

## **SKRIPSI**

**“HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN DAN KECEPATAN  
DENGAN KEMAMPUAN *DРИBBLING* BOLABASKET  
DI KLUB SMP NEGERI 7 SIJUNJUNG”**



**OLEH :  
ANDHIKA PUTRA  
2006/74581**

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

## ABSTRAK

**Andhika Putra (74581/2006) : Hubungan Antara Kelincahan dan Kecepatan Dengan Kemampuan Dribbling Bolabasket di Klub SMP N 7 Sijunjung**

Berdasarkan pengamatan peneliti terhadap peningkatan prestasi bolabasket Klub SMP N 7 Sijunjung, di luar Kabupaten Sijunjung dengan mengikuti pertandingan di luar Kabupaten Sijunjung masih rendah. berdasarkan survei dan keterangan dari pelatih bahwa di saat berlangsungnya pertandingan, para Atlet kurang menguasai keterampilan *dribbling*, sehingga setiap kali bola *didribbling* bola sangat mudah dirampas oleh lawan dan akhirnya bola dikuasai kembali oleh pihak lawan. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kemampuan *dribbling* di antaranya Kelincahan dan Kecepatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kelincahan, kecepatan, dan kemampuan *dribbling* atlet bolabasket SMP N 7 Sijunjung, dan untuk mengetahui hubungan kelincahan, kecepatan, dan kemampuan *dribbling* atlet bolabasket SMP N 7 Sijunjung. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif yang kemudian di analisis menggunakan analisis Koefisien Korelasi.

Populasi penelitian ini semua atlet bolabasket SMP N 7 Sijunjung sebanyak 15 orang, sedangkan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* sehingga diperoleh sampel sebanyak 15 orang. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan september tahun 2011, sedangkan tempat penelitian dilaksanakan di lapangan bolabasket SMP N 7 Sijunjung. Data kelincahan diambil dengan mengukur kecepatan lari bolak balik (4X10 m) atau *shuttle-run*, data kecepatan diambil dengan mengukur kecepatan lari 40 m sedangkan kemampuan *dirbbling* diambil tes kemampuan *dribbling*.

Data dianalisis dengan menggunakan teknik analisis korelasi *product moment* dengan taraf signifikan  $\alpha$  0,05. Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis maka dapat disimpulkan, terdapat hubungan yang berarti antara kelincahan dengan kemampuan *dribbling* bolabasket, Dari analisis data kelincahan diperoleh hasil  $t_{hitung} = 2.218$  ( $t_{hitung} = 2.218 > t_{tabel} 1.771$ ). Terdapat hubungan yang berarti antara kecepatan lari 40 m dengan kemampuan *dribbling* bolabasket, Dari analisis data kecepatan diperoleh hasil  $t_{hitung} = 1.895$  ( $t_{hitung} = 1.895 > t_{tabel} 1.771$ ). Terdapat hubungan yang berarti antara kelincahan dan kecepatan lari 40 m secara bersama-sama terhadap kemampuan *dribbling* bolabasket, Dari analisis data kelincahan dan kecepatan secara bersama-sama didapat  $F_{hitung} = 17.8$  ( $F_{hitung} = 17.8 > F_{tabel} 3.88$ ) terhadap kemampuan *dribbling*.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang maha Esa yang telah memberi kesempatan penulis untuk menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Antara Kelincahan dan Kecepatan Dengan Kemampuan *Dribbling* Bolabasket di Klub SMP Negeri 7 Sijunjung”.

Penulisan skripsi ini merupakan salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Kependidikan pada Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Dalam penulisan skripsi ini penulis menyadari sepenuhnya banyak mengalami kendala-kendala, oleh karena itu tulisan ini masih jauh dari kesempurnaan.

Terwujudnya skripsi ini sebagaimana adanya adalah berkat bantuan, dukungan dan dorongan dari berbagai pihak yang pantas untuk menerima ucapan terima kasih dari penulis. Untuk itu, dalam kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang setulusnya kepada :

1. Bapak Drs. Arsil, M.Pd sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan
2. Bapak Drs. Maidarman M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga.
3. Bapak Drs. Masrun M. Kes AIFO sebagai Pembimbing I dan sekaligus selaku Penasehat Akademik.
4. Bapak Drs. H. Witarsyah sebagai Pembimbing II
5. Bapak Drs. Maidarman, M.pd sebagai penguji.
6. Bapak Drs. Hermanzoni, M.pd sebagai penguji.
7. Bapak Drs Umar Nawawi, M.S, AIFO sebagai penguji.

8. Bapak dan Ibu dosen staf pengajar Jurusan Kepelatihan Olahraga.
9. Bapak Jhon rivaldi selaku Pelatih Klub SMP Negeri 7 Sijunjung.
10. Kepada kedua orang tua tercinta beserta adik-adik penulis yang memberikan andil yang sangat besar dalam penyelesaian skripsi ini.
11. Rekan-rekan seperjuangan yang turut memberikan dukungan moril dalam penulisan skripsi penelitian ini.

Tidak ada kata yang pantas penulis ucapkan pada kesempatan ini selain ucapan terima kasih yang sebsar-besarnya dan penulis mendoakan agar amal perbuatan tersebut diterima Allah SWT dan bermanfaat bagi diri pribadi, bangsa dan Negara. Amin.

Akhir kata dengan segala kerendahan hati penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritikan dan saran dari semua pihak yang bersifat konstruktif guna kesempurnaan di masa yang akan datang. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan kita semua.

Padang. Januari 2013

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>i</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>iii</b>

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Pembatasan Masalah .....	7
D. Perumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Kegunaan Penelitian .....	8

### **BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN**

A. Kajian Teori.....	9
1. Hakikat Bolabasket .....	9
2. Hakikat <i>dribbling</i> .....	11
3. Hakikat Kondisi Fisik .....	13
B. Kerangka Konseptual .....	21
C. Hipotesis .....	24

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian.....	25
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	25
C. Populasi dan Sampel.....	25
D. Definisi Operasional.....	26
E. Jenis dan Sumber Data.....	28
F. Teknis Pengumpulan Data.....	28
G. Instrumen Penelitian.....	29
H. Teknik Analisis Data.....	32

**BAB IV HASIL PENLITIAN**

A. Analisa Dekriptif.....	35
B. Analisa Data.....	39
C. Pembahasan.....	43

**BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A.Kesimpulan.....	47
B. Saran.....	47

**DAFTAR PUSTAKA****LAMPIRAN**

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Salah satu cara melihat keberhasilan pendidikan dalam suatu Negara adalah dengan melihat kualitas pendidikan bangsanya karena kualitas pendidikan merupakan investasi yang paling utama bagi keberhasilan suatu bangsa yang sedang membangun seperti Indonesia. Indonesia dewasa ini berusaha keras mengadakan pembangunan dan peningkatan disegala bidang bagi kemajuan dan kesejahteraan bangsanya. Salah satu bidang Pembangunan Nasional adalah di bidang pendidikan yang bertujuan mencerdaskan kehidupan bangsa dan meningkatkan kualitas bangsa dalam mewujudkan masyarakat yang adil dan makmur.

