

PENGARUH KELINCAHAN, KOORDINASI MATA-TANGAN, DAN KESEIMBANGAN
TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA (*DRIBBLE*)
DALAM PERMAINAN BOLA BASKET PESERTA DIDIK
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 14 PADANG

TESIS



Oleh:

RATIH DASVITA
NIM. 15199080

*Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam
Mendapatkan gelar Magister Pendidikan*

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA S2
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2017

ABSTRACT

Ratih Dasvita (2017) : The Effect of Agility, Hand-Eye Coordination, and Balance on Dribbling Ability In Basketball Games High School Students Of 14 Padang

The problem in this research is the low Dribbling Skill (dribble) of Senior High School player 14 Padang. The purpose of this study was to reveal the effect of Agility, Eye-Hand Coordination, and Balance to Dribble Skills.

This research method is quantitative using Path Analysis approach (Path Analysis). The study population is all students of Bola Balloon Players of State High School 14 Padang amounted to 24 people. The sampling technique was done by total sampling, with total sample counted 24 people. Data were collected by tests and measurements.

The results of research and data analysis showed that: (1) The agility directly and significantly influence the skill of balling (sig value = 0.018 less than the probability value 0,05) equal to 13,99%. (2) The hand-eye coordination has a direct and significant effect on the skill of balling (the sig value = 0.021 is smaller than the probability value 0.05) of 13.62%. (3) The balance has direct and significant effect on the Balling Skill (sig = 0.034 is less than the probability value 0.05) of 12.18%. (4) The agility indirectly affects the skill of the ball handling through the balance of 6.91%. (5) Hand-eye coordination indirectly affects the skill of balling through a balance of 7%). (6) Agility, Hand-eye Co-ordination and Equilibrium simultaneously influence the Ball Gearing Skills of 62.90% (Rsquare value = 0.629 and Annova table obtained $F = 11.288$ with probability (sig) = 0,000).

Key Words: Agility, hand-eye coordination, balance, dribbling ability.

ABSTRAK

Ratih Dasvita (2017) : Pengaruh Kelincahan, Koordinasi Mata-Tangan, dan Keseimbangan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola (*Dribble*) Dalam Permainan Bola Basket Peserta Didik Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya Keterampilan Menggiring Bola (*dribble*) pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang. Tujuan penelitian ini untuk mengungkapkan pengaruh Kelincahan, Koordinasi Mata-Tangan, dan Keseimbangan terhadap Keterampilan Menggiring Bola (*dribble*).

Metode penelitian ini secara kuantitatif menggunakan pendekatan Analisis Jalur (*Path Analysis*). Populasi penelitian adalah seluruh peserta didik pemain Bola Basket Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang berjumlah 24 orang. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara *total sampling*, dengan jumlah sampel sebanyak 24 orang. Data dikumpulkan dengan tes dan pengukuran.

Hasil penelitian dan analisis data menunjukkan bahwa: (1) Kelincahan berpengaruh secara langsung dan signifikan terhadap Keterampilan Menggiring Bola (nilai $\text{sig}=0,018$ lebih kecil dari nilai probabilitas 0,05) sebesar 13,99%. (2) Koordinasi Mata-Tangan berpengaruh secara langsung dan signifikan terhadap Keterampilan Menggiring Bola (nilai $\text{sig}=0,021$ lebih kecil dari nilai probabilitas 0,05) sebesar 13,62%. (3) Keseimbangan berpengaruh secara langsung dan signifikan terhadap Keterampilan Menggiring Bola (nilai $\text{sig}=0,034$ lebih kecil dari nilai probabilitas 0,05) sebesar 12,18%. (4) Kelincahan berpengaruh secara tidak langsung terhadap Keterampilan Menggiring Bola melalui Keseimbangan sebesar 6,91%. (5) Koordinasi Mata-Tangan berpengaruh secara tidak langsung terhadap Keterampilan Menggiring Bola melalui Keseimbangan sebesar 7%). (6) Kelincahan, Koordinasi Mata-Tangan dan Keseimbangan berpengaruh secara simultan terhadap Keterampilan Menggiring Bola sebesar 62,90% (nilai $R_{\text{square}}=0,629$ dan tabel *Anno*va diperoleh $F=11,288$ dengan probabilitas (sig)=0,000).

Kata Kunci : Kelincahan, Koordinasi Mata-Tangan, Keseimbangan, Keterampilan Menggiring Bola (*dribble*)

PERSETUJUAN AKHIR TESIS

Mahasiswa : Ratih Dasvita
NIM : 15199080

Nama

Tanda Tangan

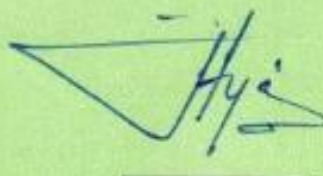
Tanggal

Dr. Erizal N, M.Pd
NIP. 19590324 198503 1 003
Pembimbing I



24/06-17

Dr. Argantos, M.Pd
NIP. 19600527 198503 1 002
Pembimbing II



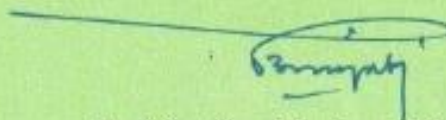
24/7-17

Fakultas Ilmu Keolahragaan
Dekan,

Program Studi Pendidikan Olahraga S2
Koordinator,

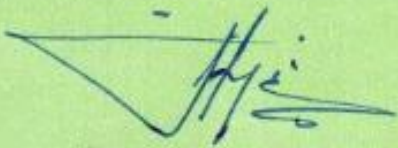
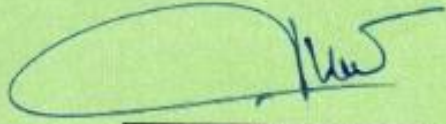
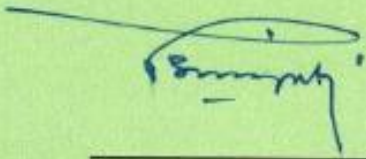


