

**PENGARUH LATIHAN *DRIBBLE VARIASI* TERHADAP
HASIL *DRIBBLE* BOLA BASKET CLUB MUSTANGS
ACADEMY**

SKRIPSI



OLEH:

KUNCI

06061382126074

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

2024

**PENGARUH LATIHAN DRIBBLE VARIASI TERHADAP HASIL
DRIBBLE BOLA BASKET CLUB MUSTANGS ACADEMY**

SKRIPSI

Oleh

Kunci

NIM : 06061382126074

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Mengesahkan

Mengetahui

Koordinator Program Studi
Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



Destriani, M.Pd
NIP.198912012019032018

Pembimbing



Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd
NIP.198801312019031011



**PENGARUH LATIHAN DRIBBLE VARIASI TERHADAP
HASIL DRIBBEL BOLA BASKET CLUB MUSTANGS
ACADEMY**

SKRIPSI

Oleh

Kunci

Nomor Induk Mahasiswa 06061382126074

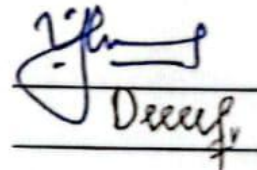
Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Telah diujikan dan lulus pada :

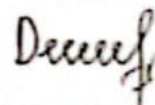
Hari : Selasa
Tanggal : 24 Desember 2024

TIM PENGUJI

1. Ketua : Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd
2. Anggota : Destriani, M.Pd.



Indralaya, Desember 2024
Mengetahui,
Koordinator Program Studi



Destriani, M.Pd
NIP. 198912012019032018

**PENGARUH LATIHAN DRIBBLE VARIASI TERHADAP HASIL
DRIBBLE BOLA BASKET CLUB MUSTANGS ACADEMY**

SKRIPSI

Oleh

Kunci

NIM : 06061382126074

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Disetujui untuk dizjukan dalam Ujian Akhir Program Sarjana

Mengetahui
Koordinator Program Studi
Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



Destriani, M.Pd
NIP.198912012019032018

Pembimbing



Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd
NIP. 198801312019031011

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Kunci

Nim : 06061382126074

Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Olahraga

Menyatakan dengan sungguh – sungguh bahwa Skripsi yang berjudul “ Pengaruh Latihan *Dribble Variasi* Terhadap Hasil *Dribble* Bola Basket Club Mustangs Academy ” seluruh isi dalam skripsi ini adalah karya saya sendiri dan tidak melakukan penipuan dan menjiplak dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2010 tentang pencegahan dan penanggulangan plagiat di perguruan tinggi. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung sanksi yang telah diajukan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran atas pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sungguh – sungguh tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.

Palembang, 30 Desember 2024

Yang membuat pernyataan ini,



Kunci

NIM. 06061382126074

PRAKATA

Skripsi dengan judul “Pengaruh Latihan *Dribble* Variasi Terhadap Hasil *Dribble* Bola Basket Club Mustangs Academy” disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya. Dalam mewujudkan skripsi ini, penulis telah mendapatkan bantuan dari berbagai pihak.

Oleh sebab itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu Destriani, M.Pd, selaku ketua Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Bapak Dr. Syafaruddin, M.Kes selaku Pembimbing 1 dan Bapak Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd selaku pembimbing 2. Ucapan terima kasih ini juga ditujukan kepada Bapak Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd, Ibu Destriani, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberi saran dan kritikan untuk perbaikan skripsi ini. Lebih lanjut penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Tuhan Yang Maha Esa karena berkat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

1. Bapak (Muhammad Dahassan) dan Ibu (Azhine) serta kakak ku tercinta (Fatmawati, S.Si Dan Sukmawati, S.Pd) motivasi terbaikku untuk terus melangkah, berusaha dan belajar sampai titik keberhasilanku ini.
2. Bapak Dr. syafaruddin selaku pembimbing I dan Bapak Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd yang telah membimbingku.
3. Bapak Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd dan Ibu Destriani, M.Pd selaku dosen penguji yang telah memberi saran guna memperbaiki dan menyempurnakan penulisan skripsi ini.
4. Ibu Prof. Dr. dr. Hj. Fauziah Nuraini Kurdi, SP., Ibu Prof. Hartati, M.Kes., Bapak Prof. Meirizal Usra, M.Kes. Bapak Prof. Iyakrus, M.Kes, Bapak Dr. Syafaruddin, M.Kes, Bapak Drs. Syamsuramel, M.Kes, Bapak Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd, Bapak Herri Yusfi, M.Pd., Bapak Ahmad Richard Victorian, M.Pd., Ibu Silvi Aryanti, M.Pd., Ibu Destriani, M.Pd., Ibu Destriana, M.Pd., Bapak Dr. Somakim, M.Pd Bapak Reza Resah Pratama, M.Pd., Bapak Soleh Solahuddin, M.Pd, Bapak Syamsul Azhar, M.Pd, Bapak

