

**ARTIKEL**

**PENGARUH KECEPATAN KESEIMBANGAN DAN KELINCAHAN  
TERHADAP KEMAMPUAN DRIBBLING BOLABASKET  
PADA SISWA SMA NEGERI 6 PALOPO**

***THE INFLUENCE OF SPEED BALANCE AND AGILITY ON  
DRIBBLING ABILITY OF STUDENTS IN BASKETBALL  
AT SMAN 6 PALOPO***

**REYNALDY ASHARI ASHAL**



**PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR  
2019**

**PENGARUH KECEPATAN KESEIMBANGAN DAN KELINCAHAN  
TERHADAP KEMAMPUAN DRIBBLING BOLABASKET  
PADA SISWA SMA NEGERI 6 PALOPO**

***THE INFLUENCE OF SPEED BALANCE AND AGILITY ON  
DRIBBLING ABILITY OF STUDENTS IN BASKETBALL  
AT SMAN 6 PALOPO***

**Reynaldy Ashari Ashal  
naldyashari3@gmail.com**

Program Pascasarjana, Universitas Negeri Makassar  
Gunungsari Baru, Jl. Bonto Langkasa, Makassar – 90222

**ABSTRAK.** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kecepatan dan keseimbangan secara langsung terhadap kemampuan *dribbling* bolabasket. Serta untuk mengetahui pengaruh tidak langsung kecepatan dan keseimbangan terhadap kemampuan *dribbling* bolabasket jika ditinjau dari kelincahan. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian analisis jalur dengan pengolahan secara statistik menggunakan aplikasi SPSS versi 21.00 dan taraf signifikansi 0,05 atau 95%. Populasi adalah siswa putra kelas XI SMA Negeri 6 Palopo dengan jumlah sampel yaitu 30 siswa. Teknik penarikan sampel yaitu *probability sampling (simple random sampling)*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa : (1) Ada pengaruh langsung kecepatan terhadap kelincahan dengan nilai beta yaitu 0,528 dan tingkat signifikan  $0,000 < \alpha 0,05$ . (2) Ada pengaruh langsung keseimbangan terhadap kelincahan dengan nilai beta yaitu -0,579 dan tingkat signifikan  $0,000 < \alpha 0,05$ . (3) Ada pengaruh langsung kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* bolabasket dengan nilai beta yaitu 0,469 dan tingkat signifikan  $0,001 < \alpha 0,05$ . (4) Ada pengaruh langsung keseimbangan terhadap kemampuan *dribbling* bolabasket dengan nilai beta yaitu -0,383 dan tingkat signifikan  $0,006 < \alpha 0,05$ . (5) Ada pengaruh langsung kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bolabasket dengan nilai beta yaitu 0,350 dan tingkat signifikan  $0,0024 < \alpha 0,05$ . (6) Ada pengaruh kecepatan melalui kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bolabasket dengan nilai beta yaitu 0,1848 dan tingkat signifikan 0,000 ( $0,000 < \alpha 0,05$ ). (7) Ada pengaruh keseimbangan melalui kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bolabasket dengan nilai beta yaitu 0,20265 dan tingkat signifikan 0,000 ( $0,000 < 0,05$ ).

Kata Kunci : Kecepatan, Keseimbangan, Kelincahan dan Kemampuan *Dribbling* Bolabasket.

**ABSTRACT.** The study aims at examining the direct influence of speed and balance on dribbling ability and the indirect influence speed and balance on dribbling ability based on agility. The study employed path analysis processed statistically using spss version 21.00 and at the level of significance 0.05 or 95%. The populations were male students of grade XI at SMAN 6 Palopo with the total samples of 30 students obtained by employing probability sampling (simple random sampling). The result of the study reveal that (1) there is direct influence of speed on agility with beta value 0.528 and at the level of significance  $0.000 < \alpha 0.05$ , (2) there is direct influence of balance on agility with beta value -0.597 and at the level of significance  $0.000 < \alpha 0.05$ , (3) there is direct influence of speed on dribbling ability with beta value 0.469 and at the level of significance  $0.001 < \alpha 0.05$ , (4) there is direct influence of balance on dribbling ability with beta value -0.383 and at the level on significance  $0.006 < \alpha 0.05$ , (5) there is direct influence of agility on dribbling ability with beta value 0.350 and at the level on significance  $0.0024 < \alpha 0.05$ , (6) there is influence of speed through agility on dribbling ability with beta value 0.1848 and at the level on significance 0.000 ( $0.000 < \alpha 0.05$ ), and (7) there is influence of balance through agility on dribbling ability wit beta value 0.20265 and at the level on significance 0.000 ( $0.000 < \alpha 0.05$ ).