Dr. Syafrizar, M.Pd
NIP. 19600919 198703 1 003



Prof. Dr. Savuti Svahara, MS., AIFO
NIP. 19500521 197903 1 001

**PERSETUJUAN KOMISI
UJIAN TESIS PENDIDIKAN OLAH RAGA S2**

No.	Nama	Tanda Tangan
1.	<u>Dr. Erizal N, M.Pd</u> NIP. 19590324 198503 1 003 (Ketua)	 _____
2.	<u>Dr. Argantos, M.Pd</u> NIP. 19600527 198503 1 002 (Sekretaris)	 _____
3.	<u>Dr. dr. Afriwardi, Sp.KO, M.A</u> NIP. 19670421 199702 1 001 (Anggota)	 _____
4.	<u>Dr. Svahrastani, M.Kes</u> NIP. 19591202 198703 1 00 (Anggota)	 _____
5.	<u>Prof. Dr. Sayuti Syahara, MS., AIFO</u> NIP. 19500521 197903 1 001 (Anggota)	 _____

Mahasiswa

Mahasiswa : Ratih Dasvita
NIM : 15199080
Tanggal Ujian : 4 Mei 2017

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

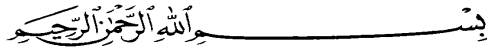
1. Karya tulis saya, tesis dengan judul "Pengaruh Kelincahan, Koordinasi Mata-Tangan, dan Keseimbangan terhadap Keterampilan Menggiring Bola (*Dribble*) dalam Permainan Bola Basket Peserta Didik Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang", adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, 29 Juli 2017
Saya yang Menyatakan



Ratih Dasvita
NIM. 15199080

KATA PENGANTAR



Syukur Alhamdulillah Penulis ucapkan atas Kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Penelitian dengan judul "Pengaruh Kelincahan, Koordinasi Mata-Tangan, dan Keseimbangan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola (*Dribble*) Dalam Permainan Bola Basket Peserta Didik Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang". Tujuan penulisan tesis ini adalah untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Magister Pendidikan (M.Pd) Program Studi Pendidikan Olahraga S2 pada Universitas Negeri Padang.

Dalam menyelesaikan Tesis ini Penulis banyak menerima bantuan, bimbingan, arahan, dan masukan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. Prof. Dr. Sayuti Syahara, MS., AIFO. Koordinator Program Studi Pendidikan Olahraga S2 pada Universitas Negeri Padang.
2. Dr. Erizal N, M.Pd. Pembimbing I yang telah memberikan masukan serta arahan dalam menyelesaikan penulisan Tesis ini.
3. Dr. Argantos, M.Pd. Pembimbing II yang telah memberikan masukan serta arahan dalam menyelesaikan penulisan Tesis ini.
4. Dr. dr. Afriwardi, Sp.KO, M.A, Dr. Syahrastani, M.Kes, Prof. Dr. Sayuti Syahara, MS., AIFO. Kontributor dan penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam penulisan Tesis ini.
5. Pengurus, Pelatih dan Peserta didik Sekolah Bola Basket Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang yang telah memberikan izin dan bersedia membantu penulis dalam melaksanakan penelitian hingga penulisan Tesis ini selesai dilaksanakan.

6. Dosen staf pengajar Program Studi Pendidikan Olahraga S2 pada Universitas Negeri Padang yang telah memberikan masukan dan motivasi dalam penulisan Tesis ini.
7. Karyawan tata usaha yang telah memberikan kemudahan, pelayanan dan memfasilitasi penulis dalam menyelesaikan Tesis ini.
8. Kedua orang tua serta saudara tercinta atas segala kasih sayang dan do'a yang selalu tercurah kepada penulis.
9. Rekan-rekan mahasiswa BP 2015 Program Studi Pendidikan Olahraga S2 pada Universitas Negeri Padang yang telah memberikan masukan dalam menyelesaikan penulisan Tesis ini.

Atas segala bantuan, bimbingan dan pengorbanan tersebut di atas, penulis mendo'akan semoga mendapat berkah dari Allah SWT. Aamiin-aamiin ya rabbal'amin.

Padang, Juni 2017

Ratih Dasvita

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRACT	i
ABSTRAK	ii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	11
C. Pembatasan Masalah.....	13
D. Perumusan Masalah.....	13
E. Tujuan Penelitian	14
F. Kegunaan Hasil Penelitian.....	15
 BAB II. TINJAUAN KEPUSTAKAAN	 17
A. Hakekat Teoretik.....	17
1. Hakekat Keterampilan Menggiring Bola (<i>dribble</i>)	17
a. Pengertian Keterampilan Menggiring Bola (<i>dribble</i>) ...	17
b. Fungsi Menggiring Bola	19
c. Cara Menggiring Bola (<i>dribble</i>)	20
2. Hakekat Kelincahan	24
a. Pengertian Kelincahan	24
b. Faktor yang menentukan Kelincahan.....	25
c. Faktor yang mempengaruhi Kelincahan.....	26
d. Jenis Kelincahan	27
3. Hakekat Koordinasi Mata-tangan	29
a. Pengertian Koordinasi	29
b. Jenis Koordinasi	30
c. Peranan Koordinasi dalam Bola Basket	32
4. Hakekat Keseimbangan	34
a. Pengertian Keseimbangan	34
b. Faktor Penentu dan mempengaruhi Keseimbangan.....	36
c. Keseimbangan dalam Bola Basket	38
B. Penelitian Yang Relevan.....	40
C. Kerangka konseptual	43

