
**HUBUNGAN KELINCAHAN DENGAN KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA
BASKET MAHASISWA BARU PROGRAM STUDI PENDIDIKAN
OLAHRAGA STKIP PGRI BANGKALAN**

Fajar Hidayatullah
STKIP PGRI Bangkalan
Email: fajar@stkip PGRI-bkl.ac.id

ABSTRAK

Bola basket merupakan cabang olahraga yang cukup kompleks yang melibatkan berbagai aspek kebugaran jasmani di dalamnya. Beberapa penelitian sebelumnya yang membahas tentang aspek kebugaran/fisik yang harus dikuasai secara dominan untuk dapat tampil lebih baik dari lawannya atau sekedar meningkatkan performa terbaiknya. Aspek kelincahan menjadi salah satu aspek kebugaran jasmani yang dibutuhkan oleh pemain bola basket untuk merespon stimulus yaitu melewati lawannya dengan mudah terutama saat melakukan serangan. Menggiring bola saat melakukan serangan diduga memiliki keterkaitan dengan aspek kelincahan. Sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 44 sampel penelitian yang merupakan mahasiswa baru program studi pendidikan olahraga STKIP PGRI Bangkalan. Instrumen tes kelincahan menggunakan tes lari bolak balik. Selain itu instrumen tes keterampilan menggiring bola menggunakan instrumen tes menggiring bola depdikbud. Uji regresi linear sederhana menggunakan SPSS digunakan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa seluruh data lolos uji asumsi klasik dengan nilai persamaan regresi $Y=1.326+0.671X$. Uji hipotesis menunjukkan nilai signifikansi 0.000 yang berarti ada pengaruh signifikan secara mutlak oleh kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola basket. Demikian pula dengan membandingkan T-hitung dengan T-tabel dengan nilai $T\text{-hitung}=4.324 > T\text{-tabel}=2.01537$ yang menyimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada pengaruh signifikan kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola basket.

Kata Kunci: Bola Basket, Kelincahan, Menggiring Bola, Kebugaran Jasmani.

ABSTRACT

Basketball is a fairly complex sport that involves various aspects of physical fitness in it. Some previous research that discusses the fitness / physical aspects that must be dominantly dominated to perform better than his opponent or just improve his best performance. The aspect of landing becomes one of the aspects of physical fitness needed by basketball players to respond to the stimulus that passes through the opponent easily, especially during an attack. Dribbling while performing attacks is thought to be related to the agility aspect. The sample in this research is as many as 44 sample of research which is new student of study program of STKIP PGRI Bangkalan sports education. The agility test instrument uses "tes lari bolak balik". In addition the instrument tests dribbling skills using DEPDIBUD instrument test of basketball dribbling. A simple linear regression test using SPSS used in this study showed that all data passed the classical assumption test with the value of regression equation $Y=1.326+0.671X$. Hypothesis test shows a significance value of 0.000 which means there is an absolute significant influence by agility to basketball dribbling skills. Similarly, comparing T-count with T-table with $T\text{-value}=4.324 > T\text{-table}=2.01537$

which concludes that H_0 is rejected and H_a accepted which means there is significant influence of agility on basketball dribbling skills.

Keywords: Basketball, Agility, Dribble, Physical Fitness.

PENDAHULUAN

Bola basket merupakan cabang olahraga yang cukup kompleks dimana melibatkan berbagai aspek kebugaran jasmani di dalamnya. Beberapa penelitian sebelumnya yang membahas tentang aspek kebugaran/fisik yang harus dikuasai secara dominan untuk dapat tampil lebih baik dari lawannya atau sekedar meningkatkan performa terbaiknya. Kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk dapat mengubah arah ataupun mengubah kecepatan dengan tetap menjaga kecepatan terbaiknya saat merespon stimulus. Aspek kebugaran ini sangat sesuai dikuasai oleh seorang atlet bola basket karena ukuran lapangan bola basket yang tidak begitu luas mengharuskan seorang pemain bergerak secepat mungkin saat melewati lawannya. *a rapid whole body movement with change of velocity or direction in response to a stimulus* (Sheppard and Young, 2006). Menguasai bola dalam permainan bola basket diartikan dalam dua teknik individual yang berbeda yaitu teknik *pivot* dan teknik *dribble*. Dalam penelitian ini *dribble* atau dalam bahasa Indonesia menggiring bola merupakan salah satu variabel yang menjadi fokus dalam penelitian ini. Menggiring bola basket yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan seseorang dalam menggiring bola basket dengan melewati rintangan yang didefinisikan sebagai lawan. *Running while dribbling a ball is a fundamental skill in basketball* (Kong dkk, 2015). Maka dari itu menggiring bola yang merupakan salah satu teknik menguasai bola menjadi hal yang paling penting dikuasai sebagai teknik dasar permainan bola basket. Selain itu teknik menggiring bola dalam permainan bola basket seharusnya menjadi teknik yang paling pertama harus dikuasai. *The fundamentals of dribbling the basketball should be the first area of the game taught* (Patel dkk, 2012).

