



---

**HUBUNGAN KELINCAHAN, KESEIMBANGAN DAN KOORDINASI MATA TANGAN TERHADAP KEMAMPUAN *DRIBBLE* BOLA BASKET CLUB DHARMAMUDA**

**Julio Wibhisono<sup>1</sup>, Nugroho Susanto<sup>2</sup>, Nuridin Widya Pranoto<sup>3</sup>, Ilham<sup>4</sup>**

<sup>1234</sup>Departemen Kesehatan Dan Rekreasi, Universitas Negeri Padang, Padang 25132, Indonesia.

\*Coressponding Author. E-mail : [wibhisonojulio@gmail.com](mailto:wibhisonojulio@gmail.com)

*Received: 2 february artikel dikirim; Revised: 3 Maret artikel revisi; Accepted: 30 Maret artikel diterima*

---

**Abstrak**

Masalah dalam penelitian ini yaitu menduga bahwa masih rendahnya kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *dribble* bola basket klub dharmamuda. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menentukan apakah ada korelasi antara variabel atau untuk membuat prediksi berdasarkan korelasi. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode deskriptif kontatif dan pengujian korelasi antar variabel yang diteliti atau subjek yang diteliti. Tujuan studi ini adalah untuk menentukan apakah variabel yang diteliti memiliki korelasi satu sama lain atau untuk membuat prediksi berdasarkan hubungannya. Metode pengambilan sampel purposive digunakan untuk mengumpulkan sampel berdasarkan kelompok umur 13-17 tahun dengan total keseluruhan berjumlah 30 orang yang terdiri dari 17 pria dan 13 wanita. Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes lari bolak balik, keseimbangan menggunakan tes *standing stork*, koordinasi mata tangan dengan tes dinding dengan target, dan tes *dribbling*. Hasil penelitian diperoleh, 1). Terdapat hubungan antara kelincahan terhadap keterampilan *dribble* atlet Klub Dharmamuda. 2). Memiliki hubungan antara keseimbangan terhadap keterampilan *dribble* atlet Klub Dharmamuda. 3). Adanya hubungan antara koordinasi mata tangan terhadap keterampilan *dribble* atlet Klub Dharmamuda. 4). Ada hubungan antara kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata tangan terhadap keterampilan *dribble* atlet Klub Dharmamuda.

**Kata Kunci** : *Kelincahan, Keseimbangan, Koordinasi Mata Tangan, Dribble.*

**Abstract.**

*The problem in this study is to suspect that there is still low agility, balance and hand eye coordination on the basketball dribble ability of the dharmamuda club. The purpose of this study is to determine whether there is a correlation between variables or to make predictions based on correlation. The research method used is descriptive contative method and testing the correlation between the variables studied or the subjects studied. The purpose of this study is to determine whether the variables under study have a correlation with each other or to make predictions based on their relationship. The purposive sampling method was used to collect samples based on the age group 13-17 years with a total of 30 people consisting of 17 men and 13 women. The research instruments used were alternating running tests, balance using the standing stork test, hand eye coordination with wall tests with targets, and dribbling tests. The results of the study obtained, 1). There is a relationship between agility and dribble skills of Dharmamuda Club athletes. 2). There is a relationship between balance and the dribble skills of Dharmamuda Club athletes. 3). There is a relationship between hand eye coordination on the dribble skills of Dharmamuda Club athletes. 4). There is a relationship between agility, balance and hand eye coordination on the dribble skills of Dharmamuda Club athletes.*

 <https://doi.org/10.21831/jk.vXiY.00001>

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



## PENDAHULUAN

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan ekstrakurikuler yang ada di sekolah. Menurut Litardiansyah & Hariyanto (2020: 331), Kegiatan pembelajaran ekskursi dapat diklasifikasikan sebagai kegiatan akademik atau ekstrakurikuler yang dilakukan di sekolah. Kegiatan ini tidak termasuk dalam kurikulum sekolah dan dilakukan di luar jam pelajaran reguler.