D. Hipotesis Penelitian	50
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	52
A. Metode dan Desain Penelitian	52
B. Tempat dan waktu Penelitian.....	53
C. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel.....	53
D. Kontrol Validitas Internal dan Eksternal Rancangan Penelitian	54
E. Teknik Pengumpulan Data.....	57
F. Hipotesis Statistika.....	66
G. Teknik Analisa Data	68
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	69
A. Deskripsi Data.....	69
B. Pengujian Persyaratan Analisis Data.....	77
C. Pengujian Hipotesis	81
D. Pembahasan Hasil Penelitian	87
E. Keterbatasan penelitian	101
BAB V. KESIMPULAN IMPLIKASI DAN SARAN.....	102
A. Kesimpulan	102
B. Implikasi	103
C. Saran	107
DAFTAR RUJUKAN.....	109
LAMPIRAN	111

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Prestasi SMAN 14 Padang	4
2. Populasi.....	52
3. Kisi kisi instrument tes menggiring bola.....	58
4. Kisi kisi instrumen tes Kelincahan	60
5. Norma Kelincahan Untuk Laki-Laki	61
6. Kisi kisi instrumen Koordinasi Mata-Tangan.....	61
7. Kisi kisi instrumen tes Keseimbangan	64
8. Norma Tes Keseimbangan	65
9. Rangkuman Deskripsi Data Penelitian	69
10. Distribusi Frekuensi Variabel Keterampilan Menggiring Bola ...	70
11. Distribusi Frekuensi Variabel Kelincahan Pemain	72
12. Distrubusi Frekuensi Variabel Koordinasi Mata-Tangan Pemain	74
13. Distribusi Frekuensi Variabel Keseimbangan Pemain	76
14. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data Penelitian.....	78
15. Hasil Uji Homogenitas Variabel Keterampilan <i>Dribble</i> atas Varians Kelincahan, Koordinasi Mata-tangan dan Keseimbangan	79
16. Hasil Uji Linearitas Variabel Keterampilan <i>Dribble</i> atas Varians Kelincahan, Koordinasi Mata-Tangan dan Keseimbangan.....	80

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Menggiring Bola Rendah.....	19
2. Menggiring bola Tinggi.....	19
3. Hubungan kausalitas X1, X2, X3 dan Y	50
4. Desain Penelitian	50
5. Pelaksanaan <i>Dribble Test</i>	59
6. Pelaksanaan Tes Kelincahan.....	62
7. Tes Koordinasi Mata - tangan	63
8. Histogram Keterampilan Menggiring Bola.....	71
9. Histogram Kelincahan Pemain	73
10. Histogram Koordinasi Mata-Tangan	75
11. Histogram Keseimbangan Pemain	77
12. Koefisien Jalur Stuktur 1	81
13. Koefisien Jalur Struktur 2	81
14. Hubungan structural X1, X2, X3 terhadap Y	86

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Wawancara dengan Pelatih.....	111
2. Tabel Uji Validitas dan Reliabelitas	113
3. Data Hasil Penelitian	122
4. Data Mentah Menjadi T-skor	123
5. Uji Normalitas Data Penelitian.....	125
6. Uji Homogenitas Data Penelitian	140
7. Uji Linearitas Data Penelitian.....	149
8. Pengujian Hipotesis Penelitian	152
9. Daftar Tabel.....	155
10. Dokumentasi Penelitian	164
11. Ijin Penelitian	173
12. Surat Keterangan Hasil Penelitian.....	175

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bola basket merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer di kalangan remaja saat ini. Bola basket dimainkan oleh kebanyakan remaja di Indonesia seperti di Sekolah Menengah Atas, baik laki-laki maupun perempuan. Terbukti dengan banyaknya turnamen antar peserta didik pada tingkat Sekolah Menengah Atas. Permainan bola basket di sekolah menengah atas merupakan salah satu media dalam pendidikan jasmani untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, keterampilan fisik (psikomotor), pengetahuan dan penalaran (kognitif), serta penghayatan nilai-nilai seperti: sikap, mental, emosional dan spiritual). Hal ini dinyatakan pada Pasal 3 Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (2013:6) yang menyatakan bahwa:

Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Kutipan di atas menjelaskan bahwa melalui Pasal 3 Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional yang bertujuan untuk pengembangan potensi peserta didik, sebagaimana dimaksud dalam tujuan pendidikan Nasional tersebut adalah untuk membentuk perkembangan peserta

didik menjadi lebih baik. Hal ini dapat diwujudkan melalui kegiatan ekstrakurikuler yang merupakan salah satu kegiatan awal pengembangan potensi peserta didik. Kegiatan ekstrakurikuler merupakan program pengembangan diri yang alokasi waktunya tidak ditetapkan dalam kurikulum. Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang baik dan penting karena, memberikan nilai tambah bagi para peserta didik dan dapat menjadi barometer perkembangan serta kemajuan peserta didik yang sering kali diamati oleh orangtua peserta didik maupun masyarakat. Dengan adanya kegiatan ekstrakurikuler tersebut diharapkan para peserta didik dapat mengembangkan potensi yang ada pada diri masing-masing peserta didik. Di antara kegiatan ekstrakurikuler disekolah menengah atas yang diminati adalah permainan bola basket.

Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan jenjang pendidikan menengah yang menyelenggarakan program tiga tahun. Sekolah menengah atas ditempuh dalam waktu 3 tahun, mulai dari kelas 10 sampai kelas 12. Pada saat pendaftaran masuk SMA yang menggunakan sistem online, peserta didik dapat memilih sekolah yang diinginkan dan memilih jurusan yang diminati. Pada akhir tahun ketiga (yakni kelas 12), peserta didik diwajibkan mengikuti Ujian Nasional yang mempengaruhi kelulusan peserta didik. Lulusan SMA dapat melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi.