Keywords: *Speed, Balance, Balance, and Dribbling Ability*

## PENDAHULUAN

Permainan bolabasket semakin digemari kalangan pelajar di Indonesia terbukti banyak di adakan turnamen antar pelajar baik itu tingkat SMP, SMA juga sampai tingkat Perguruan Tinggi. serta bertambahnya jumlah lapangan bola basket baik itu dalam bentuk satu lapangan penuh maupun setengah lapangan yang banyak dibuat pada perkarangan di sekitar perkarangan umum yang itu merupakan tanda bahwa tingginya animo mayarakat akan permainan bolabasket.

Permainan bolabasket termasuk jenis permainan yang kompleks/lengkap tekniknya. Artinya tekniknya terdiri dari gabungan unsur-unsur teknik yang terkoordinir rapi, sehingga dapat bermain dengan baik. Untuk mencapai hasil yang maksimal dalam permainan bola basket diperlukan hasil belajar permainan bola basket seperti : teknik dasar menangkap bola (*catching*), teknik dasar menggiring bola (*dribbling*), teknik dasar mengoper bola (*passing*), serta teknik dasar menembak bola (*shooting*). Keempat teknik tersebut merupakan

hal yang wajib untuk dikuasai sebab itu merupakan teknik – teknik dasar dalam permainan bola basket.

Prinsip dasar permainan bola basket adalah untuk memenangkan pertandingan yang dalam hal ini berarti memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke keranjang lawan. Faktor-faktor yang berpengaruh untuk mencapai kemampuan memasukkan bola ke sasaran dalam permainan bola basket antara lain: (a) Pelatih; (b) Metode Latihan; (c) Kemampuan *Dribbling*; (d). Kondisi Fisik dan (e) Sarana Dan Prasarana.

Dari salah satu faktor –faktor yang berpengaruh dalam permainan bola basket tersebut, terdapat kemampuan *Dribbling*, teknik tersebut sangat penting dalam permainan bola basket, teknik *dribble* dalam permainan bola basket merupakan salah satu teknik yang paling vital/utama dalam permainan bola basket, kedudukannya yang sangat penting dalam permainan bola basket

dikarenakan untuk melakukan perpindahan seorang pemain (*dribbler*) dari daerah pertahanan sendiri ke daerah pertahanan lawan

ataupun ke segala arah dibutuhkan teknik yang namanya *dribble* atau membawa/menggiring bola agar dapat melaksanakan teknik lanjutan lainnya seperti melakukan *passing*, *shooting* dan lainnya.

Bayangkan jika teknik *dribble* seorang pemain dalam sebuah tim tidak terampil dalam sikap pelaksanaannya, sehingga akan mengakibatkan kesulitan dalam melakukan penyerangan dan gagal memperoleh poin dan juga ketika sedang *dribble* bola kedepan dan bola tersebut dapat diraih dengan mudah oleh lawan, karena pemain tersebut yang membawa bola tidak mahir dalam melakukan variasi *dribble* dan mempertahankan bolanya sendiri sehingga lawan dengan mudah mendapatkan bola dan memperoleh poin.

Mendribble bola adalah salah satu bagian teknik dasar yang terpenting dalam permainan bolabasket, sebab dengan menggiring bola dengan baik, maka kerja sama yang dilakukan oleh tim baik dalam bertahan maupun maupun menyerang akan sama baiknya.

Mendribble bolabasket tidak hanya membawa bola menyusuri lapangan dan lurus ke depan melainkan menghadapi lawan yang jaraknya cukup dekat dan rapat. Hal ini menuntut seorang siswa harus memiliki kemampuan menggiring bola dengan baik. *Dribbling* berguna untuk melewati lawan, mencari kesempatan memberi umpan kepada kawan dan untuk menahan bola tetap ada dalam penguasaan. *Dribbling* memerlukan keterampilan yang baik dan dukungan dari unsur-unsur kondisi fisik yang baik pula seperti kecepatan, keseimbangan, dan kelincahan dapat memberikan kemampuan gerak lebih cepat.

