

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Permainan bola basket merupakan permainan yang dimainkan oleh dua tim dengan total lima pemain per tim, dimana setiap tim berusaha mendapatkan poin dengan memasukan bola ke keranjang lawan sebanyak-banyaknya dan mencegah tim lawan melakukan hal yang serupa. Tehnik dasar mencakup *footwork* (gerakan kaki), *shooting* (menembak), *passing* (mengoper) dan *catching* (menangkap), *dribble* (menggiring bola), *rebound*, bergerak dengan bola, bergerak tanpa bola dan bertahan (Lidya & Sulaiman, 2020).

Berdasarkan hasil pengamatan, observasi dan wawancara dengan tim pelatih ekstrakurikuler bola basket dari tim SMAIT Raudhatul Jannah Kota Cilegon yang penulis lakukan pada saat kegiatan ekstrakurikuler berlangsung. Peneliti mendapati bahwa keterampilan melakukan dribbling dalam olahraga basket ini adalah salah satu unsur utama untuk meraih kemenangan untuk mencetak skor selain melakukan gerakan menembak ke dalam ring, karena dengan memiliki keterampilan dribbling yang baik maka akan mudah mendistribusikan bola dari zona sendiri menuju zona lawan, sehingga dapat mencetak poin. Namun di satu sisi keterampilan dribbling dalam permainan bola basket masih banyak peserta ekstrakurikuler yang masih belum tepat dalam melakukan gerak teknik, hal ini dibuktikan saat penulis melakukan observasi saat tim basket SMAIT Raudhatul Jannah melakukan pertandingan persahabatan dengan sekolah lain dan menurut pandangan tim pelatih dalam hal keterampilan dribbling kemampuan dari tim basket SMAIT Raudhatul Jannah masih rendah dengan hasil analisis penguasaan bola yang selalu lepas saat melakukan *offense* ke daerah lawan dan masih kurangnya konsistensi dari peserta ekstrakurikuler yang mengikuti kegiatan eskul basket ini.

Dari hasil penelitian kecil dan pengamatan yang saya lakukan bahwa pada saat pertandingan persahabatan ataupun proses latihan tim eskul basket SMAIT Raudhatul Jannah Kota Cilegon dapat diketahui bahwa kemampuan dribble peserta ekstrakurikuler masih terdapat kesalahan-kesalahan yang dilakukan antara lain dengan saat melakukan teknik menggiring bola basket masih didapati menundukan kepala, saat melakukan dribble bola mudah sekali direbut atau lepas, ketika melakukan dribble bola terlalu tinggi, saat melakukan teknik dribble masih asal-asalan, terlalu cepat memantulkan bola

dan tidak mengetahui ritme, sulit mengontrol bola. Hasil pengamatan tersebut dapat dilihat masih terdapat beberapa kesalahan mendasar yang dilakukan saat melakukan teknik dribbling bola basket sehingga mengakibatkan kegagalan dalam memperoleh poin saat melakukan *offense* ke tim lawan. Jika dilihat dari populasi siswa putri yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola basket ini yang berjumlah 30 siswa. Saat proses pelaksanaan latihan masih ada siswa yang melakukan teknik dribbling secara lambat dalam melakukan dribbling bola basket, berdasarkan analisis peneliti adapun 10 siswa yang telah memiliki tingkat keterampilan dribbling yang sudah baik, 7 siswa sudah cukup baik dan 13 siswa yang masih kurang baik dalam melakukan teknik dribbling bola basket.

Masalah yang ditemukan menurut penulis adalah kurangnya teknik-teknik dasar yang menunjang dalam proses keterampilan dribbling bola basket itu sendiri seperti koordinasi mata tangan, kelincahan dan motivasi berprestasi yang menurut penulis bisa menjadi penunjang atau faktor dalam meningkatkan keterampilan dribbling bola basket. Dengan ditingkatkannya beberapa teknik penunjang maka besar juga hasil dari keterampilan dribbling akan menjadi pendukung kemenangan dalam suatu pertandingan yang dilaksanakan terutama oleh tim eskul basket dari SMAIT Raudhatul Jannah.

Teknik dasar bola basket ada dribbling, passing dan catching, shooting, pivot, rebound, footwork, ball handling dan tuck position (Sulaiman, 2022). Salah satu teknik yang penulis teliti di teknik keterampilan dalam menggiring bola adalah salah satu cara yang diperbolehkan oleh peraturan untuk membawa lari bola ke segala arah. Seorang pemain boleh membawa bola lebih dari satu langkah, asal bola dipantulkan dengan baik dengan berjalan maupun berlari. Cara menggiring bola yang dibenarkan adalah dengan satu tangan (kanan atau kiri). Kegunaan menggiring bola adalah untuk mencari peluang serangan, menerobos pertahanan lawan dan memperlambat tempo permainan.

