

**HUBUNGAN KOORDINASI MATA TANGAN DAN PERCAYA DIRI
TERHADAP KEMAMPUAN *DRIBBLING* PADA PERMAINAN
BOLA BASKET SISWA SMA NEGERI 5 KOTA JAMBI**

SKRIPSI



OLEH :

**NABILA TAMTICA
NIM. K1A120054**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KEPELATIHAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS JAMBI
2024**

**HUBUNGAN KOORDINASI MATA TANGAN DAN PERCAYA DIRI
TERHADAP KEMAMPUAN *DRIBBLING* PADA PERMAINAN
BOLA BASKET SISWA SMA NEGERI 5 KOTA JAMBI**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk memenuhi
Sebagian Syarat-Syarat memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan**



OLEH :

NABILA TAMTICA

NIM. K1A120054

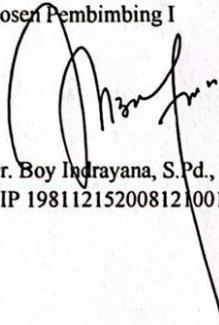
**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KEPELATIHAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS JAMBI**

2024

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul “**Hubungan Koordinasi Mata Tangan dan Percaya Diri Terhadap Kemampuan *Dribbling* Pada Permainan Bola Basket Siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi**” diajukan oleh Nabila Tamticia NIM: KIA20054 telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan dalam Sidang Skripsi.

Dosen Pembimbing I



Dr. Boy Indrayana, S.Pd., M.Pd.
NIP 198112152008121001

Dosen Pembimbing II



Yusra Dinafi, S.Pd., M.Pd.
NIP. 197804102006041003

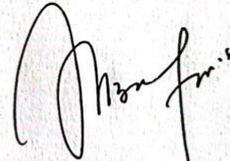
HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul Hubungan Kordinasi Mata Tangan dan Percaya Diri Terhadap Kemampuan *Dribbling* Pada Permainan Bola Basket Siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi. Skripsi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, yang disusun oleh Nabila Tamtita Nomor Induk Mahasiswa KIA20054 telah dipertahankan di depan tim Penguji pada 30 Mei, 2024.

Tim Pembimbing

Dr. Boy Indrayana, S.Pd., M.Pd
NIP. 198112152008121001

Ketua

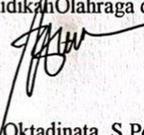


Yusra Dinafi, S.Pd., M.Pd
NIP. 1997804102006041003

Sekretaris



Jambi,
Mengetahui, Ketua Prodi
Pendidikan Olahraga dan Kesehatan



Alek Oktadinata, S.Pd., M.Pd
NIP. 198810242015041003

Didaftarkan Tanggal :

Nomor :

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Nabila Tamtica

NIM : KIA20054

Program Studi : Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini benar-benar karya sendiri dan bukan merupakan jiplakan dari penelitian pihak lain. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini merupakan jiplakan atau plagiat, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab.

Jambi, 5 Juni 2024
Yang Membuat
Pernyataan



Nabila Tamtica
NIM.KIA20054

ABSTRAK

Nabila. 2024. **Hubungan Koordinasi Mata – Tangan Dan Percaya Diri Terhadap Kemampuan *Dribbling* Pada Permainan Bola Basket Siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi.** Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi. Pembimbing I Dr. Boy Indrayana S.Pd., M.Pd Pembimbing II Yusra Dinafi S.Pd., M.Pd

Tujuan penelitian ini adalah (1) untuk mengetahui apakah ada hubungan koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bolabasket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi. (2) untuk mengetahui apakah ada hubungan percaya diriterhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bola basket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi. (3) untuk mengetahui apakah ada hubungan koordinasi mata tangandan percaya diri terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bolabasket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi.

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dan inferensial. Populasi target adalah seluruh siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi. Sedangkan populasi terjangkau dalam penelitian ini adalah kelas 2 IPA dan kelas 2 IPS. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi dengan jumlah 30 yang berjenis kelamin Perempuan yang diperoleh melalui simple random sampling. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis statistik deskriptif dan inferensial dengan bantuan program komputer SPSS 18.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa (1) Ada hubungan yang signifikan koordinasi mata-tangan terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bola basket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi sebesar 72,2%. (2) Ada hubungan yang signifikan percaya diri terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bola basket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi sebesar 73,5%. (3) Ada hubungan yang signifikan koordinasi mata tangan dan percaya diri terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bola basket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi sebesar 81,1%.

Kata Kunci : Koordinasi Mata-Tangan, , Percaya diri, Kemampuan *Dribbling*.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehaadirat Allah SWT karena atas segala rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyusun skripsi dengan judul "**Hubungan Koordinasi Mata Tangan dan Percaya Diri Terhadap Kemampuan *Dribbling* Pada Permainan Bola Basket Siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi**". Untuk memenuhi sebagian syarat mendapat gelar sarjana pendidikan olahraga dan kesehatan.

Dalam menyusun skripsi ini penulis banyak sekali mendapat bantuan, bimbingan, motivasi dan arahan. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Helmi, SH, MH selaku Rektor Universitas Jambi, yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk meneruskan pendidikan saya ke jenjang Sarjana (S1)
2. Bapak Prof. Dr. M. Rusdi, S.Pd., M.Sc Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi.
3. Bapak Dr. Palmizal A, S.Pd, M.Pd sebagai Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kepeleatihan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi.
4. Bapak Dr. Boy Indrayana, S.Pd, M.Pd sebagai Sekertaris Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kepeleatihan sekaligus Dosen Pembimbing I yang telah memberikan arahan dan bimbingan dalam penyusunan skripsi.
5. Bapak Yusra Dinafi, S.Pd., M.Pd sebagai Dosen Pembimbing II yang telah memberikan arahan dan bimbingan serta support dalam penyusunan skripsi.
6. Segenap Dosen pada Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kepeleatihan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi yang telah memberikan kuliah sebagai bahan dalam proses penulisan skripsi.
7. Seluruh Staf Tata Usaha di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi yang telah membantu menyelesaikan Khususnya dibidang administrasi sehingga penulis bisa menyelesaikan studinya.
8. Kedua Orang tua yang selalu memberikan kasih sayang, doa, nasehat, serta atas kesabaran yang luar biasa dalam setiap langkah hidup penulis, yang merupakan anugrah terbesar dalam hidup. Penulis berharap dapat menjadi anak yang dapat dibanggakan.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Untuk itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan dan perbaikan dalam penyusunan dimasa yang akan datang. Akhir kata penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat dan berguna bagi semua pihak yang membutuhkan.

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	6
1.3 Batasan Masalah	7
1.4 Rumusan Masalah.....	8
1.5 Tujuan Penelitian	9
1.6 Manfaat Penelitian	9
BAB II KAJIAN TEORETIK	
2.1 Permainan Bola Basket	11
2.1.1 Teknik Dasar Permainan Bolabasket	12
2.1.2 Teknik Mengoper Bola (Passing) dan Menerima Bola (Catching) ..	15
2.1.3 Teknik Menembak (Shooting)	20
2.1.4 Teknik Menggiring (<i>Dribbling</i>)	25
2.2 <i>Dribble</i> (Menggiring Bola)	27
2.3 Koordinasi Mata Tangan	30
2.4 Percaya Diri	33
2.5 Penelitian relevan.....	40
2.6 Kerangka Berfikir	41
2.7 Hipotesis	42
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Jenis dan Lokasi Penelitian	43
3.2 Variabel Penelitian.....	43
3.3 Desain Penelitian	43
3.4 Definisi Operasional Variabel	44

3.5 Populasi dan Sampel.....	45
3.6 Teknik Pengumpulan Data	47
3.6 Teknik Analisis Data.....	52
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.11 Penyajian hasil analisis data	53
4.2 Pembahasan	60
BAB V SIMPULAN IMPLIKASI DAN SARAN	
5.1. Simpulan.....	67
5.2. Implikasi	67
5.3. Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN	71

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Skor Skala Percaya Diri	51
3.2 Kisi-kisi angket percaya diri.....	52
4.1 Rangkuman analisis deskriptif data	53
4.2 Hasil uji normalitas data dengan menggunakan bantuan SPSS.....	55
4.3 Ringkasan uji linearitas X_1, X_2 , dengan Y	56
4.4 Rangkuman hasil analisis regresi sederhana antara koordinasi mata- tangan, percaya diri terhadap kemampuan <i>dribbling</i>	57
4.5 Rangkuman hasil analisis regresi ganda antara koordinasi mata-tangan, percaya diri terhadap kemampuan <i>dribbling</i>	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Lapangan bola basket.....	13
2.2 Posisi tangan dalam memegang bola.....	17
2.3 Lemparan dada dengan dua tangan.....	17
2.4 Lemparan dua tangan atas kepala.....	18
2.5 Lemparan pantulan.....	19
2.6 Sikap menerima dan menangkap bola.....	20
2.7 <i>Set Shot</i>	22
2.8 Tembakan <i>lay-up</i>	23
2.9 Tembakan dengan satu tangan.....	24
2.10 <i>Jump Shot</i>	24
2.11 <i>Free Throw</i>	25
2.12 Teknik menggiring bola.....	27
3.1 Desain Penelitian.....	44
3.2. Diagram Lintasan Tes Menggiring Bola.....	48
3.3 Dinding target tes koordinasi mata tangan.....	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Instrumen Percaya Diri.....	71
2. Rangkuman hasil analisis regresi ganda antara koordinasi mata-tangan, percaya diri terhadap kemampuan <i>dribling</i>	73
3. Rangkuman Deskriptif Data	74
4. Uji Normalitas Data	81
5. Hasil Analisis Korelasi Pearson	82
6. Uji Linearitas	83
7. Hasil Analisis Regression X1 terhadap Y	84
8. Hasil Analisis Regression X2 terhadap Y	85
9. Hasil Analisis Regression X1,X2 terhadap Y.....	86
10. Dokumentasi Penelitian	87

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Hakekat olahraga merupakan kegiatan fisik yang mengandung sifat permainan dan berries perjuangan melawan diri sendiri atau dengan orang lain atau konfrontasi dengan unsur-unsur alam. Kegiatan olahraga meliputi gaya pertandingan, maka kegiatan itu harus dilaksanakan dengan semangat atau jiwa sportif. Pada olahraga kelompok mendorong manusia saling bertanding dalam suasana kegembiraan dan kejujuran. Olahraga memberi kemungkinan pada tercapainya rasa saling mengerti dan menimbulkan solidaritas serta tidak mementingkan diri sendiri. Olahraga juga dapat dijadikan alat pemersatu. Selain itu olahraga juga dapat membuat tubuh seseorang menjadi sehat jasmani dan rohani yang akhirnya akan membentuk manusia yang berkualitas. Mengingat pentingnya peranan olahraga dalam kehidupan manusia, juga dalam usaha ikut serta memajukan manusia Indonesia berkualitas, maka pemerintah Indonesia mengadakan pembinaan dan pengembangan di bidang olahraga, seperti mengadakan pertandingan-pertandingan olahraga yang biasanya diikuti oleh para olahragawan.

Dengan olahraga dapat membentuk manusia yang sehat jasmani dan rohani serta mempunyai watak disiplin dan pada akhirnya akan terbentuk manusia yang berkualitas. Dalam usaha pembentukan generasi muda yang mampu menjadi tulang punggung penerus perjuangan bangsa, pembinaan melalui olahraga sudah lama dipandang sebagai sarana yang paling berdaya guna dan berhasil guna. Karena pembangunan manusia pada hakikatnya menuju manusia

Indonesia yang sehat jasmani dan rohani ini baru dapat dicapai apabila manusia sadar dan mau melaksanakan gerakan hidup sehat melalui pendidikan jasmani dan olahraga. Oleh karena itu gerakan memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat perlu semakin gencar dilaksanakan di seluruh pelosok tanah air Indonesia, salah satunya adalah cabang olahraga bola basket.

Bolabasket merupakan sebuah olahraga permainan yang menggunakan keterampilan fisik maupun kemandirian psikis. Hal ini karena dalam permainan bolabasket bola dimainkan dengan tangan dan panca indera dan juga dengan gerakan jalan, lari, lompat dan didukung dengan stamina. Sedangkan aspek psikis yaitu melibatkan bentuk semangat, konsentrasi emosional, *timing*, dan pengambilan keputusan. Oleh karena itu, permainan bolabasket membutuhkan, bukan hanya teknik saja, akan tetapi juga didukung oleh taktik dan strategi. Olahraga bolabasket merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak dimainkan oleh masyarakat, mahasiswa, dan siswa.

Dalam permainan bola basket seorang pemain dituntut memasukkan bola ke dalam keranjang lawan dengan segala usaha menggunakan keterampilan teknik dan taktik yang benar untuk memenangkan pertandingan. Hal ini karena dalam permainan bola basket, bola dimainkan dengan tangan dan juga dengan gerakan jalan, lari, lompat dan didukung dengan stamina. Oleh karena itu, permainan bola basket membutuhkan bukan hanya teknik saja, akan tetapi juga didukung oleh taktik dan strategi. Untuk dapat memenangkan sebuah pertandingan, maka setiap individu dalam sebuah tim harus memiliki kemampuan yang baik seperti teknik dasar, strategi, dan taktik yang baik. Salah satu teknik dasar yang sangat membantu dalam memberikan sumbangan dalam

permainan bolabasket adalah *dribble* (menggiring bola). Menggiring bola merupakan bagian yang tak terpisahkan dari bolabasket dan penting bagi penguasaan teknik individual dan tim seperti operan. Menggiring adalah salah satu cara memantul-mantulkan bola ke lantai. Kemampuan menggiring bola dengan tangan kanan dan kiri adalah kunci untuk meningkatkan permainan. *Dribble* membantu memindahkan bola di lapangan dan menjauhkan diri dari penjagaan.

Untuk dapat menggiring bola dengan baik, maka diperlukan adanya suatu metode latihan menggiring bola yang tepat dan mengarah pada pencapaian tujuan. Pada dasarnya bahwa jenis *dribble* pada permainan bola basket ada dua yaitu *dribble* rendah dan *dribble* tinggi. Banyak pelatih yang menerapkan latihan menggiring bola dengan bermacam-macam arah seperti latihan dengan model lurus, model zig-zag, model kiri-kanan bergantian, model hilir-mudik. Hal ini dilakukan pada dasarnya untuk menambah keterampilan pada siswa dalam kemampuan *dribble* bola.

Perlu diketahui bahwa kemampuan *dribble* dalam bola basket, tanpa didukung oleh beberapa unsur yang menunjang, dan salah satu yang paling dominan adalah unsur kemampuan fisik. Hal ini disebabkan karena tanpa kemampuan fisik yang baik maka pelaksanaan teknik kemampuan *dribble* akan ditampilkan secara sempurna.

Di dalam melakukan kemampuan *dribbling* ada beberapa komponen fisik yang mendukung dan sangat berhubungan salah satunya adalah koordinasi mata tangan. Koordinasi mata tangan adalah kemampuan seseorang dalam memadukan berbagai unsur gerakan ke dalam suatu gerakan menjadi suatu

gerakan yang efektif dan efisien dalam *dribbling* bola. Pada saat *dribbling* bola, gerak, langkah dan waktu harus mampu dipadukan sedemikian rupa menjadi satu kesatuan yang baik dan harmonis, sehingga menghasilkan hasil yang baik pula. Seorang pemain bolabasket dapat melakukan gerakan yang baik dalam *dribbling* apabila mempunyai koordinasi yang baik pula.

Di samping itu komponen psikis yang mendukung dalam kemampuan *dribbling* adalah percaya diri. Karena Percaya diri menjadi salah satu faktor penentu suksesnya seorang siswa dalam melakukan *dribbling* bola basket. Siswa yang memiliki percaya diri tinggi memiliki sifat mandiri, bersemangat, yakin akan potensi dirinya, sanggup berkerja keras, optimis dan dinamis, mampu melakukan kegiatan secara efektif, mampu mengontrol emosi (bersikap tenang dan tidak mudah gugup), pemberani, penuh tanggungjawab, dan mampu bangkit kembali dari kegagalan. Percaya diri yang tinggi ditandai pula dengan adanya kemampuan untuk membuat keputusan penting dalam pertandingan, berkonsentrasi, melakukan aktivitas di bawah tekanan, menerapkan strategi secara tepat, menunjukkan kemampuan yang dibutuhkan untuk meraih sukses, berkomunikasi dengan baik termasuk dengan pelatih. Sifat dan kemampuan yang diyakini menjadi modal utama untuk meraih prestasi maksimal. Masalah kurang atau hilangnya rasa percaya diri terhadap kemampuan diri sendiri akan mengakibatkan siswa tampil di bawah kemampuannya. Secara otomatis siswa gerakan siswa dalam melakukan *dribbling* tidak bagus. Karena itu sesungguhnya siswa tidak perlu merasa ragu akan kemampuannya, sepanjang ia telah berlatih secara sungguh-sungguh dan memiliki pengalaman bertanding yang memadai.

Dari beberapa penjelasan terkait perlu diketahui pada saat melakukan observasi langsung, saya melihat bahwa permasalahan yang terjadi di sekolah baik pada saat pembelajaran Penjas khususnya materi bola basket adalah siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi belum menguasai sepenuhnya teknik-teknik dasar dalam permainan bola basket terutama teknik menggiring bola yang baik dan benar. Begitu pun dengan koordinasi mata tangan yang belum terkoordinir dengan baik pada saat melakukan *dribbling*. Keadaan yang terjadi tidak membuat semangat para siswa menurun, bahkan semangat untuk latihan yang lebih giat semakin meningkat. Penampilan siswa pada saat pembelajaran/pertandingan kurang maksimal dikarenakan kondisi fisik dan aspek psikologis dari siswa. Bagian yang mutlak harus dimiliki oleh setiap siswa yang ditunjang oleh komponen fisik diantaranya adalah koordinasi serta kematangan mental dalam hal ini kepercayaan diri siswa yang bertujuan untuk mencapai suatu prestasi yang maksimal. Faktor mental dalam pembinaan olahraga memiliki pengaruh yang cukup besar, apalagi untuk usia bagi para siswa yang masih tergolong labil. Di dalam permainan bolabasket kemampuan dan aktivitas tinggi sangat dibutuhkan terutama tentang bagaimana cara *dribbling* yang baik dan benar.

