

**Hubungan Kelincahan Dengan Keterampilan *Dribbling* Bola Basket
Academy Jayadewata Bucketlist Kota Bogor**

***The Relationship Between Agility and Dribbling Skills of Basketball
Academy Jayadewata Bucketlist Bogor City***

**Samuel Juan Alvin Pardede¹, Dany Aulia², Deden Akbar Izzuddin¹,
R. Retna Kinanti Dewi**

Correspondence: ¹Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Singaperbangsa Karawang,
Karawang, Indonesia

Email: 2010631240022@student.unsika.ac.id, dany.aulia@fikes.unsika.ac.id
deden.akbar@fikes.unsika.ac.id, retna.kinanti@fikes.unsika.ac.id

ABSTRACT

In various regions, basketball clubs and training academies are increasingly emerging to produce talented young athletes. However, despite the growing popularity of basketball, the challenges in coaching are still quite complex. One of the main problems is the imbalance in the quality of coaching between areas that have adequate infrastructure and areas that still lack facilities. In addition, the coaching system in Indonesia still faces challenges in terms of the continuity of the coaching level from early childhood to professional level. Although there are programs such as the Student League (LIMA) and Developmental Basketball League (DBL) that provide a platform for young players to compete, the transition from junior to professional level is still not optimal.

Keywords: Athletes, Basketball, Coaching, Competition

ABSTRAK

Di berbagai daerah, klub-klub bola basket dan akademi pelatihan semakin banyak bermunculan untuk mencetak atlet-atlet muda berbakat. Namun, meskipun bola basket semakin populer, tantangan dalam pembinaan masih cukup kompleks. Salah satu permasalahan utama adalah ketimpangan kualitas pembinaan antara daerah yang memiliki infrastruktur memadai dengan daerah yang masih minim fasilitas. Selain itu, sistem pembinaan di Indonesia masih menghadapi tantangan dalam hal kesinambungan jenjang pembinaan dari tingkat usia dini hingga profesional. Meskipun ada program seperti Liga Mahasiswa (LIMA) dan *Developmental Basketball League* (DBL) yang menjadi wadah bagi pemain muda untuk berkompetisi, transisi dari level junior ke profesional masih belum optimal.

Kata Kunci: Atlet, Basket, Pembinaan, Kompetisi

PENDAHULUAN

Pembinaan bola basket di Indonesia terus mengalami perkembangan seiring dengan meningkatnya minat masyarakat terhadap olahraga ini. Di berbagai daerah, klub-klub bola basket dan akademi pelatihan semakin banyak bermunculan untuk mencetak atlet-atlet muda berbakat. Salah satu permasalahan utama adalah ketimpangan kualitas pembinaan antara daerah yang memiliki infrastruktur memadai dengan daerah yang masih minim fasilitas. Selain itu, sistem pembinaan di Indonesia masih menghadapi tantangan dalam hal kesinambungan jenjang

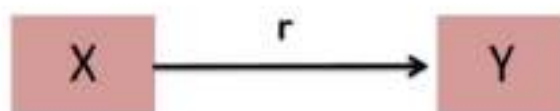
pembinaan dari tingkat usia dini hingga profesional. Meskipun ada program seperti Liga Mahasiswa (LIMA) dan Developmental Basketball League (DBL) yang menjadi wadah bagi pemain muda untuk berkompetisi, transisi dari level junior ke profesional masih belum optimal. Hal ini menyebabkan banyak talenta muda yang akhirnya kehilangan momentum untuk berkembang dan bersaing di level lebih tinggi.

Kelincahan merupakan salah satu komponen fisik yang sangat berpengaruh terhadap keterampilan *dribbling* dalam permainan bola basket. Pada *Academy Jayadewata Bucketlist* Kota Bogor, pembinaan keterampilan dasar bola basket seperti *dribbling* menjadi fokus utama dalam pengembangan pemain muda. Pemain yang memiliki kelincahan tinggi umumnya mampu melakukan *dribbling* dengan lebih efektif, baik dalam situasi menyerang maupun bertahan.