Usaha untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia tidak hanya tertuju pada peningkatan kualitas intelektual saja, tetapi juga harus diiringi dengan kesehatan jasmaninya. Hal ini dijelaskan dalam UU RI No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional :

“Keolahragaan Nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuuh ketahanan Nasional serta mengangkat harkat, martabat dan kehormatan bangsa”(Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga, 2007 : 6).

Pengembangan di bidang olahraga prestasi merupakan masalah yang senantiasa dibicarakan, baik pada Negara yang sedang berkembang maupun Negara telah maju. Seperti halnya Indonesia sebagai Negara yang berkembang dan juga sedang giat-giatnya meningkatkan prestasi disetiap cabang olahraga.

Pembinaan prestasi tersebut tidak hanya dilakukan secara nasional saja, tetapi mencakup di daerah-daerah karena bibit-bibit atlet banyak lahirnya di daerah-daerah. Oleh karena itu, kepada daerah diberi kebebasan untuk mendirikan klub-klub agar dapat membina atlet-atlet yang ada di daerah nantinya dapat menjadi bibit untuk dikirim ke ajang atau event-event Nasional dan Internaional. Salah satu cabang olahraga yang perlu dikembangkan terus prestasinya adalah Bola basket.

Bola basket merupakan suatu permainan sederhana yang melibatkan banyak orang untuk bergerak secara fisik yang mengandung unsur-unsur gerakan yang kompleks dan beragam. Artinya gerakan-gerakan yang dibutuhkan dalam bermain bola basket merupakan gabungan dari unsur-unsur gerakan yang saling menunjang. Misalnya sebelum melempar bola, anak terlebih dahulu harus mengetahui bagaimana cara memegang bola. Untuk dapat bermain bola basket dengan baik maka masing-masing unsur gerakan tersebut harus dipelajari satu persatu dan selanjutnya perlu adanya koordinasi antara unsur gerak yang satu dengan lainnya.

Hal ini disebabkan karena permainan bolabasket sangat dituntut adanya keterampilan-keterampilan yang kompleks dan bersifat atraktif. Di samping keterampilan-keterampilan yang bersifat fisik dalam bolabasket juga terkandung nilai-nilai yang bersifat psikis dan sosial, seperti daya juang, sportifitas, kerjasama, *fairplay* dan lain sebagainya.

Seperti yang dijelaskan di atas pada cabang olahraga bolabasket juga membutuhkan kemampuan dasar yang baik untuk dapat memainkannya.

Banyak faktor yang mendukung untuk dapat menguasai kemampuan dasar bola basket seperti kondisi fisik yang baik dari pemain.

Dalam permainan bolabasket kelincahan seorang pemain sangat dibutuhkan, karena untuk membawa maju bola pemain harus memantulkan bola terlebih dahulu ke lantai dengan salah satu tangannya atau berselang-seling dengan kedua tangan. Dalam kamus Bahasa Indonesia, Poerwarminata (1986:22) menyatakan "Kelincahan berasal dari suku kata lincah yang berarti gesit atau cekatan". Kelincahan merupakan bagian dari komponen kondisi fisik yang sangat penting peranannya dalam meningkatkan prestasi olahraga pada umumnya. Menurut Sajoto (1988:17) "Kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk mengubah arah dan posisi di arena tertentu". Seorang pemain akan menggiring dengan tujuan tertentu seperti mencari ruang jika sedang dijaga, mencari tempat yang aman untuk menembak, melakukan *fast break* jika tidak ada kawan di daerah serang yang harus di oper, dan saat-saat terakhir jam pertandingan untuk mengulur waktu (jika regunya menang). Bagi pemain yang memiliki reaksi yang baik maka dia akan cepat bergerak untuk menggiring bola.

Jadi jelas bahwa pemain yang hanya mempunyai kelincahan yang baik, maka ia harus memiliki kemampuan untuk merubah arah dengan cepat disaat melakukan gerakan sehingga ia mampu melakukan pola penyerangan dengan cara menerobos ke lapangan lawan dan melakukan tembakan untuk memperoleh angka. Sebaliknya ia dengan cepat bergerak untuk bertahan dalam mengantisipasi dari serangan lawan.

Reaksi yang timbul akibat adanya suatu rangsangan pada saat menggiring bola, setiap pemain dituntut untuk dapat menggiring bola secepat mungkin. Salah satu elemen kondisi fisik yang sangat penting dalam permainan bolabasket adalah kecepatan. Dalam ilmu fisika, kecepatan didefinisikan sebagai jarak per satuan waktu. Kecepatan merupakan salah satu unsur penting pada cabang olahraga tertentu terutama bolabasket. Kecepatan merupakan kemampuan tubuh mengarahkan semua sistemnya dalam melawan beban, jarak dan waktu yang menghasilkan kerja mekanik.

Kecepatan adalah suatu kemampuan bersyarat untuk menghasilkan gerakan tubuh dalam keadaan atau waktu yang sesingkat mungkin, Matthews dalam Asril (2000:82). Kemudian menurut Verducci masih dalam Asril (2000:82) "Kecepatan sebagai velositas tubuh, anggota tubuh atau objek yang merupakan kecepatan gerak". Hal ini sejalan dengan pendapat Pate dalam Asril (2000 : 85) yang mengatakan bahwa "Faktor yang mempengaruhi kecepatan adalah tipe otot, koordinasi *neuromuscular*, Biomekanik, dan kekuatan otot".

Untuk memperoleh keterampilan, ketangkasan di atas harus didukung oleh program latihan, berlatih dengan sungguh-sungguh dan kontinu, memiliki gerak dasar yang baik, sering mengikuti pertandingan, serta memerlukan tes atau evaluasi. Keterampilan-keterampilan ini tidak bisa mengandalkan hanya mengikuti pelajaran bolabasket pada jam pelajaran sekolah saja, tetapi harus berlatih di klub. Seperti klub yang ada di lembaga

pendidikan tingkat SMP, SMA dan Perguruan Tinggi atau Klub yang ada di organisasi pemuda, pemerintah daerah, kabupaten dan kota.

Klub SMP Negeri 7 Sijunjung adalah salah satu klub yang ada di lembaga pendidikan dalam wilayah Kabupaten Sijunjung dengan dasar permainan bolabasket merupakan cabang olahraga yang sangat digemari oleh kaum muda yang berdomisili di sekitar SMP Negeri 7 Sijunjung, termasuk siswa SMP Negeri 7 Sijunjung.

Dalam rangka merespon hal tersebut di atas SMP Negeri 7 Sijunjung telah mencoba untuk membenahi diri demi terwujudnya prestasi di bidang perbolabasketan, yakni dengan cara melakukan usaha-usaha sebagai berikut: melengkapi sarana dan prasarana, membentuk badan kepengurusan, meningkatkan mutu pelatih melalui penataran pelatih, meningkatkan prestasi melalui pertandingan-pertandingan antar sekolah maupun jangka panjang. Seperti program semester dan program tahunan yaitu pertandingan 1 (satu) kali enam bulan dan 1 (satu) kali setahun dalam rangka perpisahan dengan siswa kelas IX, serta telah membuat jadwal latihan 3 (tiga) kali dalam seminggu.