Dari uraian di atas bahwa koordinasi mata tangan dan percaya diri sangat erat kaitannya dengan kemampuan *dribbling* pada permainan bola basket. Hal ini yang melatar belakangi penulis untuk melakukan suatu penelitian guna untuk mengetahui pasti tentang adanya hubungan tersebut, dengan mengangkat judul penelitian: “ **Hubungan Koordinasi Mata – Tangan Dan Percaya Diri Terhadap Kemampuan *Dribbling* Pada Permainan Bola Basket Siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi**”.

1.2 Identifikasi Masalah

1. Penguasaan Teknik Dasar Bola Basket yang Belum Optimal: Siswa di SMA Negeri 5 Kota Jambi belum sepenuhnya menguasai teknik-teknik dasar dalam permainan bola basket, khususnya teknik menggiring bola (*dribbling*) yang baik dan benar. Ini menunjukkan adanya kebutuhan untuk meningkatkan keterampilan teknis dalam permainan bola basket di antara siswa.
2. Kurangnya Koordinasi Mata-Tangan dalam *Dribbling*: Siswa menghadapi kesulitan dalam mengkoordinasikan gerakan mata dan tangan saat melakukan *dribbling*, yang merupakan aspek kunci dalam permainan bola basket. Hal ini berhubungan efektivitas mereka dalam bermain dan mungkin menghambat performa mereka dalam pertandingan.
3. hubungan Aspek Fisik dan Psikologis pada Kinerja Olahraga: Kondisi fisik siswa dan aspek psikologis, khususnya kepercayaan diri, berhubungan signifikan terhadap kemampuan mereka dalam bermain bola basket. Masalah-masalah ini dapat mempengaruhi tidak hanya kemampuan teknis mereka tetapi juga pendekatan mental mereka terhadap permainan.
4. Dampak Mental dan Kepercayaan Diri pada Performa: Kurangnya atau hilangnya rasa percaya diri pada siswa berdampak pada kemampuan mereka untuk melakukan *dribbling* dengan baik. Ini menunjukkan bahwa pembinaan mental dan peningkatan kepercayaan diri penting untuk meningkatkan kinerja olahraga siswa.
5. Kebutuhan Pelatihan dan Metode Latihan yang Tepat: Adanya kebutuhan untuk mengembangkan dan menerapkan metode latihan yang tepat untuk

menggiring bola, yang mencakup berbagai teknik dan pendekatan latihan untuk meningkatkan keterampilan dribbling siswa.

6. Pentingnya Pembinaan Holistik dalam Olahraga: Terdapat kebutuhan untuk pendekatan pembinaan yang lebih holistik dalam olahraga di sekolah, yang tidak hanya fokus pada aspek fisik tapi juga aspek mental dan psikologis, untuk membantu siswa mencapai prestasi maksimal dalam olahraga.

1.3 Batasan Masalah

Dari identifikasi masalah yang telah disebutkan sebelumnya, batasan masalah untuk penelitian atau studi lebih lanjut dapat diformulasikan sebagai berikut:

1. Fokus pada Teknik *Dribbling* Bola Basket: Penelitian ini akan secara khusus mengkaji teknik dribbling dalam bola basket di kalangan siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi. Ini termasuk evaluasi kemampuan siswa saat ini dalam *dribbling* dan identifikasi area khusus yang memerlukan peningkatan.
2. Batasan pada Koordinasi Mata-Tangan: Studi ini akan fokus pada aspek koordinasi mata-tangan dalam konteks dribbling bola basket, membatasi diri pada bagaimana koordinasi ini mempengaruhi kemampuan *dribbling* siswa dan tidak membahas aspek teknis lainnya dari permainan bola basket.
3. Pembatasan pada hubungan Aspek Fisik dan Psikologis: Analisis ini akan membatasi diri pada hubungan kondisi fisik dan kepercayaan diri terhadap kinerja dribbling. Ini tidak akan membahas aspek kesehatan fisik dan mental secara umum atau faktor-faktor lain yang mungkin berhubungan kinerja olahraga siswa.

4. Keterbatasan pada Metode Latihan: Penelitian ini akan menyelidiki efektivitas berbagai metode latihan *dribbling* yang digunakan di SMA Negeri 5 Kota Jambi, tanpa memperluas ke metode latihan untuk keterampilan bola basket lainnya.
5. Batasan Demografi dan Lokasi: Studi ini terbatas pada siswa di SMA Negeri 5 Kota Jambi dan tidak mencakup siswa dari sekolah lain atau kelompok usia yang berbeda.
6. Batasan Waktu dan Sumber Daya: Penelitian akan dibatasi oleh keterbatasan waktu dan sumber daya yang tersedia, yang mungkin berhubungan kedalaman dan ruang lingkup analisis.

Dengan membatasi masalah seperti ini, penelitian dapat lebih fokus dan mendalam dalam mengevaluasi aspek-aspek tertentu dari kinerja *dribbling* bola basket di antara siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi, serta faktor-faktor yang berhubungan.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan yang telah dikemukakan di atas, maka masalah yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah kontribusi kelincahan, koordinasi mata tangan, dan kelentukan pergelangan tangan dengan kemampuan *dribbling* bola pada permainan bolabasket. Sehingga dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Apakah ada hubungan koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bola basket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi ?
2. Apakah ada hubungan percaya diri terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bola basket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi ?

3. Apakah ada hubungan koordinasi mata tangan dan percaya diri terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bola basket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah

1. Untuk mengetahui apakah ada hubungan koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bolabasket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi.
2. Untuk mengetahui apakah ada hubungan percaya diri terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bolabasket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi.
3. Untuk mengetahui apakah ada hubungan koordinasi mata tangan dan percaya diri terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bolabasket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi

1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat dalam penelitian ini sangat penting untuk diteliti dengan harapan:

1. Dapat dijadikan sebagai sumber informasi keilmuan bagi seorang pemain, pelatih dan Pembina olahraga sebagai masukan pada saat memberikan materi latihan dalam menjalankan profesinya
2. Sebagai masukan untuk menambah wawasan bagi guru dan siswa tentang pentingnya kondisi fisik dan mental dalam permainan bola basket

3. Dapat dijadikan sebagai pedoman untuk menentukan program latihan yang tepat untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* khususnya pada siswa.
4. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangan pemikiran dalam usaha memilih siswa (*atlet*) dan unsur-unsur apa yang harus diutamakan dalam memacu prestasi.
5. Sebagai bahan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya yang melihat permasalahan dari sudut yang sama atau ruang lingkup yang lebih jelas.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Permainan Bola Basket

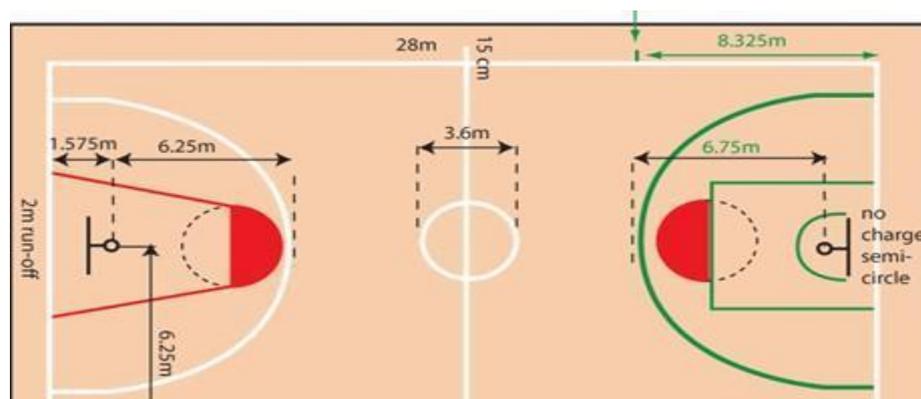
Bola basket adalah salah satu olahraga populer di dunia. Banyak cabang olahraga yang dibanyak digemari oleh para remaja. Permainan bola basket adalah olahraga yang menyenangkan, kompetitif, mendidik, menghibur dan menyehatkan. Dalam bermain bolabasket siswa dilatih beberapa keterampilan fisik yang berkaitan dengan pertumbuhan bagian-bagian tubuh secara wajar. Persendian-persendian menjadi baik, otot-otot menjadi kuat, peredaran darah menjadi lancar, pernafasan tidak terhambat, pikiran dilatih memecahkan masalah dengan cepat dan tepat.

Menurut PERBASI (2012: 1) Bola basket adalah permainan yang dimainkan oleh dua tim masing-masing terdiri dari lima pemain. Tujuan dari masing-masing tim adalah untuk memasukan bola ke keranjang lawan dan berusaha mencegah tim lawan memasukan bola. Tim yang mencetak angka lebih banyak pada akhir waktu permainan akan menjadi pemenang. Bola basket termasuk jenis permainan yang kompleks gerakannya, terdiri atas gabungan berbagai macam unsur gerak yang terkoordinasi, sehingga menciptakan permainan menjadi indah. Melempar, menangkap, menembak maupun menggiring bola merupakan kunci keberhasilan pemain dalam melakukan lemparan, tangkapan, menembak atau menggiring dengan baik (Dedy Sumiyarsono, 2002: 12).

Bola basket adalah suatu permainan yang dimainkan oleh dua regu, yang masing-masing regu terdiri dari lima pemain. Tujuan permainan adalah

membuat nilai sebanyak-banyaknya dengan memasukkan bola ke basket (keranjang) lawan dan mencegah pemain lawan untuk membuat nilai. Dalam memainkan tiap pemain boleh mendorong bola, memukul bola dengan telapak tangan terbuka, melemparkan, menggelindingkan atau menggiring bola ke segala arah dalam lapangan permainan (Agus Mukholik, 2004: 41).

Berdasarkan beberapa uraian tentang pengertian permainan bolabasket dapat disimpulkan bahwa permainan bolabasket adalah olahraga bola berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotakan masing - masing lima orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan dan mencegah lawan membuat nilai atau angka.



Gambar 2.1 Lapangan bola basket
Sumber: <http://www.google.com>

2.1.1 Teknik Dasar Permainan Bolabasket

Menggiring bola (*dribling*) merupakan bagian yang tak terpisahkan dari bola basket dan penting bagi permainan individual dan tim seperti operan, *dribling* adalah suatu cara membawa bola. Agar tetap menguasai bola sambil bergerak, anda harus memantulkannya pada lantai. Pada awalnya bola harus lepas dari tangan sebelum kaki di angkat dari lantai.

Kemampuan *dribling* dengan tangan lemah dan tangan kuat adalah kunci untuk meningkatkan permainan. Untuk melindungi bola, jagalah agar tubuh anda agar berada di antara bola dan lawan. Dengan kata lain, *dribling* dengan sisi tangan yang lemah, maka lindungi dengan tubuh anda (Hal Wissel, 1996:95).

Menggiring bola adalah membawa lari bola ke segala arah sesuai dengan peraturan yang ada. Seseorang pemain di perbolehkan membawa bola lebih dari satu langkah asal bola dipantulkan ke lantai baik dengan berjalan maupun berlari. Menggiring bola harus menggunakan satu tangan. Kegunaan menggiring bola adalah mencari peluang serangan, menerobos pertahanan lawan ataupun memperlambat tempo permainan (Nuril Ahmadi, 2007:17).

Menggiring bola adalah salah satu dasar bola basket yang pertama di perkenalkan kepada para pemula, karena keterampilan ini sangat penting bagi setiap pemain yang terlibat dalam pertandingan bola basket. Menurut Imam Sodikun (1992:57), menggiring bola adalah salah satu cara yang diperbolehkan oleh peraturan untuk membawa lari bola ke segala arah. Seseorang pemain boleh membawa bola lebih dari satu langkah, asal bola sambil dipantulkan, baik dengan jalan maupun berlari. Menggiring bola dalam permainan bolabasket dapat dibagi menjadi dua cara, yaitu menggiring bola rendah dan menggiring bola tinggi. Menggiring bola rendah bertujuan untuk melindungi bola dari jangkauan lawan. Menggiring bola tinggi dilakukan untuk mengadakan serangan yang cepat ke daerah pertahanan lawan. Menurut Nuril Ahmadi (2007:17),

Bentuk-bentuk menggiring bola yang sering dilakukan antara lain :

- 1) Menggiring bola rendah

Menggiring bola dengan pantulan rendah dilakukan untuk mengontrol atau menguasai bola, terutama dalam melakukan terobosan ke dalam pertahanan lawan.

2) Menggiring bola tinggi

Menggiring dengan pantulan tinggi dilakukan bila menginginkan gerakan atau langkah dengan cepat.

Menurut Imam Sodikun (1992:58), cara melakukan *dribbling* adalah sebagai berikut :

- a) Peganglah dengan kedua tangan secara relaks, tangan kanan secara relaks, tangan kanan di atas bola, kiri dibawah menjadi tempat terletaknya bola
- b) Berdiri seenaknya dengan kaki kiri agar sedikit ke depan dan kaki kanan
- c) Condongkan badan ke depan mulai dari pinggang
- d) Pantulkan bola dengan tangan kanan (pada permulaan bola di lihat)
- e) Geraka lengan hampir seluruhnya
- f) Pantulkan bola dilakukan dengan jari – jari tangan di bantu dengan pergelangan tangan (bukan pemukul dengan telapak tangan)
- g) Jinakkan bola dengan sedikit mengikuti Bergeraknya bola ke atas sebentar dengan jari – jari dan pergelangan tangan, kemudian baru dipantulkan kembali.
- h) Setelah diratakan, watak, rahasia dan irama pantulan (get the feeling) dengan sikap berdiridi tempat maka mulailah sambil bergerak maju atau mundur.
- i) Mulailah dengan tidak melihat bola, dan percepatkanlah gerakannya

- j) Menggiring bola dilakukan dengan agak rendah, maju mundur, kiri kanan, berkelok kelok dengan rintangan dan lawan.

Menurut Engkos Kosasih (1985:190), *dribling* atau memantul-mantulkan bola dapat dilakukan dengan sikap berhenti, berjalan, atau berlari. Pelaksanaannya dapat dikerjakan dengan tangan kanan atau tangan kiri, baik pada : *dribble* rendah, *dribble* tinggi, *dribble* lambat, maupun *dribble* cepat.

Pendapat lain dikemukakan Imam Sadikun dkk (1992:229) bahwa, “*dribble* bola diperbolehkan hanya dengan satu tangan kanan atau kiri saja dan secara bergantian antara tangan kanan dan kiri.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat dikatakan bahwa kelincihan *dribble* merupakan kemampuan seorang pemain dalam *dribble* bolabasket untuk mengubah arah dan posisi tubuhnya sesuai dengan kebutuhan gerak pada cabang olahraga bolabasket yang menghasilkan tujuan yang efisien dan efektif.

2.1.2 Teknik Mengoper Bola (Passing) dan Menerima Bola (Catching)

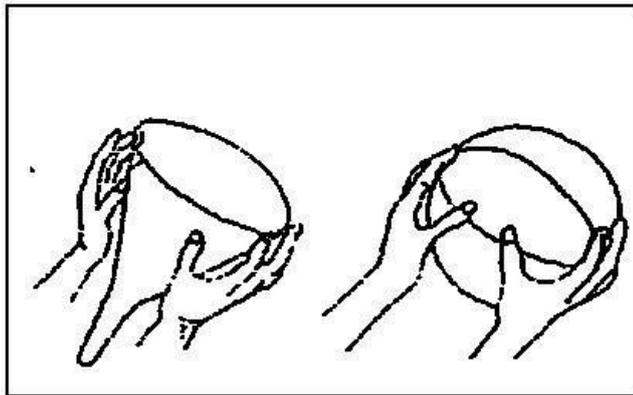
Menurut Imam Sodikun (1992: 48) *Passing* dan *Catching* merupakan kecakapan dwi tunggal, untuk dapat menghidupkan permainan bola basket. Istilah melempar mengandung pengertian mengoper bola dan menangkap berarti menerima bola. Melempar dan menangkap bola selalu dilakukan secara berteman, apabila seorang pemain memegang bola maka dia harus melempar bola sedangkan pemain dalam posisi tidak memegang bola maka dia bersiap untuk menerima atau menangkap bola. Mengumpan memiliki kegunaan khusus, yaitu 1) mengalihkan bola dari daerah padat pemain, 2) menggerakkan bola bola dengan cepat dengan cepat pada *fast break*, 3) membangun permainan yang ofensif, 4) mengoper ke

rekan yang sedang terbuka untuk penembakan, dan 5) mengoper dan memotong untuk melakukan tembakan sendiri. (Wissel, 2000 : 71).

Menurut Danny Kosasih (2008: 25), ada beberapa elemen dasar dalam *passing* yang harus diajarkan agar persentase *turnover* bisa ditekan, antara lain:

1. Kecepatan, bola yang *passing* harus tajam, cepat, tidak terlalu keras, dan tidak terlalu pelan.
2. Target, setiap *passing* haruslah tepat/akurat pada target yang spesifik. Bukan hanya orang yang akan *passing*, tetapi sasaran/target tangan peminta bola.
3. *Timing*, bola harus sampai pada penerima disaat yang tepat, tidak sebelum atau sesudahnya.
4. Trik, pemain yang melakukan *passing* harus berusaha menggunakan tipuan untuk mengelabui *defender*. Biasanya *defender* tertipu saat kita menggunakan tipuan mata.
5. Komunikasi, komunikasi antar pemain sangat diperlukan untuk mengurangi resiko *turnover* (komunikasi mata, suara, sinyal, dan lain-lain).

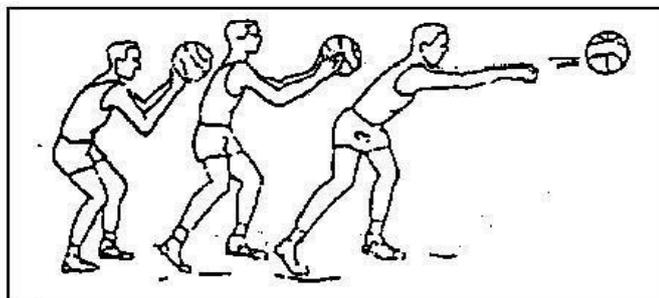
Menurut Imam Sodikun (1992: 48) ada beberapa jenis *passing* dan penggunaannya haruslah tepat pada setiap situasi. Dalam permainan basket, *passing* menggunakan dua tangan dibagi menjadi 3, yaitu:



Gambar 1. Posisi tangan dalam memegang bola
Sumber: Imam Sodikun, 1992:48

1. Operan Tolakan Dada (*two hand chest pass*)

Operan tolakan dada merupakan lemparan yang sangat banyak dilakukan dalam bermain. Lemparan ini sangat bermanfaat untuk operan jarak pendek dengan perhitungan demi kecepatan dan kecermatan dan kawan penerima bola tidak dijaga dengan ketat. Jarak lemparan ini antara 5 sampai 7 meter, tergantung pada kemampuan atau kekuatan melempar yang dimiliki seorang atlet. Lemparan ini dilakukan pada *fast break*, karena dengan lemparan dada yang baik dapat dilakukan kerjasama tim yang baik pula. Hal ini diimbangi dengan tangkapan yang baik sehingga akan cepat melemparkan bola dengan cepat pula (Imam Sodikun, 1992:50).

