

**HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN, KELINCAHAN DAN *POWER*
OTOT TUNGKAI TERHADAP KETERAMPILAN *DRIBBLING* PADA
SISWA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET SISWA PUTRA
DI SMAN 1 SUKOMORO TAHUN PELAJARAN 2019/2020**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Pada Program Studi Pendidikan Jasmani



OLEH :

**YUDO BASWORO
NPM : 14.1.01.09.0215**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UN PGRI KEDIRI
2020**

Skripsi oleh:

YUDO BASWORO
NPM : 14.1.01.09.0215

Judul :

**HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN, KELINCAHAN DAN *POWER*
OTOT TUNGKAI TERHADAP KETERAMPILAN *DRIBBLING* PADA
SISWA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET SISWA PUTRA
DI SMAN 1 SUKOMORO TAHUN PELAJARAN 2019/2020**

Telah disetujui untuk diajukan Kepada
Panitia Ujian/Sidang Skripsi Prodi PENJAS
FIKS UN PGRI Kediri

Tanggal: 23 Juli 2021

Pembimbing I,



Rendhitya Prima Putra, M.Pd.
NIDN. 0714078903

Pembimbing II



Wing Prasetya Kurniawan, M.Pd.
NIDN. 0709099001

Skripsi oleh:

YUDO BASWORO
NPM : 14.1.01.09.0215

Judul :

**HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN, KELINCAHAN DAN *POWER*
OTOT TUNGKAI TERHADAP KETRAMPILAN DRIBBLING PADA
SISWA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET SISWA PUTRA
DI SMAN 1 SUKOMORO NGANJUK TAHUN PELAJARAN 2019/2020**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi

Prodi PENJAS FIKS UN PGRI Kediri

Pada tanggal: 23 - Juli - 2020

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji:

1. Ketua : Rendhitya Prima Putra, M.Pd.
2. Penguji I : Rizki Burstiando, M.Pd.
3. Penguji II : Wing Prasetya Kurniawan, M.Pd.



Mengetahui,

Dekan FIKS



Dr. Sulistiono, M.Si.

NIDN. 0007076801

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : YUDO BASWORO
Jenis Kelamin : Laki-laki
Tempat, tanggal Lahir : Tubaan Kecamatan Talisayan, 23 Juli 1996
NPM : 14.1.01.09.0215
Fak/Prodi : FIKS / S1 PENJAS

menyatakan dengan sebenarnya, bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja dan tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam naskah ini.

Kediri, 24 Juli 2020

Yang Menyatakan



YUDO BASWORO

NPM. 14.1.01.09. 0215

MOTTO :

**“Kecerdasan bukan penentu kesuksesan,
tapi kerja keraslah yang merupakan penentu kesuksesan yang
sebenarnya”**

Saya persembahkan untuk :

1. Kedua orang tua saya yang telah memberikan dukungan baik moril maupun materiil.
2. Dosen-dosen yang mengajarkan banyak hal kepada saya.
3. Seluruh teman-teman fakultas yang selalu memberikan dukungan dan saran-sarannya.

Abstrak

YUDO BASWORDO : Hubungan Kecepatan, Kelincahan Dan *Power* Otot Tungkai Terhadap Keterampilan *Dribbling* Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket Siswa Putra di SMAN 1 Sukomoro Tahun Pelajaran 2019/2020, Skripsi, FIKS UN PGRI Kediri, 2020.

