

ABSTRAK

Muhammad Septian. 2024 “**Pengaruh Latihan *Ball handling* menggunakan bola basket ukuran 7 terhadap keterampilan *dribbling* atlet putri klub bola basket asbec Sarolangun**”. Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, FKIP Universitas Jambi. Pembimbing I Prof. Dr. Drs Ilham. M.kes. Pembimbing II Mhd Usi Zamzami Hasibuan. S.Pd., M.Pd

Kata kunci: Latihan *Ball handling*, keterampilan *dribbling* atlet putri

Berdasarkan hasil obeservasi di lapangan para pemain putri klub Asbec Kabupaten Sarolangun permasalahan yang dimiliki pemain putri klub Asbec Kabupaten Sarolangun yaitu, ketika merak melakukan *dribbling* mereka kerap sekali tidak melihat situasi, hal itu disebabkan karena saat melakukan *dribbling* mereka terlalu fokus pada bola saat didalam pertandingan maupun kejuaraan, sehingga bola dari pemain putri tersebut mudah diambil oleh tim lawan menyebabkan terhambatnya jalan pertandingan untuk mencetak poin dalam memenangkan sebuah pertandingan atau kejuaraan yang sedang dijalani, disisi lin kurangnya teknik *dribbling* pada pemain putri klub Asbec di Sarolangun menyebabkan mereka mudah untuk diarahkan oleh *defender* musuh, sehingga menyebabkan bola di penguasaan pemain putri klub Asbec sangat mudah untuk dicuri atau *steal* dan memberikan keuntungan bagi tim lawan, dan kurangnya sikap semangat atau antusias ketika mengikuti latihan *dribbling*.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Latihan *ball handling* menggunakan bola basket ukuran 7 terhadap *dribbling* atlet putri klub bola basket asbec.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen adalah penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Kondisi yang terkendalikan yang dimaksud adalah adanya hasil dari penelitian dikonversikan ke dalam angka-angka, untuk analisis yang digunakan adalah dengan menggunakan analisis *Pree tes* dan *poster design*. Desain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu eksperimen dalam bentuk *one group pre test dan post test*. Sampel dalam penelitian ini adalah 10 orang.

Hasil penelitian ini menunjukkan data signifikan sebesar sebesar $0.00 < 0,05$ dan nilai T hitung $7.746 > 1.8331$ T tabel. Berdasarkan hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh latihan *Ball handling* menggunakan bola basket ukuran 7 terhadap keterampilan *dribbling* atlet putri klub bola basket asbec di sarolangun.

Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh latihan *ball handling* menggunakan bola basket ukuran 7 terhadap keterampilan *dribbling* atlet putri klub bola basket asbec di Sarolangun.