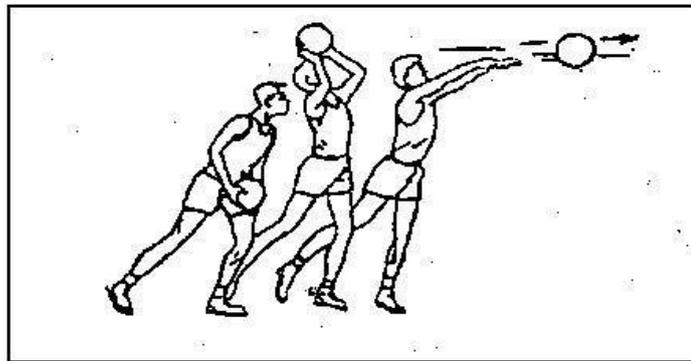


Sumber: Imam Sodikun, 1992:50

Gambar 2. Lemparan dada dengan dua tangan

2. Operan atas kepala (*over head pass*)

Lemparan pass ini sangat efektif bila para pemain memiliki postur tubuh yang tinggi dan bila diperlukan mengoper bola dengan segera pada saat menerima bola dalam posisi yang tinggi. Untuk melakukan lemparan ini pada dasarnya sama seperti melakukan tembakan dua tangan dari atas kepala, hanya saja arah bolanya lurus sesuai dengan tinggi pemain yang menghadang.

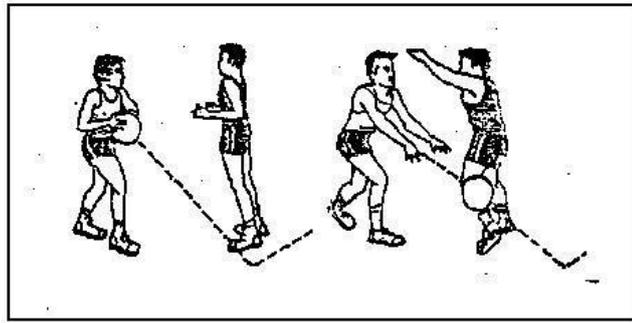


Sumber: Imam Sodikun, 1992:51

Gambar 3. Lemparan dua tangan atas kepala

3. Operan pantul ke lantai (*bounce pass*)

Lemparan ini dilakukan dengan jalan bola ke arah bawah dan cepat, sebab kemungkinan akan terserobot atau tertahan lawan. Gerakan ini hampir sama dengan gerakan lemparan dada dengan dua tangan hanya saja arahnya yang berbeda. Operan ini dilaksanakan bila penjaga berdiri agak renggang dari si pelempar, digunakan untuk terobosan kepada pemain pivot atau penembak mahir dengan melangkah putar. Pada operan dada dengan dua tangan arah bola lurus, sedangkan pada operan pantulan arah bola serong ke arah bawah tengah, samping bawah kanan, maupun bawah kiri dari tubuh lawan.



Sumber: Imam Sodikun, 1992:53

Gambar 4. Lemparan pantulan

Berdasarkan pendapat diatas bahwa macam-macam lemparan atau operan dalam permainan bolabasket adalah sebagai berikut :

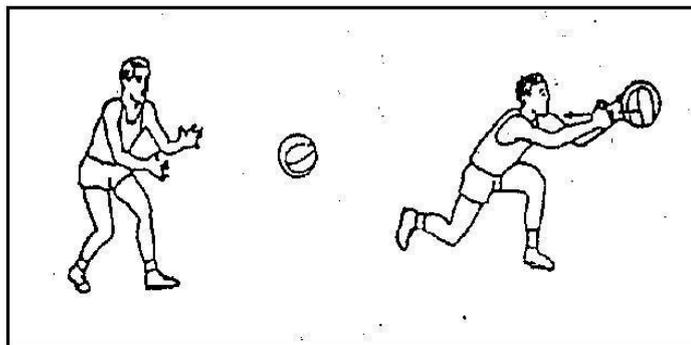
- a. Lemparan bola setinggi dada (*Chest Pass*)
- b. Lemparan diatas kepala dengan dua tangan (*Overhead Pass*)
- c. Lemparan pantulan (*Bounce Pass*)

Menerima dan menangkap (*catching*) dapat dilakukan dengan satu tangan atau dua tangan baik dalam keadaan berhenti atau berlari. Dalam usaha menangkap bola bukannya menunggu akan tetapi menjemput bola. Bola yang akan ditangkap dengan cara jemputlah bola sebelum di dada dengan meluruskan kedua tangan ke depan dan sikap siap untuk menangkap, setelah menyentuh tangan segera bola ditarik ke arah dada. Menurut Danny Kosasih (2008: 33) gerakan tangan saat menjemput bola dapat dibedakan menjadi tiga, yaitu:

1. *Two Hands Up*, yaitu posisi tangan siap menerima bola yang mengarah pada pinggul ke atas. Posisi ibu jari saling berhadapan
2. *Two Hands Down*, yaitu posisi tangan siap menerima bola yang mengarah pada pinggul kebawah. Posisi ibu jari menghadap ke atas
3. *Block and Tuck*, yaitu gerakan tangan jika passing melebar dari target. Penerima bola harus mengambil satu langkah pivot dan menggapai

bola dengan satu tangan lalu dengan segera memegangnya dengan kedua

a. tangan.



Sumber: Imam Sodikun, 1992:57

Gambar 5. Sikap menerima dan menangkap bola

Menurut Nuril Ahmadi (2007: 16) Teknik menerima bola adalah sebagai berikut:

- a) Berdiri dengan sikap kaki melangkah menghadap arah datangnya bola,
- b) Kedua lengan dijulurkan ke depan menyongsong arah datangnya bola dengan sikap telapak tangan menghadap arah datangnya bola,
- c) Berat badan bertumpu pada kaki depan,
- d) Setelah bola menyentuh telapak tangan, tarikalah kaki depan ke belakang, siku kedua lengan ditekuk hingga bola ditarik mendekati dada/badan,
- e) Badan agak condong ke depan,
- f) Berat badan bertumpu pada kaki belakang,
- g) Posisi bola di pegang di depan badan.

Berdasarkan uraian di atas bahwa dalam teknik menerima bola sebaiknya di ikuti dengan gerak lanjutan pada saat gerakan menerima bola. Gerak lanjutan atau *follow trough* dalam teknik menerima bola adalah berat badan bertumpu pada

kaki belakang kemudian bertumpu pada kaki depan dan badan agak condong ke depan.

2.1.3 Teknik Menembak (Shooting)

Menurut PERBASI (2010: 18) menembak adalah gerakan terakhir untuk mendapatkan angka. Umumnya dalam bola basket, tembakan dilakukan setiap 1520 detik dan hampir setengahnya berhasil masuk. Menurut Danny Kosasih (2008: 46-47) *shooting* adalah *skill* dasar bola basket yang paling dikenal dan paling digemari. Ada istilah berkaitan dengan teknik *shooting* dalam bola basket yang perlu dikenalkan kepada pemain sejak usia dini, yaitu "BEEF". B (*Balance*), gerakan selalu dimulai dari lantai, saat menangkap bola tekuklah lutut dan mata kaki serta atur tubuh dalam posisi seimbang. E (*Eyes*), agar shooting menjadi akurat pemain harus dengan segera mengambil focus pada target (pemain dengan cepat mampu mengkoordinasikan letak ring). E (*Elbow*), pertahankan posisi siku agar pergerakan lengan akan tetap vertikal. F (*Follow Through*), kunci siku lalu lepaskan jari-jari dan pergelangan tangan mengikuti ke arah ring.

Wissel (2000: 43) mengungkapkan bahwa kemampuan yang harus dikuasai seorang pemain adalah kemampuan memasukkan bola atau *shooting*. Hal ini sesuai dengan tujuan permainan bola basket yang mengharuskan bagi setiap tim untuk memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke basket atau keranjang lawan dan mencegah pihak lawan melakukan hal yang serupa. Kemampuan suatu tim dalam melakukan tembakan akan mempengaruhi hasil yang dicapai dalam suatu pertandingan. Menembak adalah keahlian yang sangat penting di dalam olahraga bola basket, teknik dasar seperti operan, *dribbling*, bertahan, dan *rebounding* akan mengantar memperoleh peluang besar membuat skor, tapi tetap saja harus

melakukan tembakan. Sebetulnya menembak dapat menutupi kelemahan teknik dasar lainnya.

Imam Sodikun (1992:94) mengemukakan bahwa menembak merupakan sasaran akhir setiap pemain dalam bermain. Keberhasilan suatu regu dalam permainan selalu ditentukan oleh suatu keberhasilan dalam menembak. Penembak yang hebat sering disebut *pure-shooter* karena kehalusannya, tembakan yang meluncur bebas tanpa menyentuh ring. Wissel (2000: 43) mengungkapkan beberapa pemain beranggapan *pure-shooter* adalah anugerah alam, bakat sejak lahir. Ini adalah konsep yang salah, penembak yang handal itu hasil latihan bukan dari lahir. Banyak teknik *shooting* yang dapat dilakukan diantaranya:

1) *Set Shot*

Set Shoot adalah melakukan *shooting* tanpa melompat. Biasanya digunakan saat melakukan tembakan pinalti (Vidro).

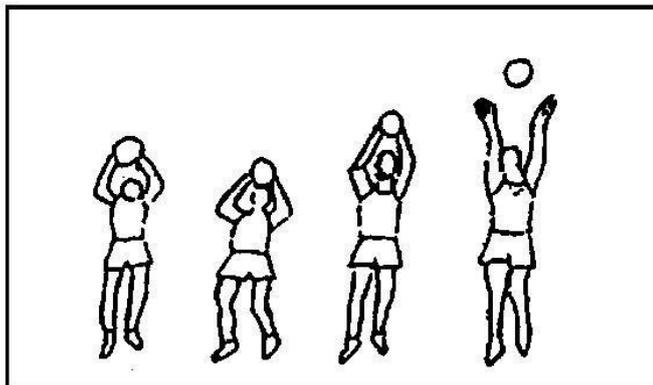


Sumber: Danny Kosasih, 2008: 50

Gambar 6. *Set Shot*

2) Menembak Dua Tangan Dari Atas Kepala

Awalan dari tembakan dua tangan di atas kepala dimulai dari atas kepala agak ke belakang dengan bola dipegang oleh kedua tangan sama seperti pegangan bola pada lemparan dua tangan di atas kepala (Imam Sodikun, 1992:61).

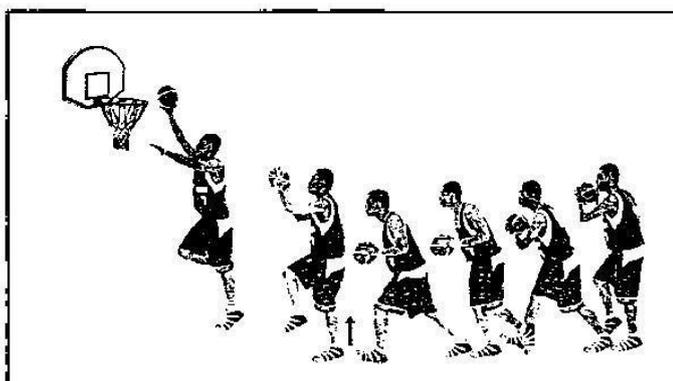


Sumber: Imam Sodikun, 1992:61

Gambar 7. Tembakan dua tangan diatas kepala

3) *Lay Up Shot*

Setiap pemain harus belajar melakukan *lay up* dengan tangna kanan maupun kiri. Lompatan yang tinggi dibuat dengan jejakkan kaki terakhir sebelum melompat, jadi usahakan lompatan kita mendekati ring.

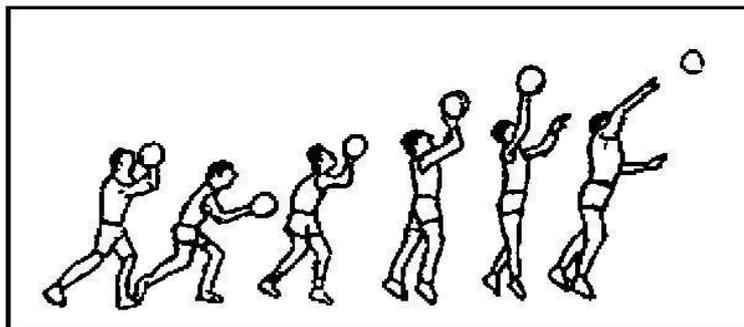


Sumber: Danny Kosasih, 2008: 50

Gambar 8. Tembakan *lay-up*

4) Menembak dengan satu tangan

Tembakan ini dapat dilakukan dengan menggunakan satu tangan, sedangkan tangan satunya menjaga keseimbangan bola. Cara menembak ini juga dapat dilakukan dengan melompat atau pun tanpa melompat (Imam Sodikun, 1992: 62).

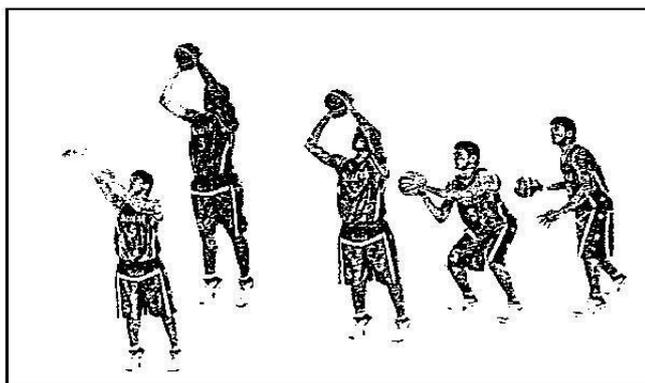


Sumber: Imam Sodikun, 1992: 62

Gambar 9. Tembakan dengan satu tangan

5) *Jump Shot*

Jump shot adalah jenis tembakan dengan menambahkan lompatan saat melakukan shooting, dimana bola dilepaskan pada saat titik tertinggi lompatan.



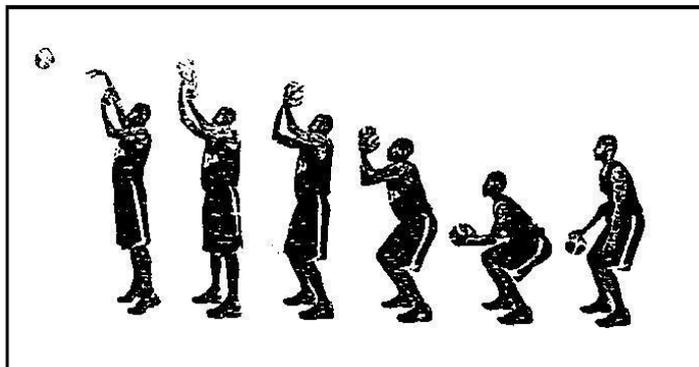
Sumber: Danny Kosasih, 2008: 50

Gambar 10. *Jump Shot*

6) *Free Throw Shot*

Perlu diperhatikan saat melakukan *free throw* cara memegang bola, posisi siku, pergelangan tangan dan tubuh harus segaris dengan ring. *Free throw* memiliki posisi yang sama dengan set shot. Penempatan berat badan pada kaki tumpuan adalah sangat penting supaya keseimbangan tubuh benarbenar kokoh. Sesaat sebelum melepas bola, pemain disarankan menghentikan pergerakannya sebentar untuk fokus pada ring. Tarik nafas

panjang yang dalam saat akan melakukan *free throw* untuk membantu konsentrasi pemain.



Sumber: Danny Kosasih, 2008: 50

Gambar 11. *Free Throw*

Berdasarkan pendapat di atas secara umum bahwa macam-macam tembakan dalam permainan bolabasket adalah a) *Set Shot*; b) Menembak Dua Tangan Dari Atas Kepala; c) *Lay Up Shot*; d) Menembak dengan satu tangan; dan e) *Jump Shot Free Throw Shot*.

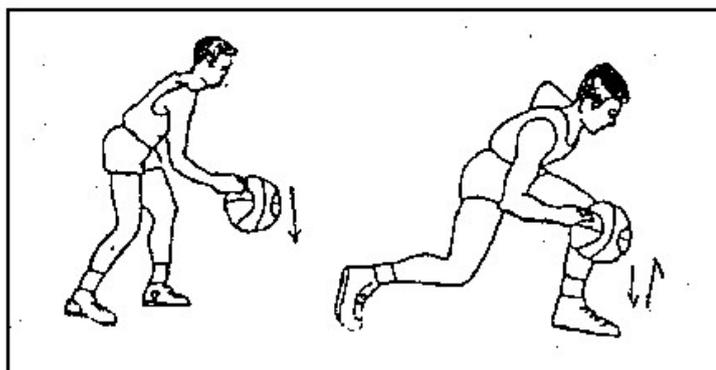
2.1.4 Teknik Menggiring (Dribbling)

Menurut Wissel (2000: 95) *dribble* merupakan bagian yang tak terpisahkan dalam bola basket dan penting untuk permainan individual dan tim. Menurut Imam Sodikun (1992: 57) menggiring bola adalah salah satu cara yang diperbolehkan oleh peraturan untuk membawa lari ke segala arah. Untuk menjelajahi seluruh lapangan dengan bola, perlu kemampuan *dribbling* yang tinggi. Sedangkan menurut Perbasi (2006:18) *dribble* adalah cara untuk bergerak dengan bola yang dilakukan oleh seorang pemain, tujuannya untuk membebaskan diri dari lawan atau mencari posisi yang baik untuk melakukan *passing* ataupun *shooting*.