Kata Kunci: Kecepatan, Kelincahan dan *Power* otot tungkai dan Menggiring

Belum pernah diadakanya penelitian tentang kecepatan, kelincahan dan *power* otot tungkai pada siswa putra di SMAN 1 Sukomoro, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecepatan, kelincahan dan *power* otot tungkai terhadap ketrampilan *dribbling* pada siswa ekstrakurikuler bola basket siswa putra di SMAN 1 Sukomoro Tahun Pelajaran 2019/2020. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode teknik penelitian menggunakan pendekatan korelasi, metode yang digunakan melalui tes, populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler SMAN 1 Sukomoro yang berjumlah 25 siswa. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah tes dengan menggunakan pendekatan *one-shot-model* yaitu menggunakan satu kali pengumpulan data. Analisis data menggunakan teknik analisis statistik dan non statistik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan antara kecepatan, kelincahan dan *power* otot tungkai terhadap ketrampilan *dribbling* pada siswa ekstrakurikuler bola basket siswa putra di SMAN 1 Sukomoro Tahun Pelajaran 2019/2020 ditunjukkan dengan hasil analisis uji-F pada F_{tabel} dengan $df\ 25-1 = 24$ diperoleh nilai F_{tabel} sebesar 3,44 (taraf signifikan 5%). Dari hasil uji-F diperoleh $F_{\text{hitung}} = 6,422 > F_{\text{tabel}} = 3,44$ dengan sig. 0,05 maka H_1 diterima dan H_0 ditolak.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena atas berkah dan rohmatnya penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan. Skripsi dengan judul “Hubungan Antara Kecepatan, Kelincahan dan *Power* Otot Tungkai terhadap Keterampilan *Dribbling* Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket Siswa Putra Di SMAN 1 Sukomoro Tahun Pelajaran 2019/2020” ini ditulis guna memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains UN PGRI Kediri.

Pada kesempatan ini diucapkan terimakasih dan penghargaan yang setulus-tulusnya kepada:

1. Dr. Zainal Afandi, M.Pd., sebagai Rektor Universitas Nusantara PGRI Kediri.
2. Dr. Sulistiono, M.Si. sebagai Dekan FISK Universitas Nusantara PGRI Kediri.
3. Drs. Slamet Junaidi, M.Pd. sebagai Ketua Prodi Penjas Universitas Nusantara PGRI Kediri.
4. Rendhitya Prima Putra, M.Pd. sebagai Dosen pembimbing I dalam penulisan Skripsi.
5. Wing Prasetya Kurniawan, M.Pd., sebagai Dosen pembimbing II dalam penulisan Skripsi.
6. Kedua orang tuaku yang senantiasa memberika motivasi dan dukungan dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Teman – teman mahasiswa yang senantiasa memberi masukan yang baik untuk skripsi ini.

8. Semua pihak yang membantu terselesaikannya skripsi ini tepat waktu
Semoga Allah memberikan balasan yang berlimpah atas segala bantuan, doa,
dan dukungan yang telah diberikan, mudah-mudahan skripsi dapat berguna
bagi penulis dan semua pihak.

Disadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan, maka diharapkan
tegur sapa, kritik, dan saran-saran, dari berbagai pihak sangat diharapkan.

Akhirnya, disertai harapan semoga skripsi ini ada manfaatnya bagi kita
semua, khususnya bagi dunia pendidikan, meskipun ibarat setitik air bagi samudra
luas.

Kediri, Juli 2020

YUDO BASWORO

NPM. 14.1.01.09. 0215

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Batasan Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	10

BAB II KAJIAN TEORI

A. Kajian Teori	11
1. Definisi Permainan Bola Basket	11
2. Definisi Kecepatan.....	19
3. Definisi Kelincahan	20
4. Definisi <i>Power</i> Otot Tungkai.....	21
5. Definisi <i>Dribbling</i> Bola Basket	23
B. Kajian Hasil Penelitian Terdahulu	24
C. Kerangka Berpikir	25