. Sekolah Menengah Atas (SMA) bertujuan untuk Menunjang tercapainya tujuan pendidikan Nasional dengan mengembangkan potensi yang ada dalam diri peserta didik, untuk mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia Indonesia seutuhnya. Salah satu tujuan mengembangkan potensi peserta didik tersebut ada dalam permainan bola basket di ekstrakurikuler sekolah. Pada permainan Bola basket banyak terdengar berbagai macam prestasi peserta didik Indonesia yang telah mempunyai bermacam-macam prestasi dari berbagai kejuaraan. Seperti *Development Basketball League* (DBL), merupakan sebuah kompetisi liga bola basket peserta didik Sekolah Menengah Atas dan sederajat terbesar di Indonesia. Pada umumnya pemain tersebut berasal dari berbagai macam sekolah di Indonesia seperti Sekolah Menengah Atas yang berasal dari berbagai daerah di Indonesia yang dihasilkan melalui pembinaan dan kompetisi. Prestasi yang tinggi tidak bisa didapatkan dengan begitu saja, tetapi harus melalui kerja keras yang melibatkan seluruh anggota dan unit tim. Kerja keras ini tentu saja membutuhkan persiapan yang matang serta latihan yang gigih.

Pengembangan dan pembinaan bola basket untuk peserta didik yang potensial telah banyak dilakukan di setiap Sekolah Menengah Atas Indonesia. Salah satunya adalah Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang di Kota Padang. Sekolah ini beralamat di Jln Batu Gadang, RT 02 RW I Kelurahan Batu Gadang Kecamatan Lubuk Kilangan yang

dipimpin oleh kepala sekolah Risdaneti, S.Pd, MM dengan 4 orang wakil yaitu wakil bidang kurikulum Yuliarni, S.Pd, wakil bidang sarana prasarana Marjum Gandri, S.Pd, wakil bidang kepeserta didikan Drs. Syafriadi dan wakil bidang humas Wahyuni, SB, S.Pd. Dari informasi yang di dapat oleh penulis dari pelatih dan guru, banyak kompetisi dan kejuaraan tingkat sekolah serta daerah yang telah di ikuti oleh pemain bola basket pada ekstrakurikuler di Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang. Seperti Kejuaaran Adabiah 2 Cup, Kompetisi Bola Basket di Fakultas Hukum Unand, Turnamen Terbuka Bola Basket Se-Sumbar Lubuk Basung, Ikaflas Cup I, Landbouw Shoot Cup dan Pekan Olahraga Peserta didik Daerah (POPDA).

Berdasarkan observasi dan wawancara penulis dengan pelatih SMA N 14 Padang Dedi, S.Pd pada hari Kamis 11 Agustus 2016, prestasi yang pernah diraih oleh tim Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang cukup membanggakan.

Tabel 1. Prestasi SMAN 14 Padang

NO	NAMA KOMPETISI	TAHUN KOMPETISI	HASIL KOMPETISI
1	SMANTRI CUP	2012	JUARA I
2	SMA 3 CUP	2013	JUARA I
3	IKASMANTRI	2013	JUARA I
4	SMA 2 CUP	2013	JUARA I
5	DBL	2013	PEREMPAT FINAL
6	SMA 3 CUP	2014	JUARA I
7	IKASMANTRI	2014	JUARA I
8	LUBUK BASUNG CUP	2014	PEREMPAT FINAL
9	DISMANTRI CUP	2015	JUARA 3

Sumber: Pelatih SMA Negeri 14 Padang

Akan tetapi, torehan prestasi yang gemilang ini hanya dari tahun 2012 sampai 2015. Berdasarkan dari berbagai macam prestasi yang sudah di raih oleh peserta didik SMAN 14 tersebut, seharusnya tim ini dapat lebih banyak meraih prestasi di berbagai macam pertandingan tahun-tahun selanjutnya. Akan tetapi, prestasi yang signifikan masih jauh dari harapan dan belum dapat dirasakan. Hal ini dapat dilihat pada tahun 2015 hanya meraih Juara pada dua buah pertandingan saja, disusul pada tahun 2016 tidak ada prestasi yang diraih sampai awal tahun 2017 ini. Berdasarkan dari pengalaman bertanding dan jam terbang yang sudah cukup tinggi seharusnya tim ini membawa lebih banyak juara tahun 2015 dan 2016. Akan tetapi peningkatan prestasi yang signifikan masih jauh dari harapan.

Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang (SMA) telah melaksanakan pembinaan dengan latihan dan pengembangan olahraga bola basket, khususnya dalam meningkatkan teknik keterampilan, salah satunya adalah teknik keterampilan menggiring bola (*dribble*). Menggiring bola merupakan salah satu bagian teknik yang harus dikuasai setiap pemain untuk dapat bermain bola basket agar mencapai prestasi yang tinggi. Karena pada saat menggiring bola pemain dituntut untuk menguasai bola dengan gerakan yang sangat lincah dan seimbang, karena pemain memiliki waktu dan ruang yang terbatas. Menggiring bola (*dribble*) merupakan teknik yang cukup dominan dalam pembinaan bola basket khususnya pada usia remaja, dalam usia

remaja, teknik yang lebih dominan dalam permainan bola basket adalah menggiring bola (*dribble*). Teknik *dribble* dalam permainan bola basket merupakan salah satu teknik yang paling utama dalam permainan bola basket, kedudukannya yang sangat penting dalam permainan bola basket dikarenakan untuk melakukan perpindahan seorang pemain dari daerah pertahanan sendiri ke daerah pertahanan lawan ataupun ke segala arah dibutuhkan teknik *dribble* atau menggiring bola agar dapat melaksanakan teknik lanjutan lainnya seperti melakukan *passing*, *shooting* dan lainnya.