Manfaat *dribble* antara lain: 1) memindahkan bola keluar dari daerah yang padat penjagaan ketika operan tidak memungkinkan, ketika penerima tidak bebas

penjagaan, dan pada saat *fast break* untuk mencetak angka, 2) menembus penjagaan ke arah ring, 3) menarik perhatian penjaga untuk membebaskan rekan tim, 4) memperbaiki posisi atau sudut, 5) membuat peluang untuk mencetak angka (Wissel, 2000: 95). 31 Menurut Imam Sodikun (1992: 57) *dribble* dapat dilakukan dengan bola yang tinggi untuk kecepatan dan bola yang rendah untuk kontrol atau penguasaan bola. Seorang pemain boleh membawa bola lebih dari satu langkah asal bola diambil sambil dipantulkan, baik itu jalan kaki maupun sambil berlari. Pada awalnya bola harus lepas dari tangan sebelum kaki diangkat dari lantai, sementara saat menggiring bola tangan tidak boleh menyentuh bola secara bersamaan atau bola diam dalam genggaman tangan. Sedangkan menurut Danny Kosasih (2008: 38) *dribble* dilakukan dengan kekuatan siku, pergelangan tangan, telapak tangan, jari-jari, dan sedikit bantuan dari bahu. Jari harus selalu relaks, namun tegas menekan bola.

Menurut Wissel (2000: 96) untuk menjadi pemain yang efektif, pemain harus ahli dalam men-*dribble* dengan tangan manapun. Buatlah bola menjadi perpanjangan tangan, tegakkan kepala untuk melihat seluruh lapangan. Gerakan dasar men-*dribble* terdiri dari *control dribble*, *speed dribble*, *footfire dribble*, *change-of-pace dribble*, *retreat dribble*, *croos-over dribble*, *inside-out dribble*, dan *behind-the-back dribble*. Sedangkan menurut Danny Kosasih (2008: 38) gerakan-gerakan *dribble* yang umum digunakan oleh pemain yaitu *low dribble*, *power dribble*, *speed dribble*, *change-of-pace dribble*, *croos-over dribble*, *head and shoulders move*, *head and shoulders croosover move*, *revers/spin dribble*, *back dribble*, *behind the back dribble*, dan *beetween the legs dribble*



Sumber : Imam Sodikun, 1992:58
Gambar 12. Tehnik menggiring bola

2.2 Dribble (Menggiring Bola)

Menggiring bola (*dribbling*) merupakan bagian yang tak terpisahkan dari bola basket dan penting bagi permainan individual dan tim seperti operan, *dribbling* adalah suatu cara membawa bola. Agar tetap menguasai bola sambil bergerak, anda harus memantulkannya pada lantai. Pada awalnya bola harus lepas dari tangan sebelum kaki di angkat dari lantai.

Kemampuan *dribbling* dengan tangan lemah dan tangan kuat adalah kunci untuk meningkatkan permainan. Untuk melindungi bola, jagalah agar tubuh anda agar berada di antara bola dan lawan. Dengan kata lain, *dribbling* dengan sisi tangan yang lemah, maka lindungi dengan tubuh anda (Hal Wissel, 1996:95).

Menggiring bola adalah membawa lari bola ke segala arah sesuai dengan peraturan yang ada. Seseorang pemain di perbolehkan membawa bola lebih dari satu langkah asal bola dipantulkan ke lantai baik dengan berjalan maupun berlari. Menggiring bola harus menggunakan satu tangan. Kegunaan menggiring bola adalah mencari peluang serangan, menerobos pertahanan lawan ataupun memperlambat tempo permainan (Nuril Ahmadi, 2007:17).

Menggiring bola adalah salah satu dasar bola basket yang pertama di perkenalkan kepada para pemula, karena keterampilan ini sangat penting bagi setiap pemain yang terlibat dalam pertandingan bola basket. Menurut Imam Sodikun (1992:57), menggiring bola adalah salah satu cara yang diperbolehkan oleh peraturan untuk membawa lari bola kesegala arah. Seseorang pemain boleh membawa bola lebih dari satu langkah, asal bola sambil dipantulkan, baik dengan jalan maupun berlari. Menggiring bola dalam permainan bolabasket dapat dibagi menjadi dua cara, yaitu menggiring bola rendah dan menggiring bola tinggi. Menggiring bola rendah bertujuan untuk melindungi bola dari jangkauan lawan. Menggiring bola tinggi dilakukan untuk mengadakan serangan yang cepat ke daerah pertahanan lawan. Menurut Nuril Ahmadi (2007:17),

Bentuk-bentuk menggiring bola yang sering dilakukan antara lain :

1) Menggiring bola rendah

Menggiring bola dengan pantulan rendah dilakukan untuk mengontrol atau menguasai bola, terutama dalam melakukan terobosan ke dalam pertahanan lawan.

2) Menggiring bola tinggi

Menggiring dengan pantulan tinggi di lakukan bila menginginkan gerakan atau langkah dengan cepat.

Menurut Imam Sodikun (1992:58), cara melakukan *dribling* adalah sebagai berikut :

- a) Peganglah dengan kedua tangan secara relaks, tangan kanan secara relaks, tangan kanan di atas bola, kiri dibawah menjadi tempat terletaknya bola
- b) Berdiri seenaknya dengan kaki kiri agar sedikit ke depan dan kaki kanan

- c) Condongkan badan ke depan mulai dari pinggang
- d) Pantulkan bola dengan tangan kanan (pada permulaan bola di lihat)
- e) Geraka lengan hampir seluruhnya
- f) Pantulkan bola dilakukan dengan jari – jari tangan di bantu dengan pergelangan tangan (bukan pemukul dengan telapak tangan)
- g) Jinakkan bola dengan sedikit mengikuti Bergeraknya bola ke atas sebentar dengan jari – jari dan pergelangan tangan, kemudian baru dipantulkan kembali.
- h) Setelah diratakan, watak, rahasia dan irama pantulan (get the feeling) dengan sikap berdiri di tempat maka mulailah sambil bergerak maju atau mundur.
- i) Mulailah dengan tidak melihat bola, dan percepatkanlah gerakannya
- j) Menggiring bola dilakukan dengan agak rendah, maju mudur, kiri kanan, berkelok kelok dengan rintangan dan lawan.

Menurut Engkos Kosasih (1985:190), *dribling* atau memantul-mantulkan bola dapat dilakukan dengan sikap berhenti, berjalan, atau berlari. Pelaksanaannya dapat dikerjakan dengan tangan kanan atau tangan kiri, baik pada : *dribble* rendah, *dribble* tinggi, *dribble* lambat, maupun *dribble* cepat.

Pendapat lain dikemukakan Imam Sadikun dkk (1992:229) bahwa, “*dribble* bola diperbolehkan hanya dengan satu tangan kanan atau kiri saja dan secara bergantian antara tangan kanan dan kiri.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat dikatakan bahwa kelincihan *dribble* merupakan kemampuan seorang pemain dalam *dribble* bolabasket untuk

mengubah arah dan posisi tubuhnya sesuai dengan kebutuhan gerak pada cabang olahraga bolabasket yang menghasilkan tujuan yang efisien dan efektif.

2.3 Koordinasi Mata Tangan

Koordinasi adalah kemampuan seseorang untuk merangkaikan beberapa unsur gerak menjadi satu gerak yang selaras sesuai dengan tujuannya. Jadi koordinasi adalah suatu kemampuan biomotorik yang sangat kompleks, karena berkaitan dengan beberapa komponen kemampuan fisik lain, seperti kelenturan, kecepatan dan kelentukan.

Mengenai pengertian koordinasi, Sugyanto dan Sudjarwo (2002:118) mengatakan : “ koordinasi adalah kemampuan untuk mengontrol gerakan tubuh. Seseorang dikatakan koordinasinya baik apabila ia mampu bergerak dengan mudah, lancar dalam rangkaian gerakannya, serta iramanya terkontrol dengan baik”. Sedangkan Barrow dan McGee (1979) dalam Harsono (1988:220) mengatakan bahwa koordinasi adalah kemampuan untuk memadukan berbagai macam gerakan kedalam satu atau lebih pola gerak khusus. Harsono (1988:220) mengemukakan tentang peranan koordinasi di dalam melakukan suatu aktivitas sebagai berikut: “Tingkat koordinasi atau baik-tidaknya koordinasi gerak seseorang tercermin dalam kemampuannya untuk melakukan suatu gerakan secara mulus, tepat (precise), dan efisien. Seorang atlet dengan koordinasi yang baik bukan hanya mampu melakukan suatu keterampilan secara sempurna, akan tetapi juga mudah dan cepat dapat melakukan keterampilan yang masih baru baginya”. Lebih lanjut Harsono (1988:220) mengemukakan pendapatnya bahwa: “Keterampilan atau skillnya sendiri bisa melibatkan koordinasi mata-kaki (foot-eye coordination) seperti misalnya dalam skill

menendang bola, atau koordinasi mata-tangan (eye-hand coordination) seperti misalnya dalam skill melempar suatu obyek kesuatu sasaran tertentu”.

Makin kompleks gerak yang dilakukan, makin besar tingkat koordinasi yang diperlukan untuk melaksanakan gerakan yang kompleks. Koordinasi berhubungan sangat erat dengan kemampuan gerak motorik lain, seperti keseimbangan, kecepatan dan kelincahan.

Latihan koordinasi yang baik untuk meningkatkan kesempurnaan koordinasi adalah dengan melakukan berbagai variasi gerak dan keterampilan. Pemain yang mempunyai spesialisasi pada suatu cabang olahraga tertentu sebaiknya dilibatkan dalam keterampilan pada cabang olahraga yang lain. Dalam melatih keterampilan- keterampilan maka faktor kesulitan dan kompleksitas gerakan harus senantiasa ditingkatkan. Koordinasi yang paling mudah dikembangkan pada anak-anak usia muda, yaitu pada waktu adaptasi system saraf (nervous system), karena sistem saraf anak usia muda lebih baik dari system saraf pada orang dewasa. Salah satu nervous system yang dimaksud adalah nervous system yang bekerja pada koordinasi anatar mata dengan tangan.

Koordinasi gerak mata-tangan adalah gerakan yang terjadi dari informasi yang diintegrasikan kedalam gerak anggota badan. Semua gerakan harus dapat dikontrol dengan penglihatan dan harus tepat, sesuai dengan urutan yang direncanakan dalam pikiran. Gerakan yang dimaksud antara lain memantul- mantulkan bola, melempar, menendang, dan menghentikannya, semuanya memerlukan sejumlah input (rangsang) yang dapat dilihat, kemudian input tersebut diintegrasikan ke dalam gerak motorik sebagai out put (luaran), agar hasilnya benar- benar gerakan yang koordinir secara rapi dan luwes.

Koordinasi mata-tangan bagi olahragawan perlu dikuasai dengan sempurna untuk berbagai tujuan, seperti penguasaan teknik gerak dasar permainan tennis meja, menghemat penggunaan energi. Namun demikian pencapaian tujuan tersebut tetap tergantung pada faktor-faktor yang dapat berhubungan dengan koordinasi khususnya koordinasi mata-tangan. Menurut Bompas yang diterjemahkan oleh Harsono (1988:69) bahwa faktor-faktor yang berhubungan dengan koordinasi yaitu:

- a. Kecepatan, dimana kemampuan seseorang untuk melakukan gerakan koordinasi berkesinambungan secara efektif dan efisien.
- b. Daya ledak, dimana seseorang mampu menggunakan kekuatan maksimal dan waktu yang singkat.
- c. Keseimbangan (balance), merupakan kemampuan seseorang mengendalikan organ-organ syaraf otot dalam melakukan aktivitas.
- d. Fleksibilitas, efektifitas seseorang dalam penyesuaian gerak terhadap aktivitas dengan penguluran tubuh ditandai dengan tingkat kelentukan persendian pada seluruh tubuh.

Berdasarkan pendapat dan uraian yang telah dikemukakan, maka dapatlah disimpulkan betapa besar peranan kemampuan koordinasi agar suatu keterampilan menembak dalam permainan bola basket dapat lebih efektif. Koordinasi yang dibutuhkan untuk menunjang keterampilan menembak ke ring bola basket adalah koordinasi mata-tangan, karena mata mengawasi bola yang akan dimenembak, sedangkan tangan mengarahkan bola basket untuk melakukan menembak yang tepat dan benar.

2.4. Percaya Diri

Dalam olahraga, percaya diri menjadi salah satu faktor penentu suksesnya seorang siswa. Masalah kurang atau hilangnya rasa percaya diri terhadap kemampuannya sendiri akan mengakibatkan siswa tampil di bawah kemampuannya. Karena itu sesungguhnya siswa tidak perlu merasa ragu akan kemampuannya, sepanjang ia telah berlatih secara sungguh-sungguh dan memiliki pengalaman bertanding yang memadai.

Menurut Barbara (1997:15) Rasa percaya diri itu lahir dari kesadaran bahwa jika saya memutuskan untuk melakukan sesuatu, sesuatu itu pula yang akan saya lakukan.

Peran pelatih dalam menumbuhkan rasa percaya diri pemainnya sangat besar. Syarat untuk membangun percaya diri adalah sikap positif. Beritahu pemain di mana letak kekuatan dan kelemahannya masing-masing. Buatlah program latihan untuk setiap siswa dan bantu mereka untuk memasang target sesuai dengan kemampuannya agar target dapat tercapai jika latihan dilakukan dengan usaha keras. Berikan kritik membangun dalam melakukan penilaian terhadap siswa karena akan mengurangi rasa percaya diri.

Banyak pakar yang mengemukakan definisi tentang percaya diri. Percayaan diri merupakan suatu keyakinan dan sikap seseorang terhadap kemampuan pada dirinya sendiri dengan menerima secara apa adanya baik positif maupun negatif yang dibentuk dan dipelajari melalui proses belajar dengan tujuan untuk kebahagiaan dirinya.

Menurut Taylor (2009:6) bahwa : Kepercayaan diri adalah kunci menuju kehidupan yang berhasil dan bahagia, anda tidak dapat menjalani hidup

dengan baik tanpa kepercayaan diri, dan anda membutuhkannya dalam segala hal.

Percaya diri adalah ekspresi atau ungkapan yang penuh semangat dan mengesankan dari dalam diri seseorang untuk menunjukkan adanya harga diri, menghargai diri sendiri dan pemahaman terhadap diri sendiri. Sebagaimana dikemukakan Harsono (1988:242) bahwa : Peranan masalah-masalah kejiwaan mempunyai pengaruh yang penting, malah kadang-kadang menentukan, di dalam usaha orang atau siswa untuk mencapai prestasi yang setinggi-tingginya. Percaya diri memiliki peran yang sangat penting dalam melakukan aktifitas jasmani khususnya dalam kegiatan olahraga yang menuntut prestasi melalui pertandingan.

Dalam pertandingan siswa biasanva mengalami tekanan-tekanan mental yang sangat mempengaruhi penampilan siswa dalam menyelesaikan pertandingan yang diikuti.

Dapat dimaknai bahwa para ahli psikologi mendefinisikan percaya diri sebagai kepercayaan atau keyakinan bahwa seseorang dapat melakukan sesuatu yang diinginkan secara sukses. Dengan demikian yang dimaksud dengan rasa percaya diri dalam penelitian ini, merupakan bagian penting dari karakteristik kepribadian siswa yang dapat memfasilitasi kehidupannya, khususnya yang berhubungan dengan kegiatan belajar dan pencapaian tujuan belajar siswa.

Berdasarkan pendapat para pakar diatas dapat disimpulkan bahwa salah satu faktor kematangan mental yang memiliki peran yang sangat penting dalam pembinaan olahraga prestasi adalah tingkat percaya diri siswa. Hal tersebut dapat membantu para individu untuk mengembangkan emosi positif, mempermudah konsentrasi, menentukan sasaran, meningkatkan usaha. fokus pada strategi

pertandingan. dan memelihara momentum. Pada dasarnya, percaya diri dapat berhubungan dengan sikap, perilaku, dan pengetahuan.

Menurut Saranson (1993) dalam Komarudin (2013:68-69) "Kepercayaan diri adalah perasaan yang berisi kekuatan, kemampuan dan keterampilan untuk melakukan dan menghasilkan suatu yang dilandasi keyakinan untuk sukses."

Seorang siswa yang mempunyai percaya diri cenderung memiliki sikap tidak mudah menyerah. Siswa mampu melihat situasi yang datang kepadanya, dan segera dapat mereaksinya dengan tepat. Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa orang yang mempunyai percaya diri tinggi adalah orang yang yakin akan kemampuan dirinya sendiri, dan bersifat mandiri dalam arti tidak suka meminta bantuan orang atau pihak lain, dan orang yang percaya pada kemampuan dirinya sendiri berarti orang tersebut menghargai dirinya sendiri.

Percaya diri sangat dibutuhkan untuk beraktivitas, tak terkecuali pada dunia pendidikan. Percaya diri akan ditampakkan atau di cerminkan pada perilaku yang ditampilkan seseorang. Orang yang mempunyai percaya diri realistis adalah keyakinan akan kemampuan diri yaitu sikap positif seseorang tentang dirinya bahwa mengerti sungguh – sungguh akan apa yang dilakukannya dan sikap positif seseorang yang selalu berpandangan yang baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan dan kemampuan.

Orang yang percaya diri memandang permasalahan atau segala sesuatu sesuai dengan kebenaran semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri. Percaya diri juga memiliki sikap bertanggung jawab yaitu kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya. Serta berfikir rasional dan realistis yaitu analisa terhadap suatu

masalah. Sesuatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan. Sedangkan orang yang memiliki percaya diri rendah atau telah kehilangan kepercayaan, cenderung bersikap tidak memiliki sesuatu (keinginan, tujuan, target) yang diperjuangkan secara sungguh sungguh, mudah frustrasi ketika menghadapi masalah atau kesulitan. kurang termotivasi untuk maju, malas-malasan atau setengah-setengah dan sering memiliki harapan yang tidak realistis.

Dikemukakan oleh Komaruddin (2013:66)” Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang merupakan modal dasar dan terbentuk melalui proses latihan dan interaksi dengan lingkungan sosial. Percaya diri terbentuk dan berkembang melalui proses belajar individu maupun sosial. Proses belajar secara individu berhubungan dengan umpan balik dan lingkungan, melalui interaksi dengan aktivitas kegiatannya bersama orang lain. Dalam hubungan yang terjadi antara individu yang satu dengan yang lain seseorang tidak hanya menanggapi orang lain, namun seseorang juga mempersepsi dirinya sendiri dalam keterkaitan dengan hubungan sosial yang tercipta.