D. Hipotesis.....	26
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	27
B. Teknik Dan Pendekatan Penelitian	30
C. Tempat Dan Waktu Penelitian	31
1. Tempat Penelitian.....	31
2. Waktu Penelitian	31
D. Populasi Dan Sampel Penelitian	32
1. Populasi	32
2. Sampel.....	33
E. Instrumen Penelitian Dan Teknik Pengumpulan Data	33
1. Pengukuran kecepatan.....	34
2. Pengukuran Kelincahan.....	35
3. <i>Vertical Jump</i>	36
4. Menggiring Bola Basket.....	38
F. Teknik Analisi Data	39
1. Jenis Analisis.....	39
2. Norma Keputusan.....	46
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Diskripsi Data Variabel.....	47
B. Analisis Data	52
C. Pengujian Hipotesis.....	55
D. Pembahasan.....	58
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI SARAN	
A. Simpulan	61
B. Implikasi.....	61
C. Saran-saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA.....	63
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar	halaman
2.1 : Cara Melakukan <i>Chest Pass</i>	13
2.2 : Cara Melakukan <i>Overhead Pass</i>	13
2.3 : Cara Melakukan <i>Bounce Pass</i>	14
2.4 : Cara Melakukan <i>Shooting</i>	14
2.5 : Cara Melakukan <i>Inside Shoot</i>	15
2.6 : Cara Melakukan <i>Lay Up</i>	16
2.7 : Cara Melakukan <i>Shoot</i> Sambil Meluncur	16
2.8 : Cara Melakukan <i>Hook Shoot</i>	17
3.1 : Bagan Struktur Variabel	29
3.2 : Tes Lari 30 Meter	34
3.3 : Lapangan <i>Dodging Run</i>	36
3.4 : Lapangan Menggiring Bola	39

DAFTAR TABEL

Tabel	halaman
3.1 : Waktu Penelitian	32
3.2 : Norma Kecepatan.....	35
3.3 : Norma Kelincahan	36
3.4 : Norma <i>Power</i> Otot Tungkai.....	38
3.5 : Norma Menggiring Bola Basket	39
4.1 : Analisis Deskriptif Data Kecepatan.....	47
4.2 : Distribusi dari Frekuensi Kecepatan	48
4.3 : Analisis Deskriptif Data Kelincahan.....	49
4.4 : Distribusi dari Frekuensi Kelincahan.....	50
4.5 : Analisis Deskriptif Data <i>Power</i> Otot Tungkai	50
4.6 : Distribusi dari Frekuensi <i>Power</i> Otot Tungkai	51
4.7 : Analisis Deskriptif Data Menggiring Bola	51
4.8 : Distribusi dari Frekuensi Menggiring Bola	52
4.9 : Hasil Uji Normalitas	53
4.10 : Hasil Uji Linieritas.....	54
4.11 : Hasil dari Uji Korelasi Kecepatan dengan Menggiring Bola	55
4.12 : Hasil dari Uji Korelasi kelincahan dengan menggiring bola	56
4.13 : Hasil dari Uji Korelasi <i>Power</i> Otot Tungkai dengan Menggiring bola	55
4.14 : Hasil dari Uji Korelasi Ganda Kecepatan, Kelincahan dan <i>Power</i> Otot Tungkai dengan Menggiring Bola.....	57

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	halaman
1 : Data Hasil Pengukuran	64
2 : Hasil Uji SPSS	68
3 : Surat pengantar/izin penelitian	74
4 : Surat keterangan telah melakukan penelitian	75
5 : Dokumentasi	76
6 : Berita Acara Kemajuan Pembimbingan KTI	78
7 : Sertifikat Bebas Plagiasi	80

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Permainan bola basket adalah permainan yang menggunakan bola besar yang dimainkan dengan menggunakan satu tangan dan dua tangan. Permainan ini dimainkan secara beregu yang terdiri atas dua tim yang beranggotakan masing-masing lima orang yang saling bertanding, mencetak poin dengan memasukkan bola ke dalam ring lawan. Pada cabang olahraga bola basket selain diajarkan pada mata pelajaran pendidikan jasmani, kegiatan ini juga merupakan ekstrakurikuler yang ada di setiap sekolah. Sesuai dengan pembinaan pola usia dini, kegiatan ini sebenarnya bisa memberikan kontribusi yang berarti kepada regenerasi peserta didik untuk menjadikan mereka berprestasi pada cabang olahraga bola basket. Oleh karena itu, peserta didik yang berpotensi selanjutnya diarahkan untuk memperdalam lagi dengan mengikuti latihan-latihan bola basket yang diajarkan melalui kegiatan ekstrakurikuler di sekolah.