Dalam melakukan proses peningkatan teknik keterampilan dribbling terdapat beberapa faktor yang dapat menjadi penunjang keberhasilan dari proses keterampilan dribbling bola basket ini. Seperti koordinasi mata tangan dan kelincahan adalah dua dari beberapa komponen fisik yang dapat menunjang dalam proses keberhasilan keterampilan dribbling (Marta & Oktarifaldi, 2022). Selain kedua komponen fisik terdapat juga kemauan dari diri sendiri untuk dapat lebih lagi dalam meningkatkan skill dalam dribbling yaitu motivasi berprestasi peserta eskul basket SMAIT Raudhatul

Jannah dapat ditingkatkan untuk menambah peluang keberhasilan dari proses keterampilan dribbling bola basket (Muskanan, 2015).

Komponen fisik koordinasi mata dan tangan merupakan kemampuan untuk melakukan gerak secara tepat dan terukur pada satu gerakan secara keseluruhan (Ambarwati et al., 2017). Komponen fisik jika seseorang memiliki tingkat koordinasi yang baik maka orang tersebut akan mampu melakukan gerakan secara efisien dan terukur (Nugraha & Bakhtiar, 2022). Gerak tersebut akan memudahkan dalam mempelajari keterampilan gerak baik ketika berlatih teknik dribbling secara efektif dan efisien. Koordinasi mata dan tangan sangat bermanfaat dalam hal meningkatkan komponen fisik dari peserta didik yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, selain koordinasi mata dan tangan terdapat pula komponen fisik kelincahan yang dimana komponen fisik tersebut mempunyai peran yang penting juga dalam perkembangan keterampilan dribbling bola basket.

Koordinasi mata dan tangan dalam permainan bola basket berguna dalam merasakan setiap rangkaian gerak dalam permainan bola basket melalui penginderaan yang selanjutnya secara sadar memperagakannya dalam rangkaian gerak (Syamsulrizal, 2023). Kesadaran gerak dalam hal koordinasi mata tangan dalam peningkatan keterampilan bermain bola basket di ekstrakurikuler diharapkan dapat meningkatkan keterampilan dribbling bola basket bagi para peserta didik yang diharapkan mampu mengontrol gerakan dalam melakukan teknik dribbling, jika kondisi ini dapat berlangsung sesuai dengan yang diharapkan maka prediksi dalam peningkatan keterampilan dribbling akan semakin baik pula.

Kelincahan dalam permainan bola basket merupakan faktor penting dalam meningkatkan perbaikan teknik dalam aktivitas berolahraga (Septianwari, 2020). Kelincahan menjadi salah satu bentuk latihan yang akan dapat menunjang hasil dari keterampilan dribbling dan akan menjadi tolak ukur dari suatu latihan yang dilakukan. Terdapat banyak sekali jenis dan metode latihan terkait untuk meningkatkan komponen latihan kelincahan, dribbling bola basket sendiri selain membutuhkan koordinasi yang baik kelincahan juga dituntut untuk baik karena ketika seseorang melakukan gerak teknik dribbling dalam bola basket mereka dituntut untuk cepat dan lincah untuk

menghindari bola direbut oleh lawan dan menjadi salah satu faktor utama juga untuk meraih skor dalam memenangkan suatu pertandingan. Kelincahan dalam permainan bola basket harus dimiliki oleh setiap orang yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dikarenakan dengan memiliki kelincahan yang baik maka proses berlatih akan menjadi mudah dan keterampilan dribbling bola basket akan mudah diterima dengan baik. Kegiatan ekstrakurikuler tidak akan berjalan baik dan proses latihan juga tidak akan mencapai target jika peserta ekstrakurikuler tidak memiliki motivasi berprestasi yang tinggi. Kelincahan dalam permainan bola basket dibutuhkan untuk dapat membantu aplikasi praktek dari teknik dribbling itu sendiri dengan memiliki tingkat kelincahan yang baik maka keterampilan dribbling bagi peserta ekstrakurikuler di harapkan akan dapat meningkat.

Motivasi berprestasi merupakan faktor penting baik dalam proses pembelajaran ataupun dalam proses berlatih baik di tingkat ekstrakurikuler maupun sampai tingkat skala nasional. Motivasi harus diterapkan semenjak mereka masih di tingkat dasar (Kunvarsing, 2019). Motivasi adalah kekuatan energi internal yang menentukan semua aspek perilaku kita dikarenakan itu juga berdampak tentang bagaimana kita berpikir, merasakan dan berinteraksi dengan orang lain. Kegiatan berolahraga, motivasi tinggi diterima secara luas sebagai hal yang penting atau sebagai prasyarat dalam mendapatkan atlet untuk memenuhi potensi mereka serta sebagai indikator suksesnya pelaksanaan atau proses berlatih. Motivasi berprestasi untuk peserta didik usia remaja memiliki problematika yang sulit ditebak dikarenakan usia remaja adalah usia yang masih memiliki sifat labil, mudah terpengaruh dan terkadang memiliki mood yang naik dan turun sehingga motivasi berlatih dalam membantu meningkatkan keterampilan harus diperhatikan dengan seksama supaya sasaran dapat tercapai.

