cepat. Dan untuk variasi dari teknik menembak adalah: tembakan dengan satu tangan (*one handed set shoot*), tembakan dengan satu tangan sambil melompat (*jump shoot*), tembakan dengan dua tangan didepan dada (*two handed from chest set shoot*), tembakan dengan dua tangan di atas kepala (*two handed over head set shoot*), tembakan sambil melayang (*lay up shoot*), selanjutnya meryah bola (*rebounding*), penguasaan tubuh (*body control*), memoros/langkah bintang (*pivot*). Kemampuan pemain untuk menampilkan gerakan-gerakan sangat bergantung kepada penguasaan teknik-teknik dasar yang bisa mengkoordinasikan masing-masing teknik lewat gerakan yang menunjang permainan bola basket. Disamping hal tersebut, pemain

pun dapat dengan mudah mengkombinasikan teknik-teknik dasar ini dalam situasi menunjang permainan dan gerakan dapat berjalan dengan baik dan lancar untuk meraih point.

Dribbling (menggiring bola). Menggiring bola merupakan bagian yang tak terpisahkan dari bola basket dan penting bagi penguasaan teknik individual dan tim. *Dribbling* adalah salah satu cara untuk memantul-mantulkan bola kelantai. *Dribbling* dilakukan dengan kekuatan dari siku, pergelangan tangan, telapak tangan, jari-jari, dan sedikit bantuan dari bahu. Jadi harus rileks namun tegas, Kemampuan menggiring bola dengan tangan kanan dan kiri adalah kunci untuk meningkatkan permainan. *Dribbling* membantu memindahkan bola dilapangan dan menjauhkan diri dari penjagaan.

Menggiring bola merupakan keahlian yang sangat penting dalam permainan bola basket terutama bagi para pemula, seperti yang dikemukakan Oliver, (2007:49) “Mendribble adalah salah satu dasar bola basket yang pertama dikenalkan kepada para pemula, karena keterampilan ini sangat penting bagi setiap pemain yang terlibat dalam pertandingan bola basket.

Berdasarkan penjelasan yang telah diuraikan di atas, kita dapat melihat seorang pemain bola basket yang mempunyai ketrampilan *dribbling* yang baik harus mempunyai koordinasi gerak yang baik dan kelincahan sehingga ketepatan dan kemampuan mendribblingnya sempurna.

Faktor penting lain yang sangat mempengaruhi dribble yaitu koordinasi mata tangan, koordinasi gerak adalah hubungan timbal balik implus tenaga dan kerja otot serta proses motorik yang terjadi untuk pelaksanaan gerak.

Dari uraian di atas disimpulkan bahwa koordinasi mata tangan merupakan kerjasama susunan syaraf mata dan susunan syaraf tangan dalam melakukan tugas motorik dengan efisien melalui *system* saraf pusat. Dalam melakukan *dribbling* koordinasi mata tangan sangat berperan sekali, karena saat melakukan *dribbling*, terlebih dahulu seseorang harus memperhatikan lawan atau sasaran pada ketepatan *dribbling* nya, oleh karena itu sangat dibutuhkan sekali koordinasi yang baik antara mata tangan agar *dribbling* tepat dalam memantulkan bola. Jika tidak adanya koordinasi antara keduanya maka dapat dipastikan *dribbling* tersebut akan mudah sekali dirampas oleh lawan.

Selain koordinasi mata tangan, Kelincahan merupakan bagian dari komponen kondisi fisik. Menurut Soejono (1984:6), kelincahan adalah “Kemampuan mengubah arah secepat arah tubuh atau bahagian tubuh atau tanpa gangguan pada keseimbangan”. Ini berarti kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk mengubah arah dan posisinya yang dikehendaki dengan cepat dan tepat sesaat sedang bergerak tanpa kehilangan kesadaran dan keseimbangan sesuai dengan situasi dan kondisi yang dihadapi. Kelincahan yang baik adalah modal dalam melakukan suatu gerakan dengan cepat sesuai dengan situasi dan kondisi dan gerakan yang dilakukan.