Berkenaan dengan uraian di atas bahwa terbentuknya konsep diri yang positif kemudian akan berkembang melandasi harga diri yang dimiliki seseorang. Harga diri yang baik ditandai adanya kemampuan mengaktualisasikan dirinya guna mengembangkan potensi yang dimiliki. Selanjutnya dan perkembangan konsep diri yang positif dan harga diri yang baik ini akhirnya mewujudkan percaya diri seseorang.

Berdasarkan seluruh uraian di atas dapat disimpulkan betapa penting percaya diri bagi seseorang, termasuk untuk para siswa . Siswa yang memiliki

percaya diri tinggi memiliki sifat mandiri, bersemangat, yakin akan potensi dirinya, sanggup berkerja keras, optimis dan dinamis, mampu melakukan kegiatan secara efektif, mampu mengontrol emosi (bersikap tenang dan tidak mudah gugup), pemberani, penuh tanggungjawab, dan mampu bangkit kembali dari kegagalan. Percaya diri yang tinggi ditandai pula dengan adanya kemampuan untuk membuat keputusan penting dalam pertandingan, berkonsentrasi, melakukan aktivitas di bawah tekanan, menerapkan strategi secara tepat, menunjukkan kemampuan yang dibutuhkan untuk meraih sukses, berkomunikasi dengan baik termasuk dengan pelatih. Sifat dan kemampuan yang diyakini menjadi modal utama untuk meraih prestasi maksimal.

Percaya diri dapat dibentuk melalui interaksi individu dengan lingkungan atau aktifitas dengan orang lain. Oleh karena itu, seorang pembina atau pelatih harus mampu menanamkan sikap percaya diri kepada siswa binaannya. Seluruh uraian di atas telah menunjukkan betapa pentingnya peran percaya diri seorang siswa dalam mencapai prestasi. Setiap siswa memiliki tingkat percaya diri yang berbeda-beda. Secara umum indikator percaya diri dapat digolongkan menjadi 3 tingkatan, yakni, kurang percaya diri, percaya diri yang realistis, dan terlalu percaya diri. Seorang pelatih harus terus membina siswa binaannya agar tidak memiliki sifat kurang percaya diri (*underconfident*). Seorang pelatih harus terus membina siswa binaannya agar tetap memiliki sifat percaya diri (*confident*). Namun demikian, seorang pelatih harus mewaspadaikan pula agar siswa binaannya tidak berlebihan menjadi terlalu percaya diri (*overconfident*).

Rasa kurang percaya diri atau rasa percaya diri yang berlebihan akan membawa dampak negatif terhadap perkembangan siswa. Siswa yang baik, adalah

siswa yang memiliki percaya diri yang tepat, yaitu siswa yang memiliki percaya diri yang tidak kurang atau terlalu percaya diri tetapi cukup realistis, baik yang terlalu percaya diri maupun yang kurang percaya diri, sama-sama mendatangkan persoalan apabila harus tampil di bawah tekanan. Kurang percaya diri dapat menghambat siswa untuk tampil sesuai dengan kemampuannya. Biasanya ini akan menambah *stress* 'arena ada kesenjangan antara tuntutan tugas dan kemampuan seseorang. Situasi semacam ini menyebabkan siswa merasa takut. Sebaliknya, terlalu percaya diri dapat menghilangkan rasa takut yang muncul dalam situasi pertandingan.

Dampaknya, siswa yang terlalu percaya diri seringkali tampak tanpa memedulikan lawan yang berkualitas tinggi. Siswa yang terlalu percaya diri, selain dapat kacau menghadapi lawan yang superior, dapat pula mengacaukan dirinya sendiri. Idealnya adalah mendorong siswa yang realistis dalam rasa percaya dirinya selama latihan, sehingga siswa tidak bergerak ke arah terlalu percaya diri yang berlebihan.

Namun tingkat percaya diri mempunyai titik tertentu yang merupakan batas percaya diri tertinggi yang boleh dimiliki seorang siswa. Ketika seorang siswa melewati titik tersebut maka akan mendapat efek yang berlawanan. Semakin tinggi siswa melewati titik tersebut maka akan semakin rendah prestasi yang dicapai. Titik tersebut merupakan bentuk percaya diri yang paling ideal dan yang paling dibutuhkan siswa untuk mencapai prestasi yang tinggi. Sebagai aturan atau pedoman umum, terlalu percaya diri merupakan sebuah problem yang lebih kecil dari pada rasa kurang percaya diri. Namun demikian, ketika hal itu

terjadi (rasa terlalu percaya diri muncul), bagaimanapun juga dapat mengakibatkan terj dinya malapetaka.

Jika pemain telah bekerja keras dan bermain bagus (walaupun kalah), tunjukkan penghargaan dari pelatih. Jika pemain mengalami kekalahan (apalagi tidak dengan bermain baik), hadapkan is pada kenyataan objektif. Artinya, beritahukan mana yang telah dilakukannya secara benar dan mana yang salah, serta tunjukkan bagaimana seharusnya. Menemui pemain yang baru saja mengalami kekalahan harus dilakukan sesegera mungkin dibandingkan dengan menemui pemain yang baru saja mencetak kemenangan.

Setiap siswa yang menampakkan sikap kurang percaya pada diri sendiri biasanya akan menambah ketegangan dalam diri siswa tersebut. Siswa yang membayangkan pertandingannya sebagai suatu yang sangat sulit untuk dilakukan, atau yang merasa tipis harapannya akan dapat berhasil, siswa demikian telah menanamkan bibit-bibit ketegangan dalam dirinya meskipun pertandingan belum dimulai. Oleh karena dia sangat meragukan kemampuannya sendiri, maka pertandingan tersebut bertambah menjadi rintangan dalam dirinya. Siswa yang bimbang, yang ragu-ragu, yang takut, yang ketegangannya kian meningkat sangat membutuhkan *support*. dukungan serta bantuan dari pelatih atau rekan tim dalam membentuk keadaan jiwa yang wajar pada seorang siswa sebelum pertandingan. Orang yang punya percaya diri bagus bukanlah orang yang hanya merasa mampu (tetapi sebetulnya tidak mampu) melainkan adalah orang yang mengetahui bahwa dirinya mampu berdasarkan pengalaman dan perhitungannya. Jadi dapat disimpulkan bahwa tingkat percaya diri terdiri 3 bagian yakni kurang

percaya diri(*underconfident*), percaya diri yang realistis dan terlalu percaya diri(*overconfident*).

Berdasarkan tinjauan teori diatas maka peneliti mencoba membandingkan seberapa besar pengaruh koordinasi mata – tangan dan percaya diri terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bola basket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi.

2.5 Penelitian Relevan

Penelitian relevan didefinisikan sebagai penelitian yang secara langsung berkaitan dengan topik atau masalah yang sedang diteliti. Hal ini melibatkan studi atau eksperimen yang hasilnya dapat memberikan wawasan, data, atau bukti yang mendukung atau menantang hipotesis atau pemahaman tentang subjek tersebut. Dalam konteks akademis atau ilmiah, penelitian relevan sering diidentifikasi melalui tinjauan literatur, di mana peneliti mencari dan menganalisis karya-karya sebelumnya yang telah membahas topik yang sama atau mirip. Tujuannya adalah untuk membangun pemahaman yang lebih dalam tentang subjek, mengidentifikasi celah dalam pengetahuan yang ada, dan menunjukkan bagaimana penelitian baru dapat memberikan kontribusi tambahan.

1. Hubungan Daya Ledak, Koordinasi Mata Tangan, dan Percaya Diri terhadap Kemampuan Shooting dalam Permainan Bola Basket STKIP Ypup Makassar: Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan langsung dari koordinasi mata tangan terhadap percaya diri dan kemampuan shooting. Koordinasi mata tangan secara tidak langsung melalui percaya diri memiliki hubungan yang lebih besar terhadap kemampuan shooting dibandingkan dengan hubungan langsungnya. Sumber: Neliti

2. The Relationship Between Eyes Coordination of Agility and Confidence to Basketball Dribbling: Studi ini menyatakan bahwa terdapat korelasi positif dan signifikan antara koordinasi mata tangan dan kemampuan dribbling bola basket. Korelasi tersebut memiliki koefisien korelasi 0.76 dengan indeks determinasi 58.0%. Penelitian ini menekankan bahwa latihan koordinasi mata tangan dapat meningkatkan kemampuan dribbling dalam bola basket. Sumber: IPEC
3. Korelasi Koordinasi Mata Tangan dan Kekuatan Otot Lengan dengan Shooting Bola Basket: Meskipun fokus utama penelitian ini adalah pada shooting, hasil menunjukkan adanya hubungan signifikan antara koordinasi mata tangan dengan kemampuan shooting dalam bola basket. Koefisien korelasi ditemukan sebesar 0.537, menunjukkan keterkaitan yang kuat antara koordinasi mata tangan dan kemampuan shooting. Sumber: Mendeley.

2.6 Kerangka Pikir

Berdasarkan kerangka teoritis yang dijelaskan pada tinjauan pustaka merupakan landasan untuk membuat acuan pada kerangka pikir dari penelitian yang disentralisasikan dengan fakta. Rumusan yang berangkat dari sebuah latar belakang masalah dapat digambarkan sebagai berikut:

Bolabasket merupakan sebuah olahraga permainan yang menggunakan keterampilan fisik maupun kemandirian psikis. Hal ini karena dalam permainan bolabasket bola dimainkan dengan tangan dan panca indera dan juga dengan gerakan jalan, lari, lompat dan didukung dengan stamina. Sedangkan aspek psikis yaitu melibatkan bentuk semangat, konsentrasi emosional, *timing*, dan pengambilan

keputusan. Oleh karena itu, permainan bolabasket membutuhkan, bukan hanya teknik saja, akan tetapi juga didukung oleh taktik dan strategi. Olahraga bolabasket merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak dimainkan oleh masyarakat, mahasiswa, dan siswa.

Untuk meningkatkan kemampuan dalam permainan bola basket dibutuhkan beberapa latihan komponen fisik, komponen fisik yang sangat berhubungan dengan tingkat kemampuan dalam permainan bola basket diantaranya koordinasi serta kondisi mental yaitu percaya diri siswa. Dalam permainan bola basket diharapkan menguasai teknik dasar permainan diantaranya adalah kemampuan *dribbling* bola basket. Beberapa potensi fisik yang baik maka diharapkan akan memiliki hubungan dalam meningkatkan kemampuan dengan pada permainan bola basket khususnya dalam *dribbling* bola basket.

2.7 Hipotesis

Berdasarkan kajian teoritis dan kerangka pikir, maka hipotesis penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Ada hubungan koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bola basket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi.
2. Ada hubungan percaya diri terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bola basket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi.
3. Ada hubungan koordinasi mata tangan dan percaya diiterhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bola basket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis penelitian dan lokasi penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif korelasional dan inferensial maka perlu dirancang dan diketahui seberapa besar hubungan koordinasi mata tangan dan percaya diri terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bola basket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi. Dengan lokasi penelitian yang dilaksanakan di SMA Negeri 5 Kota Jambi

3.2 Variabel penelitian

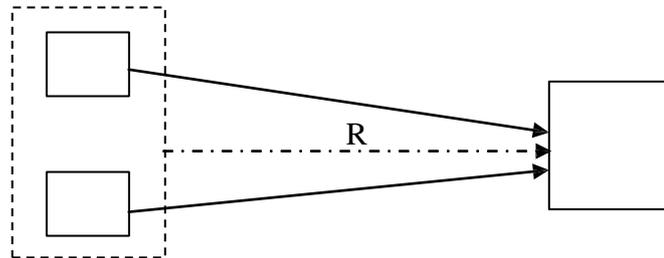
Variabel penelitian merupakan atribut yang membedakan antara variabel yang akan diteliti. Menurut Sugiyono (2014:63) Variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya . Sedangkan menurut Noor (2012:47) Variabel penelitian merupakan kegiatan menguji hipotesis, yaitu menguji kecocokan antara teori dan fakta empiris di dunia nyata.

- 1) Variabel bebas (*Devendent Variable*) yaitu: koordinasi mata tangan dan percaya diri.
- 2) Variabel terikat (*Indevendent Variable*) adalah kemampuan *dribling* bola basket

3.3 Desain Penelitian

Setiap penelitian membutuhkan desain penelitian tertentu. Desain penelitian adalah suatu cetak biru (blue print) dalam hal bagaimana data

dikumpulkan, diukur dan dianalisis. Dengan demikian, desain penelitian dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 3.1 Desain Penelitian
Sumber : Sugiyono (2013: 71)

Keterangan:

X1 = Koordinasi mata tangan

X2 = Percaya diri

Y = Kemampuan *dribbling* bola basket

R = hubungan bersama-sama

3.4 Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel bertujuan untuk menjelaskan variabel yang akan diteliti. Seluruh variabel dalam penelitian ini perlu dijelaskan lebih spesifik agar diperoleh gambaran lebih jelas tentang karakteristik apa dari variabel-variabel penelitian ini akan diungkap. Karakteristik tersebut menyangkut antara lain bisa berupa fakta kualitas fakta atau keadaan, opini, persepsi, sikap, dan lain-lain. Dengan demikian perlu didefinisikan secara operasional variabel yang akan diteliti, sebab definisi tersebut menunjukkan kegiatan yang akan dilakukan terutama yang berkenaan dengan apa dan bagaimana variabel yang ingin diukur.

Hal tersebut sangat diperlukan baik untuk penentuan alat pengumpul data (instrumen) yang digunakan maupun dalam pengelolaan datanya nanti. Untuk kepentingan tersebut maka variabel penelitian perlu didefinisikan secara operasional sebagai berikut :

1. Kemampuan *Dribbling* dalam permainan bola basket

Menggiring bola adalah membawa bola dengan tangan yang bertujuan untuk memindahkan bola dalam menciptakan peluang dengan cara memasukkan bola ke dalam ring basket. Menggiring bola dapat diukur dengan tes menggiring bola (*dribbling*).

2. Koordinasi Mata Tangan

Koordinasi Mata Tangan adalah suatu kemampuan seseorang dalam mengkoordinasikan mata tangan kedalam rangkaian gerakan yang utuh, menyeluruh, dan terus menerus secara cepat dan tepat dalam irama gerak yang terkontrol.

3. Percaya diri

Percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan sesuatu tindakan. Percaya diri dapat diukur dengan menggunakan angket (kusioner) dengan skala *likert*.

3.5 Populasi dan Sampel

Proses pelaksanaan suatu penelitian dapat berjalan dengan baik bila mana penelitian tersebut memiliki populasi dan sampel. Populasi dan sampel merupakan subjek yang dapat menentukan keberhasilan pada sasaran yang akan diteliti.

3.5.1 Populasi

Populasi adalah semua anggota kelompok manusia, binatang, peristiwa, atau benda yang tinggal bersama dalam suatu tempat dan secara terencana menjadi target kesimpulan dari hasil akhir suatu penelitian.

Dari pengertian tersebut sejalan dengan Sugiyono (2015:117) “Populasi adalah wilayah *generalisasi* yang terdiri atas:*objek/ subyek* yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”.Sedangkan menurut Noor (2012: 147) “populasi adalah untuk menyebutkan seluruh elemen/ anggota dari suatu wilayah yang menjadi sasaran penelitian atau merupakan keseluruhan (*universum*) dari obyek penelitian”.Bertolak dari pendapat diatas dapat ditarik suatu makna bahwa seluruh obyek yang memiliki karakteristik tertentu diistilahkan sebagai populasi. Jadi populasi target adalah seluruh siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi. Sedangkan populasi terjangkau dalam penelitian ini adalah kelas 2 IPA dan kelas 2 IPS.

3.5.2 Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi yang representatif mewakili populasi, dengan maksud untuk meringankan beban peneliti karena pertimbangan berbagai hal termasuk keterbatasan waktu, dana, dan lainnya. Menurut Noor (2012: 147) “sampel adalah sejumlah anggota yang dipilih dari populasi”.

Sugiyono (2015: 118) menyatakan bahwa: Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga, dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Apa yang dipelajari dari sampel itu,

kesimpulannya akan dapat diberlakukan untuk populasi. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul representatif/ mewakili.

Teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian. Penarikan sampel yang digunakan adalah *simple random sampling*, didasarkan pada kaidah-kaidah bahwa, “cara *simple random sampling* dapat dilakukan bila anggota populasi dianggap homogen” (Sugiyono, 2015: 118). Jadi dapat disimpulkan bahwa sampel adalah individu yang diperoleh dari populasi diharapkan dapat mewakili terhadap seluruh populasi.

Jadi yang dimaksud dengan sampel dalam penelitian ini adalah siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi dengan jumlah 30 yang berjenis kelamin perempuan yang diperoleh melalui *simple random sampling*.

3.6 Teknik Pengumpulan Data

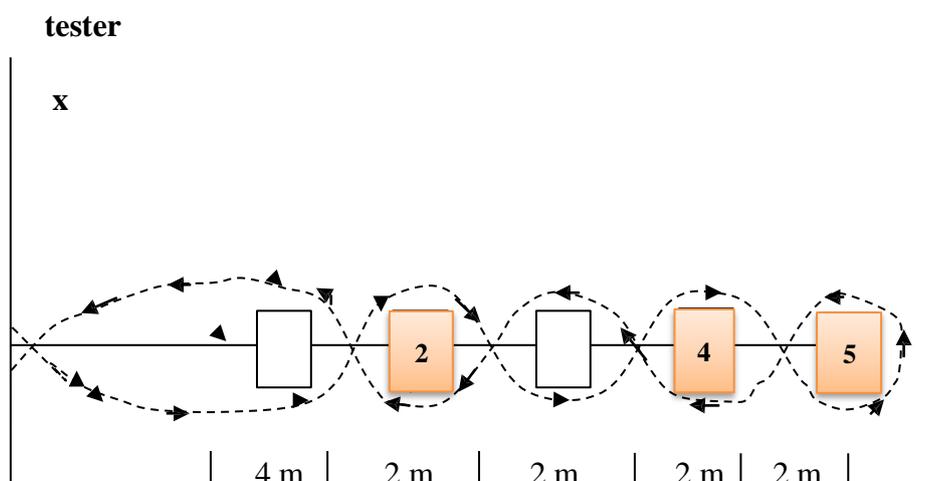
Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Setelah mendapat izin melakukan penelitian dari kepala sekolah SMA Negeri 5 Kota Jambi, maka dilakukan persiapan tentang jadwal pelaksanaan penelitian, panitia pelaksana penelitian dan pelaksanaan rancangan penelitian.