Dari beberapa penjelasan tersebut dengan dilakukan peningkatan keterampilan dribbling dengan menggunakan koordinasi mata tangan, kelincahan dan motivasi berprestasi diharapkan akan mampu meningkatkan prestasi basket tim eskul SMAIT Raudhatul Jannah dan yang utama dapat meningkatkan kemampuan keterampilan dribbling basket. Apakah yang dapat membantu hal tersebut adalah dengan banyaknya evaluasi pada saat pertandingan dapat terlihat kekuatan atau kelemahan sebuah tim, taktik ataupun strategi yang diterapkan pada pertandingan. Maka dari itu peneliti akan tetap melakukan observasi dan pengamatan dan pengambilan data *pretest* dan *postest*

sebelum dilakukan treatment awal dan sesudah dilakukan treatment untuk melihat hasil peningkatannya.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif asosiatif, dengan teknik tes dan pengukuran. Sedangkan teknik analisis menggunakan penelitian pendekatan analisis jalur (*Path Analysis*). *Path Analysis* yaitu penelitian yang akan mengkaji atau menganalisis keterkaitan antara variabel penelitian dengan mengukur pengaruh langsung antara variabel eksogen (bebas) dengan variabel endogen (variabel terikat). Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, metode survei dan teknik korelasional.

Populasi dalam penelitian yang di ambil yaitu seluruh anggota aktif peserta ekstrakurikuler bola basket di Sekolah Menengah Atas atau lebih tepatnya di SMAIT Raudhatul Jannah Kota Cilegon. Untuk sampel merupakan kelompok yang informasi atau data diperoleh untuk penelitian. 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 (Hardani, 2020). Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik total sampling atau semua populasi yang akan dijadikan sampel. Sehingga data yang dikumpulkan dapat disimpulkan. Berdasarkan kriteria dan hasil observasi di lapangan maka dapat diambil kesimpulan bahwa yang menjadi sampel untuk melakukan penelitian adalah peserta ekstrakurikuler bola basket SMAIT Raudhatul Jannah Kota Cilegon khusus berjenis kelamin perempuan yang aktif latihan dengan jumlah keseluruhan sampel. Pada penelitian ini menggunakan seluruh peserta ekstrakurikuler bola basket putri SMAIT Raudhatul Jannah Kota Cilegon yang berjumlah 30 orang untuk dijadikan sampel penelitian.

Identifikasi masalah untuk penelitian ini maka adapun identifikasi masalah yang dibatasi oleh peneliti dapat diidentifikasi beberapa faktor yang mempengaruhi keterampilan dribbling bola basket pada peserta ekstrakurikuler Sekolah Menengah Atas. Pembatasan masalah berdasakan penelitian ini supaya tidak terlalu melebar dari pembahasan yang ada, maka penelitian ini hanya berfokus pada koordinasi, kelincahan dan motivasi sebagai variabel *eksogen* (variabel bebas) dan keterampilan dribbling bola basket sebagai variabel *endogen* (variabel terikat). Variabel *eksogen* sendiri adalah variabel bebas atau variabel independen yang mempengaruhi atau menjelaskan variabel lainnya. Variabel *endogen* sendiri adalah variabel terikat atau variabel dependen yang

dipengaruhi atau dijelaskan oleh satu, dua atau lebih variabel bebas atau variabel independent. Untuk peserta ekstrakurikuler yang diteliti adalah peserta ekstrakurikuler bola basket di SMAIT Raudhatul Jannah Kota Cilegon. Untuk rumusan masalah yang ada peneliti ingin meneliti tentang pengaruh koordinasi, kelincahan dan motivasi terhadap keterampilan dribbling bola basket sehingga menunjukkan hasil dribbling yang baik dan benar. Karena dalam keterampilan dribbling bola basket masih banyak peserta ekstrakurikuler yang melakukan belum secara benar dan terlalu lambat. Masih banyaknya peserta ekstrakurikuler bola basket yang masih belum menguasai keterampilan dribbling dengan baik dan lancar. Hal tersebut merupakan salah satu masalah terhadap koordinasi, kelincahan dan motivasi berprestasi dari peserta ekstrakurikuler tersebut. Ditambah dengan melakukan keterampilan dribbling ini selain membutuhkan koordinasi, kelincahan dan motivasi berprestasi yang baik dan benar sehingga dapat menunjang dari hasil keterampilan dribbling bola basket. Dribbling merupakan salah satu unsur utama atau teknik dasar dalam permainan bola basket yang harus dikuasai oleh para peserta ekstrakurikuler bola basket, karena dribbling merupakan suatu cara untuk memulai penyerangan ke daerah lawan dan untuk mempertahankan daerah sendiri dari serangan lawan. Sekolah SMAIT Raudhatul Jannah memiliki sarana prasarana yang terbilang cukup baik dengan memiliki 1 lapangan bola basket permanen, 15 bola basket, *agility ladder* 3 buah dan cone 20 buah. Hal itu menjadi hal positif dalam menunjang keterampilan dribbling bola basket dalam kegiatan ekstrakurikuler peserta didiknya. Karena ketersediaan sarana prasarana sangat berpengaruh dalam mencapai tujuan meningkatkan keterampilan dribbling bola basket khususnya, baik dalam memotivasi berprestasi peserta ekstrakurikuler dalam belajar dan berlatih dan juga memudahkan pelatih dalam melaksanakan kegiatan latihan.