Penelitian sebelumnya menyimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada peserta ekstrakurikuler bolabasket putra di SMAN 2 Banguntapan Bantul, dengan nilai $r_{x2.y} = 0,792 > r_{(0.05)(18)} = 0,444$ (Khusnawan, 2015). Hal ini menunjukkan ada korelasi positif antara kelincahan dan keterampilan menggiring bola dengan menggunakan sampel siswa sekolah menengah atas. Beberapa penelitian lain juga membahas variabel serupa juga menunjukkan kesimpulan yang serupa dengan karakter sampel yang cukup berbeda seperti diantaranya penelitian yang melihat pengaruh latihan kelincahan dengan keterampilan menggiring sepak bola dengan hasil yang ditemukan hubungannya signifikan. Ada pengaruh latihan kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra kelas atas SDN 03 Kota Bima (Samsudin dan Furkan, 2017). Penelitian berikutnya dengan variabel yang serupa yaitu kelincahan dan keterampilan menggiring bola basket juga menyimpulkan hasil yang signifikan. Ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan *dribbling* pada permainan bola basket siswa putra yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola basket di SMPN 11 Pontianak, baik secara sederhana maupun parsial (Rustanto, 2015). Penelitian lainnya juga dengan variabel yang sama dan sampel siswa ekstrakurikuler bola basket sekolah menengah pertama namun pada sekolah yang berbeda menemukan kesimpulan serupa yang signifikan. Ada hubungan yang signifikan

kelincahan terhadap kemampuan dribbling pada peserta ekstrakurikuler Bola basket di SMP Kartika 1-7 Padang, yaitu dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,739 yang lebih besar dari nilai rtabel = 0,396 serta nilai thitung = 5,286 lebih besar dari nilai ttabel = 2,069 (Rizhardi, 2017).

Berdasarkan beberapa hal diatas dapat disimpulkan permasalahan utama dalam penelitian ini antara lain adalah Apakah terdapat hubungan yang signifikan dalam aspek kelincahan dengan keterampilan menggiring bola?. Serta apakah terdapat pengaruh yang signifikan bahwa aspek kelincahan yang lebih baik akan mempengaruhi keterampilan menggiring bola menjadi lebih baik pula?. Kedua hal ini yang menjadi pokok pembahasan permasalahan yang utama dalam penelitian ini.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian korelasi yang melihat hubungan antara dua variabel yaitu variabel bebas (X) yaitu kelincahan dan variabel (Y) yaitu keterampilan menggiring bola basket. Sebanyak 44 sampel penelitian yang merupakan calon mahasiswa baru program studi Pendidikan Olahraga STKIP PGRI Bangkalan tahun 2017 menjadi subjek penelitian ini. Instrumen tes kelincahan menggunakan tes lari bolak balik (Fenanlampir dan Muhyi, 2015). Sedangkan instrumen tes menggiring bola menggunakan tes yang dikemukakan DEPDIKBUD (dalam Devita, 2013). Analisis data secara kuantitatif digunakan dalam penelitian ini dengan uji hipotesis menggunakan uji regresi linear sederhana dengan uji prasyarat uji asumsi klasik yang terdiri dari uji normalitas dengan kolmogorov-smirnof test, uji linearitas menggunakan ANOVA, uji heteroskedastisitas dalam penelitian ini menggunakan uji glejser, uji autokorelasi dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan Durbin-Watson. Seluruh proses analisis data menggunakan SPSS versi 16.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji Normalitas Data.

Tabel 1. Uji Normalitas

		Unstandardized Residual
	N	44
Normal Parameters ^a	Mean	0
	Std. Deviation	1.19624756
Most Extreme Differences	Absolute	0.062
	Positive	0.062
	Negative	-0.052
Kolmogorov-Smirnov Z		0.412
Asymp. Sig. (2-tailed)		0.996

a. *Test Distribution is Normal.*

Berdasarkan tabel output SPSS 16 di atas yang merupakan hasil uji normalitas data menggunakan uji kolmogorov-smirnov diketahui bahwa pada angka yang dilingkari merah muncul signifikansi 0.996 yang lebih besar dari 0.05 sehingga dapat disimpulkan bahwa data yang diuji coba terdistribusi dengan normal.