Adapun hal – hal yang dilaksanakan dalam penelitian ini untuk mengumpulkan data adalah sebagai berikut :

1. Kemampuan *dribbling*

Tujuan	Untuk mengukur kecepatan dan keterampilan menggiring boladan kelincahan merubah arah.
Fasilitas dan alat	Lapangan yang datar dengan garis start yang jaraknya dari rintangan 1,4 m, jarak rintangan 2 ke rintangan 3,4 dan 5

	masing-masing 2 m, bolabasket, stop watch, alat pengukur jarak atau meteran, blanko atau kertas, pensil atau pulpen.
Petugas	Pemandu tes, pembantu tes, pencatat nilai
Pelaksanaan	Bola diletakkan di tengah-tengah garis start. Peserta tes berdiri dalam keadaan siap di belakang garis start menghadap ke arah lintasan yang harus ditempuh. Setelah aba-aba “ya” <i>stop watch</i> dijalankan peserta tes segera mengambil bola dan menggiringnya ke arah lintasan sesuai dengan arah panah yang telah ditentukan, sampai melewati garis finish. Peserta tes boleh berganti tangan pada waktu menggiring bola. Jarak antara setiap lintasan harus dilampaui dengan menggiring bola. Pada saat melampaui garis finish bola harus tetap digiring. Apabila saat menggiring bola, bola tidak dapat dikuasai dan menggelinding jauh maka pelaksanaan tes harus segera diulangi. Apabila waktu menggiring bola, bola tidak memantul dan tidak dapat dikuasai, maka peserta tes boleh memegang bola dan segera menggiringnya lagi. Hasil tes yang dicatat adalah waktu yang dicapai sejak dimulainya aba-aba “ya” sampai peserta tes melampaui garis finish. Hasil tes tidak dicatat apabila, peserta tes menginjakkan atau melewati garis start pada waktu mulai menggiring bola, menggiring bola tidak sesuai dengan arah panah.
Penilaian	Waktu yang dicapai sejak saat aba-aba “ya” sampai peserta tes melewati garis finish yang dihitung sampai 0,1 detik, dicatat sebagai hasil akhir peserta tes.



Gambar 3.2. Diagram Lintasan Tes Menggiring Bola
Nurhasan (2001:125)

2. Koordinasi Mata

Tangan

a. Tujuan:

Untuk mengukur koordinasi mata-tangan

b. Fasilitas/Alat:

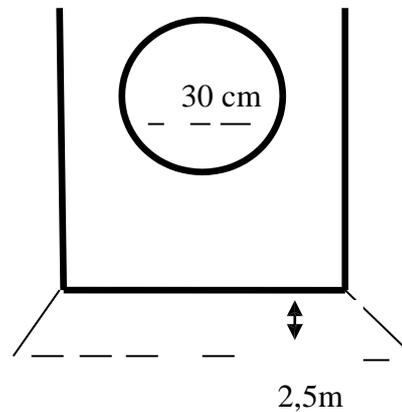
- 1) Bola Tennis
- 2) Dinding Tembok
- 3) Kapur/ Pita
- 4) Sasaran berbentuk bulat (terbuat dari kertas atau karton berwarna kontras) dengan garis setengah 30 cm. Buatlah 3 buah atau lebih sasaran dengan ketinggian berbeda – beda agar pelaksanaan tes lebih efisien di tembok
- 5) Sasaran di tempelkan pada tembok dengan bagian bawahnya sejajar dengan tinggi bahu testee yang melakukan
- 6) Buatlah garis lantai 2, 5 m dari tembok sasaran, dengan kapur atau pita.

c. Pelaksanaan:

- 1) Testee diinstruksikan melempar bola tersebut dengan memilih arah yang mana sasarannya.
- 2) Percobaan diberikan pada testee agar mereka beradaptasi dengan tes yang akan dilakukan
- 3) Bola dilempar dengan cara lemparan bawah dan bola harus ditangkap sebelum bola memantul di lantai.

d. Penilaian:

Tiap lemparan yang mengenai sasaran dan tertangkap tangan memperoleh nilai 1



Gambar 3.3. Dinding target tes koordinasi mata tangan, Ismaryati (2006:54)

3. Kuisiener Percaya diri

Kuesioner ini digunakan untuk mengetahui tingkat percaya diri siswa. Menurut Nurhasan (2001:113) Skala adalah seperangkat set angka-angka yang menyatakan nilai-nilai tentang suatu objek atau perilaku, dan atas dasar itu nilai kualitatif dinyatakan secara kuantitatif. Ditambahkan lagi oleh Nurhasan (2001:114) Untuk mengukur sikap skala yang sering digunakan adalah skala likert.

Berdasarkan pendapat di atas, maka kuesioner dalam penelitian ini menggunakan skala *Likert*. Skala ini disusun berdasarkan tingkatan-tingkatan percaya diri yakni terlalu percaya diri (*overconfident*), kurang percaya diri (*underconfident*) dan percaya diri yang realistis. Skala ini juga disusun berdasarkan skala *Likert* dengan item pertanyaan yang terdiri atas pertanyaan yang bersifat negatif dan positif, jawaban yang digunakan juga sesuai dengan skala *Likert* dengan kategori skala yang bervariasi.

Tabel 3.1 Skor Skala Percaya Diri

Skala	Positif	Negatif
Sangat setuju	5	1
Setuju	4	2
Ragu-ragu	3	3
Tidak setuju	2	4
Sangat tidak setuju	1	5

Sumber : Nurhasan (2001:114-115)

Dalam proses penggunaan angket ditempuh langkah-langkah sebagai berikut:

1. Mempersiapkan angket. Angket yang dipersiapkan terdiri atas beberapa bagian, yaitu bagian pertama pengantar, bagian kedua petunjuk tentang pengisian angket, bagian ketiga memuat sejumlah pertanyaan yang digunakan untuk memperoleh data yang diperlukan dan bagian yang keempat adalah identitas responden.
2. Mengedarkan angket. Dalam mengedarkan angket, peneliti terlebih dahulu meminta izin kepada Kepala Kantor Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi Sulawesi Selatan, kemudian menghubungi Kepala Sekolah SMA Negeri 5 Kota Jambi.
3. Memeriksa jawaban angket. Setelah angket dikumpulkan, selanjutnya peneliti memeriksa angket yang telah diisi oleh responden dengan nilai atau skor yang telah ditentukan oleh setiap jawaban (pilihan).

Berikut ini disajikan kisi-kisi percaya diri sebagai berikut:

Tabel 3.2 Kisi-kisi angket percaya diri

Variabel	Indikator	Jumlah Item	No. Item	
			(+)	(-)
Percaya Diri	Kurang percaya diri (underonfident)	6		1,2,3,4,5,6
	Percaya diri (confident)	9	7,8,9,10,11,12,13,14,15	
	Percaya diri Berlebihan (overconfident)	5		16,17,18,19,20
	Jumlah	20	9	11

3.6 Teknik Analisis Data

Menurut Sugiyono (2015:21) "Statistik dapat dibedakan menjadi dua, yaitu statistik Deskriptif dan statistik Inferensial." Dalam penelitian ini data yang terkumpul perlu dianalisis secara statistik deskriptif untuk keperluan pengujian hipotesis penelitian. Adapun gambaran yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis data secara deskriptif dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran umum tentang data yang meliputi rata-rata dan standar deviasi kemudian data dianalisis menggunakan statistik inferensial bermaksud untuk mengambil kesimpulan mengenai sifat-sifat populasi berdasarkan data yang diperoleh dari sampel. Jadi keseluruhan analisis data statistik tersebut diolah melalui komputer pada program SPSS versi 18.00 dengan taraf signifikan 95% atau α 0,0

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Data empiris yang diperoleh dilapangan melalui hasil tes dan pengukuran yang terdiri atas: koordinasi mata–tangan dan percaya diri terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bola basket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi, selanjutnya dianalisis dengan menggunakan tehnik statistik deskriptif dan analisis inferensial. Analisis data secara deskriptif dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran umum data penelitian, kemudian dilanjutkan dengan pengujian persyaratan analisis atau uji asumsi yaitu uji normalitas data dan uji linearitas. Sedangkan analisis data secara inferensial dimaksudkan untuk mendapatkan hasil pengujian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini.

4.1 Penyajian hasil analisis data

4.1.1. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dilakukan pada data koordinasi mata tangan, data percaya diri dan data kemampuan *dribbling* pada permainan bola basket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi. Rangkuman hasil analisisnya tercantum pada table di bawah ini.

Tabel 4.1 Rangkuman analisis deskriptif data

Statistik	Koordinasi Mata-Tangan	Kercaya Diri	Kemampuan <i>Dribling</i>
Jumlah Sampel	30	30	30
Nilai Rata-rata	5.63	76.47	13.7597
Nilai Tengah	6.00	76.00	13.4500
Modus	5	70	13.45

Simpangan Baku	1.273	5.043	1.47210
Varians	1.620	25.430	2.167
Rentang	5	20	5.81
Nilai Maksimum	8	67	16.12
Nilai Minimum	3	87	10.31

Dari table di atas, maka dapat dikemukakan gambaran data tiap variable sebagai berikut :

1. Untuk data koordinasi mata-tangan, dari banyaknya sampel (N) sebanyak 30 diperoleh nilai rata-rata 5.63, nilai tengah 60.00, modus 5, standar deviasi 1.273, varians 1.620 nilai minimum 3, nilai maksimum 8 dan rentang 5.
2. Untuk data percaya diri, dari banyaknya sampel (N) sebanyak 30 diperoleh nilai rata-rata 76.47, nilai tengah 76.00, modus 70, standar deviasi 5.043, varians 25.430, nilai minimum 67, nilai maksimum 87 dan rentang 20.
3. Untuk data kemampuan *dribbling*, dari banyaknya sampel (N) sebanyak 30 diperoleh nilai rata-rata 13.7597, nilai tengah 13.4500, modus 13.45, standar deviasi 1.47210, varians 2.167, nilai minimum 10.31, nilai maksimum 16.12 dan rentang 10.31.

4.1.2. Uji asumsi

a. Uji normalitas data

Salah satu asumsi yang harus dipenuhi agar statistik parametrik dapat digunakan adalah data mengikuti sebaran normal. Apabila pengujian ternyata data

berdistribusi normal berarti analisis statistik parametrik telah terpenuhi. Sebaliknya apabila data tidak berdistribusi normal, maka analisis yang harus digunakan adalah statistik non parametrik.

Untuk mengetahui apakah data penelitian ini berdistribusi normal, maka dilakukan pengujian menggunakan uji Kolmogorov Smirnov dengan koreksi liliefors.

Tabel 4.2 Hasil uji normalitas data dengan menggunakan bantuan SPSS

No	Variabel	Nilai Probabilitas (sig)	A	Ket
1	Koordinasi Mata-Tangan	0,107	0,05	Normal
2	Percaya Diri	0,834	0,05	Normal
3	Kemampuan <i>Dribling</i>	0,295	0,05	Normal

Berdasarkan table di atas, maka dapat diperoleh gambaran bahwa pengujian normalitas data menggunakan uji Kolmogorov Smirnov dengan koreksi liliefors menunjukkan data koordinasi mata-tangan dengan nilai probabilitas (sig) sebesar 0,107 lebih besar dari α 0,05. Data percaya diri dengan nilai probabilitas (sig) sebesar 0,834 lebih besar dari α 0,05. Data kemampuan *dribling* dengan nilai probabilitas (sig) sebesar 0,295 lebih besar dari α 0,05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa data pengaruh koordinasi mata-tangan, percaya diri dan kemampuan *dribbling* berdistribusi normal.

b. Uji linearitas

Linearitas adalah sifat hubungan yang linear antar variabel, artinya setiap perubahan yang terjadi pada satu variabel akan diikuti perubahan dengan besaran

yang sejajar pada variabel lainnya. Perubahan pada variabel bebas akan diikuti dengan perubahan pada variabel terikat.

Salah satu prasyarat lainnya dalam analisis korelasi dan regresi adalah setiap variabel bebas memiliki hubungan yang signifikan dengan variabel terikat. Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan yang linear secara signifikan maka dilakukan uji linearitas dengan menggunakan *Test for Linearity* pada taraf signifikansi 0,05.

Table 4.3 Ringkasan uji linearitas X₁,X₂, dengan Y

No	Variabel	Sig.Linearity	Signifikansi	Ket
1	Koordinasi mata-tangan (X ₁) dengan kemampuan <i>dribbling</i> (Y)	0,000	0,05	Linear
2	Percaya diri (X ₂) dengan kemampuan <i>dribbling</i> (Y)	0,000	0,05	Linear

Tabel di atas menunjukkan nilai sig. linearity koordinasi mata-tangan (X₁) dengan kemampuan *dribbling* (Y) 0,000 (P<0,05), yang berarti bahwa kemampuan *dribbling* memiliki hubungan linear dengan koordinasi mata-tangan.

Untuk variabel Percaya diri (X₂) dengan kemampuan *dribbling*(Y) 0,000 (P<0,05), yang berarti bahwa kemampuan *dribbling* memiliki hubungan linear dengan percaya diri. Dengan demikian maka uji korelasi dan regresi ganda dapat dilanjutkan untuk mengetahui diterima atau tidaknya hipotesis dalam penelitian ini.

3. Uji hipotesis

Karena data penelitian mengikuti sebaran normal dan memenuhi semua prasyarat uji asumsi klasik, maka untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini digunakan analisis parametric dengan menggunakan tehnik analisis regresi ganda untuk mengetahui apakah terdapat hubungan tiap variabel bebas terhadap variabel terikat dan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan kedua variabel bebas secara bersama-sama terhadap variabel terikat.

Tabel 4.4 Rangkuman hasil analisis regresi sederhana antara koordinasi mata- tangan, percaya diri terhadap kemampuan *dribbling*.

Variabel	R	R Square	T Hitung	Sig
X1 terhadap Y	0,850	0,722	8,529	0,000
X2 terhadap Y	0,857	0,735	8,803	0,000

Tabel 4.5 Rangkuman hasil analisis regresi ganda antara koordinasi mata-tangan, percaya diri terhadap kemampuan *dribbling*.

Variabel	R	Adjusted R Square	df 1	df 2	F Hitung	Sig
X12 terhadap Y	0,901	0,797	2	27	58,006	0,000

a. Terdapat hubungan koordinasi mata-tangan terhadap kemampuan *dribbling*

Hipotesis statistik yang diuji :

$$H_0 : \rho_{X_1 Y} = 0$$

$$H_1 : \rho_{X_1 Y} \neq 0$$

Hasil pengujian:

Dari hasil analisis data yang terlihat pada tabel 4.4 terdapat nilai sig. 0,000. Nilai sig. lebih kecil dari 0,05 atau nilai $0,000 < 0,05$, maka H_1 diterima dan H_0 ditolak. Variabel X_1 mempunyai t_{hitung} yakni 8,529 sedangkan $t_{tabel} = 2,048$ jadi $t_{hitung} > t_{tabel}$ dan dapat disimpulkan bahwa variabel X_1 memiliki hubungan terhadap Y . Nilai t positif menunjukkan bahwa variabel X_1 mempunyai hubungan positif terhadap Y . jadi dapat disimpulkan bahwa koordinasi mata-tangan memiliki hubungan signifikan terhadap kemampuan *dribbling*.

Nilai koefisien untuk variabel X_1 sebesar 0,983. Berarti setiap kenaikan koordinasi mata-tangan satu satuan maka kemampuan *dribbling* akan naik sebesar 0,983. Nilai *R square* sebesar 0,722 maka koordinasi mata-tangan berhubungan 72,2% terhadap kemampuan *dribbling*. Sedangkan 27,8% dihubungkan variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

b. Terdapat hubungan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola

Hipotesis statistik yang diuji :

$$H_0 : \rho_{X_2Y} = 0$$

$$H_1 : \rho_{X_2Y} \neq 0$$

Hasil pengujian:

Dari hasil analisis data yang terlihat pada tabel 4.4 terdapat nilai sig. 0,000. Nilai sig. lebih kecil dari 0,05 atau nilai $0,000 < 0,05$, maka H_1 diterima dan H_0 ditolak. Variabel X_2 mempunyai t_{hitung} yakni 8,803 sedangkan $t_{tabel} = 2,048$ jadi $t_{hitung} > t_{tabel}$ dan dapat

disimpulkan bahwa variabel X_2 memiliki hubungan terhadap Y . Nilai t positif menunjukkan bahwa variabel X_2 mempunyai hubungan positif terhadap Y . jadi dapat disimpulkan bahwa percaya diri memiliki hubungan signifikan terhadap kemampuan *dribbling*.

Nilai koefisien untuk variabel X_2 sebesar 0,250. Berarti setiap kenaikan percaya diri satu satuan maka kemampuan *dribbling* akan naik sebesar 0,250. Nilai *R square* sebesar 0,735 maka percaya diri berhubungan 73,5% terhadap kemampuan *dribbling*. Sedangkan 26,5% dihubungkan variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

c. Terdapat hubungan koordinasi mata-tangan, percaya diri secara bersama-sama terhadap kemampuan *dribbling*

Hipotesis statistik yang diuji :

$$H_0 : R_{X_1,2Y} = 0$$

$$H_1 : R_{X_1,2Y} \neq 0$$

Hasil pengujian:

Dari hasil analisis data yang terlihat pada tabel 4.5 diperoleh F_{hitung} sebesar 58,006 dan nilai sig. 0,000. Nilai F_{hitung} (58,006) > (2,048) dan nilai sig. lebih kecil dari 0,05 atau nilai 0,000 < 0,05, maka H_1 diterima berarti secara bersama-sama koordinasi mata-tangan dan percaya diri berhubungan secara signifikan terhadap kemampuan *dribbling*.

Dengan melihat nilai *adjusted R square* maka dapat disimpulkan bahwa koordinasi mata-tangan dan percaya diri berpengaruh sebesar 0,811 atau 81,1% terhadap kemampuan *dribbling*. Sedangkan 18,9%

dihubungkan variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Dan karena nilai *R square* di atas 5% (0,811) maka dapat disimpulkan kemampuan variabel-variabel independen dalam menjelaskan variasi variabel cukup kuat.