Rasyono, M.Pd, Bapak Dr.Defliyanto, M.Pd, Bapak Dr.Kevin Octara, M.Pd, Bapak Dr. Arizky Ramadhan, M.Pd dan Ibu Fitri Agung Nanda, M.Pd selaku dosen Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang telah banyak memberi ilmu dan pembelajaran yang bermanfaat.

5. Kak Warda Mulia,S.Pd, Kak Madonna Martina, S.E dan Kak Ricka Puspita Sari ,Amd.T. Selaku pelatih dan pimpinan club Mustangs Academy.
6. Nurhalijah orang yang selalu memberikan semangat dan motivasi dan selalu mengingatkan beribadah dan pendengar yang baik selalu memberikan solusi dan saran disaat kesulitan .
7. Sahabat saya Andri wijaya, Ahmad Hafiz Wijaya, Erik Ramadhani, dan Ibu perawat kami Neha Lestari,Amd.Kep
8. Keluarga besar Penjaskes angkatan 2021 terutama kelas Palembang dan kakak-kakak tingkat prodi Penjaskes Unsri.
9. Almamater kebanggaanku yang telah memberikanku pengalaman selama menjadi mahasiswa Universitas Sriwijaya.
10. Pak Angga Setiawan selaku staf administrasi prodi penjaskes yang telah banyak membantu.

Akhir kata,semoga skripsi ini bermanfaat bagi dunia pendidikan
Dan dunia olahraga khususnya basket.

MOTTO

"Jangan menyerah, karena setiap langkah membawa Anda lebih dekat pada
kesuksesan."

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DATAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	xiii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	3
1.3 Batasan Masalah.....	3
1.4 Rumusan Masalah.....	3
1.5 Tujuan Masalah.....	3
1.6 Manfaat Penelitian.....	3
BAB II	4
TINJAUAN PUSTAKA	4
2.1 Hakikat Latihan.....	4
2.2 Tujuan latihan.....	5
2.3 Prinsip Latihan.....	7
2.4 Aspek-Aspek Latihan.....	10
2.5 Hakikat Permainan Bola Basket.....	10
2.6 Teknik Dasar Permainan Bola Basket.....	11
2.6.1 Teknik Dasar Menggiring Bola (<i>dribble</i>).....	12
2.6.2 Teknik Dasar Mengoper Bola (<i>passing</i>).....	13

2.6.3 Teknik Dasar Menerima Bola.....	14
2.6.4 Teknik Dasar Menembak (<i>shooting</i>).....	14
2.6.5 Teknik olah kaki (<i>footwork</i>).....	16
2.6.6 Teknik <i>pivot</i>	17
2.7 Model-model variasi latihan dribble.....	17
2.8 Kelebihan dan Kekurangan <i>Dribble</i> Bola Basket.....	22
2.9 Sarana dan Prasarana Bola Basket.....	23
2.9.1 Lapangan.....	23
2.9.2 Bola.....	24
2.9.3 Keranjang dan Papan Pantul.....	24
2.10 Hakikat <i>Dribble</i> dan Menggiring Bola.....	25
2.11 Hakikat Kelincahan.....	26
2.12. Faktor yang mempengaruhi dan menghambat kelincahan.....	27
2.14 Kerangka Berfikir.....	28
2.15 Hipotesis.....	29
BAB III.....	30
METODOLOGI PENELITIAN.....	30
3.1 Jenis Penelitian.....	30
3.3 <i>Varabel Penelitian</i>	31
3.4 <i>Definisi Operasional Variabel</i>	31
3.5 Populasi dan Sampel Penelitian.....	32
3.6 Teknik Pengumpulan Data.....	33
3.7 Instrumen Penelitian.....	34
Sumber : (Nurhasan, 2001: 86).....	35
3.8 Teknik Analisis Data.....	35