Uji Linieritas Data

Tabel 2. Uji Linieritas

		ANOVA Table					
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
DRIBBLING *AGILITY	Between Groups:	(Combined)	84.742	39	2.173	2.077	.251
		Linearity	27.304	1	27.304	26.182	.007
		Deviation from Linearity	57.340	38	1.509	1.442	.399
Within Groups:			1.185	1	1.016		
Total			85.927	43			

Berdasarkan nilai signifikansi yang ditunjukkan pada tabel hasil penghitungan SPSS 16 di atas diperoleh nilai 0.399 yang memiliki nilai lebih besar dari 0.05 sehingga dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang linear secara signifikan antara variabel kelincahan dengan variabel keterampilan menggiring bola.

Uji Heteroskedastisitas

Tabel 3. Uji Heteroskedastisitas

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	0.409	0.948		0.432	0.668
	Agility	0.048	0.079	0.093	0.607	0.547

a. *Dependent Variable: RES2*

Berdasarkan hasil pada tabel di atas yang merupakan uji heteroskedastisitas menggunakan uji glejser diketahui bahwa signifikansi kelincahan lebih besar daripada 0.05 yang dapat diartikan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas pada model regresi atau dengan kata lain varian data adalah sama.

Uji Auto Korelasi

Tabel 4. Uji Auto Korelasi

Model Summary ^b						
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson	
1	.555 ^a	0.308	0.292	1.2104	2.348	

a. *Predictors: (Constant), Agility*

b. *Dependent Variable: Dribbling*

Dari tabel di atas yang merupakan hasil analisis dengan SPSS 16 diketahui bahwa nilai DW adalah 2.348, selanjutnya nilai ini akan dibandingkan dengan nilai tabel DW dengan nilai signifikansi 5%. Jumlah sampel penelitian adalah $N = 44$ dengan jumlah variabel bebas $K=1$ sehingga diperoleh nilai $DU = 1.5619$ sebagai batas atas sehingga dapat dibandingkan bahwa nilai DW lebih besar daripada nilai DU serta kurang dari $(4-du) =$

2.4381 sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi autokorelasi pada model regresi linear.

Uji Regresi Linear

Tabel 5. Uji Regresi Linear

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	1.326	1.705	0.778	0.441
	Agility	0.617	0.143	0.555	4.324

a. *Dependent Variable: Dribbling*

Melalui rumus persamaan regresi linear sederhana yaitu $Y = a + bX$ maka dengan berdasarkan tabel hasil analisis regresi linear sederhana dengan menggunakan SPSS 16 di atas dapat kita buat rumus persamaan regresi linear sederhana $Y = 1.326 + 0.671 X$.

Uji Hipotesis Dengan Membandingkan Nilai Signifikansi

Tabel 6. Uji Hipotesis Membandingkan Nilai Signifikansi

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	1.326	1.705	0.778	0.441
	Agility	0.617	0.143	0.555	4.324

a. *Dependent Variable: Dribbling*

Selanjutnya untuk menguji hipotesis regresi linear sederhana yang pertama penelitian ini menyimpulkan melalui nilai signifikansi yang dilingkari merah pada tabel diatas nampak dengan nilai 0.00 yang lebih kecil secara mutlak dari signifikansi 0.05 yang berarti ada pengaruh signifikan secara mutlak oleh variabel kelincihan terhadap kemampuan menggiring bola basket.

Uji Hipotesis Dengan Membandingkan Nilai T-Hitung dengan T-Tabel

Tabel 7. Uji Hipotesis Membandingkan Nilai T_{hitung} dengan T_{tabel}

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	1.326	1.705	0.778	0.441
	Agility	0.617	0.143	0.555	4.324

a. *Dependent Variable: Dribbling*

Melakukan uji hipotesis dengan membandingkan t_{hitung} dengan t_{tabel} , pada tabel hasil analisis SPSS 16 diatas untuk regresi linear ditemukan nilai T-Hitung sebesar 4.324. Selanjutnya untuk mencari T-Tabel kita menghitung nilai $\alpha : 2 = 0.05 : 2 = 0.025$ dengan derajat bebas (df) = $n - 2 = 44 - 2 = 42$. Nilai T-Tabel yang ditemukan melalui hitungan di atas adalah 2.01537 maka dapat disimpulkan bahwa nilai T-Hitung > T-Tabel = 4.324 > 2.01537 sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada pengaruh signifikan kelincahan (X) terhadap keterampilan menggiring bolabasket (Y).

Dalam beberapa penelitian lain juga menyimpulkan hubungan antara beberapa aspek kebugaran jasmani yang mendukung performa dalam pertandingan. *Results showed that better match performance was linked with some physical tests including agility tests and broad jumps* (Vanmeerhaeghe et al, 2016). Lebih jauh lagi dapat disimpulkan bahwa kemampuan fisik terutama kelincahan memiliki hubungan yang signifikan dengan beberapa keterampilan penting dalam sebuah permainan. *Furthermore, there is also evidence from our results to suggest that superior aerobic and anaerobic power, speed, agility and jump capacity are related to some key game-related performance measures* (Vanmeerhaeghe et al, 2016).

