

**PENGARUH LATIHAN KECEPATAN TERHADAP KEMAMPUAN
DRIBBLING DALAM PERMAINAN BOLABASKET
(Studi Eksperimen Pada Siswa SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok)**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Kepelatihan Sebagai
Salah Satu Persyaratan Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh :

Veriza Hamra

07117

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAAHRAGA
JURUSAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2 0 1 4**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul: : Pengaruh Latihan Kecepatan terhadap Kemampuan *Dribbling*
dalam Permainan Bolabasket (Studi Eksperimen Pada Siswa
SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok)

Nama : Veriza Hamra

BP/NIM : 2008/07117

Jurusan : Kepelatihan

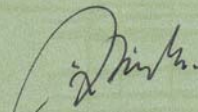
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, April 2014

Disetujui :

Pembimbing I



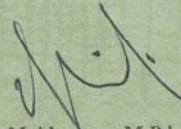
Drs. Hermanzoni, M.Pd
NIP. 19610414 198603 1 007

Pembimbing II



Drs. H. Witarso
NIP. 19580920 198603 1 005

Mengetahui :
Ketua Jurusan Kepelatihan



Drs. Maidarman, M.Pd
NIP. 19600507 198503 1 004

HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Pendidikan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang*

**PENGARUH LATIHAN KECEPATAN TERHADAP KEMAMPUAN
DRIBBLING DALAM PERMAINAN BOLABASKET**

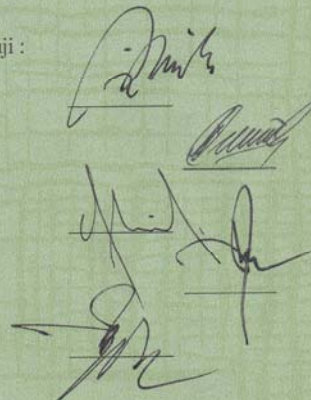
(Studi Eksperimen Pada Siswa SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok)

Nama : Veriza Hamra
BP/NIM : 2008/07117
Jurusan : Kepelatihan
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, April 2014

Tim Penguji :

Ketua : Drs. Hermanzoni, M.Pd
Sekretaris : Drs. H. Witarsyah
Anggota : Drs. Maidarman, M Pd
: Drs. Yendrizal M.Pd
: Dr. Umar, MS., AIFO

The block contains four handwritten signatures, each written over a horizontal line. The signatures are in black ink and appear to be cursive or semi-cursive. They are arranged vertically, corresponding to the names of the committee members listed to the left.

ABSTRAK

Veriza Hamra. "Pengaruh Latihan Kecepatan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Dalam Permainan Bolabasket Pada Siswa SMA Negeri 1 lembah Gumanti Kabupaten Solok".

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya kemampuan *dribbling* siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan kecepatan terhadap kemampuan *Dribbling* dalam permainan bolabasket pada siswa SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok. Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimen semu yang dilanjutkan dengan menghitung besarnya pengaruh latihan kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* dalam permainan bolabasket pada siswa SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok.

Populasi dalam penelitian ini adalah atlet bolabasket SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok yang berjumlah 15 orang. Penentuan sampel dilakukan secara *total sampling* yaitu seluruh populasi dijadikan sampel sebanyak 15 orang. Hipotesis penelitian yaitu latihan kecepatan berpengaruh secara signifikan terhadap kemampuan *dribbling* dalam permainan bolabasket siswa SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok.