Jika hubungan antara kelincahan dan *dribbling* terbukti signifikan, maka pelatih di *Academy Jayadewata Bucketlist* Kota Bogor dapat merancang program latihan yang lebih spesifik untuk meningkatkan kelincahan sebagai bagian dari pengembangan keterampilan *dribbling* pemain. Selain itu, pemahaman tentang hubungan antara kelincahan dan *dribbling* juga dapat memberikan manfaat bagi para pemain itu sendiri. Dengan mengetahui pentingnya kelincahan dalam mendukung teknik *dribbling*, pemain dapat lebih fokus dalam melatih aspek fisik ini untuk meningkatkan performa mereka di lapangan.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian tersebut yaitu menggunakan desain penelitian yang mengenai hubungan kelincahan dengan keterampilan *dribbling* bola basket di *Academy Bucketlist* Kota Bogor menggunakan metode korelasional dengan pendekatan kuantitatif. Pendekatan korelasional dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana dua variabel—kelincahan dan keterampilan *dribbling*—terhubung satu sama lain tanpa adanya manipulasi variabel (Suryo, 2020). Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berguna mengenai pentingnya kelincahan dalam meningkatkan keterampilan *dribbling* bola basket.



Gambar 1. Desain Penelitian Paradigma Sederhana

Keterangan:

X = Kelincahan

Y = Keterampilan *Dribbling* Bola Basket

r = Korelasi

PEMBAHASAN

Jayadewata Academy adalah sebuah lembaga pelatihan olahraga yang berdedikasi pada pengembangan keterampilan bola basket untuk anak-anak dan remaja, dengan lokasi utama berlatih di *The Bucketlist* Bogor. Pada hasil dan pembahasan dari penelitian di *Jayadewata Academy* terdapat deskripsi statistika yang menunjukkan analisis data untuk dua variabel, yaitu *Tes Kelincahan Illinois* dan *Keterampilan Dribbling Bola Basket*, dengan 30 peserta yang dianalisis. Untuk *Tes Kelincahan Illinois*, skor minimum yang diperoleh adalah 16, sementara skor maksimum mencapai 18, dengan total nilai keseluruhan sebesar 511. Rata-rata nilai peserta untuk tes ini adalah 17.02, dengan simpangan baku sebesar 0.817, yang menunjukkan bahwa skor peserta relatif seragam. Sementara itu, untuk keterampilan *Dribbling Bola Basket*, skor minimum yang diperoleh adalah 11, dan skor maksimum 17, dengan total nilai keseluruhan sebesar 405. Rata-rata nilai untuk keterampilan *dribbling* adalah 13.51, namun simpangan bakunya lebih besar, yaitu 1.511. Hal ini menunjukkan adanya variasi yang lebih besar dalam kemampuan *dribbling* peserta dibandingkan dengan kelincahan.

Tabel 1. Deskripsi Data

Descriptive Statistics							
	N	Mini- mum	Maxi- mum	Sum	Mean	Std. Deviation	Varia- nce
Tes Kelincahan Illinois	30	16	18	511	17.02	.817	.668
Keterampilan Dribbling Bola Basket	30	11	17	405	13.51	1.511	2.284
Valid N (listwise)	30						

Tabel 2. Uji Normalitas

Tests of Normality							
	Kode	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Hasil Tes		.078	30	.200*	.957	30	.255
		.081	30	.200*	.965	30	.421
*. This is a lower bound of the true significance.							
a. Lilliefors Significance Correction							

Untuk hasil kelincahan *Illinois*, nilai statistik *Shapiro-Wilk* adalah 0.957 dengan signifikansi (Sig.) sebesar 0.255. Karena nilai signifikansi lebih besar dari level signifikansi yang umum digunakan (0.05), dapat disimpulkan bahwa data hasil kelincahan *Illinois* terdistribusi normal.

Tabel 3. Uji Hipotesis

Correlations			
		Tes Kelincahan Illinois	Keterampilan Dribbling Bola Basket
Tes Kelincahan Illinois	Pearson Correlation	1	.460*
	Sig. (2-tailed)		.011
	N	30	30
Keterampilan Dribbling Bola Basket	Pearson Correlation	.460*	1
	Sig. (2-tailed)	.011	
	N	30	30
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).			