Teknik *dribble* seorang pemain harus dikuasai secara baik, contoh khususnya pada permainan bola basket. Menguasai teknik *dribble* membuat penyerangan dengan baik dan memperoleh poin sebaliknya, apabila pemain tidak menguasai teknik *dribble* akan mengakibatkan kesulitan dalam melakukan penyerangan dan gagal memperoleh poin. Salah satu kegagalan dalam melakukan *dribble* bola, bola tersebut dapat diraih dengan mudah oleh lawan, karena pemain tersebut yang menggiring bola tidak mahir dalam melakukan variasi *dribble* serta mempertahankan bolanya sendiri, sehingga lawan dengan mudah mendapatkan bola dan memperoleh poin. Teknik menggiring bola (*dribble*) merupakan keterampilan individu yang penting dan yang paling menyenangkan bagi pemain bola basket. Selanjutnya menggiring bola basket lebih mudah untuk dipeserta didiki serta pengaplikasiannya dalam permainan. Pada usia remaja pemain

yang menonjol didalam sebuah permainan atau saat pertandingan adalah penggiring bola yang baik atau pemain yang memiliki keterampilan *dribble* yang baik.

Berdasarkan observasi dan wawancara penulis dengan pelatih, Keterampilan Menggiring Bola (*dribble*) pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang masih kurang baik. Terlihat di lapangan saat pemain melakukan *dribble* bola basket, bola basket tidak dikuasai dengan baik, mudah lepas dan sering dirampas oleh lawan, sehingga bola tidak selalu dalam penguasaan pemain. Selanjutnya, terlihat dalam menggiring bola pemain kurang cepat dan lincah serta gerakan yang ditampilkan kurang efektif. Berdasarkan hasil wawancara penulis dengan pelatih serta kenyataan yang terjadi di lapangan, penurunan prestasi tim Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang ini, diduga karena rendahnya keterampilan menggiring bola (*dribble*) pemain, sehingga berdampak terhadap penampilan pemain serta prestasi yang diraih.

Banyak penyebab rendahnya keterampilan menggiring bola (*dribble*), hal ini diduga disebabkan oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi kondisi fisik pemain, keterampilan teknik yang dimiliki, keadaan mental pemain yang kurang baik. Sedangkan faktor eksternal mungkin disebabkan oleh waktu yang digunakan dalam berlatih, daya tahan kekuatan otot tungkai, kelenturan pinggang pemain, kecepatan pemain, kelincahan pemain, koordinasi

mata-tangan pemain, dan keseimbangan pemain tersebut dan sebagainya.

Untuk mencapai prestasi, keterampilan teknik juga harus selalu dilatih, keterampilan teknik yang tidak efisien karna kurangnya latihan juga menyebabkan penurunan keterampilan pemain bola basket tersebut. Karena kurangnya pengulangan latihan untuk keterampilan teknik dalam *dribble* bola basket yang dilakukan oleh pemain SMAN 14 Padang, jadi pemain bola basket SMAN 14 Padang tidak dapat menampilkan hasil yang baik. Dan terbukti saat melakukan permainan bola basket dilapangan bola sering tidak terkontrol dengan baik. Selain itu, waktu latihan atau durasi pada saat latihan juga mempengaruhi hasil pada prestasi pemain bola basket SMAN 14 Padang. Durasi latihan harus sesuai dengan materi yang diberikan oleh pelatih, sehingga efek dan tujuan dari latihan akan tercapai sesuai dengan yang diinginkan. Biasanya di SMAN 14 Padang dari hasil wawancara dengan pelatih, latihan pada waktu berjayanya SMAN 14, latihan hampir dapat dilakukan 5x seminggu. Namun, waktu latihan saat ini yang dijadwalkan hanya 2 atau 3 hari saja. Itupun jumlah kehadiran peserta didik yang hadir bermacam-macam, kadang sedikit ataupun banyak.

Menurunnya prestasi juga disebabkan mental pemain tersebut. Mental adalah suatu faktor dominan dalam penampilan pemain saat merealisasikan keterampilan teknik Bola basket. Pemain yang memiliki mental yang baik akan mudah menguasai dan mengendalikan diri

dalam menampilkan keterampilan teknik yang dimiliki khususnya keterampilan menggiring bola (*dribble*). Namun dari hasil wawancara penulis dengan pelatih yang terjadi, pemain SMAN 14 Padang ketika bertanding dengan lawan yang belum pernah mereka temui dan badannya lebih besar, pemain SMAN 14 Padang seperti tidak biasanya bermain.

Pemain SMAN 14 terlihat lebih kaku dan tidak dapat mengontrol bola dalam pertandingan. Unsur kondisi fisik yang berpengaruh dalam keterampilan menggiring bola (*dribble*) diantaranya adalah daya tahan kekuatan otot tungkai, kelenturan pinggang, kecepatan, kelincahan, koordinasi mata-tangan, dan keseimbangan pemain. Daya tahan kekuatan otot tungkai merupakan unsur fisik yang dapat mempengaruhi penampilan pemain dalam menggiring bola. Karena dalam merealisasikan *dribble* pemain harus memiliki otot tungkai dan daya tahan yang kuat dalam bergerak saat permainan berlangsung. Merealisasikan *dribble* juga diperlukan kelenturan pinggang, karena tanpa kelenturan pinggang pemain akan kaku dalam melakukan *dribble*. Kecepatan juga tak kalah pentingnya dalam melakukan *dribble*, sebab dalam permainan yang sedang berlangsung pemain harus bergerak cepat agar bola tidak dirampas oleh lawan.

Kelincahan merupakan unsur fisik yang sangat dominan dalam menggiring bola (*dribble*). Pemain yang memiliki Kelincahan yang bagus akan mudah menyelesaikan tugas gerakan secara efektif sesuai

dengan tujuan dan harapan. Memiliki kelincahan yang baik dalam menggiring bola akan memudahkan pemain berpindah posisi dalam memindahkan bola saat menyerang, bertahan, serta menerapkan taktik dan strategi dalam pertandingan. Namun dari wawancara penulis dengan pelatih mengatakan bahwa pemain SMAN 14 Padang tidak memiliki kelincahan yang bagus. Terbukti saat pemain melakukan penyerangan ke daerah lawan, bola yang digiring oleh pemain saat penyerang mudah dirampas oleh lawan.