Bola basket merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang digemari oleh orang banyak, khususnya pelajar dan mahasiswa. Selain untuk tujuan kesegaran jasmani, permainan bola basket ini mempunyai nilai-nilai yang bermanfaat baik secara fisik maupun sosial. Hal ini dilihat banyaknya kompetisi bola basket yang digulirkan baik di tingkat SD, SMP, SMA, maupun

tingkat mahasiswa dan dalam pemain bola basket kerjasama penting dalam permainan bola basket di mainkan oleh 5 orang pemain.

Permainan bola basket adalah permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing terdiri dari 5 orang pemain. Setiap tim berusaha mencetak angka ke keranjang lawan dan mencegah regu lawan mencetak angka atau point permainan bola basket yang telah berkembang luas di berbagai negara, yang diciptakan oleh seorang warga negara Amerika James A. Naismith tahun 1891 yang bergabung dalam Y. M. C. A (*Young Mens Cristian Association*) di Springfield Massachusetts.

Tujuan diciptakanya permainan bola basket semula adalah mengisi kekosongan kegiatan olahraga pada waktu musim dingin. Sebab pada musim dingin tersebut kegiatan olahraga di luar ruangan tidak mungkin dilaksanakan, sedangkan olahraga dalam ruangan belum banyak. Pada awal terciptanya permainan ini dimainkan oleh sembilan orang setiap regunya.

Kegemaran terhadap permainan bola basket, sangat memungkinkan untuk berkembangnya cabang olahraga permainan ini. Hal ini dapat dilihat dari semakin banyak bermunculan perkumpulan bola basket di daerah-daerah dan banyaknya kompetisi mulai dari tingkat daerah sampai nasional contohnya, Hexos cup, Assosiasi, Libama, IBL dan lain-lain. Selain itu berkembangnya pola-pola penyerangan maupun pertahanan. Oleh sebab itu agar dapat memainkan permainan bola basket ini dengan baik, maka seorang pemain dituntut untuk menguasai teknik-teknik dasar permainan bola basket sebaik-

baiknya. Selain teknik permainan ada faktor lain yang menunjang yaitu kondisi fisik, mental dan kerjasama tim.

Menurut Hal Wissel, (2000: 2) menyatakan Bola basket adalah olahraga yang dapat dimainkan oleh semua orang baik dari anak-anak sampai orang tua. Walaupun bola basket adalah olahraga anak muda dengan pemain terbanyak adalah pria remaja, namun bola basket banyak dimainkan oleh baik pria maupun wanita dari segala usia dan ukuran tubuh, bahkan duduk di atas kursi roda. Walaupun bolabasket kebanyakan pemainnya mempunyai postur tubuh yang tinggi, namun banyak pula kesempatan bagi para pemain pendek yang mempunyai keahlian tinggi. Seiring perkembangan zaman partisipasi di antara pemain tua dan wanita terus meningkat. Remaja putri lebih banyak senang bermain bolabasket.

Permainan olahraga bola basket adalah salah satu permainan yang digemari oleh kalangan remaja pada saat ini. Dalam permainan bola basket dibutuhkan kondisi fisik yang baik untuk menunjang keterampilan bermain bolabasket seperti kecepatan, kelincahan, daya tahan dan sebagainya (Sajoto: 1990:10). Tujuan dari permainan bola basket adalah memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke basket lawan dan mencegah lawan memasukkan bola ke basket sendiri. Untuk dapat bermain dengan baik harus melakukan latihan yang teratur, kontinu, dan berkesinambungan. Latihan pengembangan tubuh baik secara mental maupun fisik merupakan subyek yang menentukan prestasi yang lebih cepat. Maka dari itu semakin teratur pemain melakukan latihan maka semakin baik pula tingkat keterampilan bermain bola basketnya.