Hasilnya menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif moderat antara *Tes Kelincahan Illinois* dan *Keterampilan Dribbling Bola Basket* dengan nilai **0.460**. Nilai ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kedua variabel, yang berarti semakin baik kemampuan seseorang dalam tes kelincahan, semakin baik pula keterampilan dribbling mereka, meskipun hubungan ini tidak terlalu kuat.

Berdasarkan hasil Tabel 4.1 Deskriptif, dapat dilihat bahwa Tes Kelincahan Illinois memiliki rata-rata skor 17.02, yang menunjukkan bahwa peserta memiliki tingkat kelincahan yang baik secara keseluruhan. Simpangan baku yang lebih besar (1.511) menunjukkan adanya variasi yang lebih besar dalam kemampuan dribbling peserta. Variasi ini bisa diartikan sebagai perbedaan tingkat keterampilan dribbling antar individu yang lebih besar dibandingkan dengan kelincahan. Hal ini memberikan wawasan bahwa meskipun peserta di akademi ini memiliki tingkat kelincahan yang seragam,

Pada hasil tabel 4.2 yang menunjukkan hasil uji normalitas, baik pada Tes Kelincahan Illinois maupun Keterampilan Dribbling Bola Basket, menunjukkan bahwa kedua data tersebut terdistribusi normal (nilai signifikansi > 0.05). Ini penting karena asumsi distribusi normal yang terpenuhi memungkinkan untuk dilakukan analisis lebih lanjut mengenai hubungan antara kedua variabel tersebut dengan metode statistik yang lebih tepat, seperti uji korelasi.

Pada Tabel 4.3, hasil uji korelasi Pearson mengungkapkan adanya hubungan positif moderat antara Tes Kelincahan Illinois dan Keterampilan Dribbling Bola Basket, dengan nilai korelasi 0.460 dan signifikansi 0.011 (lebih kecil dari 0.05). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dan keterampilan dribbling pada peserta akademi ini. Semakin baik kemampuan seseorang dalam Tes Kelincahan Illinois, semakin baik pula keterampilan dribbling mereka. Meskipun korelasi ini tergolong moderat, hubungan positif yang ditemukan menunjukkan bahwa kelincahan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi keterampilan dribbling bola basket, meskipun ada faktor lain yang turut berperan, seperti teknik dasar, koordinasi tangan dan mata, serta pengalaman dalam permainan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kelincahan dan keterampilan dribbling bola basket di **Academy Jayadewata Bucketlist Kota Bogor**. Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan korelasi positif moderat sebesar 0.460 antara *Tes Kelincahan Illinois* dan *Keterampilan Dribbling Bola Basket*, dengan nilai signifikansi 0.011 yang lebih kecil dari 0.05, mengindikasikan bahwa semakin baik kemampuan kelincahan seseorang. Selain itu, uji normalitas menunjukkan bahwa data untuk kedua variabel terdistribusi normal, yang menguatkan validitas analisis. Rata-rata skor untuk kelincahan menunjukkan bahwa peserta memiliki kemampuan kelincahan yang baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Hidayat, A. 2021. *Strategi Dalam Permainan Bola Basket: Teori dan Aplikasi di Lapangan*. Jakarta: Penerbit Olahraga Indonesia.
- Murtanto, R. 2019. *Pengaruh Keterampilan Teknis Dalam Bola Basket Terhadap Performa Tim*. Yogyakarta: Penerbit Atletik Press.
- Pratama, D. 2022. *Analisis Pengaruh Kerjasama Tim Dalam Bola Basket Pada Tingkat Profesional*. Surabaya: Penerbit Sport Edu.
- Siti, R. 2023. *Daya Tarik dan Hiburan Dalam Bola Basket: Sebuah Perspektif Psikologi Olahraga*. Bandung: Penerbit Psiko Sport.
- Suryo, P. 2020. *Kelincahan dan Kecepatan Dalam Olahraga Bola Basket: Faktor Penentu Kemenangan*. Malang: Penerbit Kreatif Bola Basket.