Pernyataan yang diuraikan di atas dapat diketahui bahwa keterampilan dribbling bola basket merupakan aktifitas fisik yang memerlukan koordinasi, kelincahan dan motivasi yang dapat dilatih. Ketika peserta ekstrakurikuler diberikan latihan yang tepat maka akan menghasilkan keterampilan dribbling bola basket secara baik dan benar sehingga akan mendapatkan rangkaian gerak dribbling yang sempurna dan maksimal. Oleh karena itu dari pernyataan yang diuraikan di atas peneliti terdorong untuk mengadakan penelitian “Pengaruh Koordinasi, Kelincahan dan Motivasi Terhadap Keterampilan Dribbling Bola Basket Pada Siswa Ekstrakurikuler Sekolah Menengah Atas”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah agar masalah tidak terlalu melebar, maka adapun permasalahan yang dibatasi oleh peneliti dapat diidentifikasi beberapa faktor yang mempengaruhi keterampilan dribbling bola basket pada peserta ekstrakurikuler Sekolah Menengah Atas, antara lain:

1. Tingkat koordinasi mata dan tangan peserta ekstrakurikuler Sekolah Menengah Atas berpengaruh langsung terhadap keterampilan dribbling bola basket.
2. Tingkat kelincahan peserta ekstrakurikuler Sekolah Menengah Atas berpengaruh langsung terhadap keterampilan dribbling bola basket.
3. Tingkat motivasi berprestasi peserta ekstrakurikuler Sekolah Menengah Atas berpengaruh langsung terhadap keterampilan dribbling bola basket.
4. Tingkat koordinasi mata dan tangan peserta ekstrakurikuler Sekolah Menengah Atas berpengaruh langsung terhadap motivasi berprestasi.
5. Tingkat kelincahan peserta ekstrakurikuler Sekolah Menengah Atas berpengaruh langsung terhadap motivasi berprestasi.
6. Peran pelatih dan guru berpengaruh langsung terhadap keberhasilan keterampilan dribbling bola basket.
7. Peran kondisi fisik berpengaruh langsung terhadap keberhasilan keterampilan dribbling bola basket.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan penelitian ini supaya tidak terlalu melebar dari pembahasan yang ada, maka penelitian ini hanya berfokus pada koordinasi, kelincahan dan motivasi sebagai variabel *eksogen* (variabel bebas) dan keterampilan dribbling bola basket sebagai variabel *endogen* (variabel terikat). Variabel *eksogen* sendiri adalah variabel bebas atau variabel independen yang mempengaruhi atau menjelaskan variabel lainnya. Variabel *endogen* sendiri adalah variabel terikat atau variabel dependen yang dipengaruhi atau dijelaskan oleh satu, dua atau lebih variabel bebas atau variabel independent. Untuk peserta ekstrakurikuler yang diteliti adalah peserta ekstrakurikuler bola basket di SMAIT Raudhatul Jannah Kota Cilegon.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan fokus masalah di atas, maka perumusan masalah sebagai berikut: “Pengaruh Koordinasi, Kelincahan dan Motivasi Berprestasi Terhadap Keterampilan Dribbling Bola Basket Peserta Ekstrakurikuler Sekolah Menengah Atas”.

Maka rumusan masalah peneliti sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh langsung koordinasi mata dan tangan terhadap motivasi berprestasi?
2. Apakah terdapat pengaruh langsung kelincahan terhadap motivasi berprestasi?
3. Apakah koordinasi mata dan tangan berpengaruh langsung terhadap keterampilan dribbling bola basket peserta ekstrakurikuler Sekolah Menengah Atas?
4. Apakah kelincahan berpengaruh langsung terhadap keterampilan dribbling bola basket peserta ekstrakurikuler Sekolah Menengah Atas?
5. Apakah terdapat pengaruh langsung koordinasi mata dan tangan terhadap kelincahan?
6. Apakah koordinasi mata dan tangan melalui motivasi berprestasi berpengaruh tidak langsung terhadap keterampilan dribbling bola basket peserta ekstrakurikuler Sekolah Menengah Atas?
7. Apakah kelincahan melalui motivasi berprestasi berpengaruh tidak langsung terhadap keterampilan dribbling bola basket peserta ekstrakurikuler Sekolah Menengah Atas?