Kecepatana adalah kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan yang sejenis secara berturut-turut di dalam waktu yang sesingkat-singkatnya atau kemampuan untuk menempuh suatu jarak dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh secara cepat, tepat pada waktu sedang bergerak tanpa kehilangn keseimbangan atau kesadaran posisi tubuhnya.

Keseimbangan atau *balance* adalah kemampuan seseorang mengendalikan organ-organ syaraf ototnya selama melakukan gerakan-gerakan cepat terhadap perubahan titik berat badan yang cepat pula baik dalam keadaan statis maupun dalam keadaan dinamis.

Menurut James A. Baley (1982:142) bahwa: “*Agility is generally defined as the ability to change direction quickly and effestively while moving as possible at full speed*”. Secara bebas diartikan bahwa kelincahan pada umumnya didefinisikan sebagai kemampuan merubah arah dengan cepat dan efektif, sambil bergerak atau berlari dengan kecepatan penuh.

Kecepatan, kelincahan, dan keseimbangan sebagai upaya persiapan pelaksanaan menggiring bola, dimana kecepatan, kelincahan, dan keseimbangan akan memberikan manfaat dalam melakukan teknik menggiring bola. Ketiga aspek tersebut merupakan satu kesatuan gerak yang penting dalam menunjang dan melaksanakan teknik menggiring bola sehingga menghasilkan unjuk kerja yang optimal.

Bolabasket termasuk kedalam salah satu materi yang diajarkan pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi di kelas XI SMA Negeri 6 Palopo dan yang menjadi bagian dari materi tersebut adalah teknik *dribble* dalam bola basket. *Dribble* merupakan bagian yang tidak terpisahkan dalam permainan bola basket dan penting bagi permainan individu dan tim. Wissel H (1996:95) mengatakan *Dribble* sebagai salah satu cara membawa bola ke segala arah dengan cara memantulkannya kelantai lapangan.

Namun demikian walaupun cabang olahraga bolabasket cukup menarik dan sangat diminati, akan tetapi hasil belajar bolabasket terutama di SMA N 6 Palopo belum menunjukkan kemampuan bermain bolabasket sesuai dengan yang diharapkan khususnya dalam melakukan teknik *dribbling*, sehingga perlu diadakan penelitian guna mencari penyebab utama sehingga prestasi belajar dan atau bermain pada cabang olahraga bolabasket dapat ditingkatkan.

Dari hasil wawancara dengan guru PJOK dan pengamatan atau observasi pada tanggal 05 September 2018 yang dilakukan di SMA Negeri 6 Palopo menunjukkan masih rendahnya kemampuan siswa dalam melakukan teknik *dribble* dalam permainan bola basket, contohnya ketika proses pembelajaran pelaksanaan permainan bola basket disekolah tersebut didapati masih banyak ditemukan siswa yang belum dapat melaksanakan *dribbling* bolabasket dengan maksimal atau baik, masih ada peserta didik yang pada pelaksanaan *dribbling* masih lambat, kurang gesit pada saat melewati cone/siswa lain pada saat bermain dan keseimbangan dalam kontrol bola pada saat *mendribbling* yang kurang sehingga akan menyulitkan untuk melakukan teknik lainnya setelah *dribbling* seperti, shooting, mengoper dll. Permainan bola basket sudah diajarkan sejak dini. Namun pada kenyataannya di tingkat menengah atas, masih terdapat siswa yang belum mampu untuk melakukan *dribbling* dengan baik dan tepat.

Beranjak dari penjelasan dengan permasalahan yang telah dikemukakan, maka perlu adanya pembuktian secara ilmiah dengan melakukan penelitian, untuk itu peneliti akan melakukan penelitian dengan judul : “Pengaruh kecepatan, keseimbangan, dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bolabasket pada siswa SMA N 6 Palopo.”

#### **METODE**

Metode penelitian biasanya berisi tentang cara – cara menggunakan beberapa metode pendekatan untuk memecahkan masalah yang dihadapi menggunakan alat atau *instrumen* akan dibahas secara luas dan sistematis. Dapat disimpulkan bahwa “ penelitian adalah suatu proses yang dilakukan dengan tujuan memecahkan masalah yang timbul sehingga mendapatkan solusi atau jawaban agar masalah tersebut dapat diselesaikan dan dapat bermanfaat bagi orang banyak”. Adapun penelitian yang dilakukan oleh penulis mengambil lokasi penelitian di SMA Negeri 6 Palopo. Sedangkan untuk subjek penelitiannya adalah

siswa kelas XII SMA Negeri 6 Palopo .