Menggiring bola dalam permainan bola basket akan dipengaruhi oleh dinamisnya pergerakan lawan sehingga dalam teori *motor learning* keterampilan ini dapat disebut sebagai *open motor skill*. Seperti definisi dari *open motor skill* yaitu *a motor skill that involves a nonstable unpredictable environment where an object or environmental context is in motion and determines when to begin the action* (Magill, 2001). Maka dari itu kemampuan untuk merespon stimulus dengan cepat sangat dibutuhkan untuk meningkatkan performa dalam keterampilan menggiring bola basket. *The other concept represents agility development with relatively open skills, where fast changes of direction of movement are executed in training conditions, which are not structured so much and therefore are similar to the match conditions* (Hori ka, 2014).

KESIMPULAN

Melalui uji asumsi klasik dapat disimpulkan bahwa seluruh data dalam penelitian ini terbebas dalam masalah-masalah asumsi klasik yaitu bahwa data dalam penelitian ini telah terdistribusi dengan normal, terdapat hubungan yang linear secara signifikan pada variabel kelincahan (X) dengan variabel keterampilan menggiring bola (Y), tidak terjadi heteroskedastisitas dan autokorelasi pada model regresi yang diujikan. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dikatakan bahwa data dalam penelitian ini layak untuk dilanjutkan pada tahap uji hipotesis dengan regresi linear sederhana.

Pada hasil analisis ditemukan bahwa koefisien regresi dapat dinyatakan dengan $Y = 1.326 + 0.617X$ yang bermakna bahwa jika tidak ada peningkatan kelincahan maka keterampilan menggiring bola basket memiliki nilai konsisten 1.326 serta jika ada peningkatan keterampilan menggiring bola sebanyak 1% diiringi oleh peningkatan kelincahan dengan nilai 0.617. Melalui nilai signifikansi yang menunjukkan angka 0.000 dapat disimpulkan bahwa variabel kelincahan (X) memiliki hubungan yang signifikan secara mutlak terhadap variabel keterampilan menggiring bola basket(Y). Serta lebih lanjut lagi melalui nilai T-Hitung > T-Tabel = 4.324 > 2.01537 sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada pengaruh signifikan kelincahan (X) terhadap keterampilan menggiring bolabasket (Y).

DAFTAR PUSTAKA

- Devita, Ade. 2013. Survey Tes Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Bermain Bola Basket (Passing, Dribbling, Dan Shooting) Pada Tim Bola Basket Putra Kelompok Umur 18 Tahun Klub Sahabat Semarang Tahun 2012. *Skripsi*, tidak dipublikasikan. Universitas Negeri Semarang.
- Fenanlampir, Albertus. & Muhyi, Muhammad. 2015. *Tes dan Pengukuran Dalam Olahraga*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hori ka, P., Hianik, J., & Šimonek, J. 2014. The Relationship Between Speed Factors And Agility In Sport Games. *Journal Of Human Sport & Exercise*, 9(1), 49-58.
- Khusnawan, Isa. 2015. Hubungan Kecepatan Lari Dan Kelincahan Dengan Keterampilan Menggiring Bola Pada Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket Putra Di Sma Negeri 2 Banguntapan Kabupaten Bantul. *Skripsi*, Tidak dipublikasikan. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Kong, Z., Qi, F., Shi, Q. 2015. The Influence of Basketball Dribbling on Repeated High-Intensity Intermittent Runs. *Journal of Exercise science & Fitness*, 13, 117-122.
- Magill A Richard. 2001. *Motor Learning: Concept and Application*. Singapura: The McGraw-Hill Companies.
- Patel, S., Pandey, U., Bhowmik, S.K. 2012. Assessing the Relationship of Kinematics with Dribbling Performance of Basketball at Different Phases. *Innovative Systems Design and Engineering*, 3(4), 6-12.
- Rizhardi, Ruri. 2017. Hubungan Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Pada Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket Di Smp Kartika 1-7 Padang. *Wahana Didaktika*, 15(2), 111-122.
- Rustanto, Heri. 2015. Hubungan Antara Tinggi Badan dan Kelincahan Tubuh Terhadap Hasil *Dribble* Bola pada Permainan Bola Basket. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 4(2), 144-156.
- Sheppard, J.M., Young, W.B. 2006. Agility Literature Review: Classifications, Training and Testing. *Journal of Sports Sciences*, 24(9), 919-32.
- Vanmeerhaeghe, A.F., Montalvo, A., Latinjak, A., Unnithan, V. 2016. Physical Characteristics of Elite Adolescent Female Basketball Players and Their Relationship to Match Performance. *Journal of Human Kinetics*, 53, 167-178.

Samsudin & Furkan. 2017. Pengaruh Latihan Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 7(1). 1-7.