BAB IV	40
4.1 Hasil Penelitian.....	40
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	40
4.1.2 Karakteristik Penelitian.....	40
4.1.3 Deskripsi Data <i>Pretest Dribble</i> Kelompok Eksperimen.....	41
4.1.4 Deskripsi Data <i>Posttest Dribble</i> Kelompok Eksperimen.....	43
4.1.5 Deskripsi Data Hasil <i>Pretest Dribble</i> Kelompok Kontrol.....	45
4.1.6 Deskripsi Data <i>Posttest Dribble</i> Kelompok Kontrol.....	48
4.1.7 Deskripsi Pengaruh Latihan <i>Dribble variasi</i> Terhadap <i>Dribble</i> Bola Basket Atlet Club Mustangs Academy.....	50
4.1.8 Uji Normalitas Data.....	51
4.1.9. Uji Homogenitas.....	56
4.1.10 Uji Hipotesis.....	59
4.2 Pembahasan.....	61
4.2.1 Pembahasan Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Post Test Dribble</i> Kelompok Eksperimen	62
4.2.2 Pembahasan Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Post Test Dribble</i> Kelompok Kontrol.....	62
4.2.3 Pembahasan Pengaruh Latihan <i>Dribble variasi</i> Terhadap Hasil <i>Dribble</i> Bola Basket Atlet Club Mustangs Academy Academy.....	63
BAB V	66
KESIMPULAN DAN SARAN	66
5.1 Kesimpulan.....	66
5.2 Saran.....	66
DAFTAR PUSTAKA	67

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Teknik Sampling.....	32
Tabel 3. 2 Kategori Hasil Dribble atau Menggiring Bola.....	35
Tabel 3. 3 harga Uji Bartlett.....	37
Tabel 4. 1 Daftar Distribusi Hasil Perhitungan Pretest Dribble Kelompok Eksperimen.....	42
Tabel 4. 2 Daftar Distribusi Hasil Perhitungan Post test Dribble Kelompok Eksperimen.....	44
Tabel 4. 3 Daftar Distribusi Hasil Perhitungan Pretest Dribble kelompok kontrol	46
Tabel 4. 4 Daftar Distribusi Hasil Perhitungan Post test Dribble Kelompok Kontrol.....	48
Tabel 4. 5 Rata-Rata Hasil Pretest dan Post Test Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol.....	50
Tabel 4. 6 Perhitungan Uji Homogenitas Pre Test Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	56
Tabel 4. 7 Perhitungan Uji Homogenitas Post Test Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	58
Tabel 4. 8 Daftar Nilai Data Pretest Dan Postest Kelompok Eksperimen Dan Kontrol.....	60

DATAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Cara Memegang Bola.....	12
Gambar 2. 2 Cara Menggiring Bola.....	12
Gambar 2. 3 Teknik mengoper bola didepan dada.....	13
Gambar 2. 4 Teknik mengoper dari atas.....	13
Gambar 2. 5 Teknik mengoper bola pantulan.....	14
Gambar 2. 6 Teknik menerima bola.....	14
Gambar 2. 7 Teknik dasar menembak dengan satu tangan.....	15
Gambar 2. 8 Teknik dasar menembak dengan dua tangan.....	15
Gambar 2. 9 Teknik dasar lay-up.....	16
Gambar 2. 10 Teknik dasar gerak kaki.....	16
Gambar 2. 11 Teknik Pivot.....	17
Gambar 2. 12 Teknik Kontrol Dribble.....	19
Gambar 2. 13 Teknik Speed Dribble.....	19
Gambar 2. 14 Teknik Change of Pace Dribble.....	20
Gambar 2. 15 Teknik Crossover Dribble.....	20
Gambar 2. 16 Teknik Behind the back Dribble.....	20
Gambar 2. 17 Between the Lengan Dribble.....	21
Gambar 2. 18 Teknik Reverse Dribble.....	21
Gambar 2. 19 Lapangan Basket.....	24
Gambar 2. 20 Bola Basket.....	24
Gambar 2. 21 Ring Basket dan Papan Pantul.....	25
Gambar 3. 1 Ranangan Penelitian.....	30
Gambar 3. 2 Test menggiring bola basket.....	35
Gambar 4. 1 Histrogram Hasil Pretest Dribble Kelompok Eksperimen.....	43
Gambar 4. 2 Hitrogram Hasil Post test Dribble Kelompok Eksperimen.....	45
Gambar 4. 3 Histrogram Hasil Pretest Dribble Kelompok Kontrol.....	47
Gambar 4. 4 Histrogram Hasil Post test Dribble Kelompok Kontrol.....	49