Olahraga bola basket adalah permainan olahraga yang paling populer di kalangan pelajar. Bola basket adalah permainan yang sangat penting, menjadikannya salah satu yang paling populer di Indonesia, (Candra et al., 2020, pp. 127). Dibuktikan dengan adanya kompetisi antar sekolah menengah atas yang bernama *Developmental Basketball Language* (DBL) diikuti oleh beberapa sekolah yang dilaksanakan setiap tahunnya di beberapa wilayah di Indonesia. Adanya ajang kompetisi tersebut membuktikan pelajar Indonesia memiliki antusias besar dalam olahraga bola basket. Melalui kompetisi DBL, olahraga bola basket semakin dikenal oleh masyarakat Indonesia.

Karena bola basket adalah permainan yang menarik dan atraktif untuk dimainkan oleh pria dan wanita, bola basket menjadi olahraga yang sangat populer. Ini karena ada banyak pemain dan teknik yang menarik. Bola basket pada awalnya dimainkan di dalam ruangan, tetapi sekarang ini dimainkan baik di dalam maupun di luar ruangan dan sepanjang hari.

## METODE

Jenis penelitian ini dengan menggunakan metode penelitian korelasional, yang menentukan korelasi antara dua variabel, atau lebih.

Penelitian ini dilakukan dilapangan SMAN 1 KOTO BARU, Kecamatan Koto Baru, Kabupaten Dharmasraya, Provinsi Sumatera Barat, dan dilaksanakan setelah seminar proposal dilakukan. Adapun populasi penelitian ini adalah seluruh pemain klub Dharmamuda tahun 2024 yang aktif berpartisipasi dalam latihan. Sampel penelitian ini adalah terdiri dari klub Dharmamuda kelompok umur 13-17 tahun yang berjumlah 30 orang, alasannya karena kelompok usia 13-17 tahun yang ada di klub Dharmamuda sebanyak 30 orang, maka dari itu untuk memudahkan proses penelitian berdasarkan sampel yang ada diambil dari kelompok umur 13-17 tahun. Ditarik dengan teknik *purposive sampling*, sampel yang ditarik berdasarkan kelompok umur. Data yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah data sekunder dan data primer. Data sekunder yang diambil dari pelatih klub Dharmamuda berupa jumlah populasi. Data primer yang dibutuhkan diambil dari pemain klub Dharmamuda berupa hasil tes, kecepatan, koordinasi mata tangan dan kemampuan *dribbling*. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan tes kelincahan menggunakan tes lari bolak balik (arsil 2010), keseimbangan menggunakan tes *standing stork* (Syarifudin, 2010), dan koordinasi mata tangan dengan tes dinding target tes (Skripsi agung erlangga) dan tes *dribbling* (jurnal vidya nugraheni).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil disajikan dalam bentuk grafik, tabel, atau deskripsi. Sebelum berbicara, hasil penelitian perlu dianalisis dan ditafsirkan. Tabel harus disiapkan sesegera mungkin setelah

teks deskripsi hasil penelitian. Jika lebar tabel kurang dari setengah tinggi total, tabel dapat digunakan untuk mengidentifikasi satu titik rendah. Tabel diberi judul sesuai dengan panjangnya, dan setiap baris diikuti dengan huruf kapital, kecuali garis penghubung. Jika judul tabel melebihi dari satu baris, gunakan spasi tunggal di antara baris. Untuk hasil yang berbentuk grafik, skema, diagram, atau gambar, judul atau nama grafik ditampilkan di bawah grafik, sejajar dengan salah satu sumbu vertikal grafik. Gunakan spasi antarbaris jika judul gambar lebih dari satu baris.

Fokus penelitian haruslah menghubungkan data dan hasil analisis dengan pertanyaan atau tujuan penelitian dan konteks teori yang lebih komprehensif. Selain itu, analisis dapat menjelaskan mengapa fakta-fakta tertentu muncul dalam data. Analisis harus didasarkan pada data yang dibahas dan tidak terdistorsi oleh data yang disebutkan.