E. Kegunaan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian ini diharapkan berguna dan bermanfaat bagi semua kalangan dan tingkatan baik dari tingkat sekolah, universitas, maupun nasional yang dijabarkan sebagai berikut:

1. Untuk umum: sebagai bahan pengetahuan masyarakat di era modern supaya dapat menerapkan olahraga permainan bola basket dengan baik dan benar.
2. Untuk sekolah, dan perguruan tinggi: sebagai pengetahuan atau wadah pembelajaran di bidang olahraga permainan dan sebagai acuan literatur bacaan di perpustakaan.
3. Bagi klub: sebagai bahan evaluasi dan pengetahuan perkembangan olahraga permainan bola basket untuk setiap klub.
4. Untuk provinsi: sebagai pengetahuan atau wadah evaluasi perkembangan olahraga permainan bola basket di setiap provinsi.
5. Bagi peneliti: untuk mengetahui perkembangan olahraga permainan bola basket saat ini ataupun di tahun-tahun yang akan datang.

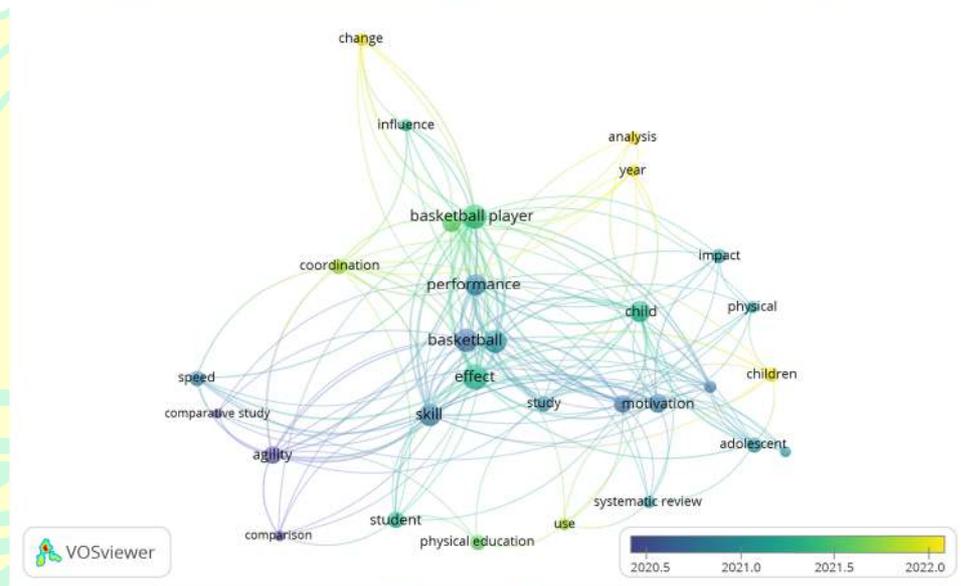
F. State of the Art

Terdapat beberapa penelitian yang telah dilakukan berkaitan dengan penelitian yang peneliti bahas. Berikut adalah penelusuran studi literatur untuk menemukan permasalahan dari penelitian-penelitian sebelumnya, peneliti melakukan dua analisis yang berbeda, pertama adalah analisis bibliometrik yang membandingkan penelitian dengan penelitian sebelumnya tentang topik yang sama dan kedua adalah tinjauan pustaka untuk memastikan pemahaman yang padat dan luas tentang topik tersebut

(Tupan, 2016). Rangkuman dari kedua analisis tersebut dapat diuraikan sebagai berikut. sehingga dapat ditentukan *State of the art* dari penelitian ini:

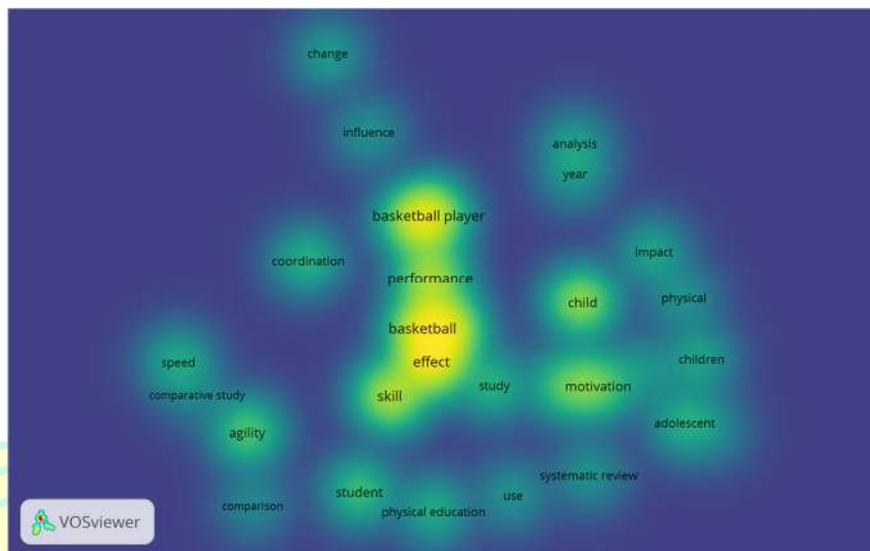
1. Analisis Bibliometrik

Peneliti telah memperoleh informasi bibliometrik dari *Scopus*, *Crossreff*, *PubMed*, dan *Web of science* sebagai database yang paling umum digunakan untuk analisis bibliometrik. Pemetaan bibliometrik yang digunakan dalam analisis ini menggunakan bantuan perangkat lunak *Publish or Perish* dan *VOSviewer*. Adapun informasi yang didapatkan adalah sebagai berikut:



Gambar 1. 1 Visualisasi Keterhubungan Variabel

Berdasarkan gambar 1.1 di atas terlihat bahwa variabel *performance*, *effect*, *basketball* telah dikaji oleh peneliti sebelumnya. didukung oleh analisis visualisasi kepadatan kata kunci penulis menggunakan perangkat lunak VOS viewer. Adapun hasilnya sebagai berikut:



Gambar 1.2 Visualisasi Kepadatan Kata Kunci Kejadian Bersama

Gambar 1.2 di atas memberikan representasi visual dari kata *performance*, *effect*, dan *basketball*. Setiap node dipelot visualisasi kepadatan kata kunci memiliki warna yang bergantung pada kepadatan item node. Dengan kata lain, warna node bergantung pada jumlah objek di lingkungan node. Kata kunci yang lebih sering muncul berada di area kuning. Di sisi lain, kata kunci lebih jarang muncul berada di area hijau (Ho, 2018). Dalam hal ini kata *performance*, *effect*, dan *basketball* berada di area hijau kekuning-kuningan. Hal ini berarti variabel tersebut telah dikaji walaupun belum terlihat secara terintegrasi dengan siswa Sekolah Menengah Atas.

Berdasarkan analisis bibliometrik di atas, peneliti akan mengembangkan penelitian yang membahas tentang koordinasi mata, tangan dan kaki, kelincahan dan motivasi berlatih terhadap keterampilan dribbling bola basket peserta ekstrakurikuler. Adapun responden penelitian ini adalah Sekolah Menengah Atas.

2. Tinjauan Literatur

Beberapa penelitian telah membuktikan bahwa peranan latihan koordinasi mata, tangan dan kaki ternyata dapat meningkatkan keterampilan dribbling bola basket pada kegiatan pembelajaran di sekolah (El-shafee, 2017; Matnazarov et al., 2020; Padrón-Cabo et al., 2020). Sebagian besar penelitian tersebut dilaksanakan pada siswa tingkat menengah dan menengah atas. Pada penelitian (Saputra, Suryadi, Samodra, Dewintha, et al., 2023) menyatakan bahwa di dalam

permainan bola basket merupakan olahraga komunitas atau kelompok yang membutuhkan keterampilan, kebugaran fisik dan kecepatan yang baik agar dapat melakukan teknik dribbling dengan maksimal. Namun, tidak tertutup kemungkinan ada banyak faktor pendukung yang mempengaruhi kemampuan dribbling seorang pemain. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan hubungan koordinasi mata tangan dengan kemampuan dribbling bola basket.

Penelitian (Park & Jeong, 2023) menyatakan gerakan terampil dalam pembelajaran motorik dihasilkan dari pengendalian berbagai derajat secara efisien dengan memunculkan kebebasan dalam pergerakan manusia. Untuk memperoleh keterampilan motorik, koordinasi segmen tubuh yang harmonis dalam ruang dan waktu sangat penting untuk kinerja yang akurat dan konsisten. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk membandingkan akurasi dribbling, konsistensi, dan pola koordinasi segmen tubuh sesuai untuk keahlian motorik dan tempo. Untuk mencapai ini, kami memiliki delapan ahli bola basket dan delapan pemula melakukan dribbling statis pada tiga kecepatan berbeda selama 20 detik. Pelat gaya diukur kesalahan radial sementara peralatan penangkapan gerak mengukur data sudut jari, pergelangan tangan, dan siku lengan kanan. Pengukuran yang diperoleh dari *force plate* digunakan untuk menganalisis dribbling peserta kinerja, termasuk akurasi, konsistensi, dan pola koordinasi.