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *dribble* variasi terhadap hasil *dribble* bola basket club mustangs academy. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan Quasi Experimental Design dengan menggunakan *pretest posttest randomized control group*. Sampel yang digunakan berjumlah 60 siswa, setelah itu dibagi menjadi dua kelompok yaitu 30 siswa kelompok eksperimen dan 30 siswa kelompok kontrol. Kelompok eksperimen diberikan perlakuan latihan *dribble variasi* sedangkan kelompok kontrol tidak diberi perlakuan. Teknik analisis menggunakan metode uji "t". Setelah melakukan latihan dan dilakukan *posttest*, terjadi peningkatan rata-rata sebesar 5,2 untuk kelompok eksperimen dan kelompok kontrol hanya mengalami penurunan sebesar 1,15. Serta hasil hipotesis menunjukkan nilai thitung lebih besar dari tabel yaitu $6,67 > 1,67$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak, hal ini menunjukkan bahwa metode latihan *dribble variasi* memberikan pengaruh terhadap hasil *dribble* bola basket. Implikasi penelitian ini adalah latihan *dribble variasi* dapat meningkatkan *dribble* bola basket.

Kata kunci: latihan *dribble*, bola basket.

ABSTRACT

This research aims to determine the effect of variational dribble training on the basketball dribble results of the Mustangs Academy club. This research uses an experimental method with a Quasi Experimental Design using a pretest posttest randomized control group. The sample used was 60 students, after which they were divided into two groups, namely 30 experimental group students and 30 control group students. The experimental group was given variation of dribble training treatment while the control group was not given treatment. The analysis technique used the "t" test method. After doing the exercises and carrying out the posttest, there was an average increase of 5.2 for the experimental group and the control group only experienced a decrease of 1.15. And the hypothesis results show that the tcount value is greater than the table, namely $6.67 > 1.67$, so H_a is accepted and H_o is rejected. The H_a line shows that various dribble training methods have an influence on basketball dribble results. The implication of this research is that varied dribble training can improve basketball dribble.

Key words: *dribble training, basketbal*

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut Nidhom Khoeron (2017: 1) *basket ball* adalah sebuah cabang olahraga yang menjadikan bola sebagai media utama dalam berjalannya sebuah permainan. Olahraga ini dilakukan oleh dua tim dan setiap tim terdiri dari lima pemain. Cara bermain bola basket yaitu dengan memasukkan bola ke dalam sebuah keranjang (*ring*) dengan mengumpulkan poin sebanyak mungkin. Sedangkan menurut FIBA (2006) menyatakan bahwa bola basket adalah permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing terdiri dari lima orang. Tim terdiri dari dua belas pemain termasuk kapten. Setiap regu berusaha mencetak angka sebanyak-banyaknya. Melalui olahraga ini dapat diperoleh beberapa manfaat antara lain adalah persendian menjadi lebih baik, otot-otot menjadi kuat, peredaran darah menjadi lebih lancar, pernafasan tidak terhambat dan pemikiran dilatih untuk memecahkan masalah dengan cepat dan tepat. Permainan bola basket juga berkembang dalam lingkungan masyarakat, sekolah maupun perguruan tinggi. Pembelajaran bola basket ditingkat SMP dan SMA, Khususnya permainan bola basket merupakan kurikulum Pendidikan Jasmani dan juga dapat dijadikan ajang prestasi antar sekolah.

Memainkan bola basket, pemain juga dituntut untuk menguasai beberapa teknik dasar dan juga teknik bermain, seperti melempar, mengoper, menggiring bola, dan memantulkan adalah teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain (Nidhom Khoeron, 2017: 2). Sedangkan menurut Jon Oliver (2008:49) *mendribble* atau menggiring bola adalah salah satu dasar bola basket yang pertama diperkenalkan kepada para pemula, karena keterampilan ini sangat penting bagi setiap pemain yang terlibat dalam permainan bola basket. Setiap peserta olahraga bola basket harus mampu menjadi pemain bola basket yang terampil dalam *dribble* bola basket karena keterampilan *dribble* bisa dilatih kapanpun dan dimanapun. *Dribble* pada

dasarnya adalah gerakan yang harus mengarah pada ring, namun *dribble* juga menjadi cara untuk membuka peluang bagi pemain lain agar mendapat peluang untuk mencetak skor (Danny Kosashi, :2008: 38). Menurut [3] *Dribble* adalah teknik dasar dalam olahraga bola, seperti bola basket atau sepak bola, yang melibatkan mengontrol dan memanipulasi bola saat bergerak di lapangan. Dalam bola basket, *dribble* dilakukan dengan memantulkan bola secara berulang-ulang ke lantai menggunakan satu tangan, memungkinkan pemain bergerak sambil tetap menjaga kontrol atas bola. Tujuan dari *dribble* adalah untuk membawa bola ke posisi yang lebih baik, menghindari lawan, atau menciptakan peluang untuk mengoper atau menembak.