Pengambilan data dilakukan dengan cara mengukur kemampuan *dribbling* dengan tes kemampuan *dribbling* bolabasket. Analisis data dan pengujian hipotesis penelitian menggunakan uji t. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa latihan kecepatan berpengaruh terhadap kemampuan *Dribbling* dalam permainan bolabasket pada siswa SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok terhadap kemampuan *dribbling* dari rata rata mean 13 saat *pre-tes*) menjadi 15 saat *pos-test* dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$. Hasil analisis data menunjukkan bahwa $t_{hitung} (16,9) > t_{tab} (1,76)$ pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengaruh Latihan Kecepatan terhadap Kemampuan *Dribbling* dalam Permainan Bolabasket Pada Siswa SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok”. Salawat beriring salam penulis sampaikan kepada Rasullullah yaitu Nabi Muhammad Saw yang telah membawa umatnya dari alam kebodohan sampai ke alam penuh dengan ilmu pengetahuan seperti saat sekarang ini.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Pendidikan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Kepada kedua orang tua yang telah memberikan dorongan dan do'a sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Drs. H. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dorongan untuk segera menyelesaikan skripsi ini.

3. Drs. Maidarman, M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.
4. Drs. Hermanzoni, M.Pd selaku Pembimbing I dan selaku Pembimbing II Drs. H. Witarasyah, yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk yang sangat membantu dalam penulisan skripsi ini.
5. Bapak - Bapak Dosen Penguji, Drs.Yendrizal M.pd, Dr. Umar, MS.Aifo, Drs. Maidarman,Mpd yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk yang sangat membantu dalam penulisan skripsi ini.
6. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama mengikuti perkuliahan.
7. Kepada staf Tata Usaha Jurusan Pendidikan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal di bidang administratif sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.
8. Rekan-rekan mahasiswa FIK UNP yang senasib dan sepejuangan yang telah memberikan bantuan dan dorongan baik moril maupun materil dalam penyusunan skripsi ini.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, April 2014

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii

BAB I PENDAHULUAN

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

BAB II KERANGKA TEORI

A. Kajian Teori	9
1. Permainan Bolabasket.....	9
2. Kemampuan <i>Dribbling</i>	11
a. Pengertian <i>Dribbling</i>	11

b. Faktor-faktor Yang Ikut Mempengaruhi Teknik	
<i>Dribbling</i>	18
3. Latihan Kecepatan.....	21
a. Pengertian Latihan.....	21
b. Kecepatan	23
Kerangka Konseptual	27
B. Hipotesis.....	29

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	30
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	30
C. Defenisi Operasional	30
D. Populasi dan Sampel	31
E. Jenis dan Sumber Data	32
F. Instrumen Penelitian.....	33
G. Teknik Pengumpulan Data.....	35
H. Teknik Analisa Data.....	38

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data.....	39
B. Pengujian Persyaratan Analisis	41
C. Pengujian Hipotesis.....	42

D. Pembahasan	43
E. Keterbatasan Penelitian	44
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	46
B. Saran-saran	46
DAFTAR PUSTAKA	48
PROGRAM LATIHAN.....	50
LAMPIRAN	68
DOKUMENTASI PENELITIAN.....	79

DAFTAR TABEL

Tabel	halaman
1. Distribusi Frekuensi Kemampuan <i>Dribbling</i> (<i>Pre-Test</i>).....	39
2. Distribusi Frekuensi Kemampuan <i>Dribbling</i> (<i>Post-Test</i>)	40
3. Rangkuman Analisis Uji Normalitas.....	41
4. Rangkuman Hasil Analisis Pengaruh Latihan Kecepatan terhadap Kemampuan <i>dribbling</i> di SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar	halaman
1. Teknik.....	14
2. Tes kemampuan <i>dribbling</i> bolabasket.....	35
3. Histogram Kemampuan <i>Dribbling (Pre-Test)</i>	39
4. Histogram Kemampuan <i>Dribbling (Post-Test)</i>	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	halaman
1. Data Mentah Kemampuan <i>Dribbling</i> Bolabasket.....	68
2. Uji Validitas Dan Reabilitas Tes.....	69
3. Norma Tes <i>Dribbling</i>	71
4. Analisis Uji Normalitas Sebaran Data Kemampuan <i>Dribbling</i> (<i>Pre Test</i>) Melalui Uji <i>Lilliefors</i> (X_1)	72
5. Analisis Uji Normalitas Sebaran Data Kemampuan <i>Dribbling</i>	73
6. Data Uji Homogenitas.....	74
7. Pengujian Hipotesis	75
8. Daftar Nilai Kritis L Untuk Nilai <i>Lilliefors</i>	77
9. Daftar Luas Lengkungan.....	78
10. Dokumentasi Penelitian	79