4.2. Pembahasan

Hasil analisis data telah dikemukakan bahwa tiga hipotesis yang diajukan semuanya diterima dan menunjukkan ada hubungan. Dari hasil koordinasi mata-tangan dan percaya diri terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bolabasket siswa SMA N 5 Kota Jambi, pada penelitian ini relevan dengan kerangka pikir yang telah dikembangkan berdasarkan teori-teori yang mendukung penelitian. Untuk lebih jelasnya akan dibahas tentang hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya.

a. Hubungan Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Kemampuan *Dribbling* pada Permainan Bolabasket Siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi.

Ada hubungan koordinasi mata-tangan terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bolabasket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi sebesar 72,2%. Terbukti dari hasil analisis diperoleh nilai *R Square* = 0,722. Hasil ini menunjukkan analisa bahwa koordinasi mata-tangan bagi seorang pemain basket dibutuhkan untuk meningkatkan kemampuan *dribbling*.

Koordinasi mata-tangan merupakan hasil perpaduan kinerja dari kualitas otot, tulang, dan persendian dalam menghasilkan satu gerak yang efektif dan efisien. Di mana komponen gerak terdiri dari energi,

kontaksi otot, syaraf, tulang dan persendian merupakan koordinasi neuromuskuler. Koordinasi neuromuskuler adalah setiap gerak yang terjadi dalam urutan dan waktu yang tepat serta gerakannya mengandung tenaga. Sebab terjadinya gerak timbul oleh kontraksi otot, dan otot berkontraksi karena adanya perintah yang diterima melalui sistem syaraf.

Setiap orang untuk dapat melakukan gerakan atau keterampilan baik dari yang mudah, sederhana sampai yang rumit diatur dan diperintah dari sistem syaraf pusat yang sudah disimpan di dalam memori terlebih dahulu. Jadi untuk dapat melakukan gerakan koordinasi yang benar diperlukan juga koordinasi sistem syaraf yang meliputi sistem syaraf pusat dan sistem syaraf tepi dengan otot, tulang, dan sendi.

Menurut Barrow dan McGee dalam Harsono (1988:220) bahwa “koordinasi adalah kemampuan untuk memadukan berbagai macam gerakan ke dalam satu atau lebih pola gerak khusus”. Ditambahkan pula oleh Sajoto (1988:53) “ Bagi para olahragawan, koordinasi ini perlu dikuasai dengan sempurna untuk berbagai tujuan, seperti penguasaan tehnik-tehnik tinggi, menghindari cegatan dan benturan dengan lawan pada olahraga pertandingan dan menghemat pengeluaran energy”

Koordinasi diperlukan hampir disemua cabang olahraga yang melibatkan kegiatan fisik, koordinasi juga penting bila berada dalam situasi dan lingkungan yang asing, misalnya perubahan lapangan pertandingan, peralatan, cuaca, lampu penerangan, dan lawan yang dihadapi.

Tingkatan baik atau tidaknya koordinasi gerak seseorang tercermin dalam kemampuannya untuk melakukan suatu gerakan secara mulus, tepat, cepat, dan efisien. Seorang atlet dengan koordinasi yang baik bukan hanya mampu melakukan suatu keterampilan secara sempurna, akan tetapi

juga mudah dan cepat dalam melakukan keterampilan yang masih baru baginya.

Pemain yang memiliki koordinasi mata-tangan yang baik akan dapat meningkatkan teknik *dribbling* yang baik pula sehingga dapat melakukan penetrasi ke daerah pertahanan lawan. Pemain yang memiliki koordinasi mata- tangan yang baik memungkinkan *dribbling* yang sangat cepat sehingga menciptakan peluang untuk mencetak angka dalam usahanya memenangkan pertandingan. Hubungan koordinasi mata-tangan sangat menentukan kualitas teknik setiap pemain dalam teknik pada permainan bolabasket, karena tanpa koordinasi mata-tangan yang baik maka kemampuan *dribbling* akan mudah direbut oleh lawan dikarenakan kurang mampu menguasai bola dalam melewati lawan pada saat melakukan *dribbling* bolabasket.

Koordinasi mata-tangan sangat memberikan pengaruh yang besar dalam mengembangkan teknik permainan dalam permainan bolabasket. Oleh karena itu koordinasi mata-tangan harus dimiliki oleh setiap pemain karena tanpa melatih dan mengembangkan koordinasi mata-tangan terlebih dahulu maka teknik dalam permainan bolabasket akan sulit berkembang terutama teknik *dribbling* bola. Jadi koordinasi mata-tangan merupakan aspek komponen fisik yang harus dimiliki oleh para siswa dalam meningkatkan prestasi.

b. Hubungan Percaya diri Terhadap Kemampuan *Dribbling* pada Permainan Bolabasket Siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi.

Ada hubungan Percaya diri terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bolabasket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi sebesar 73,5%. Terbukti dari hasil analisis diperoleh nilai $R Square = 0,735$. Hasil ini menunjukkan analisa bahwa percaya diri bagi seorang pemain basket dibutuhkan untuk meningkatkan kemampuan *dribbling*.

Percaya diri merupakan ciri dari sebuah harapan yang tinggi untuk mencapai keberhasilan. Hal tersebut dapat membantu para individu untuk mengembangkan emosi positif, mempermudah konsentrasi, menentukan sasaran, meningkatkan usaha fokus pada strategi permainan, dan memelihara momentum. Pada dasarnya, percaya diri dapat menghubungkan sikap, perilaku, dan pengetahuan. Siswa yang mempunyai percaya diri yang baik biasanya tidak takut untuk mengambil kesempatan, dan siswa akan dapat mengendalikan permainan untuk keuntungannya. Sedangkan siswa yang kurang percaya diri biasanya bermain hanya sekedar agar tidak kalah, dan cenderung takut atau menghindari berbuat kesalahan.

Percaya diri menghubungkan momentum psikologis, seorang siswa yang mempunyai percaya diri cenderung memiliki sikap tidak mudah menyerah. Siswa mampu melihat situasi yang datang kepadanya, dan segera dapat mereaksinya dengan tepat. Orang yang mempunyai percaya diri realistis adalah orang yang yakin akan kemampuan dirinya sendiri, dan bersifat mandiri dalam arti tidak suka meminta bantuan orang atau pihak lain, dan orang yang percaya pada kemampuan dirinya sendiri berarti orang tersebut menghargai dirinya sendiri.

Aspek yang tak kalah penting yang harus dimiliki oleh setiap pemain adalah aspek psikologis pemain. Dalam hal psikologis, bagian yang memiliki peranan yang cukup memberikan kontribusi dalam permainan yaitu tingkat percaya diri pemain. Semakin baik percaya diri pemain semakin baik pula dalam berkonsentrasi dan mengendalikan emosinya pada saat dalam suasana permainan.

Menurut Kuan dan Roy dalam Komaruddin (2015:3) “ Salah satu faktor yang sering berhubungan dengan performa yang baik dalam sebuah permainan adalah ketahanan mental dan ketahanan mental tersebut termasuk faktor keterampilan mental “

Dalam mengikuti setiap permainan yang paling berhubungan yaitu aspek mental yakni percaya diri siswa, sebaik apapun kondisi fisik dan keterampilan tehnik yang dikuasai pemain akan hilang di lapangan apabila aspek psikologis yakni percaya diri dalam bermain tidak dimiliki oleh setiap pemain. Percaya diri merupakan hal yang memiliki pengaruh paling besar dalam mencapai prestasi dibidang olahraga khusus dalam permainanbolabasket terutama pada saat melakukan *dribbling*.

Siswa yang memiliki percaya diri yang baik pada saat latihan belum tentu akan baik pula pada saat bermain yang sesungguhnya. Hal ini dikarenakan suasana pertandingan yang sesungguhnya, tanpa terkecuali pada saat *dribbling*. Beberapa faktor yang biasanya mempengaruhi tingkat percaya diri siswa dalam bermain bolabasket yaitu siswa merasa ragu dengan kondisi fisik mereka.

Siswa yang memiliki tingkat percaya diri yang realistis akan percaya diri dalam permainan, dibanding siswa yang memiliki tingkat percaya diri yang kurang (*underconfident*) atau bahkan memiliki tingkat percaya diri yang tinggi. Tingkat percaya diri yang realistis memberikan hubungan yang sangat besar dalam permainan bolabasket sehingga prestasi siswa khususnya kemampuan *dribbling* yang baik dapat dicapai dengan adanya percaya diri yang mereka miliki.

c. Hubungan Koordinasi mata-tangan dan Percaya diri Terhadap Kemampuan *Dribbling* pada Permainan Bolabasket Siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi.

Ada hubungan koordinasi mata-tangan dan percaya diri terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bolabasket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi sebesar 81,1%. Terbukti dari hasil analisis diperoleh nilai $R Square = 0,811$. Hal ini menunjukkan bahwa antara koordinasi mata-tangan dan percaya diri memiliki hubungan terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bolabasket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi.

Salah satu tehnik yang sangat penting yang harus dikuasai oleh para pemain bolabasket adalah tehnik *dribbling*. Untuk menunjang tehnik *dribbling* dalam permainan bolabasket maka harus didukung oleh komponen-komponen fisik ditambah dengan kondisi mental pemain. Dari beberapa komponen- komponen fisik dan kondisi mental diharapkan dapat memberikan hubungan yang nyata dalam melakukan tehnik *dribbling* yang baik.

Pada permainan bolabasketsiswa dituntut memiliki beberapa komponen fisik yang baik. Permainan ini merupakan permainan yang berlangsung sangat cepat sehingga beberapa komponen fisik harus dimiliki oleh pemain. Komponen fisik yang paling dominan dalam memberikan hubungan untuk meningkatkan kemampuan dalam melakukan gerakan-gerakan dalam teknik pada permainan diantaranya koordinasi mata tangan. Komponen ini sangat menentukan kemampuan dalam teknik pada permainan bolabasket khususnya *dribbling*.

Disamping beberapa komponen fisik yang menunjang tingkat kemampuan dalam teknik pada permainan, faktor mental juga memiliki hubungan terhadap penampilan siswa pada saat bertanding, dalam hal ini percaya diri siswa pada saat menghadapi permainan atau pertandingan. Menurut Komaruddin (2015:69) “ketika atlet merasa percaya diri, mental merasa bebas tetap focus pada tugas yang di hadapinya.”

Percaya diri harus dimiliki oleh siswa sehingga pada saat bertanding mereka tidak mengalami rasa kurang percaya diri pada kemampuannya atau bahkan rasa percaya diri yang berlebihan. Tingkat percaya diri yang ideal yang harus dimiliki oleh setiap pemain adalah percaya diri yang realistis maka diharapkan siswa mampu melakukan *dribbling* bola dengan baik dan menyelesaikan pertandingan dengan baik.

Oleh karena itu koordinasi mata-tangan dan percaya diri tidak dapat diabaikan dalam peningkatan kemampuan *dribbling* bola terhadap prestasi dalam permainan bolabasket. Kedua unsur tersebut merupakan faktor yang

memberikan hubungan dalam membantu siswa mendribbling bola dengan baik terhadap peningkatan prestasi dalam permainan bolabasket.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Setelah melakukan penelitian, telah diperoleh hasil-hasil yang telah diperoleh hasil-hasil yang telah diungkapkan dari hubungan koordinasi mata-tangan dan percaya diri terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bolabasket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi, maka disimpulkan sebagai berikut :

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasannya maka hasil penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Ada Hubungan yang signifikan koordinasi mata-tangan terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bolabasket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi sebesar 72,2%.
2. Ada Hubungan yang signifikan percaya diri terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bolabasket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi sebesar 73,5%.
3. Ada Hubungan yang signifikan koordinasi mata-tangan dan percaya diri terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bolabasket siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi sebesar 81,1%.

5.2 Saran

Dari kesimpulan tersebut, maka akan dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Diharapkan kepada pelatih, guru atau semua pihak agar dapat mengetahui dan memahami tentang pentingnya koordinasi mata dan

tangan, percaya diri dan kemampuan *dribbling* dalam pemilihan atlet atau pemain khususnya dalam permainan bolabasket.

2. Untuk siswa, kiranya dapat memahami koordinasi mata-tangan, percaya diri terhadap kemampuan *dribbling* dalam peningkatan prestasi dalam permainan bolabasket.
3. Diharapkan penelitian ini mendapat kajian lebih lanjut agar dapat lebih memberikan kontribusi terhadap dunia ilmu keolahragaan dan pengembangan prestasi olahraga khususnya permainan bolabasket.

DAFTAR PUSTAKA

- Barbara. 1997. *Percaya Diri Sumber Sukses dan Kemandirian*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Engkos Kosasih. (1985:190). *Olahraga Tenik dan Program Latihan* . Jakarta: Akademika Presindo.
- Harsono. 1998. *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologi dalam Coaching*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti.
- Halim, Ichsan, Nur. 2011. *Tes dan Pengukuran Kesegaran Jasmani*. Makassar: Badan Penerbit Universitas Negeri Makassar.
- Hall, Wissel. 1996. *Bola basket: Langkah Untuk Sukses*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada. (Terjemahan USA: Human Kinestik Publisher Inc).
- Imam, Sodikum. 1992. *Olahraga Pilihan Basket*. Depnas Dirjen Dikti P2LPTK. Jakarta.
- Ismaryati. 2006. *Power menyangkut kekuatan dan kecepatan*. Jakarta:Grand Media Pustaka.
- Komarudin. Psikologi Olahraga. 2013. Psikologi Olahraga. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Noor, Juliansyah .2012. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Nuril Ahmadi. 2007. *Permainan Bola Basket*. Solo : Era Intermedia.
- Nurhasan. 2001. *Tes Dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani (Prinsip-prinsip Dan Penerapannya)*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga.

- Sajoto. 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*, Jakarta : Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan.
- Sugiyanto & Sujarwo M.P. 2002. *Perkembangan dan Belajar Gerak*. Universitas Terbuka.
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2015. *Statistika Untuk Penelitian* Jakarta: Alfabeta.
- Taylor, Ros. 2006. *Mengembangkan Percaya Diri*. Jakarta: Erlangga.

Lampiran 1**INSTRUMEN****PENELITIAN PERCAYA DIRI**

Daftar berikut berkaitan dengan identitas responden

NAMA :

NIS :

Kelas :

PETUNJUK PENGISIAN

1. Di bawah ini disajikan pernyataan mengenai pikiran, perasaan, perilaku dan tujuan terkait dengan diri anda. Anda diminta menilai tingkat kesesuaian diri anda dengan pernyataan – pernyataan tersebut. Dengan cara memilih salah satu dari lima jawaban yang telah tersedia untuk masing – masing pernyataan.
2. Apapun pilihan jawaban anda, tidak akan dinilai benar atau salahnya, karena itu anda diharapkan memberi jawaban yang benar – benar berdasarkan penilaian anda sendiri.
3. Nyatakan pilihan jawaban anda dengan cara memberikan tanda check (√) pada kotak yang telah disediakan disebelah kanan masing – masing pernyataan yang sekolom dengan :

SS = Jika pernyataan sangat setuju sesuai dengan diri anda

S = Jika pernyataan setuju sesuai dengan diri anda

RG= Jika pernyataan ragu – ragu sesuai dengan diri anda

TS = Jika pernyataan tidak setuju sesuai dengan diri anda

STS= Jika pernyataan sangat tidak sesuai dengan diri anda

No	Pernyataan	Jawaban				
		SS	ST	RG	TS	STS
1	Saya biasa tidak percaya diri dalam pertandingan ketika menghadapi lawan yang bagus.					
2	Saya sering meragukan kemampuan saya ketika didepan teman					
3	Saya tidak yakin dengan penampilan saya dalam mengikuti pertandingan yang berhadapan dengan tim senior.					
4	Saya selalu gugup bermain didepan banyak penonton.					
5	Saya takut mencoba lagi bila sudah mengalami kekalahan.					
6	Saya selalu ragu-ragu mengambil keputusan ketika dalam situasi terdesak.					
7	Saya yakin dengan penampilan saya.					
8	Saya selalu memusatkan perhatian selama pertandingan berlangsung.					
9	Saya selalu bersungguh-sungguh dalam bertanding.					
10	Saya selalu menyelesaikan Pertandingan dengan baik.					
11	Saya selalu mengikuti pertandingan dengan penuh konsentrasi.					
12	Saya selalu bersikap jujur dalam mengikuti pertandingan					
13	Saya selalu bersikap tenang dalam situasi tertekan dalam pertandingan.					
14	Saya akan berusaha untuk menang dalam pertandingan.					
15	Saya mampu mengendalikan diri dalam menghadapi tekanan dalam pertandingan.					
16	Saya biasanya memiliki keyakinan yang berlebihan dengan kemampuan saya ketika bermain dilokasi sekolah saya.					
17	Saya selalu tergesah-gesah dalam mengambil keputusan					
18	Saya mempunyai semangat yang berlebihan untuk memenangkan pertandingan jika melawan tim yang lemah.					
19	Saya seringkali tidak memperdulikan lawan yang berkualitas ketika bertanding.					
20	Saya sering mengalami percaya diri yang berlebihan ketika menghadapi lawan yang kualitasnya dibawah dari pada tim saya.					