Berdasarkan pengamatan pada sesi latihan pada sekolah masih belum terlihat *dribble* yang baik pada anak-anak. Selama melakukan observasi kegiatan latihan ternyata latihan yang diberikan hanya latihan *dribble* ditempat sedangkan yang dibutuhkan untuk menguasai *dribble* itu perlu latihan *dribble variasi*.

Menurut Roesdiyanto dan Setyo Budiwanto (2008: 58) macam-macam latihan untuk meningkatkan kelincahan adalah *dribble variasi* kearah samping. Menurut [4] macam-macam latihan untuk meningkatkan kelincahan adalah *dribble variasi* kearah samping, maju, dan mundur. Salah satu bentuk latihan yang dapat digunakan untuk meningkatkan kelincahan dalam permainan bola basket adalah latihan *dribble variasi* (Akros Abidin, 1999:77). Kelebihan dari latihan *dribble variasi* menurut Nafi'ah Giriwijoyo dan Dikdik dikutip Nafia'ah (2015:4) pada saat melakukan *dribble variasi* terjadi pergerakan persendian lengan terutama tungkai sehingga akan meningkatkan fleksibilitas. Kemudian, adanya kontraksi otot berulang akan menghasilkan kekuatan otot yang berguna untuk meningkatkan kecepatan dan kelincahan gerak. Saat latihan berlangsung akan terjadi koordinasi fungsi otot yang berfungsi untuk meningkatkan kecepatan gerak dan memelihara keseimbangan. Fleksibilitas, kekuatan, kecepatan dan koordinasi adalah hal-hal yang diperlukan untuk meningkatkan kelincahan, sehingga jika semua komponen tersebut telah dilatih akan berpengaruh terhadap peningkatan kelincahan.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disampaikan diatas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Kurangnya kemampuan dalam melakukan *dribble*
2. Kelincahan dalam melakukan *dribble* masih kurang
3. Perhatian selalu focus pada bola sehingga kurangnya melihat situasi dalam lapangan dan membuat peluang poin

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, penelitian ini bertujuan untuk membatasi masalah yaitu pengaruh Latihan *dribble variasi* terhadap hasil *dribble* basket.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah diatas, maka rumusan permasalahan pada peneliti ini yang akan diteliti adalah “Apakah terdapat pengaruh Latihan *dribble variasi* terhadap hasil *dribble* bola basket”

1.5 Tujuan Masalah

Berdasarkan rumusan masalah diatas, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh Latihan *dribble variasi* terhadap hasil *dribble* bola basket.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah:

Manfaat teoritis:

1. Bagi atlet dapat meningkatkan pemahaman konsep dan teori dalam meningkatkan *dribble*.
2. Bagi pelatih dapat meningkatkan teori baru untuk memberikan materi dalam melakukan *dribble* pada atlet.

Manfaat praktis:

1. Dapat membantu dalam memberikan peluang pada atlet dalam bertanding.
2. Sebagai bahan untuk meningkatkan kualitas para atlet dalam melakukan *dribble*.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdin, Arkos. (1999). (1999). *Bolabasket Kembar*. PT. Raja Grafindo Persada.
- Afandi, & Siantoro. (2017). Analisis Kemampuan Dribble, Pasing dan Shoting (1 poin, 2 poin, 3 poin) Bola Basket. (Study Pada Tim Putri SMA Negeri 3 Pamekasan). *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1(1).
- Ahmadi, N. (2007). *Permainan Bola Basket*. Era Intermedia.
- Alfarizal, A., Kuntum Mandalawati, T., & Lisdiantor, G. (2023). Pengaruh latihan t-drill dan zig zag run exercise terhadap peningkatan kelincahan pemain futsal vamos academy. *Journal Power Of Sports*, 6(2), 133–141. <http://e-journal.unipma.ac.id/index.php/JPOS>
- Aminah, S., Syamsuramel, S., Sukirno, S., & Destriani, D. (2018). Pengaruh Latihan Dribble variasi terhadap Hasil Tendangan Mawasi Karate pada Kegiatan Ekstrakurikuler SMA. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 7(2).
- Anggraeni, D. S. (2022). Analisis Kombinasi Drible Dalam Bola Basket Pada Anggota Ekstrakurikuler Basket SMA N 1 Kota Gajah. *Edukasimu*, 2(2), 1.
- Apta, M., & Kurniawan, F. (2015). *Ilmu Kepelatihan Dasar*. CV Alfabeta.
- Dangsina, M. dan A. Tjokro. (2014). *Kesehatan Olahraga*. . FK. UI Jakarta.
- FIBA. (2006). *Bola Basket Untuk Semua*. PERBASI.
- Harsono. (2015). *Kepelatihan olahraga: Teori dan Metodologi*. Remaja Rosdakarya.
- Khoeron, N. (2017). *Buku Pintar Basket*. Anugrah.
- Khusnawan, I. (2015). *Hubungan Kecepatan Lari dan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola Pada Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket Putra di SMA Negeri 2 Banguntapan Kabupaten Bantul*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Kusuma, A. (2016). *Buku Olahraga Paling Lengkap*. PT. Serambi.
- Langga, Z. A. & Supriyadi. (2016). Pengaruh model latihan menggunakan metode praktik distribusi terhadap keterampilan dribble anggota ekstrakurikuler bolabasket SMPN 18 Malang. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 1(1).