Dari usaha-usaha di atas klub bolabasket SMP Negeri 7 Sijunjung telah meraih prestasi demi prestasi di lingkungan Kabupaten Sijunjung, hal ini terbukti di saat pertandingan O2SN tahun 2009 klub bolabasket berhasil meraih juara 1 putra dan juara 1 putri, untuk meningkatkan prestasi klub bolabasket SMP Negeri 7 Sijunjung di luar Kabupaten Sijunjung masih harus

meningkatkan kemampuan teknik bolabasket untuk bisa bersaing dengan klub-klub di luar Kabupaten Sijunjung.

Salah satunya pada kemampuan *dribbling* bola basket, Survei dilapangan dan berdasarkan keterangan dari pelatih bahwa di saat pelaksanaan/berlangsungnya pertandingan pelatih klub bolabasket SMP Negeri 7 Sijunjung mengamati bahwa permasalahan yang dihadapi saat ini adalah: pemain kurang menguasai keterampilan *dribbling*, sehingga setiap kali bola *didribbling* bola sangat mudah dirampas oleh lawan dan akhirnya bola dikuasai kembali oleh pihak lawan. Rendahnya keterampilan *dribbling* yang dimiliki oleh pemain dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti: teknik *dribbling*, kelincahan, koordinasi, kecepatan, kelenturan, keseimbangan, daya tahan, stamina dan mental pemain. Dampak dari rendahnya keterampilan yang dimiliki oleh pemain, maka berakibat pada kondisi fisik cepat menurun, pola permainan berkurang, sering melakukan kesalahan operan, tidak berani mengambil keputusan dan sering gagal melakukan tembakan ke keranjang lawan.

Begitu banyaknya faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan *dribbling* salah satunya yang sangat dominan diduga disebabkan oleh faktor kelincahan dan kecepatan, oleh sebab itu penulis tertarik untuk melihat hubungan antara Kelincahan dan Kecepatan dengan Kemampuan *Dribbling* Bolabasket di Klub SMP Negeri 7 Sijunjung.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan pada latar belakang masalah yang telah penulis paparkan diatas, maka dapat diajukan beberapa masalah yang menjadi pokok permasalahan dalam penelitian ini, yaitu sebagai berikut :

1. Apakah terdapat hubungan antara kelentukan dengan Kemampuan *Dribbling* Bolabasket di Klub SMP Negeri 7 Sijunjung?
2. Apakah terdapat hubungan antara kelincahan dengan Kemampuan *Dribbling* Bolabasket di Klub SMP Negeri 7 Sijunjung?
3. Apakah terdapat hubungan antara koordinasi dengan Kemampuan *Dribbling* Bolabasket di Klub SMP Negeri 7 Sijunjung?
4. Apakah terdapat hubungan kekuatan dengan Kemampuan *Dribbling* Bolabasket di Klub SMP Negeri 7 Sijunjung?
5. Apakah terdapat hubungan antara kecepatan dengan Kemampuan *Dribbling* Bolabasket di Klub SMP Negeri 7 Sijunjung?

## **C. Pembatasan Masalah**

Sesuai dengan identifikasi masalah dan banyaknya variabel yang berkaitan dengan kemampuan *dribbling* dan untuk lebih fokusnya penelitian ini, maka penulis batasi yang berkaitan dengan sebagai berikut :

1. Hubungan antara Kelincahan dengan Kemampuan *Dribbling* Bolabasket di Klub SMP Negeri 7 Sijunjung
2. Hubungan antara Kecepatan dengan Kemampuan *Dribbling* Bolabasket di Klub SMP Negeri 7 Sijunjung

3. Hubungan antara Kelincahan dan Kecepatan secara bersama-sama dengan Kemampuan *Dribbling* Bolabasket di Klub SMP Negeri 7 Sijunjung

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan batasan masalah, maka dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah terdapat hubungan antara Kelincahan dengan Kemampuan *Dribbling* Bolabasket di Klub SMP Negeri Sijunjung?
2. Apakah terdapat hubungan antara Kecepatan dengan Kemampuan *Dribbling* Bolabasket di Klub SMP Negeri Sijunjung?
3. Apakah Terdapat Hubungan antara Kelincahan dan Kecepatan secara bersama-sama dengan Kemampuan *Dribbling* Bolabasket di Klub SMP Negeri Sijunjung?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah Mendeskripsikan,

1. Hubungan antara Kelincahan dengan Kemampuan *Dribbling* Bolabasket di Klub SMP Negeri 7 Sijunjung
2. Hubungan antara Kecepatan dengan Kemampuan *Dribbling* Bolabasket di Klub SMP Negeri 7 Sijunjung
3. Hubungan antara Kelincahan dan Kecepatan secara bersama-sama dengan Kemampuan *Dribbling* Bolabasket di Klub SMP Negeri 7 Sijunjung

## **F. Kegunaan Penelitian**

Adapun kegunaan penelitian ini adalah :

1. Sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar S1 (Strata 1) jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga
2. Peningkatan prestasi di klub bolabasket SMP Negeri 7 Sijunjung.
3. Guru Penjas Orkes dalam mengembangkan permainan bolabasket berprestasi
4. Dinas Pendidikan Kabupaten Sijunjung sebagai bahan masukan dan pemikiran dalam melakukan pembinaan guru sebagai upaya peningkatan prestasi olahraga terutama bolabasket.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang berarti antara kelincahan dengan kemampuan dribbling bolabasket pada atlet bola basket club SMP N 7 Sijunjung karena didapat  $t_{hitung}$  (2.218)  $<$   $t_{tabel}$  (1.771).
2. Terdapat hubungan yang berarti antara kecepatan dengan kemampuan dribbling bolabasket pada atlet bola basket club SMP N 7 Sijunjung karena didapat  $t_{hitung}$  (1.895)  $>$   $t_{tabel}$  (1.771).
3. Terdapat hubungan yang berarti antara kelincahan dan kecepatan secara bersama-sama terhadap kemampuan dribbling bolabasket pada atlet bola basket club SMP N 7 Sijunjung karena didapat  $F_{hitung}$  (17.8)  $>$   $F_{tabel}$  (3.88).

#### **B. Saran**

Berdasarkan pada kesimpulan di atas, maka penulis dapat memberikan saran-saran yang diharapkan dapat membantu mengatasi masalah yang ditemui dalam meningkatkan kemampuan *dribbling*, di antaranya:

1. Sebelum melakukan tes hendaknya sampel diberikan waktu untuk melakukan pemanasan dan peregangan agar gerakan sampel pada saat melakukan tes tidak kaku.

2. Para pelatih disarankan untuk tidak mengabaikan kelincahan dan kecepatan dalam meningkatkan dribbling bolabasket, karena terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dan kecepatan secara bersama terhadap kemampuan dribbling bolabasket.
3. Untuk dapat meningkatkan kemampuan dribbling bolabasket perlu adanya latihan khusus untuk meningkatkan kelincahan dan kecepatan.
4. Penelitian ini hanya terbatas pada atlet bola basket club SMP N 7 Sijunjung, untuk itu perlu diadakan penelitian pada atlet bolabasket Kabupaten Sijunjung.

