



KONTRIBUSI INDEKS MASA TUBUH DAN AGILITY TERHADAP KEMAMPUAN DRIBBLE

Tri Cahya Abdul Muin¹, Reza Adhi Nugroho²

Universitas Teknokrat Indonesia^{1,2}

tri14414@gmail.com¹, reza.adhi.nugroho@teknokrat.ac.id²

Received : 17 Juni 2022

Accepted : 28 Juni 2022

Published : 30 Juni 2022

Abstract

This research study is the index contribution to body mass and agility ability to dribble in basketball. The researcher aims to find out how big the relationship between body mass index and agility to the dribbling ability of the extracurricular students of SMA Negeri 7 Bandar Lampung. The method in this study is the correlation method with observational research techniques with literature study. Data analysis in this study used homogeneity test, normality test, and multiple correlation test. The results of this study are expected to show how big the contribution of BMI and agility simultaneously to the ability to dribble.

Keywords: Basketball Game, BMI, Agility

Abstrak

Kajian penelitian ini adalah kontribusi indeks masa tubuh dan kelincahan terhadap kemampuan *dribble* dalam permainan bola basket. Peneliti bertujuan untuk mengetahui seberapa besar hubungan antara indeks masa tubuh dan kelincahan terhadap kemampuan *dribble* tersebut pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 7 Bandar Lampung. Metode pada penelitian ini adalah metode korelasi dengan teknik penelitian observasi dengan studi literatur. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji homogenitas, uji Normalitas, dan uji korelasi ganda. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menunjukkan seberapa besarnya kontribusi antara IMT dan kelincahan secara bersamaan terhadap kemampuan *dribble*.

Kata Kunci: Permainan Bola Basket, IMT, Kelincahan

To cite this article:

Cahaya Abdul Muin, Tri & Nugroho, Reza Adhi, (2022). Kontribusi Indeks Masa Tubuh Dan Agility Terhadap Kemampuan Dribble . *Journal of Physical Education*. Vol 3, No (1), Hal 30-32

PENDAHULUAN

Bola basket merupakan permainan tim dan memerlukan intensitas gerak yang tinggi seperti berlari, berhenti, dan melakukan gerakan berpindah sesuai dengan situasi dalam permainan, ada beberapa teknik dasar bola basket yaitu (mengoper bola), (menggiring bola), (menembak bola), dan pivot salah satu teknik dasar yang sangat penting untuk dikuasai yaitu teknik dribble, (Kong, Qi, & Shi, 2015). Dribble adalah pergerakan bola hidup yang disebabkan oleh seorang pemain yang sedang menguasai bola dengan melempar, menepis, menggelindingkan bola ke lantai atau dengan sengaja melemparkan bola ke papan pantul (Prastowo, 2012). Gerakan Dribble yaitu kemampuan siswa memindahkan bola menggunakan tangan dengan secepat-cepatnya dengan bertujuan yaitu untuk melewati lawan, serangan balik, memancing lawan, mengatur tempo permainan serta mencetak poin ke keranjang lawan secara efektif dan efisien tanpa kehilangan keseimbangan (Fatahillah, 2018)

Permainan bola basket juga memiliki komponen biomotor seperti kekuatan, kecepatan, ketepatan, kelenturan, kelincahan dan lain-lain (Nugroho, 2020). Biomotor yakni kemampuan gerak manusia yang dipengaruhi oleh kondisi sistem organ dalam. Sistem organ bagian dalam yang dimaksud yaitu: sistem pernapasan, neuromuscular, peredaran darah, sistem energi, tulang dan persendian. Menurut Harsono (2015)

kelincahan yakni kemampuan untuk merubah arah posisi tubuh dengan tepat dan cepat ketika saat bergerak tanpa harus kehilangan keseimbangan dan kesadaran pada posisi tubuhnya. Selain harus memiliki kelincahan pemain bola basket juga rata-rata memiliki badan yang ideal, maka dari itu pemain bola basket tersebut memiliki perhitungan yang sangat cukup untuk memiliki tubuh yang ideal. Biasanya untuk menentukan kategori berat badan digunakan Indeks massa tubuh dengan membandingkan berat dan tinggi badan (Jevuska, 2013). Indeks massa tubuh yaitu jumlah berat badan ideal yang dihitung dari berat dan tinggi badan seseorang.

METODE PENELITIAN

Adapun Studi Penelitian Adalah Studi Literatur. Zed (2015) Mengatakan serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat, serta mengelolah bahan penelitian. Kartiningasih (2015) menambahkan bahwa Studi kepustakaan dilakukan oleh setiap peneliti dengan tujuan utama yaitu mencari dasar pijakan/ fondasi untuk memperoleh dan membangun landasan teori, kerangka berpikir, dan menentukan dugaan sementara atau disebut juga dengan hipotesis penelitian. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini akan menggunakan metode tes. Tes yang digunakan adalah tes pengukuran IMT dengan memperkirakan berat dan tinggi badan, tes pengukuran kelincahan menggunakan (*Illinois Agility Run*) dan tes kemampuan *dribble* yang direncanakan untuk mengukur kemampuan *dribble*.