Penelitian (Nur, 2019) bahwa selain koordinasi mata, tangan dan kaki, kelincahan juga menjadi modal utama dalam melatih keterampilan dribbling bola basket. Bola basket adalah salah satu olahraga paling terkenal di dunia. Olahraga ini menarik berbagai kalangan baik di dalam maupun di luar ruangan rekreasi, serta kompetisi. Keranjangnya harus dimainkan dapat tercermin di lantai dengan menggiring bola, melalui udara atau passing, sehingga permainan ini dapat dilakukan segala usia. Kelincahan merupakan komponen kondisi fisik dan kemampuan tubuh untuk berubah arah dengan tepat tanpa gangguan keseimbangan atau kehilangan keseimbangan. Kelincahan ditunjukkan dengan tinggi koordinasi dan kecepatan dan menggabungkan semua elemen gerak dan daya tahan. Seseorang akan bisa mengubah satu posisi berbeda dengan kecepatan tinggi dengan baik koordinasi, yang berarti kelincahan yang baik. Menurut (Prem, 2015) kelincahan dan ketangkasan sangat penting bagi bola basket untuk meningkatkan keterampilan serta meningkatkan kebugaran. Kelincahan dan

ketangkasan juga penting untuk mengurangi cedera untuk pemain basket. Meningkatnya minat terhadap bola basket di dunia menuntut para spesialis untuk terus menemukan cara dan metode baru dalam bekerja dengan pemain bola basket. Kompleksitas dan kepekaan pelatihan pemain bola basket adalah tidak dapat disangkal; karenanya, pendekatan ilmiah dan profesional adalah sangat penting dalam mengembangkan proses dan mengendalikan efek dari latihan. Kecepatan dan kelincahan tidak dapat dipisahkan dari proses latihan. Ini mengacu pada seberapa cepat dan lincah seseorang dapat berlari dengan arah gerak lurus ke depan dan juga berpindah arah secara cepat.

Penelitian (Djurovic & Aleksic-Veljkovic, 2020) dalam psikologi olahraga, motivasi ditekankan sebagai faktor kunci dalam olahraga sukses, tetapi juga diyakini bahwa itu memberikan kontribusi untuk ketekunan atlet selama latihan dan kompetisi, menurut. Baik atlet maupun pelatih menunjukkan motivasi itu adalah salah satu faktor psikologis terpenting untuk sukses dalam olahraga. Terdapat sejumlah tantangan di jalan menuju kesuksesan atlet. Ini adalah sesi pelatihan yang tahan lama dan melelahkan, rehabilitasi yang tidak menyenangkan setelah cedera, tetapi juga penderitaan dan kekecewaan yang sering terjadi setelah kekalahan. Untuk mengatasi semua kesulitan tersebut selain bakat dan persiapan fisik yang baik, stabilitas psikologis atlet adalah juga signifikan. Menurut (Garn, 2017) motivasi intrinsik dalam prestasi olahraga menggambarkan aktivitas atlet yang paling baik berorientasi pada tugas, dan keberhasilan realisasi aktivitas tertentu mengarah pada perasaan kepuasan. Perkembangan motivasi intrinsik berpihak pada kepuasan psikologis kebutuhan atlet: pengalaman otonomi dan inisiatif pribadi, pengalaman kompetensi dan keinginan untuk maju, serta rasa koneksi dengan tim, yang menawarkan mereka dorongan untuk berhasil dan mencapai tujuan mereka. Dalam hal motivasi ekstrinsik, yang didasarkan pada motif eksternal dan di mana orientasi pada hasil dominan, kompetensi atlet menjadi yang terdepan, dan dalam hal ini mereka lebih penting daripada cara tugas itu sendiri dilakukan.

Dengan demikian yang menjadi kebaruan penelitian yang akan dikembangkan oleh peneliti adalah sebagai berikut:

- a. Metode latihan koordinasi mata dan tangan, kelincahan dan motivasi berprestasi yang akan dikembangkan dan memiliki peluang untuk