Tingkatan keterampilan pada cabang olahraga merupakan hal yang membedakan seorang juara dan lainnya. Seperti pada cabang olahraga bola basket, maka semakin baik seseorang dapat menggiring, menembak, dan mengoper maka semakin baik kemungkinannya untuk menjadi seorang pemain yang sukses. Tetapi keahlian olahraga tersebut akan menjadi terbatas oleh kondisi fisik yang lemah. Kondisi fisik dibagi menjadi 10 komponen yaitu kekuatan, daya tahan, *power*, kecepatan, kelentukan, kelincahan, koordinasi, keseimbangan, ketepatan, dan reaksi (Sajoto, 1990:10). Dari banyak komponen kondisi fisik tersebut, pada cabang olahraga tertentu memerlukan prioritas kondisi fisik tertentu pula. Demikian pula pada cabang olahraga bola basket, komponen kondisi fisik pada cabang olahraga bola basket yaitu kebulatan sistem pernapasan, kekuatan otot, ketahanan otot, kelenturan dan komposisi tubuh (Greg Britenham, 2002:11). Selanjutnya (Pate, terjemahan Imam Sodikun, 1992:36) menyatakan bahwa komponen kondisi fisik pada cabang olahraga bola basket yaitu kekuatan, kelincahan, kecepatan, ketahanan aerobik dan anaerobik dan kelenturan. Berdasarkan pada pendapat-pendapat tersebut maka komponen kondisi fisik dalam permainan bolabasket meliputi kekuatan, kecepatan, kelincahan, ketahanan aerobik, dan anaerobik serta kelenturan. Dengan demikian kecepatan dan kelincahan merupakan bagian komponen kondisi fisik yang diperlukan untuk menunjang keterampilan dalam olahraga bolabasket, sehingga kecepatan dan kelincahan merupakan sebagian faktor yang penting dalam mempengaruhi kemampuan menggiring bola yang merupakan salah satu teknik dalam permainan olahraga bolabasket.

Menurut Jon Oliver (2007: 21), bahwa menggiring bola yang baik di samping harus bisa dengan tangan kanan dan kiri juga dipengaruhi oleh kecepatan dan kelincahan dalam merubah arah tanpa harus melihat bola. Untuk meningkatkan keterampilan gerakan menggiring bola haruslah memiliki jarak langkah yang bertenaga serta harus mampu menjaga frekuensi langkah agar tetap cepat sebagai permainan bolabasket yang efektif (Greg Britenham, 2002: 24). Dengan demikian jelas bahwa kecepatan dan kelincahan merupakan faktor yang penting dalam menunjang keterampilan menggiring bola dalam permainan olahraga bolabasket.

Permainan bola Drs. Marta Dinata M.Pd. (2008) dalam konsep dan teknik bermain bola basket paling utama yang harus dikuasi oleh seorang pemain bola basket antara lain: *dribling*, *passing* dan *shotting*. Komponen *dribling* ada komponen kecepatan, komponen kelincahan dan kekuatan.

Komponen kecepatan pada *dribbling* untuk menyerang ke lawan untuk memasukan bola ke keranjang, komponen kelincahan untuk *dribbling* dengan lincah untuk melewati musuh dengan mudah. Dan kekuatan untuk menahan serangan balik dari lawan untuk menggalkan bola masuk di keranjang.

Menurut Suharno HP,(2001: 31) *Dribling* adalah suatu cara yang diperbolehkan oleh peraturan untuk membawa bola lari ke segala arah, seseorang membawa bola lebih dari satu langkah asal bola dipantulkan dengan berjalan atau berlari dengan menggunakan tangan dan kaki untuk memasukan bola ke keranjang lawan.

Ekstrakurikuler adalah kegiatan nonpelajaran formal yang dilakukan peserta didik di sekolah umumnya di luar jam pelajaran kurikulum standart. Kegiatan-kegiatan ini ada pada setiap jenjang pendidikan dari sekolah dasar sampai universitas tujuan adanya kegiatan ekstrakurikuler yaitu siswa dapat mengembangkan kepribadian, bakat, dan kemampuannya di berbagai bidang diluar bidang akademik. Kegiatan dari ekstrakurikuler ini sendiri dapat berbentuk kegiatan pada seni, olahraga, pengembangan kepribadian, dan kegiatan lain yang positif untuk kemajuan dari siswa-siswi itu sendiri .

Dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler siswa diarahkan untuk memilih macam-macam ekstrakurikuler yang dilaksanakan oleh sekolah. salah satu ekstrakurikuler yang dilaksanakan disekolah adalah ekstrakurikuler bola basket. SMA Negeri 1 Sukomoro Kabupaten Nganjuk merupakan salah satu sekolah yang menyelenggarakan ekstrakurikuler olahraga bola basket yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan siswa. Ekstrakurikuler permainan bola basket merupakan untuk membentuk kepribadian siswa, meningkatkan kebugaran jasmani siswa, serta sebagai wadah untuk menyalurkan bakat dan minat siswa untuk meraih prestasi. Ekstrakurikuler yang diselenggarakan di SMAN 1 Sukomoro menjadi wadah untuk pembinaan, dengan pembinaan yang berkesinambungan bukan tidak mungkin bakat yang terpendam dari seorang siswa dapat digali di kegiatan ekstrakurikuler.

Asumsi saya bahwa dalam permainan bola basket kemampuan *dribbling* sangatlah penting kerana dengan *dribbling* yang baik maka pemain

akan mudah masuk ke pertahanan lawan untuk mencetak gol ke keranjang lawan. Sehingga menciptakan suatu permainan yang indah serta menarik untuk ditonton. Dengan ditambah komponen fisik kecepatan, kelincahan dan *power* otot tungkai, untuk dapat menunjang kemampuan *dribbling* yang baik.

Melihat latar belakang ini, maka penelitian ini merasa menarik untuk mengadakan penelitian dengan mengambil judul “Hubungan Antara Kecepatan, Kelincahan, *Power* Otot Tungkai dan Keterampilan *Dribbling* pada Ekstrakurikuler Bola Basket Siswa Putra SMAN 1 Sukomoro Tahun Pelajaran 2019/2020”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas maka dapat didefinisikan masalah sebagai berikut:

1. Belum diketahui hubungan antara kecepatan terhadap keterampilan *dribbling* pada ekstrakurikuler bola basket siswa putra di SMAN 1 Sukomoro Tahun Pelajaran 2019/2020.
2. Belum diketahui hubungan antara kelincahan terhadap keterampilan *dribbling* pada ekstrakurikuler bola basket siswa putra di SMAN 1 Sukomoro Tahun Pelajaran 2019/2020.
3. Belum diketahui hubungan antara *power* otot tungkai terhadap keterampilan *dribbling* pada ekstrakurikuler bola basket siswa putra di SMAN 1 Sukomoro Tahun Pelajaran 2019/2020.

4. Belum diketahui hubungan antara kecepatan, kelincahan, *power* otot tungkai dan keterampilan *dribbling* pada ekstrakurikuler bola basket siswa putra SMAN 1 Sukomoro Tahun Pelajaran 2019/2020.

C. Pembatasan Masalah

Dari identifikasi masalah yang perlu dibatasi sesuai dengan tujuan agar terhindar dari penafsiran yang keliru terhadap masalah yang akan diteliti. Dalam penelitian ini permasalahan dibatasi pada hubungan kecepatan, kelincahan, *power* otot tungkai dan keterampilan *dribbling* pada ekstrakurikuler bola basket putra di SMAN 1 Sukomoro Tahun Pelajaran 2019/2020.

D. Rumusan Masalah

Dalam suatu penelitian terdapat suatu permasalahan yang perlu untuk diteliti, dianalisis dan diusahakan pemecahan masalahnya. Adapun permasalahan dalam penelitian ini adalah:

1. Adakah hubungan antara kecepatan terhadap keterampilan *dribbling* pada ekstrakurikuler bola basket siswa putra di SMAN 1 Sukomoro Tahun Pelajaran 2019/2020?
2. Adakah hubungan antara kelincahan terhadap keterampilan *dribbling* pada ekstrakurikuler bola basket siswa putra di SMAN 1 Sukomoro Tahun Pelajaran 2019/2020?