Populasi dan sampel

Adapun populasi dan sampel dari penelitian ini adalah seluruh anggota ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 7 Bandar Lampung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian ini akan menjelaskan seberapa besarnya kontribusi antara IMT dan kelincahan secara bersamaan terhadap kemampuan *dribble* mendapatkan nilai R square. Untuk itu akan digunakan beberapa uji dan tes guna penelitian :

Tes Prasyarat

1. Uji Normalitas

Uji Normalitas disini menggunakan Uji Kolmogorov Smirnov yang merupakan dari uji asumsi klasik. Uji asumsi klasik merupakan syarat dari uji korelasi serta asumsi klasik ini berfungsi membantu model tersebut (korelasi) menjadi valid sebagai alat penduga. Dalam uji ini juga bertujuan untuk mengetahui nilai residual berdistribusi normal atau tidak. Menurut (Budiwanto, 2017) jika distribusi data tidak normal maka statistik parametrik tidak dapat digunakan. Dalam Uji Kolmogorov Smirnov pengelolahannya menggunakan SPSS (Statistical Package For The Social Sciences) statistic 25 pada windows 10 Pro.

2. Uji Linearitas

Uji Linearitas ialah untuk mengetahui ada tidaknya hubungan secara linear antara variabel dependen terhadap suatu variabel independent yang hendak di uji. Disini dalam menguji linearitas menggunakan linearitas deviation from linearity) yang menggunakan SPSS (Statistical Package For The Social Sciences) Statistic 25 pada widows 10 Pro.

3. Uji Korelasi

Uji Korelasi atau untuk menemukan hubungan disini menggunakan Rumus Pearson Product Moment dengan jenis korelasi ganda untuk melihat apakah ada hubungan dan seberapa kuat tingkat hubungan antara variabel X dan Y. dalam Uji korelasi pearson dibantu dengan SPSS (Statistical Package For The Social Sciences) Statistic 25 pada windows 10 Pro.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data dan pembahasan dari hasil yang di dapat dalam pengambilan data :

1. Adakah hubungan yang signifikan antara Indek Masa Tubuh Terhadap Kemampuan *Dribble*
2. Adakah hubungan yang signifikan antara Kelincahan Terhadap Kemampuan *Dribble*
3. Adakah hubungan yang signifikan antara Indek Masa Tubuh dan Kelincahan Terhadap Kemampuan *Dribble*

DAFTAR PUSTAKA

- Fajar Hidayatullah. (2018). Hubungan Kelincahan Dengan Keterampilan Menggiring Bola Basket Mahasiswa Baru Program Studi Pendidikan Olahraga STKIP PGRI BANGKALAN.
- Adika Fatahillah. (2018). Hubungan Kelincahan Dengan Kemampuan Dribbling Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket.
- Hidayat Rakhmad. (2014). *Kontribusi Berat Badan Dan Tinggi Badan Terhadap Kelincahan Siswa SDN 1 Kecamatan Saronggi*.
- Ahmad Supian. (2014). Kontribusi Kecepatan Lari Dan Kelincahan Terhadap Dribbling Bola Basket Pada Pemain Putra SMKN 3 Banjarbaru.
- Muhajir. (2004). Pendidikan Jasmani Teori Dan Praktek. Jakarta: Erlangga
- Soebagio Hartoko. 1992. *Bola Basket 1*. Surakarta : UNS Press.
- Cipto Surono. (2000). Berat Badan, Jakarta: Yudistira.
- Harsono. 1993. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Bandung: Tambak Kusuma CV.
- Sugiono. 2016. Metode Penelitian Pendidikan. Bandung : Penerbit Alfabeta
- Margono. 2010. Metodologi Penelitian Pendidikan. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Suharsimi Arikunto. 2006. Prosedur Penelitian Suatu pendekatan paraktik. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Zed, Mestika. 2015. Metode Penelitian Kepustakaan. Jakarta : Yayasan Obor Indonesia

BIOGRAFI PENULIS

	<p>Tri Cahya Abdul Muin</p> <p>Lahir Bukit Kemuning 27 Maret 1997, penulis menyelesaikan Pendidikan Sekolah Menengah Kejuruan di SMK Negeri 2 Bandar Lampung saat ini sedang Menempuh Pendidikan di Program Sarjana S1 Pendidikan Olahraga Universitas Teknokrat Indonesia. Penulis dapat dihubungi melalui email: tri14414@gmail.com</p>
	<p>Reza Adhi Nugroho, M.Pd.</p> <p>Setelah Menyelesaikan pendidikan Program Sarjana (Strata -1) pada Fakultas Ilmu Keolahragaan dengan Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan rekreasi tahun 2010-2014 di Universitas Negeri Yogyakarta, dan melanjutkan Program Pascasarjana Magister Pendidikan (Strata-2) pada Program Pasca Sarjana Universitas Negeri Yogyakarta dengan mengambil Program Studi Pendidikan Olahraga dan selesai tahun 2017. Aktif sebagai anggota organisasi bolabasket di Perbasi Pringsewu. Penulis juga sebagai pengajar pada Universitas Teknokrat Indonesia pada Proqram Studi Pendidikan Olahraga.</p> <p>Email : reza.adhi.nugroho@teknokrat.ac.id</p>