- Maksum, A. (2012). *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Unesa University Press.
- Malik, A. A. dan I. R. (2019). Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket: Studi Deskriptif Pada Mahasiswa. *Journal of S.P.O.R.T*, 3(2).
- Marta. (2008). *Bola Basket: Konsep dan Teknik Bermain Bola Basket*. Cerdas Jaya.
- Mashuri, H. (2017). The Effectiveness of Basketball Shooting Training Model on Improving Shooting Capabilities of Basketball Players. *JIPES - Journal of Indonesian Physical Education and Sport*.
- Nafiah. (2015). *Pengaruh Permainan Dribble variasi Untuk Meningkatkan Kelincahan Pada Anak Usia 4-5 Tahun*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Nala. (2019). *Prinsip Pelatihan Fisik Olahraga*. UNUD.
- Nurba as, T., Tangkudung, J., Marlina Siregar, N., Negeri Jakarta, U., Kunci, K., Basket, B., & Bermain, M. (2019). MENINGKATKAN KETERAMPILAN DRIBBLING BOLA BASKET MELALUI METODE BERMAIN. In *Jurnal Penjaskesrek* (Vol. 6, Issue 1).
- Nurrochmah, S. (2021). Pengaruh Latihan Kelincahan Dribble Bentuk T-Drill Langsung dan Tidak Langsung terhadap Peningkatan Kemampuan Keterampilan Dribble. *Sport Science and Health* |, 3(1). <http://journal2.um.ac.id/index.php/jfik/indexhttp://fik.um.ac.id/>
- Prasetya, G. (2021). Pengaruh Variasi Latihan Dribble terhadap Peningkatan Dribble UKM Basket Universitas Subang. *Jurnal. Unsub*.
- Putri, N. I., & Umar, A. (2020). Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket Atlet Putra Klub Genta Kota Pariaman. *2020*, 3(4), 15–21.
- Rahmani, M. (2015). *Buku Super Lengkap Olahraga*. Dunia Cerdas.
- Saputra, R., Al-Hadist, G., & Haris, I. N. (2020a). Dribble pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket SMA Negeri 1 Subang. *Biormatika: Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 6(2), 2580–6335. <https://doi.org/10.35569>
- Saputra, R., Al-Hadist, G., & Haris, N. (2020b). Dribble pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket SMA Negeri 1 Subang. *Biormatika : Jurnal*

Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, 6(2), 146–152.
<https://doi.org/10.35569>

- Selan, M., Edison Nope, F., Jecson Palinata, Y., Baun, A., Charter Atty, J., Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, P., & Kristen Artha Wacana, U. (2023). *PELATIHAN MODEL KETERAMPILAN TEKNIK DASAR BOLA BASKET BAGI MAHASISWA PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI* (Vol. 252).
- Siregar, I. (2015). *Pengembangan Model Latihan Dribbling Bola dengan Pendekatan Bermain*.
- Sufi, A. (2023). *Pengaruh Model Pembelajaran Discovery Learning Terhadap Hasil Belajar Gerak Dribbling Basket di SMPN 1 Kembangbahu Kelas VIII*.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Syah, P. W. A., & Irawadi, H. (2020). *Perbedaan Pengaruh Latihan Kelincahan Dribble variasi Dengan Latihan Lateral Run Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Siswa U-14 SSB Putra Wijaya FC Padang*. 2(1).