3. Adakah hubungan antara *power* otot tungkai terhadap keterampilan *dribbling* pada ekstrakurikuler bola basket siswa putra di SMAN 1 Sukomoro Tahun Pelajaran 2019/2020?
4. Adakah hubungan antara kecepatan, kelincahan, dan *power* otot tungkai terhadap keterampilan *dribbling* pada ekstrakurikuler bola basket siswa putra di SMAN 1 Sukomoro Tahun Pelajaran 2019/2020?

E. Tujuan Penelitian

Setiap penelitian yang dikaji selalu mempunyai tujuan agar memperoleh pengetahuan yang bermanfaat bagi masyarakat yang menggunakannya, adapun tujuan dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mencari hubungan antara kecepatan terhadap keterampilan *dribbling* pada ekstrakurikuler bola basket siswa putra di SMAN 1 Sukomoro Tahun Pelajaran 2019/2020.
2. Untuk mencari hubungan antara kelincahan terhadap keterampilan *dribbling* pada ekstrakurikuler bola basket siswa putra di SMAN 1 Sukomoro Tahun Pelajaran 2019/2020.
3. Untuk mencari hubungan antara *power* otot tungkai terhadap keterampilan *dribbling* pada ekstrakurikuler bola basket siswa putra di SMAN 1 Sukomoro Tahun Pelajaran 2019/2020.
4. Untuk mencari hubungan antara kecepatan, kelincahan, dan *power* otot tungkai terhadap keterampilan *dribbling* pada ekstrakurikuler bola basket di SMAN 1 Sukomoro Tahun Pelajaran 2019/2020.

F. Kegunaan Penelitian

Hasil yang didapat dari penelitian dapat memberikan manfaat baik secara teoretis maupun secara praktis. Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis

a. Bagi Siswa

Dari hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan pengetahuan tentang bagaimana *dribbling* bola basket yang benar dan juga menambah keterampilan bermain bola basket.

b. Bagi Lingkungan Akademik

Dengan hasil penelitian yang dapat dijadikan bahan kajian dan dapat memberikan sumbangan keilmuan khususnya teknik atau gerak dasar salah satu keterampilan *dribbling* bola basket.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peserta Didik

Sebagai masukan bagi peserta didik untuk meningkatkan keterampilan bermain bola basket.

b. Bagi Guru

Memberikan motivasi guru untuk lebih memberikan pengajaran yang lebih serius dan untuk penyemangat guru dalam memberikan materi pelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambler, Vic. 2005. *Petunjuk Untuk dan Permainan Bola Basket*. Bandung: Pionir Jaya.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Dinata. 2008. *Konsep dan Teknik Bermain Bola Basket*. Jakarta: Cerdas Raya.
- Fenanlampir, Albertus. 2015. *Buku Tes Dan Pengukuran Dalam Olahraga*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Harsono. 2002. *Latihan Kondisi Fisik*. Bandung: Senerasi Pustaka.
- Keven, Prusak. 2005. *Permainan Bola Basket*. Jakarta: Human Kinetics.
- Mashuri, Hendra. 2017. *Shot Shootan Basketball*. Jakarta: Ajie Media Nusantara.
- Oliver, Jon. 2007. *Dasar-dasar Bola Basket*. Bandung: Pakar Raya. Perbasi, 2005.
- Paaty, Shiantauri. 2015. *Hubungan Antara Kelincahan Dan Kecepatan Dengan Kemampuan Dribbling Dalam Permainan Bola Basket Pada Siswa Putri SMK PGRI 3 Kediri Tahun Ajaran 2014/2015*.
- Sajoto, Mochamad. 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang: IKIP Semarang.
- Suci, Ririn Oviyani. 2015. *Hubungan Antara Otot Tungkai, Kelincahan, Keterampilan, Mnggiring Bola Peserta Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 2 Banguntapan, Kabupaten Bantul, Provinsi Yogyakarta*.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sutanto, Teguh. 2016. *Buku Pintar Olah Raga*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.