**Tabel 6. Deskriptif Putra**

Statistik	N	Mean	Median	Standar Deviasi	Minimum	Maximum	Sum
<i>Kelincahan</i>	17	19.07824	18.55	2.332714	16.31	25.41	324.33
<i>Tes Keseimbangan</i>	17	10.40353	8.17	8.207171	2.53	37.22	176.86
<i>Koordinasi mata tangan</i>	17	16.94118	17	2.331056	11	20	288
<i>Dribble</i>	17	8.784118	8.19	1.604408	6.57	11.81	149.33

**Tabel 7. Deskriptif Putri**

Statistik	N	Mean	Median	Standar Deviasi	Minimum	Maximum	Sum
<i>Kelincahan</i>	13	21.09692	21.01	1.099692	19.59	22.62	274.26
<i>Tes Keseimbangan</i>	13	11.60077	8.19	12.31762	2.58	48.38	150.81
<i>Koordinasi Mata Tangan</i>	13	13.61538	15	4.51919	1	18	177
<i>Dribble</i>	13	8.913846	8.62	0.936416	7.48	11.05	115.88

Dari hasil data tersebut masing variabel akan dijelaskan sebagai berikut :

**1. Deskripsi Variabel Kelincahan Atlet Bola Basket Klub Dharmamuda**

Data kelincahan didapatkan melalui tes kelincahan yang diukur menggunakan *millionis agility test* yang diikuti 30 peserta Atlet Bola Basket Klub Dharmamuda. Hasilnya dapat disimak pada tabel 8 dan 9 seperti berikut :

No	Interval	Kelompok	Frekuensi	Presentase (%)
1.	< 15,2	Sangat Bagus	0	0%
2.	15,2-16,1	Di atas rata-rata	0	0%
3.	16,2-18,1	Rata-rata	7	41.18%
4.	18,2-19,3	Di bawah rata-rata	4	23.52%
5.	>19,3	Buruk	6	35.30%
<b>Jumlah</b>			17	100%

**Tabel 9. Kategori Hasil Kelincahan Putri (X1)**

No	Interval	Keterangan	Frekuensi	Presentase (%)
1.	< 17,0	Sangat Bagus	0	0%
2.	17,0-17,9	Diatas rata – rata	0	0%
3.	18,0-21,7	Rata – rata	9	69.23%
4.	21,8-23,0	Dibawah rata – rata	4	30.77%
5.	>23,0	Buruk	0	0%
<b>Jumlah</b>			13	100%

Dari hasil perhitungan tersebut menunjukkan hasil kelincahan atlet bola basket Klub Dharmamuda pada peserta putra berada pada kategori “rata-rata” sebesar 41.18% (7 atlet), “dibawah rata-rata” sebesar 23.52% (4 atlet), “buruk” sebesar 35.30% (6 Atlet). Kemudian pada peserta putri berada pada kategori “rata-rata” sebesar 69.23% (9 atlet) dan “di bawah rata-rata” sebesar 30.77% (4 atlet). Hasil tersebut dapat diartikan bahwa hasil kemampuan kelincahan atlet bola basket Klub Dharmamuda adalah rata-rata.

## **2. Deskripsi Variabel Keseimbangan Atlet Bola Basket Klub Dharmamuda**

Data koordinasi mata tangan didapatkan melalui tes koordinasi mata tangan yang diukur melalui *Standing Stork Test* yang diikuti 30 peserta atlet bola basket klub dharmamuda. Hasil dapat disimak pada tabel sebagai berikut :

**Tabel 10. Kategori Hasil Keseimbangan (X2)**

No	Rentang Norma	Penggelompokan	Frekuensi	Presentase (%)
----	---------------	----------------	-----------	----------------

1.	≥ 3,6	Baik sekali	2	6.67%
2.	2,7 - 3,5	Baik	0	0%
3	1,8 - 2,6	Sedang	2	6.67%
4	1 - 1,7	Kurang	6	23.33%
5	0 – 0,9	Kurang sekali	19	63.33%
<b>Jumlah</b>			30	100%

Dari hasil perhitungan tersebut menunjukkan hasil keseimbangan atlet bola basket klub dharmamuda pada berada pada kelompok “sangat baik” sebesar 6.67% (2 atlet), “Sedang” sebesar 6.67% (2 atlet) “kurang” sebesar 23.33% (7 atlet) “kurang sekali” sebesar 63.33% (19 atlet). Hasil tersebut dapat diartikan bahwa hasil kemampuan keseimbangan atlet bola basket klub dharmamuda hasil yang didapat adalah kurang sekali.