Koordinasi merupakan suatu hal yang tidak terlepas dalam setiap gerakan teknik dalam olahraga bola basket. Koordinasi Mata-Tangan adalah unsur fisik yang sangat penting untuk mengintegrasikan semua gerakan teknik dalam bola basket termasuk Keterampilan Menggiring Bola (*dribble*). Jika koordinasi mata-tangan pemain tidak baik maka, maka bola yang digiring oleh pemain akan mudah dirampas oleh lawan. Hal ini sering pelatih menceritakan kepada penulis, bahwa pemain di SMAN 14 sering bola terlepas dirampas oleh lawan.

Keseimbangan adalah unsur fisik yang paling dominan dalam setiap gerakan olahraga khususnya gerakan dalam teknik bola basket. Tanpa keseimbangan yang baik setiap gerakan yang dilakukan tidak akan bisa terealisasi secara optimal. Menurut pelatih, para pemain yang dilatihnya kurang dapat menyeimbangkan badannya dalam menggiring bola. Hal ini yang mengakibatkan kemungkinan terjadinya bola sering di rampas oleh lawan. Kelincahan dan koordinasi tidak akan terlaksana

secara efektif tanpa didukung oleh Keseimbangan yang baik. Dengan demikian keseimbangan merupakan kunci dari setiap gerakan yang dilakukan termasuk dalam merealisasikan gerakan teknik bola basket khususnya keterampilan menggiring bola (*dribble*).

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan, menyadari sangat pentingnya Keterampilan Menggiring Bola (*dribble*) bagi setiap pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 (SMA) Padang, maka perlu diadakan penelitian terhadap keterampilan menggiring bola (*dribble*) pemain. Peneliti menduga rendahnya keterampilan menggiring bola (*dribble*) disebabkan oleh faktor Eksternal pemain. Faktor eksternal yang dianggap dominan mempengaruhi keterampilan menggiring bola (*dribble*) adalah, Kelincahan, Koordinasi Mata-Tangan, dan Keseimbangan pemain. Penelitian ini juga bertujuan melihat kaitan serta hubungan kausal antara Kelincahan, Koordinasi Mata-Tangan dan Keseimbangan pemain agar terungkap penyebab terjadinya kemerosotan prestasi, serta solusi dalam memecahkan masalah yang terjadi.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan sebelumnya, banyak faktor yang diduga mempengaruhi Keterampilan Menggiring Bola (*dribble*) pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang. Adapun faktor-faktor tersebut adalah sebagai berikut :

1. Apakah keterampilan teknik berpengaruh terhadap keterampilan menggiring bola (*dribble*) pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang?
2. Apakah waktu latihan atau durasi saat latihan berpengaruh terhadap keterampilan menggiring bola (*dribble*) pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang?
3. Apakah mental berpengaruh terhadap keterampilan menggiring bola (*dribble*) pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang?
4. Apakah daya tahan kekuatan otot tungkai berpengaruh terhadap keterampilan menggiring bola (*dribble*) pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang?
5. Apakah kelentukan pinggang berpengaruh terhadap keterampilan menggiring bola (*dribble*) pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang?
6. Apakah kecepatan berpengaruh terhadap keterampilan menggiring bola (*dribble*) pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang?
7. Apakah kelincahan berpengaruh terhadap keterampilan menggiring bola (*dribble*) pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang?
8. Apakah koordinasi mata-tangan berpengaruh terhadap keterampilan menggiring bola (*dribble*) pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang?

9. Apakah keseimbangan berpengaruh terhadap keterampilan menggiring bola (*dribble*) pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah, peneliti berpendapat bahwa diduga kelincahan, koordinasi mata-tangan serta keseimbangan, mempunyai peranan yang sangat besar terhadap keterampilan menggiring bola (*dribble*) pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang. Maka penelitian ini dibatasi pada kaitan antara kelincahan, koordinasi mata-tangan, dan keseimbangan serta keterampilan menggiring bola (*dribble*) pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah kelincahan berpengaruh langsung terhadap keterampilan menggiring bola (*dribble*) pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang?
2. Apakah koordinasi mata-tangan berpengaruh langsung terhadap keterampilan menggiring bola (*dribble*) pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang?

3. Apakah keseimbangan berpengaruh langsung terhadap keterampilan menggiring bola (*dribble*) pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang?
4. Apakah kelincahan berpengaruh terhadap keterampilan menggiring bola (*dribble*) melalui keseimbangan pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang?
5. Apakah koordinasi mata-tangan berpengaruh terhadap keterampilan menggiring bola (*dribble*) melalui keseimbangan pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang?
6. Apakah kelincahan, koordinasi mata-tangan, dan keseimbangan berpengaruh secara simultan terhadap keterampilan menggiring bola (*dribble*) pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian bertujuan untuk mengungkapkan besarnya pengaruh:

1. Kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola (*dribble*) pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang.
2. Koordinasi mata-tangan terhadap keterampilan menggiring bola (*dribble*) pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang.
3. Keseimbangan terhadap keterampilan menggiring bola (*dribble*) pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang.
4. Kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola (*dribble*) melalui keseimbangan pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang.

5. Koordinasi mata - tangan terhadap keterampilan menggiring bola (*dribble*) melalui keseimbangan pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang.
6. Kelincahan, koordinasi mata-tangan, dan keseimbangan secara simultan terhadap keterampilan menggiring bola (*dribble*) pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang.