**Lampiran 1****Data Pengukuran Kelincahan Atlet Bolabasket Club SMP N 7 Sijunjung**

No	Nama	Kelincahan		Nilai Tertinggi
		1	2	
1	Edi Susanto	24.75	24.78	<b>24.75</b>
2	Budi	24.74	24.76	<b>24.74</b>
3	Suprianto	24.75	24.86	<b>24.75</b>
4	Nanang	24.25	24.28	<b>24.25</b>
5	Heru	24.18	24.21	<b>24.18</b>
6	Hidayat	26.69	26.72	<b>26.69</b>
7	Viky	27.05	27.00	<b>27.00</b>
8	Mirza	25.88	25.90	<b>25.88</b>
9	Fadly	26.88	26.78	<b>26.78</b>
10	Rizky	24.45	25.43	<b>24.45</b>
11	Andre	25.88	25.80	<b>25.80</b>
12	Agus	25.91	25.22	<b>25.22</b>
13	rahmat	24.53	24.55	<b>24.53</b>
14	doni	26.95	26.92	<b>26.92</b>
15	Putra	25.52	25.70	<b>25.52</b>

**Lampiran 2.**

**Data Pengukuran Kecepatan lari 40 m Atlet Bolabasket Club SMP N 7 Sijunjung**

No	Nama	Tes Kecepatan 40 m		Nilai Tertinggi
		1	2	
1	Edi Susanto	7.40	7.39	<b>7.39</b>
2	Budi	8.31	8.39	<b>8.31</b>
3	Suprianto	7.03	7.03	<b>7.03</b>
4	Nanang	6.92	6.55	<b>6.55</b>
5	Heru	7.36	7.41	<b>7.36</b>
6	Hidayat	7.11	7.33	<b>7.11</b>
7	Viky	6.82	6.98	<b>6.82</b>
8	Mirza	7.50	7.49	<b>7.49</b>
9	Fadly	7.02	7.24	<b>7.02</b>
10	Rizky	7.11	7.46	<b>7.11</b>
11	Andre	6.30	6.44	<b>6.30</b>
12	Agus	7.34	7.90	<b>7.34</b>
13	rahmat	6.93	6.77	<b>6.77</b>
14	Doni	7.12	7.17	<b>7.12</b>
15	Putra	7.22	7.61	<b>7.22</b>

**Lampiran 3.**

**Data Pengukuran Kemampuan Dribbling Atlet Bolabasket Club SMP N 7 Sijunjung**

No	Nama	Tes Dribbling		Nilai Tertinggi
		1	2	
1	Edi Susanto	13.21	13.40	<b>13.21</b>
2	Budi	14.03	14.32	<b>14.03</b>
3	Suprianto	13.11	13.31	<b>13.11</b>
4	Nanang	12.84	13.04	<b>12.84</b>
5	Heru	14.21	14.56	<b>14.21</b>
6	Hidayat	14.41	14.34	<b>14.34</b>
7	Viky	13.52	13.58	<b>13.52</b>
8	Mirza	14.51	14.46	<b>14.46</b>
9	Fadly	14.12	14.44	<b>14.12</b>
10	Rizky	12.68	12.72	<b>12.68</b>
11	Andre	12.84	12.93	<b>12.84</b>
12	Agus	13.28	13.08	<b>13.08</b>
13	rahmat	13.17	13.29	<b>13.17</b>
14	Doni	14.81	14.59	<b>14.59</b>
15	Putra	13.37	13.42	<b>13.37</b>

### Lampiran 4.

**Tabel Uji Normalitas Kelincahan (X<sub>1</sub>)**

No	X <sub>i</sub>	z <sub>i</sub>	F(z <sub>i</sub> )	S(z <sub>i</sub> )	[F(z <sub>i</sub> )-s(z <sub>i</sub> )]
1	24.18	-1.22	0.110446	0.067	0.044
2	24.25	-1.16	0.123914	0.133	0.009
3	24.45	-0.96	0.168558	0.200	0.031
4	24.53	-0.88	0.189003	0.267	0.078
5	24.74	-0.68	0.249512	0.333	0.084
6	24.75	-0.67	0.252629	0.400	0.147
7	24.75	-0.67	0.252629	0.467	0.214
8	25.22	-0.21	0.418317	0.533	0.115
9	25.52	0.09	0.534839	0.600	0.065
10	25.8	0.36	0.641139	0.667	0.026
11	25.88	0.44	0.669962	0.733	0.063
12	26.69	1.23	0.891145	0.800	0.091
13	26.78	1.32	0.906705	0.867	0.040
14	26.92	1.46	0.927547	0.933	0.006
15	27	1.54	0.937739	1.000	0.062
Jumlah	381.46	L tabel= 0.22		Lo=	<b>0.214</b>
Mean	25.43067	karena Lo < L tabel maka data berdistribusi normal			
Sd	1.022				

### Lampiran 5.

**Tabel Uji Normalitas Kecepatan lari 40 m (X<sub>2</sub>)**

No	X <sub>i</sub>	z <sub>i</sub>	F(z <sub>i</sub> )	S(z <sub>i</sub> )	[F(z <sub>i</sub> )-s(z <sub>i</sub> )]
1	6.3	-1.80	0.035852	0.067	0.031
2	6.55	-1.26	0.104181	0.133	0.029
3	6.77	-0.78	0.217598	0.200	0.018
4	6.82	-0.67	0.250871	0.267	0.016
5	7.02	-0.24	0.406162	0.333	0.073
6	7.03	-0.22	0.414606	0.400	0.015
7	7.11	-0.04	0.483256	0.467	0.017
8	7.11	-0.04	0.483256	0.533	0.050
9	7.12	-0.02	0.491915	0.600	0.108
10	7.22	0.20	0.578044	0.667	0.089
11	7.34	0.46	0.676339	0.733	0.057
12	7.36	0.50	0.691785	0.800	0.108
13	7.39	0.57	0.714325	0.867	0.152
14	7.49	0.78	0.783253	0.933	0.150
15	8.31	2.56	0.994825	1.000	0.005
Jumlah	106.94	L tabel= 0.22		Lo=	<b>0.152</b>
Mean	7.129333	karena Lo < L tabel maka data berdistribusi normal			
Sd	0.460				

## Lampiran 6.

**Tabel Uji Normalitas Kemampuan Dribbling Bolabasket (Y)**

No	$X_i$	$z_i$	$F(z_i)$	$S(z_i)$	$[F(z_i)-s(z_i)]$		
1	12.68	-1.36	0.086507	0.067	0.020		
2	12.84	-1.12	0.131786	0.133	0.002		
3	12.84	-1.12	0.131786	0.200	0.068		
4	13.08	-0.75	0.226296	0.267	0.040		
5	13.11	-0.71	0.24033	0.333	0.093		
6	13.17	-0.61	0.269767	0.400	0.130		
7	13.21	-0.55	0.290347	0.467	0.176		
8	13.37	-0.31	0.379125	0.533	0.154		
9	13.52	-0.08	0.468726	0.600	0.131		
10	14.03	0.70	0.7584	0.667	0.092		
11	14.12	0.84	0.799194	0.733	0.066		
12	14.21	0.98	0.83555	0.800	0.036		
13	14.34	1.18	0.880015	0.867	0.013		
14	14.46	1.36	0.912848	0.933	0.020		
15	14.59	1.56	0.940293	1.000	0.060		
Jumlah	203.57	L tabel= 0.22		Lo= <b>0.176</b>			
Mean	13.57133	karena Lo < Ltabel maka data berdistribusi normal					
Sd	0.654						