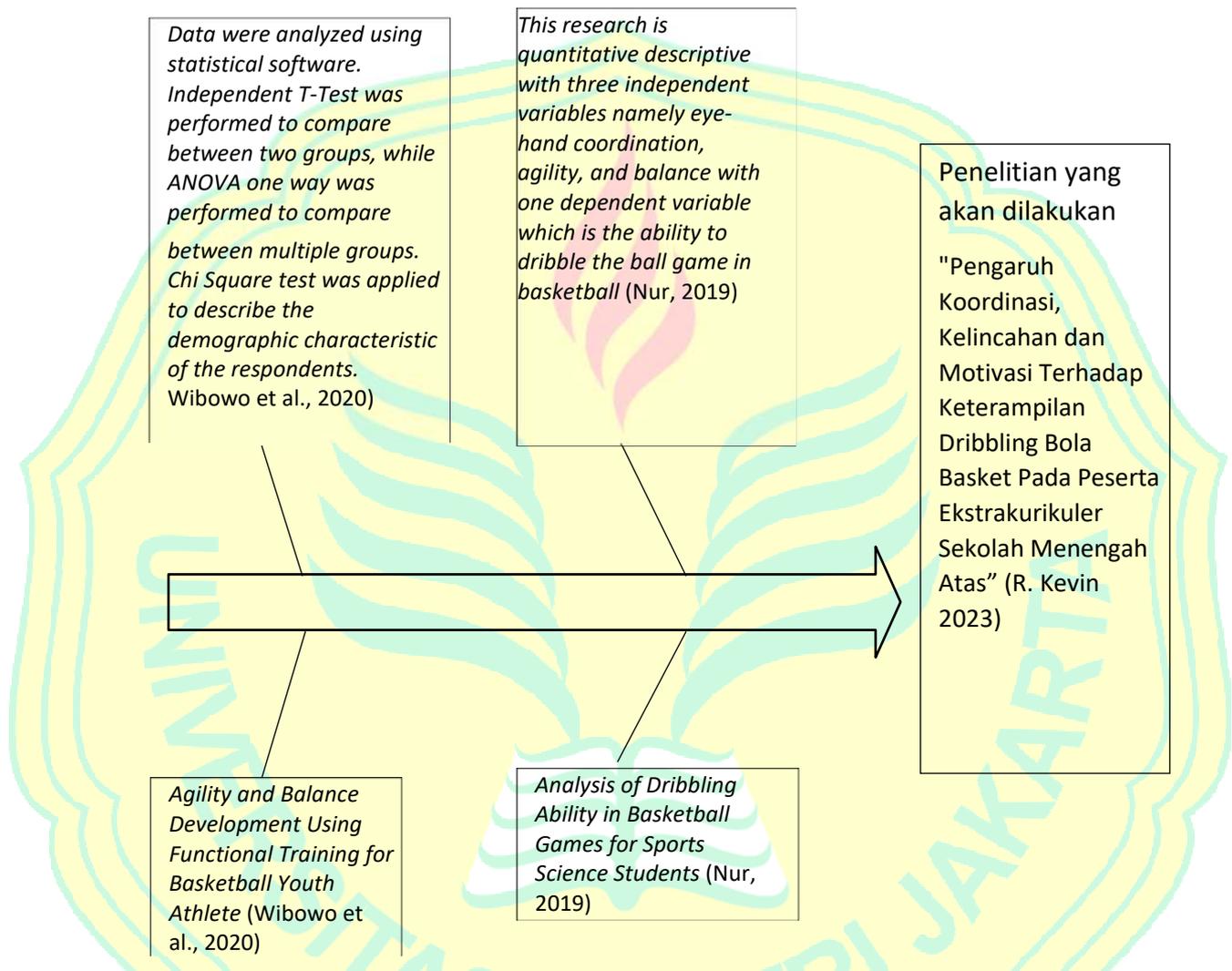
penelitian lanjutan.

- b. Produk kuisioner motivasi berprestasi yang diharapkan mampu memetakan motivasi berprestasi peserta ekstrakurikuler di SMAIT Raudhatul Jannah Kota Cilegon.
- c. Sasaran produk adalah peserta ekstrakurikuler bola basket SMAIT Raudhatul Jannah Kota Cilegon.
- d. Metode latihan koordinasi mata dan tangan, kelincahan dan motivasi berprestasi ini dirancang untuk meningkatkan keterampilan dribbling bola basket.
- e. Tentunya Metode latihan koordinasi mata dan tangan, kelincahan dan motivasi berprestasi yang akan dikembangkan peneliti akan berkontribusi besar dalam menambah khasanah pendidikan dan pembelajaran di Sekolah Menengah Atas. Tidak menutup kemungkinan, penelitian dapat dijadikan penelitian lanjutan terkait model atau media dalam ruang lingkup yang lebih luas.



3. Roadmap Penelitian

Penelitian ini memiliki roadmap yang memberikan gambaran bahwa penelitian ini merupakan kelanjutan dari penelitian-penelitian sebelumnya. Berikut ini peta jalan penelitian yang telah dibuat adalah



Gambar 1. 3 Roadmap Penelitian

Berdasarkan gambar di atas menunjukkan bahwa penelitian ini merupakan rangkaian lanjutan dari beberapa penelitian yang dilakukan peneliti pada tahun-tahun sebelumnya, maka pada penelitian ini, peneliti mengintegrasikan pengaruh koordinasi, kelincahan dan motivasi terhadap keterampilan dribbling bola basket pada peserta ekstrakurikuler Sekolah Menengah Atas.