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bolabasket adalah cabang olahraga yang banyak digemari oleh para remaja. Melalui kegiatan bolabasket ini para remaja memperoleh banyak manfaat, khususnya dalam hal pertumbuhan fisik, mental dan sosial yang baik. Salah satu bentuk tujuan olahraga bolabasket adalah pencapaian prestasi maksimal yang juga tak luput dari perhatian pemerintah dalam pengembangan olahraga prestasi. Bentuk perhatian pemerintah dalam pengembangan olahraga prestasi di Indonesia telah dijabarkan dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, dalam pasal 20 ayat 2 dan 3 menjelaskan bahwa:

“Olahraga prestasi dilakukan oleh setiap orang yang memiliki bakat, kemampuan dan potensi untuk mencapai prestasi. Olahraga prestasi dilaksanakan melalui pembinaan dan pengembangan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan”

Dari uraian di atas dapat dilihat bahwa prestasi olahraga bolabasket Indonesia harus didukung oleh pembinaan dan pengembangan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Di samping itu, dibutuhkan bakat kemampuan dan potensi untuk mencapai prestasi. Sehubungan dengan ini Syafruddin (2011: 57) mengemukakan:

Ada dua faktor yang mempengaruhi dalam mencapai prestasi, faktor tersebut adalah faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang timbul dari dalam diri atlet seperti kondisi fisik, teknik, taktik, mental (psikis), sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang datang dari atas diri atlet seperti sarana dan prasarana, pelatih, pembina, keluarga, organisasi, dana, iklim, makanan yang bergizi dan banyak lagi yang lainnya.

Pendapat di atas mengemukakan bahwa dalam prestasi olahraga bolabasket, sebenarnya banyak faktor yang mempengaruhi, khususnya faktor fisik dan teknik. Menurut peraturan permainan bolabasket PERBASI dalam Witarsyah (2005:71) bahwa "tujuan dari permainan bolabasket adalah memasukkan bola ke basket lawan dan berusaha mencegah lawan memasukkan bola atau mencetak angka".

Berdasarkan tujuan tersebut salah satu teknik dasar yang sangat penting untuk dikuasai yaitu teknik *dribbling*. *Dribbling* merupakan kemampuan atlet memindahkan bola menggunakan tangan dengan secepat-cepatnya untuk pencapaian tujuan yaitu mengadakan serangan balik, melewati lawan, memancing lawan, mengatur tempo permainan serta mencetak angka ke ring basket lawan secara efektif dan efisien tanpa kehilangan keseimbangan. Melalui latihan *dribbling* yang benar diharapkan setiap pemain memiliki kemampuan yang baik dalam bermain bolabasket.

Pada hakikatnya setiap pemain dituntut agar mampu melakukan *dribbling* yang baik, cepat tanpa kehilangan keseimbangan ketika melewati setiap atlet lawan. Pada perkembangan bolabasket modern saat ini *dribbling* bola sudah sangat variatif seperti: a) *dribble passing* dan *lay-up*, b) *change of pace dribble*, c) *retreat dribble*, d) *crossover dribble*, d) *inside-out dribble*, e) *reserve dribble*, dan f) *dribble lay-up*.

Di samping itu, *dribbling* merupakan bagian terpenting dari permainan bolabasket, dengan lahirnya angka dari kemampuan *dribbling* semangat bermain akan bertambah. Sodikoen (1992:35) mengemukakan bahwa "untuk memperoleh hasil *dribbling* yang diinginkan sesuai dengan kebutuhannya dalam bermain dipengaruhi oleh faktor bakat dan kemauan, kekuatan otot tungkai, kecepatan, keseimbangan dan kelincahan".