**Lampiran 7.**

**Tabel data kelincahan ( $X_1$ ), kecepatan lari 40 m ( $X_2$ ) dan kemampuan dribbling bola basket ( $Y$ ) sebelum dan sesudah di T-score**

No	Data Sebelum di T-Score			Data Sesudah di T-Score		
	X1	X2	Y	X1	X2	Y
1	24.75	7.39	13.21	56.66	44.34	55.52
2	24.74	8.31	14.03	56.76	24.36	42.99
3	24.75	7.03	13.11	56.66	52.16	57.05
4	24.25	6.55	12.84	61.56	62.58	61.18
5	24.18	7.36	14.21	62.24	44.99	40.24
6	26.69	7.11	14.34	37.67	50.42	38.25
7	27	6.82	13.52	34.64	56.72	50.78
8	25.88	7.49	14.46	45.60	42.17	36.41
9	26.78	7.02	14.12	36.79	52.37	41.61
10	24.45	7.11	12.68	59.60	50.42	63.63
11	25.8	6.3	12.84	46.38	68.01	61.18
12	25.22	7.34	13.08	52.06	45.43	57.51
13	24.53	6.77	13.17	58.82	57.80	56.14
14	26.92	7.12	14.59	35.42	50.20	34.43
15	25.52	7.22	13.37	49.13	48.03	53.08
mean	25.43	7.13	13.57			
SD	1.02	0.46	0.65			

**Lampiran 8.**

**Tabel Bantu Uji Korelasi Kelincahan, Kecepatan lari 40 m  
dengan Kemampuan Dribbling Bolabasket**

No	X1	X2	Y	X1 <sup>2</sup>	X2 <sup>2</sup>	Y <sup>2</sup>	X1Y	X2Y	X1X2
1	56.66	44.34	55.52	3210.63	1965.98	3082.88	3146.11	2461.88	2512.37
2	56.76	24.36	42.99	3221.73	593.44	1848.00	2440.03	1047.22	1382.71
3	56.66	52.16	57.05	3210.63	2720.37	3254.98	3232.73	2975.69	2955.35
4	61.56	62.58	61.18	3789.19	3916.36	3742.98	3766.02	3828.69	3852.25
5	62.24	44.99	40.24	3874.01	2024.17	1618.99	2504.40	1810.28	2800.30
6	37.67	50.42	38.25	1419.30	2542.16	1463.02	1440.99	1928.53	1899.50
7	34.64	56.72	50.78	1199.88	3216.88	2579.09	1759.15	2880.38	1964.65
8	45.60	42.17	36.41	2079.53	1778.12	1326.05	1660.59	1535.54	1922.93
9	36.79	52.37	41.61	1353.70	2743.07	1731.60	1531.04	2179.43	1926.99
10	59.60	50.42	63.63	3552.02	2542.16	4048.25	3792.02	3208.00	3004.96
11	46.38	68.01	61.18	2151.56	4625.34	3742.98	2837.83	4160.84	3154.63
12	52.06	45.43	57.51	2710.45	2063.44	3307.52	2994.14	2612.45	2364.92
13	58.82	57.80	56.14	3459.29	3341.22	3151.16	3301.63	3244.80	3399.75
14	35.42	50.20	34.43	1254.74	2520.31	1185.26	1219.51	1728.36	1778.30
15	49.13	48.03	53.08	2413.32	2306.98	2817.25	2607.48	2549.38	2359.56
<b>Jumlah</b>	<b>750</b>	<b>750</b>	<b>750</b>	<b>38900</b>	<b>38900</b>	<b>38900</b>	<b>38233.65</b>	<b>38151.47</b>	<b>37279.18</b>

Diketahui:

$$\Sigma X_1 = 750 \quad \Sigma X_1^2 = 38900$$

$$\Sigma Y = 750 \quad \Sigma Y^2 = 38900$$

$$\Sigma X_1 Y = 38233.65$$

$$r_{xy} = \frac{n \cdot \Sigma XY - (\Sigma X)(\Sigma Y)}{\sqrt{\{(n \cdot \Sigma X^2 - (\Sigma X)^2)(n \cdot \Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2)\}}}$$

$$r_{xy} = \frac{15.38233.65 - (750)(750)}{\sqrt{\{15.38900 - (750)^2\}\{15.38900 - (750)^2\}}}$$

$$r_{xy} = 0,524$$

Pengujian signifikansi koefisien korelasi (distribusi t)

$$t = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

$$t = \frac{0.524\sqrt{15-2}}{\sqrt{1-(0.524)^2}}$$

$$t = 2.2184$$

Dengan menggunakan rumus  $(n-2)15-2 = 13$  pada  $\alpha = 0,05$ , maka diperoleh  $t_{\text{tabel}} 1.771$

Dengan  $t_{\text{hitung}} 2.2184 > t_{\text{tabel}} 1.771$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan *dribbling* bolabasket.

Diketahui:

$$\Sigma X_2 = 750 \quad \Sigma X_2^2 = 38900$$

$$\Sigma Y = 750 \quad \Sigma Y^2 = 38900$$

$$\Sigma X_2 Y = 38151,47$$

$$r_{xy} = \frac{n \cdot \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{(n \sum X^2 - (\sum X)^2)(n \sum Y^2 - (\sum Y)^2)\}}}$$

$$r_{xy} = \frac{15.38151,47 - (750)(750)}{\sqrt{\{15.38900 - (750)^2\}\{15.38900 - (750)^2\}}}$$

$$r_{xy} = 0,465$$

Pengujian signifikansi koefisien korelasi (distribusi t)

$$t = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

$$t = \frac{0,465\sqrt{15-2}}{\sqrt{1-(0,465)^2}}$$

$$t = 1,895$$

Dengan menggunakan rumus  $(n-2)15-2 = 13$  pada  $\alpha = 0,05$ , maka diperoleh  $t_{\text{tabel}} = 1,771$  Dengan  $t_{\text{hitung}} = 1,895 > t_{\text{tabel}} = 1,771$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan lari 40 m dengan kemampuan dribbling bolabasket.