F. Kegunaan Hasil Penelitian

Adapun kegunaan dari penelitian ini yaitu :

1. Teoritis, sebagai bahan bacaan untuk menambah ilmu pengetahuan dan dapat mengungkap informasi yang bermanfaat terutama pada cabang bola basket, khususnya dalam meningkatkan prestasi pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang Kecamatan Lubuk Kilangan Kota Padang.
2. Praktis, penelitian ini hendaknya juga bermanfaat bagi :
 - a. Pemain Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Padang yang ikut latihan untuk meningkatkan prestasi secara optimal.
 - b. Pelatih, sebagai masukan dalam menetapkan serta menyusun program latihan untuk meningkatkan prestasi bola basket. Khususnya dalam menyusun program dalam meningkatkan keterampilan fisik seperti kelincahan, koordinasi, dan keseimbangan.
 - c. Peneliti lain, untuk dapat mengungkapkan variabel lain dalam hubungannya dengan keterampilan menggiring bola (*dribble*).

- d. Peneliti sendiri, sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan Program Studi Pendidikan Olahraga pada Universitas Negeri Padang.

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dan pembahasan, diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Kelincahan berpengaruh secara langsung dan signifikan terhadap Keterampilan Menggiring Bola sebesar 13,99%. Artinya semakin lincah seorang pemain bola basket maka akan semakin baik keterampilan menggiring bola (*dribble*) secara optimal.
2. Koordinasi Mata-Tangan berpengaruh secara langsung dan signifikan terhadap Keterampilan Menggiring Bola sebesar 13,62%. Artinya apabila koordinasi Mata-Tangan pemain baik dalam mengolah bola maka akan semakin meningkatkan keterampilan pemain dalam menggiring bola.
3. Keseimbangan berpengaruh secara langsung dan signifikan terhadap Keterampilan Menggiring Bola sebesar 12,18%. Artinya apabila pemain memiliki keseimbangan dengan baik maka akan semakin meningkatkan keterampilan oemain dalam menggiring bola.
4. Kelincahan berpengaruh secara tidak langsung terhadap Keterampilan Menggiring Bola melalui Keseimbangan sebesar 6,91%. Artinya semakin lincah pemain SMAN 14 Padang, maka

akan mampu untuk meningkatkan keseimbangan pemain dalam melakukan *dribble* bola basket.

5. Koordinasi Mata-Tangan berpengaruh secara tidak langsung terhadap Keterampilan Menggiring Bola melalui Keseimbangan sebesar 7%). Artinya apabila koordinasi Mata-Tangan pemain baik dalam mengolah bola. Maka akan mampu untuk meningkatkan keseimbangan pemain dalam melakukan *dribble* basket.
6. Kelincahan, Koordinasi Mata-Tangan dan Keseimbangan berpengaruh secara simultan terhadap Keterampilan Menggiring Bola sebesar 62,90%. Artinya apabila kelincahan, koordinasi mata-tangan dan keseimbangan pemain baik maka akan memberikan pengaruh yang simultan terhadap Keterampilan Menggiring Bola.

B. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan yang telah diuraikan di atas, maka dikemukakan implikasi hasil penelitian sebagai berikut:

1. Pengaruh Langsung Kelincahan terhadap Keterampilan Menggiring Bola

Setiap peningkatan kelincahan akan menyebabkan terjadinya keterampilan menggiring bola (*dribble*) pada peserta didik pemain bola basket SMAN 14 Padang. Peningkatan keterampilan menggiring bola (*dribble*) peserta didik pemain bola basket SMAN 14 Padang terlihat dari melakukan berbagai upaya atau latihan yang dapat meningkatkan Kelincahan yang dimiliki oleh pemain Bola basket SMAN 14 Padang. Oleh

karena itu jika ingin meningkatkan keterampilan menggiring bola (*dribble*) peserta didik SMAN 14 Padang, maka terlebih dahulu dilakukan pengulangan gerakan kelincahan yang gesit, tangkas dan cekatan pada latihan peserta didik SMAN 14 tersebut. Yang perlu diperhatikan dalam peningkatan kelincahan yang baik, dianjurkan kepada pelatih dan pemain untuk melakukan latihan secara kontiniu dan terprogram agar Kelincahan yang dimiliki semakin meningkat dan dapat dipertahankan.

2. Pengaruh Langsung Koordinasi Mata Tangan terhadap Keterampilan Menggiring Bola

Setiap peningkatan koordinasi mata-tangan yang baik akan menyebabkan terjadinya peningkatan keterampilan menggiring bola basket peserta didik SMAN 14 Padang. Artinya, jika ingin meningkatkan keterampilan menggiring bola (*dribble*) peserta didik SMAN 14 Padang, maka perlu dilakukan pelaksanaan gerakan secara bersamaan antara mata (pandangan) dengan gerakan tangan secara efektif, tepat dan terarah. Yang perlu dilakukan untuk meningkatkan koordinasi mata-tangan melalui: latihan, sehingga koordinasi yang dibutuhkan akan teradaptasi dengan baik pada saat latihan dan pertandingan. Latihan koordinasi sebaiknya dilakukan dengan menggunakan berbagai peralatan serta melibatkan berbagai jenis keterampilan gerak.

3. Pengaruh Langsung Keseimbangan terhadap Keterampilan Menggiring Bola

Setiap peningkatan keseimbangan yang baik akan menyebabkan terjadinya peningkatan keterampilan menggiring bola (*dribble*) peserta didik SMAN 14 Padang. Artinya, jika keseimbangan meningkat maka keterampilan menggiring bola (*dribble*) peserta didik SMAN 14 Padang akan meningkat. Peningkatan keseimbangan dapat dilihat dari: lamanya pemain mempertahankan posisi tubuh, baik dalam kondisi statis (ruang gerak kecil) ataupun dinamis atau Keterampilan seseorang untuk bergerak dari suatu tempat ketempat lain. Yang perlu dilakukan untuk meningkatkan keseimbangan melalui: latihan-latihan secara terprogram dan kontiniu, misalnya dengan lintasan *Bass Test*, latihan pada papan goyang dan balok keseimbangan.