Lampiran 2 Data Mentah Koordinasi Mata-Tangan, Percaya Diri dan Kemampuan *Dribling*

No	Nama Siswa	Variabel Penelitian		
		Koordinasi Mata- Tangan	Percaya Diri	Kemampuan <i>Dribling</i>
1	Aldo Fernando	7	82	15.75
2	Iwan kurniawan	6	76	12.67
3	Imam nawawi	6	79	13.02
4	Iksan suhamat	8	87	16.12
5	Andi Anggeriang	3	71	10.31
6	A.Wira	4	74	13.22
7	A.Rio	4	75	13.45
8	Anjas mara	5	73	12.32
9	Muh. Rehan	6	79	14.96
10	Harun rasyid	5	75	13.45
11	Muh. Aldi	4	78	13.12
12	Irwan	7	84	15.79
13	Ardi risaldi	5	70	13.56
14	Nasrul	7	83	15.76
15	Ashar	7	80	14.21
16	Muh. Reski	5	67	12.43
17	Wahyu	6	76	13.82
18	Nur Aqsha Qarsha	6	78	13.99
19	Abdul gaffar	5	70	12.83
20	Rosdiansya	7	77	14.67
21	A.reza vahlefi	5	74	12.99
22	M.yusri	6	79	14.89
23	Taufik hidayat	6	78	14.75
24	Sudarman wandi	5	70	11.76
25	M. aidil	4	68	11.45
26	M. fajar R.	5	75	13.33
27	M. akbar	8	86	16.00
28	Arman maulana	7	80	15.97
29	Yusriyanto	4	74	12.75
30	Heril anwar	6	76	13.45

Lampiran 3. Rangkuman Deskriptif Data

Statistics

		Koordinasi Mata Tangan	Percaya Diri	Kemampuan <i>Dribling</i>
N	Valid	30	30	30
	Missing	0	0	0
Mean		5.63	76.47	13.7597
Median		6.00	76.00	13.4500
Mode		5 ^a	70 ^a	13.45
Std. Deviation		1.273	5.043	1.47210
Variance		1.620	25.430	2.167
Range		5	20	5.81
Minimum		3	67	10.31
Maximum		8	87	16.12
Sum		169	2294	412.79

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Koordinasi Mata Tangan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	3	1	3.3	3.3
		5	16.7	20.0
		8	26.7	46.7
		8	26.7	73.3
		6	20.0	93.3
		2	6.7	100.0
To tal	30	100.0	100.0	

Percaya Diri

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 67	1	3.3	3.3	3.3
68	1	3.3	3.3	6.7
70	3	10.0	10.0	16.7
71	1	3.3	3.3	20.0
73	1	3.3	3.3	23.3
74	3	10.0	10.0	33.3
75	3	10.0	10.0	43.3
76	3	10.0	10.0	53.3
77	1	3.3	3.3	56.7
78	3	10.0	10.0	66.7
79	3	10.0	10.0	76.7
80	2	6.7	6.7	83.3
82	1	3.3	3.3	86.7
83	1	3.3	3.3	90.0
84	1	3.3	3.3	93.3
86	1	3.3	3.3	96.7
88	1	3.3	3.3	100.0
Total	30	100.0	100.0	

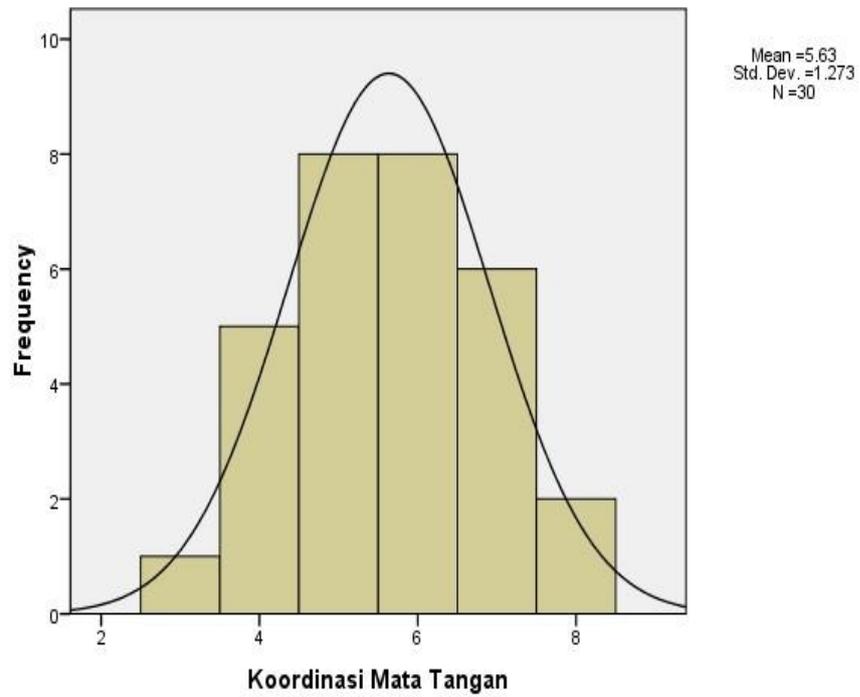
Kemampuan Dribling

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 10.31	1	3.3	3.3	3.3
11.45	1	3.3	3.3	6.7
11.76	1	3.3	3.3	10.0
12.32	1	3.3	3.3	13.3
12.43	1	3.3	3.3	16.7
12.67	1	3.3	3.3	20.0
12.75	1	3.3	3.3	23.3
12.83	1	3.3	3.3	26.7
12.99	1	3.3	3.3	30.0
13.02	1	3.3	3.3	33.3
13.12	1	3.3	3.3	36.7
13.22	1	3.3	3.3	40.0
13.33	1	3.3	3.3	43.3
13.45	3	10.0	10.0	53.3
13.56	1	3.3	3.3	56.7
13.82	1	3.3	3.3	60.0
13.99	1	3.3	3.3	63.3
14.21	1	3.3	3.3	66.7
14.67	1	3.3	3.3	70.0
14.75	1	3.3	3.3	73.3
14.89	1	3.3	3.3	76.7
14.96	1	3.3	3.3	80.0
15.75	1	3.3	3.3	83.3
15.76	1	3.3	3.3	86.7
15.79	1	3.3	3.3	90.0
15.97	1	3.3	3.3	93.3
16	1	3.3	3.3	96.7
16.12	1	3.3	3.3	100.0

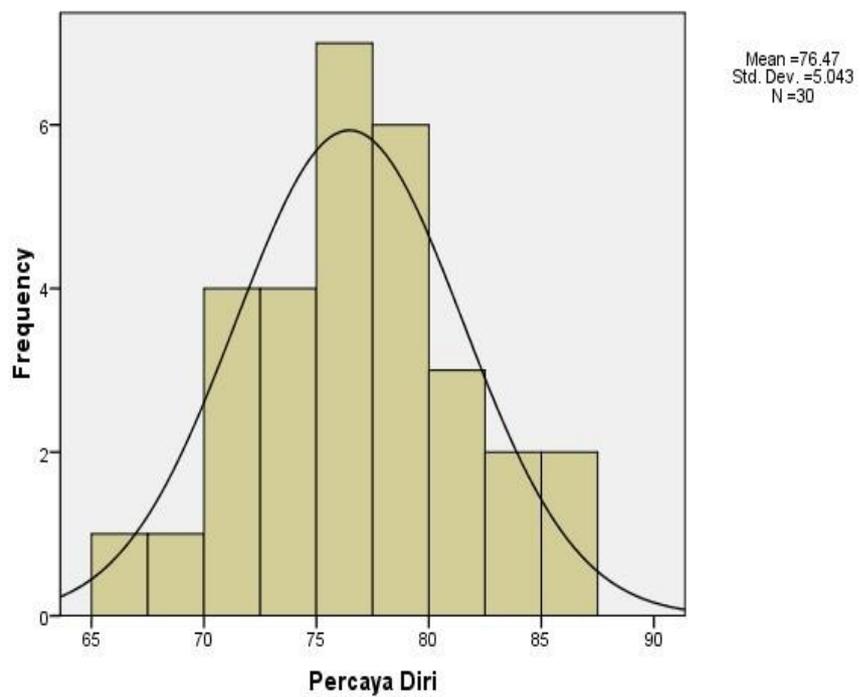
Kemampuan Dribling

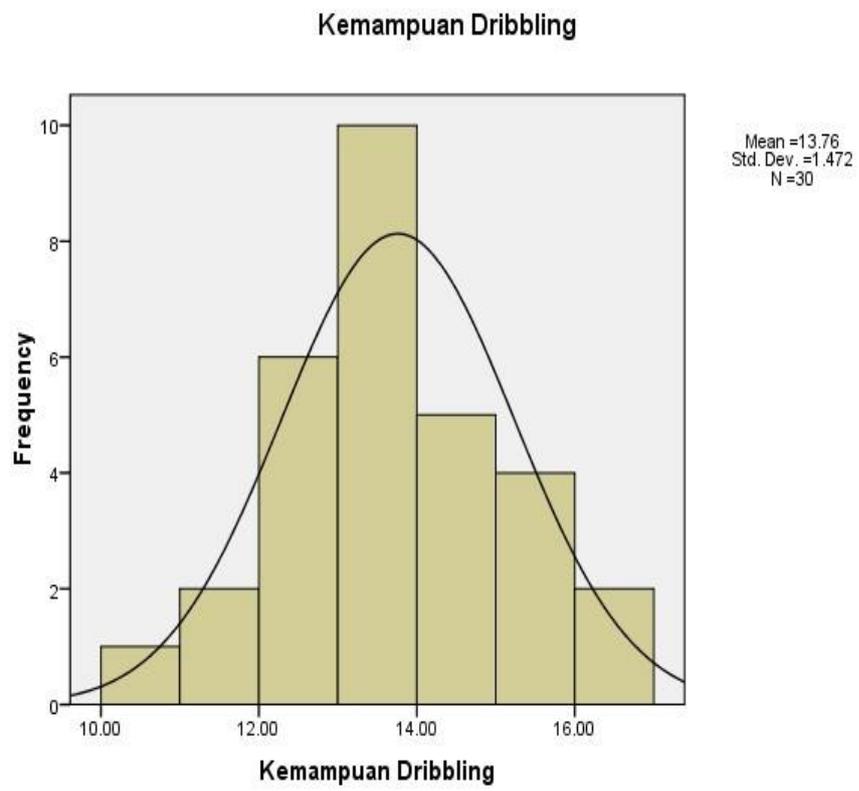
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 10.31	1	3.3	3.3	3.3
11.45	1	3.3	3.3	6.7
11.76	1	3.3	3.3	10.0
12.32	1	3.3	3.3	13.3
12.43	1	3.3	3.3	16.7
12.67	1	3.3	3.3	20.0
12.75	1	3.3	3.3	23.3
12.83	1	3.3	3.3	26.7
12.99	1	3.3	3.3	30.0
13.02	1	3.3	3.3	33.3
13.12	1	3.3	3.3	36.7
13.22	1	3.3	3.3	40.0
13.33	1	3.3	3.3	43.3
13.45	3	10.0	10.0	53.3
13.56	1	3.3	3.3	56.7
13.82	1	3.3	3.3	60.0
13.99	1	3.3	3.3	63.3
14.21	1	3.3	3.3	66.7
14.67	1	3.3	3.3	70.0
14.75	1	3.3	3.3	73.3
14.89	1	3.3	3.3	76.7
14.96	1	3.3	3.3	80.0
15.75	1	3.3	3.3	83.3
15.76	1	3.3	3.3	86.7
15.79	1	3.3	3.3	90.0
15.97	1	3.3	3.3	93.3
16	1	3.3	3.3	96.7
16.12	1	3.3	3.3	100.0
Total	30	100.0	100.0	

Koordinasi Mata Tangan



Percaya Diri





Lampiran 4. Uji Normalitas Data

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Koordinasi Mata Tangan	30	100.0%	0	.0%	30	100.0%
Percaya Diri	30	100.0%	0	.0%	30	100.0%
Kemampuan <i>Dribling</i>	30	100.0%	0	.0%	30	100.0%

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Koordinasi Mata Tangan	.157	30	.056	.943	30	.107
Percaya Diri	.079	30	.200*	.980	30	.834
Kemampuan <i>Dribling</i>	.121	30	.200*	.959	30	.295

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

Lampiran 5. Hasil Analisis Korelasi Pearson

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Koordinasi Mata Tangan	5.63	1.273	30
Percaya Diri	76.47	5.043	30
Kemampuan <i>Dribling</i>	13.7597	1.47210	30

Correlations

		Koordinasi Mata Tangan	Percaya Diri	Kemampuan <i>Dribling</i>
Koordinasi Mata Tangan	Pearson Correlation	1	.796**	.850**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N	30	30	30
Percaya Diri	Pearson Correlation	.796**	1	.857**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000
	N	30	30	30
Kemampuan <i>Dribling</i>	Pearson Correlation	.850*	.857*	1
	Sig. (2-tailed)	*	*	
	N	30	30	30

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 6 Uji Linearitas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kemampuan <i>Dribling</i> * Koordinasi Mata Tangan	Between Groups	(Combined)	49.571	5	9.914	17.925	.000
		Linearity	45.380	1	45.380	82.048	.000
		Deviation from Linearity	4.192	4	1.048	1.895	.144
	Within Groups		13.274	24	.553		
	Total		62.845	29			

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kemampuan <i>Dribling</i> * Percaya Diri	Between Groups	(Combined)	55.096	16	3.443	5.776	.001
		Linearity	46.166	1	46.166	77.443	.000
		Deviation from Linearity					
	Within Groups		7.750	13	.596		
	Total		62.845	29			

Lampiran 7 Hasil Analisis Regressi X1 terhadap Y

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviasi	N
Kemampuan <i>Dribling</i>	13.7597	1.47210	30
Koordinasi Mata Tangan	5.63	1.273	30

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.850 ^a	.722	.712	.78980

a. Predictors: (Constant), Koordinasi Mata Tangan

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	45.380	1	45.380	72.749	.000 ^a
	Residual	17.466	28	.624		
	Total	62.845	29			

a. Predictors: (Constant), Koordinasi Mata Tangan

b. Dependent Variable: Kemampuan *Dribling*

Coefficients^a

Model		Unstandardid Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	8.222	.665		12.364	.000
	Koordinasi Mata Tangan	.983	.115	.850	8.529	.000

a. Dependent Variable: Kemampuan *Dribling*

Lampiran 8 Hasil Analisis Regressi X2 terhadap Y

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Kemampuan <i>Dribling</i>	13.7597	1.47210	30
Percaya Diri	76.47	5.043	30

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.857 ^a	.735	.725	.77182

a. Predictors: (Constant), Percaya Diri

ANOVA^b

Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	46.166	1	46.166	77.497	.000 ^a
Residual	16.680	28	.596		
Total	62.845	29			

a. Predictors: (Constant), Percaya Diri

b. Dependent Variable: Kemampuan *Dribling*

Coefficients^a

		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-5.372	2.178		-2.467	.020
	Percaya Diri	.250	.028	.857	8.803	.000

a. Dependent Variable: Kemampuan *Dribling*

Lampiran 9 Hasil Analisis Regresi X1,X2 terhadap Y

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Kemampuan <i>Dribling</i>	13.7597	1.47210	30
Koordinasi Mata Tangan	5.63	1.273	30
Percaya Diri		5.043	30

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.901 ^a	.811	.797	.66291

a. Predictors: (Constant), Percaya Diri, Koordinasi Mata Tangan

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	50.9	2	25.490	58.006	.000 ^a
	Residual	11.8	27	.439		
	Total	62.8	29			

a. Predictors: (Constant), Percaya Diri, Koordinasi Mata Tangan

b. Dependent Variable: Kemampuan *Dribling*

Coefficients^a

		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-.228	2.432		-.094	.926
	Koordinasi Mata Tangan	.529	.160	.457	3.310	.003
	Percaya Diri	.144	.040	.493	3.570	.001

a. Dependent Variable: Kemampuan *Dribling*

Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian



Gambar 1. Sampel sedang mendapatkan pengarahan sebelum melakukan pengambilan data tes



Gambar 2. Sampel sedang melakukan Pemanasan



Gambar 3. Peneliti sedang melakukan Pengarahan sebelum pengambilan data tes



Gambar 4. Sampel sedang melakukan pengisian Angket



Gambar 5. Peneliti menjelaskan pengisian angket dan memberikan Angket untuk di isi



Gambar 6. Pengambilan Tes Kemampuan Dribling Bola Basket



Gambar 7. Pelaksanaan Tes Kemampuan Keterampilan Lempar Tanglap Bola
(Koordinasi Mata Tangan)



Gambar 8. Foto bersama, peserta tes basket ball SMA Negeri 5 Kota Jambi

Lampiran 11. Surat – Surat

 **UNIT KEGIATAN MAHASISWA CRICKET** 
Universitas Jambi 2024
Jalan Raya Jambi-Ma. Bullan KM. 15 Mendalo Indah Kode Pos 36361
Email : cricketunja@gmail.com Tt : [cricket_unja](https://www.instagram.com/cricket_unja) lg : [cricket_unja](https://www.instagram.com/cricket_unja)

SURAT KETERANGAN AKTIF
UKM OLAHRAGA UNJA

Yang bertanda tangan dibawah ini:

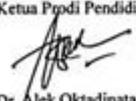
Nama : Ridho Agung Prayogi
Nim : AIH122084
Prodi : Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Jabatan : Ketua UKM Criket Universitas Jambi

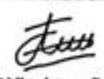
Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Nabila Tamtita
Nim : KIA120054
Prodi : Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Memang benar dalam Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Criket universitas jambi dan masih
Berkontribusi di Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Criket universitas jambi sampai saat ini.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat di pergunakan sebagai mestinya.

Mengetahui,
Ketua Prodi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

Dr. Alek Oktadinata, M.Pd.
NIP.198810242015041003

Jambi,
Ketua UKM Criket

Ridho Agung Prayogi
NIM. AIH122084



**PEMERINTAH PROVINSI JAMBI
DINAS PENDIDIKAN
SMA NEGERI 5 KOTA JAMBI**



Jl. Arif Rahman Hakim No.50 Kel. Simpang IV Sipin Kec. Telanaipura Kota Jambi Prov. Jambi Kode Pos. 36124 NPSN : 10504581

SURAT KETERANGAN
Nomor : 073/09/SMAN5/IV/2024

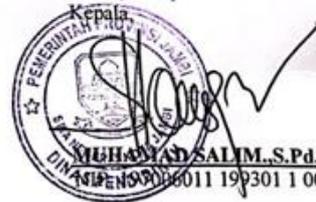
Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SMAN 5 Kota Jambi menerangkan bahwa :

Nama	: NABILA TAMTICA
Nim	: K1A120054
Program Studi	: Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan
Universitas	: Universitas Jambi

Nama tersebut diatas telah melakukan Penelitian di SMAN 5 Kota Jambi pada tanggal 25 Maret s.d 03 April 2024 Dengan Judul Skripsi : "Hubungan Koordinasi Mata Tangan dan Pecaya Diri Terhadap Kemampuan Dribbling Pada Permainan Bola Basker Siswa SMA Negeri 5 Kota Jambi".

Demikianlah Surat Keterangan ini diberikan agar dapat dipergunakan seperlunya.

Jambi, 29 April 2024

Kepala

MUHAYAD SALIM, S.Pd, M.Si
 NIP.1960111993011001