Diketahui:

$$\Sigma X_1 = 750 \quad \Sigma X_1^2 = 38900$$

$$\Sigma X_2 = 750 \quad \Sigma X_2^2 = 38900$$

$$\Sigma X_1 X_2 = 37279,18$$

$$r_{X_1 X_2} = \frac{n \cdot \Sigma X_1 Y - (\Sigma X_1)(\Sigma Y)}{\sqrt{\{(n \Sigma X_1^2 - (\Sigma X_1)^2)(n \Sigma X_2^2 - (\Sigma X_2)^2)\}}}$$

$$r_{X_1 X_2} = \frac{15.37279,18 - (750)(750)}{\sqrt{15.38900 - (750)^2} \{15.38900 - (750)^2\}}$$

$$r_{X_1 X_2} = -0,157$$

**Tabel Analisis korelasi ganda antara kelincahan dan kecepatan lari 40 m terhadap kemampuan dribbling bolabasket**

Variabel	X <sub>1</sub>	X <sub>2</sub>	Y
X <sub>1</sub>	-	-0,157	0,524
X <sub>2</sub>	-0,157	-	0,465
Y	0,524	0,465	-

$$Ry \quad x_{12} = \sqrt{\frac{r^2 x_1 y + r^2 x_2 y - 2 r x_1 y \cdot r x_2 y \cdot r x_1 x_2}{1 - r^2 x_1 x_2}}$$

$$= \sqrt{\frac{0,524^2 + 0,465^2 - 2 \cdot 0,524 \cdot 0,465 \cdot -0,157}{1 - (-0,157^2)}}$$

$$= 0,7729$$

Pengujian signifikan korelasi ganda

$$F = \frac{R^2/k}{(1 - R^2)/(n - k - 1)}$$

$$F = \frac{0.7729^2/2}{(1 - 0.7729^2)/15 - 2 - 1}$$

$$F = 17.808$$

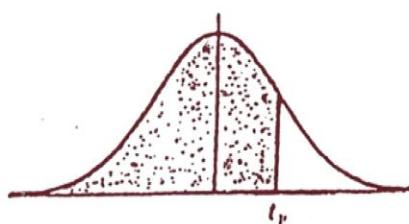
Dengan menggunakan  $k = 2$  sebagai dk pembilang dan  $(n-k-1) = 15-2-1=12$  sebagai dk penyebut, maka dalam distribusi F, nilai  $F_{tabel}$  adalah sebesar 3,88. Jadi  $F_{hitung} (17.808) > \text{nilai } F_{tabel} (3.88)$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Kesimpulannya adalah terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dan kecepatan lari 40 m secara bersama-sama terhadap kemampuan dribbling bolabasket.

## LUAS DI BAWAH LENGKUNGAN KURVE NORMAL DARI 0 S/D Z

## DAFTAR NILAI KRITIS L UNTUK UJI LILLIEFORS

Ukuran Sampel	Taraf Nyata				
	0,01	0,05	0,10	0,15	0,20
4	0,417	0,381	0,352	0,319	0,300
5	0,405	0,337	0,315	0,299	0,285
6	0,364	0,319	0,294	0,277	0,265
7	0,348	0,300	0,276	0,258	0,247
8	0,331	0,285	0,261	0,244	0,233
9	0,311	0,271	0,249	0,233	0,223
10	0,294	0,258	0,239	0,224	0,215
11	0,284	0,249	0,230	0,217	0,206
12	0,275	0,242	0,223	0,212	0,199
13	0,268	0,234	0,214	0,202	0,190
14	0,261	0,227	0,207	0,194	0,183
15	0,257	0,220	0,201	0,187	0,177
16	0,250	0,213	0,195	0,182	0,173
17	0,245	0,206	0,289	0,177	0,169
18	0,239	0,200	0,184	0,173	0,166
19	0,235	0,195	0,179	0,169	0,163
20	0,231	<u>0,190</u>	0,174	0,166	0,160
25	0,200	0,173	0,158	0,147	0,142
30	0,184	0,161	0,144	0,136	0,131
	<u>1,031</u>	<u>0,886</u>	<u>0,805</u>	<u>0,768</u>	<u>0,736</u>
$n > 30$	$\sqrt{n}$	$\sqrt{n}$	$\sqrt{n}$	$\sqrt{n}$	$\sqrt{n}$

Sumber : Conover, W.J, Practical Nonparametric Statistics, John Wiley & Sons, Inc, 1973



Nilai Persentil  
Untuk Distribusi t  
 $V = dk$   
( Bilangan Dalam Badan Daftar  
Menyatakan  $t_p$  )

$V$	$t_{0.995}$	$t_{0.99}$	$t_{0.975}$	$t_{0.95}$	$t_{0.90}$	$t_{0.80}$	$t_{0.75}$	$t_{0.70}$	$t_{0.60}$	$t_{0.55}$
1	63,66	31,82	12,71	6,31	3,08	1,376	1,000	0,727	0,325	0,158
2	9,92	6,96	4,30	2,92	1,89	1,061	0,816	0,617	0,289	0,142
3	5,84	4,54	3,18	2,35	1,64	0,978	0,765	0,581	0,277	0,137
4	4,60	3,75	2,78	2,13	1,53	0,911	0,711	0,569	0,271	0,131
5	4,03	3,36	2,57	2,02	1,48	0,920	0,727	0,559	0,267	0,132
6	3,71	3,14	2,45	1,94	1,44	0,906	0,718	0,553	0,265	0,131
7	3,50	3,00	2,36	1,90	1,42	0,896	0,711	0,519	0,263	0,130
8	3,36	2,90	2,31	1,86	1,40	0,889	0,708	0,516	0,262	0,130
9	3,25	2,82	2,26	1,83	1,38	0,883	0,703	0,513	0,261	0,129
10	3,17	2,76	2,23	1,81	1,37	0,879	0,700	0,512	0,260	0,129
11	3,11	2,72	2,20	1,80	1,36	0,876	0,697	0,510	0,260	0,129
12	3,06	2,68	2,18	1,78	1,36	0,873	0,695	0,509	0,259	0,128
13	3,01	2,65	2,16	1,77	1,35	0,870	0,694	0,508	0,259	0,128
14	2,98	2,62	2,14	1,76	1,34	0,868	0,692	0,507	0,258	0,128
15	2,95	2,60	2,13	1,75	1,34	0,866	0,691	0,506	0,258	0,128
16	2,92	2,58	2,12	1,75	1,34	0,865	0,690	0,505	0,258	0,128
17	2,90	2,57	2,11	1,74	1,33	0,863	0,689	0,504	0,257	0,128
18	2,88	2,55	2,10	1,73	1,33	0,862	0,688	0,504	0,257	0,127
19	2,86	2,54	2,09	1,73	1,33	0,861	0,688	0,503	0,257	0,127
20	2,84	2,53	2,09	1,72	1,32	0,860	0,687	0,503	0,257	0,127
21	2,83	2,52	2,08	1,72	1,32	0,859	0,686	0,502	0,257	0,127
22	2,82	2,51	2,07	1,72	1,32	0,858	0,686	0,502	0,256	0,127
23	2,81	2,50	2,07	1,71	1,32	0,858	0,685	0,502	0,256	0,127
24	2,80	2,49	2,06	1,71	1,32	0,857	0,685	0,501	0,256	0,127
25	2,79	2,48	2,06	1,71	1,32	0,856	0,684	0,501	0,256	0,127
26	2,78	2,48	2,06	1,71	1,32	0,856	0,684	0,501	0,255	0,127
27	2,77	2,47	2,05	1,70	1,31	0,855	0,684	0,501	0,256	0,127
28	2,76	2,47	2,05	1,70	1,31	0,855	0,683	0,500	0,256	0,127
29	2,76	2,46	2,04	1,70	1,31	0,854	0,683	0,500	0,256	0,127
30	2,75	2,46	2,04	1,70	1,31	0,854	0,683	0,500	0,256	0,127
40	2,70	2,42	2,02	1,68	1,30	0,851	0,681	0,529	0,255	0,126
60	2,66	2,39	2,00	1,67	1,30	0,848	0,679	0,527	0,254	0,126
120	2,62	2,36	1,98	1,66	1,29	0,845	0,677	0,526	0,254	0,126
$\infty$	2,58	2,33	1,96	1,645	1,28	0,842	0,674	0,524	0,253	0,126

Sumber. *Statistical Tables for Biological, Agricultural and Medical Research*, Fisher, R.A. dan Yates, F., Table III, Oliver & Boyd Ltd, Edinburgh.