Melihat proses pelaksanaan kelincahan terhadap keterampilan *dribbling* pada bola basket yang paling dominan mempengaruhi yaitu koordinasi mata tangan. Kelincahan (*Agility*) merupakan komponen kondisi fisik yang dibutuhkan dalam olahraga. Harsuki (2003:54) juga mengatakan bahwa kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah posisi tubuh dan arah gerak. Kelincahan tidak hanya kemampuan untuk mengganti arah gerak saja, tetapi juga terkait dengan kemampuan untuk

mengubah posisi tubuh secara cepat. Disamping ini koordinasi mata tangan juga diperlukan agar bola yang di *dribbling* tepat dan bagus akan men-*dribblenya*.

Dari pengamatan yang peneliti lakukan bahwa pemain bola basket SMP Negeri 3 Padang sering mengalami kekalahan dalam pertandingan. Sedangkan mereka selalu rutin mengadakan latihan setiap minggunya. Fenomena yang peneliti dapatkan di lapangan dari observasi awal pada pemain bola basket SMP Negeri 3 Padang bahwa kemampuan *dribbling* yang dilakukan belum sempurna dimana setiap melakukan dribble tidak diiringi dengan koordinasi mata tangan dan kelincihan. Sehingga pada saat menngirng bola selalu berhasil di rebut oleh lawan. Hal ini merupakan salah satu penyebab kekalahan karena usaha untuk memasuki daerah lawan sering gagal. Di samping itu para pemain belum memahami sepenuhnya peranan dan fungsi koordinasi mata tangan dan kelincihan terhadap *dribbling* bola basket.

Untuk masalah tersebut harus dicarikan solusinya, sebab kalau masalah tersebut dibiarkan berlarut, maka akan menghambat tujuan kedepan para pemain bola basket Klub SMP Negeri 3 Padang dalam meraih prestasi yang diharapkan. Oleh sebab itu peneliti tertarik untuk melihat sejauh mana: “Kontribusi Koordinasi Mata Tangan Dan Kelincihan Terhadap *dribbling* Bola Basket Klub SMP Negeri 3 Padang”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi ketentuan yang harus dipenuhi, diantaranya sebagai berikut:

1. Apakah teknik berkontribusi terhadap keterampilan *dribbling* bola basket?
2. Apakah taktik dapat berkontribusi terhadap keterampilan *dribbling* bola basket?
3. Apakah mental bisa berkontribusi terhadap keterampilan *dribbling* bola basket?

4. Apakah strategi berkontribusi terhadap keterampilan dribbling bola basket?
5. Apakah gizi berkontribusi terhadap keterampilan dribbling bola basket?
6. Apakah sarana dan prasarana berkontribusi terhadap keterampilan dribbling bola basket?
7. Apakah kontribusi latihan bisa menentukan baik atau tidaknya keterampilan dribbling bola basket.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut banyak faktor yang dapat mempengaruhi keterampilan *dribbling* diantaranya kelincahan, kekuatan, keseimbangan, kelentukan, koordinasi, dan lain sebagainya.

Oleh keterbatasan waktu, pendanaan, serta tenaga yang dimiliki, peneliti hanya melihat :

1. Koordinasi Mata Tangan.
2. Kelincahan sebagai variable bebas dan kemampuan dribbling sebagai variable terikat.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang diuraikan di atas maka dalam penelitian ini dirumuskan masalah:

1. Apakah koordinasi mata tangan berkontribusi terhadap kekuatan dribbling?
2. Apakah kelincahan berkontribusi terhadap kemampuan dribbling?

3. Apakah koordinasi mata tangan dan kelincahan secara bersama sama berkontribusi terhadap keterampilan *dribbling*?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui dan mendeskripsikan serta membuktikan:

1. Mendeskripsikan data kontribusi koordinasi mata tangan terhadap keterampilan *dribbling* bola basket.
2. Mendeskripsikan data kontribusi kelincahan terhadap keterampilan *dribbling* bola basket.
3. Mendeskripsikan data kontribusi koordinasi mata tangan dan kelincahan secara bersama terhadap keterampilan *dribbling* bola basket.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna dan bermanfaat bagi:

1. Melalui tulisan ini diharapkan berguna bagi penulis sebagai syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan di FIK UNP.
2. Pelatih serta pengurus klub bola basket SMP Negeri 3 Padang sebagai bahan pertimbangan dalam membuat dan memberikan program latihan.
3. Atlet sebagai bahan masukan dalam menjalankan program latihan.
4. Mahasiswa sebagai referensi atau bahan bacaan kepastakaan dalam penulisan karya tulis ilmiah maupaun penelitian yang relevan.