4. Pengaruh Tidak Langsung Kelincahan Melalui Keseimbangan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola

Dari hasil penelitian, Kelincahan melalui Keseimbangan memberikan pengaruh terhadap Keterampilan Menggiring Bola pada pemain Bola basket SMAN 14 Padang. Pemain yang memiliki Keterampilan Menggiring Bola yang baik tentunya memiliki Kelincahan dan Keseimbangan yang baik pula, begitu juga dengan pemain Bola basket SMAN 14 Padang. Oleh sebab itu, perlu melakukan latihan-latihan secara terprogram dan kontiniu yang dapat meningkatkan Kelincahan dan Keseimbangan agar pemain dapat

meningkatkan dan mempertahankan kedua unsur tersebut. Misalnya saja dengan melakukan latihan Kelincahan dilanjutkan dengan materi Keseimbangan secara terpisah. Seterusnya memvariasikan latihan Kelincahan secara bersamaan dengan latihan Keseimbangan tanpa bola atau pun dengan bola agar pemain bisa terbiasa dengan situasi pada permainan yang sebenarnya tentunya pada saat bermain dan menggiring bola (*dribble*).

5. Pengaruh Tidak Langsung Koordinasi Mata Tangan Melalui Keseimbangan terhadap Keterampilan Menggiring Bola

Koordinasi Mata-Tangan melalui Keseimbangan memberikan pengaruh terhadap Keterampilan Menggiring Bola yang dimiliki oleh pemain Bola basket SMAN 14 Padang. Hal ini terbukti dari hasil penelitian yang telah peneliti lakukan. Pengaruh yang dihasilkan lebih besar lagi apabila ada tindakan lanjutan dari pihak-pihak yang bertanggung jawab seperti pelatih, guru dan Pembina Bola basket SMAN 14 Padang. Tindakan-tindakan yang dapat dilakukan misalnya dengan memberikan beberapa bentuk latihan yang dapat meningkatkan Koordinasi Mata-Tangan dan Keseimbangan secara bersamaan pada pemain Bola basket SMAN 14 Padang.

6. Pengaruh Secara Simultan Kelincahan, Koordinasi Mata Tangan Dan Keseimbangan terhadap Keterampilan Menggiring Bola

Kelincahan, Koordinasi Mata-Tangan dan Keseimbangan adalah variable-variabel yang ikut berpengaruh terhadap

Keterampilan Menggiring Bola pemain Bola basket SMAN 14 Padang. Semakin bagus Kelincahan, Koordinasi Mata-Tangan dan Keseimbangan yang dimiliki oleh seorang pemain maka akan semakin baik pula Keterampilannya dalam menggiring bola. Ketiga variable ini apabila digabungkan tentunya akan memberikan pengaruh yang sangat signifikan. Hal ini terbukti dari hasil penelitian yang telah peneliti lakukan. Akan lebih baik lagi jika variabel yang berpengaruh kelincahan, koordinasi mata-tangan dan keseimbangan. Terhadap variabel yang dipengaruhi Keterampilan Menggiring Bola ini dapat dilatih secara intensif lagi agar Keterampilan Menggiring Bola pemain Bola basket SMAN 14 Padang menjadi lebih baik lagi.

C. Saran

Berdasarkan kepada kesimpulan dari implikasi dari hasil temuan yang sudah di uraikan sebelumnya, perlu dipertimbangkan saran-saran sebagai berikut:

1. Kepada pemain agar lebih fokus dan melatih komponen kelincahan, koordinasi mata-tangan dan keseimbangan untuk mencapai menggiring bola (*dribble*) yang sempurna.
2. Dalam rangka peningkatan keterampilan menggiring bola (*dribble*), untuk memenuhi gerakan yang baik pada kelincahan, koordinasi mata-tangan dan keseimbangan disarankan pada pemain untuk konsisten dalam berlatih.

3. Kepada para peneliti untuk melakukan penelitian lanjutan dengan mengkaji faktor-faktor lain untuk melakukan penelitian lanjutan dengan mengkaji faktor-faktor lain yang memengaruhi keterampilan menggiring bola (*dribble*) pemain bola basket SMAN 14 Padang sehingga menambah cakrawala dan wawasan lebih luas.

DAFTAR RUJUKAN

- Agus, Apri. (2012). *Olahraga Kebugaran Jasmani*. Padang : SUKABINA PRESS.
- Ahmadi, Nuril. (2007). *Permainan Bola Basket*. Surakarta: Era Intermedia.
- Amber, VIC. (2011). *Petunjuk untuk Pelatih & Pemain Bola Basket*. Bandung: Pionir Jaya.
- Arikunto, S . (2010). *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Arsil & Aryadie Adnan. (2010). *Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Malang: Wineka Media.
- Arta, Agus P. (2013). *kontribusi koordinasi mata - kaki, kelincahan, dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola mahasiswa Universitas Riau Pekanbaru*. Tesis. Pascasarjana. Padang : UNP.
- Bafirman, (2013). *Fisiologi olahraga*. Padang : Wineka Media.
- Baoquan, Hu, Zhiggang dan Dong. (2016). *Biomechanical Analysis on Turnaround Dribble in Basketball*. Di unduh tanggal 20 Januari 2017 dari <http://search.proquest.com>.
- Bompa, Tudor O. (1990). *Theory and Methodology of Training: The Key to Athletic Performance*. Toronto. USA: Kendall/Hunt Publishing Company.
- _____. (1994). *Power training for sport: Plyometrics explosive power development* (cetakan kedua). Canada: Mosaic Press.
- Bidang III PB PERBASI. (2006). *Bola Basket Untuk Semua*. Jakarta: PERBASI.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2008). *Kamus besar bahasa Indonesia (pusat bahasa)*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Emral. (2013). *Metedologi Latihan Fisik*. Padang: FIK.
- Gusril. (2016). *Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-anak*. Padang: UNP PRESS