## NILAI-NILAI UNTUK DISTRIBUSI F

Baris atas untuk 5%  
Baris bawah untuk 1%

V <sub>1</sub> > dk Penyebut	V <sub>1</sub> < dk poin jang																							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	15	20	24	30	40	50	75	100	200	500	0
1	181	200	210	225	230	234	237	239	241	242	243	244	245	246	248	249	250	251	252	253	253	254	254	
2	4.052	4.960	5.033	5.625	5.764	5.859	5.928	5.981	6.022	6.056	6.082	6.106	6.142	6.180	6.208	6.234	6.258	6.286	6.302	6.323	6.334	6.352	6.361	
3	18.51	19.00	19.18	19.25	19.30	19.33	19.38	19.37	19.38	19.39	19.40	19.41	19.42	19.43	19.44	19.45	19.46	19.47	19.47	19.48	19.49	19.50	19.50	
4	98.48	99.00	99.17	99.25	99.30	99.33	99.34	99.36	99.38	99.40	99.41	99.42	99.43	99.44	99.45	99.46	99.47	99.48	99.48	99.49	99.50	99.50	99.50	
5	10.13	9.55	9.28	9.12	9.01	8.94	8.88	8.84	8.81	8.78	8.76	8.74	8.71	8.69	8.66	8.64	8.62	8.60	8.58	8.57	8.56	8.54	8.53	
6	34.12	30.81	29.46	28.71	28.24	27.91	27.67	27.49	27.34	27.23	27.13	27.05	26.92	26.83	26.69	26.60	26.50	26.41	26.35	26.27	26.23	26.18	26.14	26.12
7	7.71	6.94	6.59	6.39	6.26	6.16	6.09	6.04	6.00	5.96	5.93	5.91	5.87	5.84	5.80	5.77	5.74	5.71	5.70	5.68	5.66	5.65	5.64	
8	21.20	18.00	16.60	15.98	15.52	15.21	14.98	14.60	14.56	14.54	14.45	14.37	14.24	14.15	14.02	13.93	13.83	13.74	13.69	13.61	13.57	13.52	13.48	
9	6.01	5.79	5.41	5.19	5.05	4.95	4.85	4.72	4.78	4.76	4.74	4.70	4.68	4.64	4.60	4.56	4.53	4.50	4.46	4.44	4.42	4.40	4.37	
10	16.28	13.27	12.08	11.39	10.97	10.67	10.37	10.05	9.93	9.89	9.88	9.87	9.86	9.83	9.80	9.77	9.74	9.72	9.71	9.69	9.66	9.65	9.64	
11	5.90	5.14	4.73	4.53	4.39	4.28	4.21	4.15	4.10	4.06	4.03	4.00	3.98	3.96	3.92	3.87	3.84	3.81	3.77	3.75	3.72	3.71	3.69	
12	13.74	10.92	9.78	9.15	8.75	8.47	8.28	8.10	7.98	7.87	7.79	7.72	7.60	7.52	7.39	7.31	7.23	7.14	7.09	7.02	6.99	6.94	6.90	
13	5.59	4.74	4.35	4.14	3.97	3.87	3.79	3.73	3.68	3.63	3.60	3.57	3.51	3.49	3.44	3.41	3.38	3.34	3.32	3.29	3.25	3.24	3.23	
14	12.25	9.55	8.45	7.85	7.46	7.19	6.84	6.71	6.62	6.54	6.47	6.35	6.20	6.15	6.07	5.98	5.90	5.85	5.78	5.75	5.70	5.67	5.65	
15	5.32	4.48	4.07	3.84	3.69	3.58	3.50	3.44	3.39	3.34	3.31	3.28	3.23	3.20	3.15	3.12	3.08	3.05	3.03	3.00	2.98	2.94	2.93	
16	11.26	8.65	7.50	7.01	6.63	6.37	6.19	6.03	5.91	5.82	5.74	5.67	5.58	5.48	5.38	5.28	5.20	5.11	5.08	5.00	4.98	4.91	4.88	
17	5.12	4.28	3.80	3.63	3.48	3.37	3.29	3.23	3.18	3.13	3.10	3.07	3.02	2.98	2.93	2.90	2.86	2.82	2.80	2.77	2.76	2.73	2.72	
18	10.58	8.02	6.99	6.42	6.08	5.80	5.62	5.47	5.35	5.28	5.18	5.11	5.00	4.92	4.80	4.73	4.64	4.56	4.51	4.45	4.41	4.38	4.31	
19	4.98	4.10	3.71	3.48	3.33	3.22	3.14	3.07	3.02	2.97	2.94	2.88	2.82	2.77	2.74	2.70	2.67	2.64	2.61	2.59	2.55	2.54	2.53	
20	10.04	7.58	6.55	5.99	5.64	5.39	5.21	5.08	4.95	4.85	4.78	4.71	4.60	4.52	4.41	4.33	4.27	4.17	4.12	4.05	4.01	3.98	3.91	
21	4.84	3.98	3.59	3.38	3.20	3.09	3.01	2.95	2.90	2.82	2.70	2.74	2.70	2.65	2.61	2.57	2.53	2.50	2.47	2.45	2.42	2.41	2.40	
22	9.65	7.20	5.67	5.32	5.07	4.88	4.74	4.63	4.54	4.46	4.40	4.29	4.21	4.10	4.02	3.94	3.86	3.80	3.74	3.70	3.66	3.62	3.60	

## LANJUTAN -

V <sub>1</sub> ≠ dk pemobilang	Panjang	V <sub>1</sub> ≠ dk pemobilang																						
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	16	20	24	30	40	50	75	100	200	500
12	4/5	3.89	3.49	3.26	3.11	3.00	2.92	2.85	2.80	2.76	2.72	2.69	2.64	2.60	2.54	2.46	2.42	2.40	2.38	2.35	2.32	2.31	2.30	2.30
13	4/6	3.80	3.41	3.18	3.02	2.92	2.84	2.77	2.72	2.67	2.63	2.60	2.55	2.51	2.48	2.42	2.30	2.34	2.23	2.20	2.24	2.22	2.21	2.21
14	4/60	3.74	3.34	3.11	2.98	2.85	2.77	2.70	2.65	2.60	2.56	2.53	2.48	2.44	2.39	2.35	2.31	2.27	2.24	2.21	2.19	2.16	2.14	2.13
15	4/54	3.68	3.29	3.08	2.90	2.79	2.70	2.64	2.59	2.55	2.51	2.48	2.43	2.39	2.33	2.25	2.21	2.18	2.15	2.12	2.10	2.08	2.07	2.07
16	5/68	6.30	5.12	4.89	4.50	4.32	4.14	4.00	3.80	3.73	3.67	3.56	3.40	3.36	3.29	3.20	3.12	3.07	3.00	2.97	2.92	2.89	2.87	2.87
17	4/49	3.63	3.24	3.01	2.85	2.74	2.63	2.59	2.54	2.49	2.45	2.42	2.37	2.33	2.28	2.24	2.20	2.16	2.13	2.09	2.07	2.04	2.02	2.01
18	5/53	6.23	5.29	4.77	4.44	4.20	4.03	3.89	3.76	3.69	3.61	3.55	3.45	3.37	3.25	3.16	3.10	3.01	2.98	2.90	2.88	2.86	2.80	2.77
19	4/45	3.59	3.20	2.98	2.81	2.70	2.52	2.55	2.50	2.45	2.41	2.38	2.33	2.28	2.23	2.19	2.15	2.11	2.08	2.04	2.02	1.98	1.97	1.96
20	4/41	3.55	3.18	2.93	2.77	2.63	2.58	2.51	2.46	2.41	2.37	2.34	2.30	2.25	2.20	2.19	2.15	2.11	2.07	2.04	2.00	1.96	1.95	1.93
21	5/24	6.01	4.99	4.58	4.25	4.01	3.74	3.60	3.51	3.44	3.37	3.27	3.19	3.11	3.07	3.00	2.91	2.83	2.78	2.71	2.68	2.62	2.59	2.57
22	4/39	3.52	3.13	2.74	2.63	2.55	2.48	2.43	2.38	2.34	2.31	2.28	2.21	2.15	2.11	2.07	2.02	1.98	1.94	1.91	1.89	1.88	1.87	1.86
23	5/10	5.85	4.94	4.34	4.11	3.87	3.71	3.56	3.45	3.37	3.30	3.23	3.13	3.05	2.94	2.88	2.77	2.69	2.62	2.58	2.53	2.47	2.44	2.42
24	4/32	3.47	3.07	2.84	2.57	2.49	2.42	2.37	2.32	2.28	2.25	2.20	2.15	2.09	2.05	2.00	1.96	1.93	1.89	1.87	1.84	1.82	1.81	1.81
25	5/78	4.87	4.37	4.04	3.81	3.65	3.51	3.40	3.31	3.24	3.17	3.07	2.99	2.88	2.80	2.72	2.63	2.58	2.51	2.47	2.42	2.38	2.36	2.36
26	4/30	3.44	3.05	2.82	2.68	2.55	2.47	2.40	2.35	2.30	2.28	2.23	2.18	2.13	2.07	2.03	1.98	1.93	1.89	1.85	1.81	1.80	1.78	1.78
27	5/94	5.72	4.82	4.31	3.99	3.78	3.59	3.45	3.35	3.26	3.18	3.12	3.02	2.94	2.83	2.75	2.67	2.58	2.53	2.46	2.42	2.37	2.33	2.31
28	4/28	3.42	3.03	2.80	2.64	2.53	2.45	2.38	2.32	2.28	2.24	2.20	2.14	2.10	2.06	1.99	1.91	1.86	1.84	1.82	1.79	1.77	1.76	
29	7/89	5.69	4.76	4.26	3.94	3.71	3.54	3.41	3.30	3.21	3.14	3.07	2.97	2.89	2.78	2.70	2.62	2.53	2.48	2.41	2.37	2.32	2.28	2.26
30	4/28	3.40	3.01	2.78	2.62	2.51	2.43	2.38	2.30	2.26	2.22	2.18	2.13	2.08	2.02	1.98	1.94	1.89	1.86	1.82	1.80	1.78	1.77	1.77
31	5/61	4.72	4.22	3.90	3.67	3.50	3.38	3.25	3.17	3.09	3.03	2.93	2.85	2.74	2.68	2.58	2.49	2.44	2.38	2.33	2.27	2.23	2.21	2.21
32	4/24	3.38	2.99	2.76	2.60	2.49	2.34	2.24	2.19	2.11	2.06	2.00	1.98	1.92	1.87	1.84	1.80	1.77	1.72	1.71	1.70	1.69	1.68	1.68
33	7/77	5.57	4.68	4.18	3.88	3.63	3.48	3.32	3.21	3.13	3.05	2.98	2.81	2.74	2.62	2.54	2.45	2.32	2.28	2.23	2.19	2.17	2.17	2.17
34	4/22	3.37	2.98	2.74	2.59	2.47	2.39	2.32	2.27	2.22	2.18	2.15	2.10	2.05	1.98	1.95	1.90	1.85	1.82	1.78	1.76	1.75	1.74	1.74
35	5/53	4.84	3.82	3.59	3.42	3.29	3.17	3.09	3.02	2.96	2.77	2.66	2.58	2.50	2.41	2.35	2.28	2.25	2.19	2.15	2.13	2.12	2.12	2.12

**Atlet Bolabasket Klub SMP. N 7 Sijunjung**



**Foto atlet Tes kelincahan 4x10 M**



**Foto Atlet tes kecepatan lari 40 m**



**Foto Atlet tes kemampuan *Dribbling***



**Foto bersama Atlet Klub SMP. N 7 Sijunjung**



## DAFTAR PUSTAKA

- Abidin. (2004). Penuntun bolabasket kembar. Jakarta
- Arikunto. 2006. *Prosesur Penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arsil. 2000. *Pembinaan Kondisi Fisik*. Padang: FIK UNP.
- Fardi, Adnan.2009. *Statistic Lanjutan*. Padang: FIK UNP
- Harsono. 1993. Latihan Kondisi Fisik, Jakarta : KONI Pusat. Pusat Pendidikan dan Penataran
- ..... 1998. Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching
- Khairuddin, 2000. Pedoman Permainan Bulutangkis. Padang : FIK UNP
- Lutan, Rusli dkk.2005. Manusia Dan Olahraga. Bandung : ITB
- Maidarman. (2009). *Pengelolaan Fitness Centre*. Padang : FIK UNP Padang
- Oliver, Jon. (2007). *Dasar-dasar bolabasket*. Bandung : Pakar Raya
- Pearce, Evelyn. C. 1980. Anatomi dan Fisiologi untuk Paramedis. PT. Gramedia. Jakarta
- Poerwadarminta. 1988. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. PN Balai Pustaka
- Rayen. P. 1981. Atlas Anatomi (Terjemahan). Djambatan. Jakarta
- Sajoto. M. 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Jakarta. Depdikbud : Dirjen Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan, Tenaga Pendidikan.
- Syahara, Sayuti. 2009. Pertumbuhan dan Perkembangan Fisik Motorik. Padang:FIK UNP.
- Siwi Akip, Sutarto. 1992. Diklat Pelatihan. Bahan Penataran Pelatihan Indonesia
- Syaifuddin. 1995. Anatomi Fisiologi. Jakarta : EGC.
- Syafruddin. 1999. *Dasar – dasar kepelatihan olahraga*, Padang : FIK UNP