Namun untuk mewujudkan kemampuan *dribbling* yang baik semua itu diduga membutuhkan latihan yang sistematis terhadap unsur kondisi fisik, terutama kecepatan. Kecepatan adalah kemampuan seorang pemain bergerak dengan cepat yang ditandai dengan waktu singkat. Dalam melakukan *dribbling*, unsur kecepatan ini sangat diperlukan, agar bisa membawa dan mengendalikan laju bola dengan baik dan cepat serta sesuai tujuan yang diinginkan. Agar dapat memenuhi kebutuhan pemain pada saat bergerak dengan leluasa *dribbling* dengan berpindah-pindah dari satu tempat ke tempat yang lain dengan berlari cepat ketika ingin mendekati ring basket, dibutuhkan sebuah latihan kecepatan yang dapat memberikan pengaruh yang berarti.

Tujuan latihan yang jelas dan tepat dapat membantu dalam merencanakan kegiatan latihan. Dengan demikian, perlu rancangan secara sistematis dalam pelaksanaan latihan. Pengenalan latihan teknik bagian perbagian ini penting dalam mempelajari teknik atau menyempurnakan teknik gerakan karena lebih mempertajam dalam pengoreksiannya. Peneliti tertarik melakukan penelitian berdasarkan pengaruh latihan kecepatan terhadap kemampuan *dribbling*.

Bertolak dari pendapat di atas, permasalahan ini diduga terjadi pada pemain bolabasket SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok yang

terdiri dari siswa. Permasalahannya adalah diduga masih rendahnya kemampuan *dribbling* siswa dalam permainan bolabasket. Siswa SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok melakukan aktivitas latihan di lapangan bolabasket sekolah. Mereka melakukan latihan tiga kali seminggu yaitu hari Rabu, Jum'at dan Minggu. Sudah hampir 13 tahun klub ini berdiri, namun dalam hal pencapaian prestasi dapat dikategorikan kurang bahkan tidak ada.

Hal ini dibenarkan oleh Yogi selaku pelatih yang melatih siswa SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok dalam bermain bolabasket. Rendahnya kemampuan *dribbling* siswa dalam bermain bolabasket terlihat pada setiap ada kesempatan *dribbling*, banyak siswa yang gagal. Kegagalan siswa dalam permainan bolabasket disebabkan pemain tidak mampu *dribbling* bola sambil berlari. Hal ini diduga akibat lemahnya kekuatan otot tungkai.

Selanjutnya, bola cenderung lepas dari penguasaan dan mudah dirampas lawan akibat rendahnya kelentukan pergelangan tangan dalam *dribbling* bola. Selanjutnya, pemain tidak dapat *dribbling* sambil berlari dalam kecepatan tinggi saat melakukan serangan balik, akibatnya pemain lawan sudah terlebih dahulu kembali ke daerah pertahanannya untuk menghalangi laju pemain. Hal ini diduga disebabkan pengaruh rendahnya kecepatan. Kemudian, akibat lambatnya serangan yang dilakukan pada saat *dribbling*, maka bola dapat dengan mudah dirampas oleh lawan sehingga permainan cepat dalam permainan bolabasket tidak dapat terlaksana sehingga menyebabkan permainan bolabasket tidak berjalan sesuai tujuan yang diharapkan. Dengan demikian, prestasi bolabasket sukar dicapai.

Selain beberapa faktor di atas, faktor eksternal yang juga ikut mempengaruhi hasil *dribbling* seorang pemain bolabasket adalah sarana dan prasarana. Sarana dan prasarana permainan bolabasket diharapkan harus memenuhi standar yang disarankan dalam peraturan yang diberikan PERBASI. Sarana dan prasarana yang tidak memenuhi standar seperti: lapangan yang berlubang, lantainya tidak datar dan permukaannya licin, tidak akan dapat menghasilkan kemampuan *dribbling* yang baik. (hasil wawancara tanggal 28 Mei 2013 di lapangan bolabasket SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok).