“Variabel Penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2016:38)

Variabel dalam penelitian ini adalah (X1) Kecepatan (X2) Keseimbangan, (X3) Kelincahan dan (Y) Kemampuan *Dribbling* Bolabasket. Kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengerjakan gerakan berkesinambungan dalam bentuk yang sama dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Kecepatan ditentukan dengan lari sejauh 60 meter dalam waktu secepat-cepatnya dalam satuan detik Keseimbangan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan tubuh mempertahankan keseimbangan sambil bergerak, melangkah dan sebelum melangkah harus mempertahankan keseimbangan selama lima detik dengan mengangkat salah satu kaki setinggi lutut (jinjit) melalui modified bass

test of dynamic balance. Dimana pada tes tersebut akan terdapat 10 pos dengan setiap pos memiliki poin maksimal 10, jadi testee akan memiliki 100 point maksimal. Dari dua kali kesempatan tes maka nilai yang diambil adalah nilai yang paling banyak mendapatkan poin.

Kelincahan adalah kesiapan tubuh dan kesanggupan seseorang merubah arah dan posisi tubuh dengan cepat tanpa ada gangguan pada kelincahan atau kesadaran akan posisi tubuh. Adapun pelaksanaan tesnya yaitu dengan *zig-zag run test* dimana testee dapat melewati *cones* dengan cara zig-zag dan dalam waktu secepat mungkin. Kemampuan *dribbling* bola basket adalah kemampuan melakukan gerakan membawa bola ke depan dengan memantul-mantulkan bola ke lantai dengan satu tangan atau secara bergantian baik dengan berjalan atau berlari. Pada pelaksanaan tes tersebut para testee diberikan waktu selama 10 detik untuk melakukan tendangan lurus pada sasaran, dari waktu tersebut akan diperoleh banyaknya tendangan yang dilakukan.



## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1.** Deskripsi data hasil Perhitungan (X1)

|                | (X1)   |
|----------------|--------|
| N              | 30     |
| Mean           | 8.5130 |
| Median         | 8.5050 |
| Std. Deviation | .38756 |
| Variance       | .150   |
| Range          | 1.86   |
| Minimum        | 7.34   |
| Maximum        | 9.20   |
| Sum            | 255.39 |

Sumber: Analisis Data SPSS versi 21, 2018

Dengan data tersebut dapat dibuatkan tabel distribusi Kecepatan reaksi kaki (X2)

**Tabel 2.** Deskripsi data hasil perhitungan (X2)

|                |        |
|----------------|--------|
| N              | 30     |
| Mean           | 68.30  |
| Median         | 68.00  |
| Std. Deviation | 4.450  |
| Variance       | 19.803 |
| Range          | 15     |
| Minimum        | 61     |
| Maximum        | 76     |
| Sum            | 2049   |

Sumber: Analisis Data SPSS versi 21, 2018

**Tabel 3.** Deskripsi data hasil perhitungan (X3)

|                | (X3)   |
|----------------|--------|
| N              | 30     |
| Mean           | 9.0037 |
| Median         | 8.9750 |
| Std. Deviation | .35475 |
| Variance       | .126   |
| Range          | 1.38   |
| Minimum        | 8.26   |

## Hasil Penelitian

|         |        |
|---------|--------|
| Maximum | 9.64   |
| Sum     | 270.11 |

Sumber: Analisis Data SPSS versi 21, 2018

**Tabel 4.** Deskripsi data hasil perhitungan (Y)

|                |       |
|----------------|-------|
| N              | 30    |
| Mean           | 14.30 |
| Median         | 15.00 |
| Std. Deviation | 2.409 |
| Variance       | 5.803 |
| Range          | 8     |
| Minimum        | 10    |
| Maximum        | 18    |
| Sum            | 429   |

Sumber: Analisis Data SPSS versi 21, 2018

Adapun hasil pengujian normalitas data variabel kecepatan, keseimbangan dan kelincahan dalam kemampuan *dribbling* bolabasket siswa SMA N 6 Palopo dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 5.** Hasil Pengujian Normalitas data Variabel kecepatan, keseimbangan, dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada permainan bolabasket pada siswa SMA N 6 Palopo.

| Variabel | KS-Z  | P-Value | $\alpha$ |
|----------|-------|---------|----------|
| X1       | 0.527 | 0.944   | 0.05     |
| X2       | 0.570 | 0.901   | 0.05     |
| X3       | 0.494 | 0.968   | 0.05     |
| Y        | 0.468 | 0.981   | 0.05     |

Pengujian hipotesis dari data setiap variabel yang dikemukakan pada hipotesis tersebut dilakukan dengan menggunakan dengan SPSS versi 21. Adapun hasil yang diperoleh dapat dilihat pada table koefisien persamaan structural model I sebagai berikut:

**Tabel 6.** Hasil analisis multivariate regresi struktur 1 variabel kecepatan terhadap kelincahan.

| VARIABEL | BETA  | P     | $\alpha$ |
|----------|-------|-------|----------|
| X1       | 0,528 | 0,000 | 0,05     |
| X3       |       |       |          |
| X2       |       |       |          |
| X3       | 0,579 | 0,000 | 0,05     |

Persamaan tabel Tabel 6 di atas dikatakan layak untuk digunakan karena nilai  $P$  pada uji tersebut  $<0,05$ . Dari tabel koefisien Model

Sub Struktur 1 diatas diperoleh nilai koefisien persamaan struktural untuk variabel kecepatan terhadap kelincahan sebesar 0,528. Artinya terdapat pengaruh langsung yang signifikan kecepatan terhadap kelincahan

Persamaan diatas dikatakan layak untuk digunakan karena nilai  $P$  pada uji tersebut  $< 0,05$ . Dari tabel koefisien Model Sub Struktur 1 diatas diperoleh nilai koefisien persamaan struktural untuk variabel kecepatan terhadap kelincahan sebesar 0,528. Artinya terdapat pengaruh langsung yang signifikan kecepatan terhadap kelincahan.

Adapun hasil pengolahan data menggunakan SPSS versi 21 untuk hipotesis tersebut dapat dilihat pada table berikut:

**Tabel 7.** Hasil analisis multivariate regresi struktur 2 variabel kecepatan, keseimbangan, dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada permainan bolabasket.

| Variabel | Beta   | P     | $\alpha$ |
|----------|--------|-------|----------|
| X1       | 0,469  | 0,001 | 0,05     |
| Y        |        |       |          |
| X2       | -0,383 | 0,006 | 0,05     |
| Y        |        |       |          |
| X3       | 0,350  | 0,024 | 0,05     |
| Y        |        |       |          |

- a) Nilai koefisien persamaan struktural untuk variabel kecepatan terhadap *dribbling* bolabasket sebesar 0,469 dengan signifikan yang diperoleh adalah 0,001. Karena nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 ( $0,001 < 0,05$ ) maka dapat diambil keputusan  $H_0$  ditolak. Artinya terdapat pengaruh langsung yang signifikan kecepatan terhadap *dribbling* bolabasket.
- b) Nilai koefisien keseimbangan terhadap *dribbling* bolabasket sebesar -0,383 dengan signifikan yang diperoleh adalah 0,006. Karena nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 ( $0,006 < 0,05$ ) maka dapat diambil keputusan  $H_0$  ditolak. Artinya terdapat pengaruh langsung yang signifikan keseimbangan terhadap *dribbling* bolabasket.

- c) Nilai koefisien kelincahan terhadap *dribbling* bolabasket sebesar 0,350 dengan signifikan yang diperoleh adalah 0,024. Karena nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 ( $0,024 < 0,05$ ) maka dapat diambil keputusan  $H_0$  ditolak. Artinya terdapat pengaruh langsung yang signifikan kelincahan terhadap *dribbling* bolabasket.

Dalam desain analisis jalur terdapat pengaruh secara tidak langsung, maka hipotesis tersebut juga perlu diuji apakah memiliki pengaruh tidak langsung yang signifikan atau tidak memiliki pengaruh tidak langsung yang signifikan. Koefisien yang dapat menjelaskan pengaruh antar variabel ini adalah *standardized coefficient beta*.

Pada hipotesis keenam yaitu untuk mengetahui apakah ada pengaruh tidak langsung kecepatan melalui kelincahan terhadap *dribbling* bolabasket. Diketahui nilai koefisien beta pengaruh langsung kecepatan terhadap kelincahan adalah 0,528 dan nilai koefisien beta pengaruh langsung kelincahan

terhadap *dribbling* bolabasket adalah 0,350. Maka nilai koefisien beta pengaruh tidak langsung kecepatan melalui kelincahan terhadap *dribbling* bolabasket adalah  $(0,528 \times 0,350 = 0,1848)$ . Dan hasil analisis multivariate dari variabel kecepatan dengan variabel kelincahan diperoleh nilai sig sebesar 0,000 dan nilai kecepatan terhadap *dribbling* bolabasket diperoleh nilai sig sebesar 0,001. Maka nilai sig pengaruh tidak langsung kecepatan melalui kelincahan terhadap *dribbling* bola basket adalah  $(0,000 \times 0,001 = 0,000)$ . Karena nilai sig lebih kecil dari 0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pengaruh kecepatan cenderung berpengaruh secara langsung *dribbling* bolabasket tanpa perlu melalui faktor kelincahan.

Pada hipotesis ketujuh yaitu untuk mengetahui apakah ada pengaruh tidak langsung keseimbangan melalui kelincahan terhadap *dribbling* bolabasket. Diketahui nilai koefisien beta pengaruh langsung keseimbangan terhadap kelincahan adalah -0,579 dan nilai koefisien beta pengaruh

langsung kelincahan terhadap *dribbling* bolabasket adalah 0,350. Maka nilai koefisien beta pengaruh tidak langsung percaya diri melalui *motor ability* terhadap hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah  $(-0,579 \times 0,350 = -0,20265)$ . Dan hasil analisis multivariate dari variabel keseimbangan dengan variabel kelincahan diperoleh nilai sig sebesar 0,000 dan nilai keseimbangan terhadap *dribbling* bolabasket diperoleh nilai sig sebesar 0,006. Maka nilai sig pengaruh tidak langsung motivasi melalui *motor ability* terhadap hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah  $(0,000 \times 0,006 = 0,000)$ . Karena nilai sig lebih kecil dari 0,05 Sehingga dapat disimpulkan bahwa pengaruh keseimbangan cenderung berpengaruh secara langsung terhadap *dribbling* bolabasket tanpa perlu melalui faktor kelincahan.

### **1. Ada pengaruh langsung kecepatan terhadap kelincahan pada siswa SMAN 6 Palopo.**

Dari hasil analisis data yang diperoleh ada tiga hal yang ditunjukkan. Pertama, nilai koefisien

betavariabel kecepatan terhadap kelincahan sebesar 0,528. Kedua, nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0,000. Ketiga, nilai signifikan yang diperoleh lebih kecil dari  $\alpha$  0,05 ( $0,000 < 0,05$ ).

**2. Ada pengaruh langsung keseimbangan terhadap kelincahan pada siswa SMAN 6 Palopo.**

Dari hasil analisis data yang diperoleh ada tiga hal yang ditunjukkan. Pertama, nilai koefisien betavariabel keseimbangan terhadap kelincahan sebesar -0,579. Kedua, nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0,000. Ketiga, nilai signifikan yang diperoleh lebih kecil dari  $\alpha$  0,05 ( $0,000 < 0,05$ ).

**3. Ada pengaruh langsung kecepatan terhadap *dribbling* bolabasket siswa XI SMAN 6 Palopo.**

Dari hasil analisis data yang diperoleh ada tiga hal yang ditunjukkan. Pertama, nilai koefisien betavariabel kecepatan terhadap *dribbling* bolabasket sebesar 0,469. Kedua, nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0,001. Ketiga, nilai signifikan yang diperoleh lebih kecil dari  $\alpha$  0,05 ( $0,001 < 0,05$ ).

**4. Ada pengaruh langsung keseimbangan terhadap *dribbling* bolabasket siswa SMAN 6 Palopo.**

Dari hasil analisis data yang diperoleh ada tiga hal yang ditunjukkan. Pertama, nilai koefisien betavariabel keseimbangan terhadap *dribbling* bolabasket sebesar -0,383. Kedua, nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0,006. Ketiga, nilai signifikan yang diperoleh lebih kecil dari  $\alpha$  0,05 ( $0,006 < 0,05$ ).

**5. Ada pengaruh langsung kelincahan terhadap *dribbling* bolabasket siswa SMAN 6 Palopo.**

Dari hasil analisis data yang diperoleh ada tiga hal yang ditunjukkan. Pertama, nilai koefisien betavariabel kelincahan terhadap *dribbling* bolabasket sebesar 0,350. Kedua, nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0,024. Ketiga, nilai signifikan yang diperoleh lebih kecil dari  $\alpha$  0,05 ( $0,024 < 0,05$ ).

**Kesimpulan dan Saran**

Penelitian ini mengkaji tentang pengaruh beberapa kondisi fisik dalam olahraga pencak silat BKMF Pencak Silat FIK UNM. Berdasarkan hasil penelitian dan

pembahasan yang telah di kemukakan, maka dapat ditarik sebuah kesimpulan. 1) Ada pengaruh langsung kecepatan terhadap kelincahan dalam permainan bola basket pada siswa SMA N 6 Palopo 2) Ada pengaruh langsung keseimbangan terhadap kelincahan dalam permainan bola basket pada siswa SMA N 6 Palopo. 3) Ada pengaruh langsung kecepatan terhadap kemampuan dribbling dalam permainan bola basket pada siswa SMA N 6 Palopo. 4) Ada pengaruh langsung keseimbangan terhadap kemampuan dribbling dalam permainan bola basket pada siswa SMA N 6 Palopo. 5) Ada pengaruh langsung kelincahan terhadap kemampuan dribbling dalam permainan bola basket pada siswa SMA N 6 Palopo. 6) Ada pengaruh tidak langsung kecepatan melalui kelincahan terhadap kemampuan dribbling dalam permainan bola basket pada siswa SMA N 6 Palopo. 7) Ada pengaruh tidak langsung keseimbangan melalui kelincahan terhadap kemampuan dribbling dalam permainan bola basket pada

siswa SMA N 6 Palopo. Berdasarkan kesimpulan penelitian tersebut di atas, maka dapat disarankan kepada Guru Olahraga, agar didalam memilih teknik permainan bolabasket yang ingin dikembangkan perlu memperhatikan komponen fisik yang dimiliki seperti kecepatan, kelincahan dan keseimbangan, Bagi pemain bolabasket, diharapkan agar melakukan aktivitas olahraga dengan

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- A.Sarumpaet. 1992. *Permainan Besar*. Padang : Depdikbud
- Abdullah, Arma. 1984. *Olahraga Untuk Perguruan Tinggi*. Sastra Udayana, jakarta
- Aip Syarifuddin dan Muhadi. (1992). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta
- Baley, James A. 1986. *Pedoman Atlet Teknik Peningkatan Ketangkasan dan Stamina*. Semarang : Bahasa Prise
- Halim, Nur Ichsan.(2011).*Tes dan Pengukuran Kesegaran Jasmani*.Makassar: badan Penerbit Universitas Negeri Makassar, Gedung BP 101

- Kampus UNM Gunungsari  
Baru
- Jakarta: P2LPTK Dirjen Dikti  
Depdikbud
- McClenaghan, Rotella, Pate. 1993. *Dasar-Dasar Ilmiah Kepeleatihan*. Semarang: IKIP Semarang Press
- M. Sajoto. 1995. *Pembinaan Kondisi Fisik Olahraga*. Jakarta : Depdikbud Dirjen Dikti PPLPTK
- Muhajir, *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk Kelas X*, Jakarta: Erlangga, PT.Gelora Aksara Pratama
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung : Alfabeta
- Wissel Hall, 1996. *Bola basket*. Jakarta : Raja Grafindo.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Engkos Kosasih. 1985. *Olahraga Teknik dan Program Latihan*. Jakarta: Akademika Presindo.
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologi dalam Coaching*. Jakarta : PT. Dirjen Dikti P2LPT
- Hocke dan Nasution. 1956. *Olahraga dan Prestasi*. Bandung : Penerbit Ternate
- Hughes charles. 1980. *Soccer Tactics and Skill*. London:British Broadcasting Coporation
- Imam Sodikun, 1992. *Olahrag, Pilihan Bola Basket*. Jakarta Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan.
- Lutan, Rusli. 1988. *Belajar Ketrampilan Motorik Pengatar Teori dan Metode*.