### 3. Deskripsi Variabel Koordinasi Mata Tangan Atlet Bola Basket Klub Dharmamuda

Data koordinasi mata tangan didapatkan melalui tes koordinasi mata tangan diukur dengan melempar bola tenis yang diikuti 30 atlet bola basket klub dharmamuda. Hasilnya dapat dipaparkan pada tabel sebagai berikut :

**Tabel 11. Kategori Hasil Koordinasi Mata Tangan (X2)**

No	Interval	Keterangan	Frekuensi	Nilai (%)
1.	18>	Sangat Baik	5	16.67%
2.	15-17	Baik	18	60%
3.	8-4	Sedang	6	20%
4.	5-7	Kurang Baik	0	0%
5.	<4	Tidak Baik	1	3.33%
<b>Jumlah</b>			30	100%

Dari perhitungan tersebut menunjukkan hasil koordinasi mata tangan atlet bola basket klub dharmamuda berada pada kategori “sangat baik” sebesar 16.67% (5 atlet) dan “baik” sebesar 60% (18 atlet) “sedang” sebesar 20% (6 atlet) “tidak baik” 3.33% (1 atlet). Hasil tersebut dapat diartikan bahwa hasil kemampuan koordinasi mata tangan atlet bola basket klub dharmamuda adalah baik.

### 4. Deskripsi Variabel Menggiring Bola Atlet Bola Basket Klub Dharmamuda

Data menggiring bola didapatkan melalui tes menggiring bola yang diukur melalui tes menggiring bola yang terdapat pada tes dribble zig-zag yang diikuti 30 atlet bola basket klub dharmamuda. Hasilnya dapat disimak pada tabel sebagai berikut :

No	Skor Baku	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
1.	65>	Baik Sekali	1	3.33%
2.	55-64	Baik	8	26.67%
3.	45-54	Cukup	13	43.33%
4.	35-44	Kurang	4	13.33%
5.	<34	Kurang Sekali	4	13.33%
<b>Jumlah</b>			30	100%

Dari hasil perhitungan tersebut menunjukkan hasil menggiring bola atlet bolabasket klub dharmamuda sebesar berada dalam kategori "baik sekali" 3.33% (1 atlet), "baik" sebesar 26.67% (8 atlet), "cukup" sebesar 43.33% (13 atlet), "kurang" sebesar 13.33% (4 atlet) dan "kurang sekali" sebesar 13.33% (4 atlet). Hasil tersebut dapat diartikan bahwa hasil kemampuan menggiring atlet bola basket klub dharmamuda adalah cukup.

#### **SIMPULAN**

Hasil analisis data, studi pustaka, elaborasi data, dan pembahasan menunjukkan bahwa:

1. Terdapat korelasi dengan kelincahan dan keterampilan menggiring bola antara anggota klub Dharmamuda.
2. Memiliki hubungan antara keseimbangan terhadap keterampilan menggiring bola atlet klub dharmamuda.
3. Ada hubungan antara koordinasi mata tangan terhadap keterampilan menggiring bola atlet klub dharmamuda.
4. Ada hubungan antara kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata tangan terhadap keterampilan menggiring bola atlet klub dharmamuda.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Arsil. (2010). *Evaluasi Pendidikan Jasmani*. Malang. Wineka Media
- Candra, O., Dupri, & Irshanty, N. P. (2020). Analysis Conditions Basketball Referee Riau (AWABRI). *Jp.Jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 3(2),
- Litardiansyah, B. A., & Hariyanto, E. (2020). Survei kondisi fisik peserta ekstrakurikuler futsal putra dan putri sekolah menengah atas. *Sport Science and Health*, 2(6), 331-339.
- Syarifudin. 2010. Reliabilitas dan Validitas. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.