Faktor-faktor di atas, akan lebih memperburuk keadaan kualitas *dribbling* siswa. Rendahnya kemampuan *dribbling* siswa, akan membawa dampak terhadap keberhasilan tim selama mengikuti kompetisi. Sampai saat sekarang prestasi tim ini masih belum menunjukkan prestasi yang mengembirakan dengan belum tercapainya gelar juara yang dapat diraih dalam setiap kompetisi. Akibat rendahnya *dribbling* pemain, maka kesempatan untuk menyusun serangan dan mencapai kemenangan akan semakin sulit. Apabila fenomena tersebut terus dibiarkan akan berdampak kurang baik untuk kemajuan prestasi siswa SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok dalam permainan bolabasket, maka dibutuhkan latihan yang tepat dan baik untuk memperbaikinya. Diduga faktor kecepatan lebih dominan mempengaruhi kemampuan *dribbling* bolabasket. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Latihan

Kecepatan Terhadap Kemampuan *Dribbling* dalam Permainan Bolabasket Pada Siswa SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok”.

B. Identifikasi Masalah

Mengingat banyaknya permasalahan yang dapat dikemukakan dalam latar belakang masalah di atas, maka peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Latihan kekuatan otot tungkai berpengaruh terhadap Kemampuan *Dribbling* dalam Permainan Bolabasket Pada Siswa SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok.
2. Latihan kelentukan berpengaruh terhadap Kemampuan *Dribbling* dalam Permainan Bolabasket Pada Siswa SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok.
3. Latihan kecepatan berpengaruh terhadap Kemampuan *Dribbling* dalam Permainan Bolabasket Pada Siswa SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok.
4. Latihan keseimbangan berpengaruh terhadap Kemampuan *Dribbling* dalam Permainan Bolabasket Pada Siswa SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok.
5. Latihan kelincahan berpengaruh terhadap Kemampuan *Dribbling* dalam Permainan Bolabasket Pada Siswa SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok.

6. Sarana dan prasarana berpengaruh terhadap Kemampuan *Dribbling* dalam Permainan Bolabasket Pada Siswa SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat masalah dan identifikasi masalah di atas cukup luas dan keterbatasan yang peneliti miliki, maka penelitian ini hanya dibatasi kepada “Latihan kecepatan sebagai variabel bebas terhadap Kemampuan *Dribbling* dalam Permainan Bolabasket Pada Siswa SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok sebagai variabel terikat”.

D. Perumusan Masalah

Agar penelitian ini terarah dengan baik, maka terlebih dahulu diajukan perumusan masalah yang akan diteliti yaitu apakah latihan kecepatan berpengaruh terhadap kemampuan *dribbling* dalam permainan bolabasket pada siswa SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok ?.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui Pengaruh Latihan Kecepatan terhadap Kemampuan *Dribbling* dalam Permainan Bolabasket Pada Siswa SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok.

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan tujuan, dalam penelitian ini nantinya diharapkan dapat bermanfaat dan berguna bagi:

1. Sebagai salah satu syarat bagi peneliti untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan.
2. Para pelatih dan pengurus bolabasket untuk menentukan tindakan-tindakan dalam bimbingan atau pembinaan bagi atlet yang mengalami kegagalan dalam belajar keterampilan bermain bolabasket.
3. Siswa sendiri, dapat dijadikan acuan untuk intropeksi atau penilaian diri dalam rangka meningkatkan proses latihan sebagai upaya memperoleh keterampilan bermain bolabasket dengan baik.
4. Peneliti dapat memperkaya pengetahuan, tentang melatih kecepatan terhadap Kemampuan *Dribbling* dalam Permainan Bolabasket Pada Siswa SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok.