

## ABSTRAK

**NINDY SAFITRI. Perbedaan Pengaruh Latihan *Ballhandling One Ball* Dengan Latihan *Ballhandling Two Ball* Terhadap Kemampuan *Dribbling* Dalam Permainan Bola Basket Pada Siswa Putri Ekstrakurikuler SMA Negeri 15 Medan Tahun 2015.**

**Pembimbing Skripsi : (MUHAMMAD NUSTAN HASIBUAN)**

**Skripsi Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan. UNIMED 2016**

Dalam permainan bola basket teknik *dribbling* merupakan salah satu bentuk permainan yang lebih dominan selain bentuk latihan *passing* dan *shooting* di dalam permainan bola basket. Sehingga kemampuan *dribbling* harus mampu untuk dikuasai oleh setiap pemain, untuk itu diperlukan berbagai bentuk latihan untuk dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* dengan baik di antaranya adalah bentuk latihan *ballhandling one ball* dan *ballhandling two ball*. Dengan tujuan *dribbling* adalah membebaskan diri dari lawan atau mencari posisi bagus untuk mengoper atau menembak bola.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui manakah yang memiliki pengaruh besar antara latihan *ballhandling one ball* dengan latihan *ballhandling two ball* terhadap kemampuan *dribbling* dalam permainan Bola Basket Pada Siswa Putri Ekstrakurikuler SMA Negeri 15 Medan Tahun 2015. Penelitian ini dilaksanakan di lapangan bola basket SMA Negeri 15 Medan. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 12 orang. Untuk mendapatkan sampel yang mewakili populasi dipergunakan teknik *purposive sampling* (sampel bersyarat). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran yang melibatkan dua variabel bebas dan satu variabel terikat.

Analisis hipotesis pertama dari data *pre-test* dan data *post-test* hasil kemampuan *dribbling* pada kelompok latihan *ballhandling one ball* diperoleh  $t_{hitung}$  sebesar 30,12 serta  $t_{tabel}$  sebesar 2,23 dengan  $\alpha = 0,05$  ( $t_{hitung} > t_{tabel}$ ) berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Jadi latihan *ballhandling one ball* berpengaruh secara signifikan terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bola basket pada siswa putri ekstrakurikuler SMA Negeri 15 Medan Tahun 2015.

Analisis hipotesis kedua dari data *pre-test* dan data *post-test* hasil kemampuan *dribbling* pada kelompok latihan *ballhandling two ball* diperoleh  $t_{hitung}$  sebesar 27,45 serta  $t_{tabel}$  sebesar 2,23 dengan  $\alpha = 0,05$  ( $t_{hitung} > t_{tabel}$ ) berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Jadi latihan *ballhandling two ball* berpengaruh secara signifikan terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bola basket pada siswa putri ekstrakurikuler SMA Negeri 15 Medan Tahun 2015.

Analisis hipotesis ketiga dari perhitungan rata-rata dan simpangan baku gabungan dari data *post-test* hasil kemampuan *dribbling* pada kelompok latihan *ballhandling one ball* dan kelompok latihan *ballhandling two ball* diperoleh harga  $t_{hitung}$  0,11 serta  $t_{tabel}$  sebesar 2,23 dengan  $\alpha = 0,05$  ( $t_{hitung} < t_{tabel}$ ) berarti  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak. Jadi, latihan *ballhandling one ball* tidak memberikan pengaruh yang lebih besar daripada latihan *ballhandling two ball* terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan bola basket pada siswa putri ekstrakurikuler SMA Negeri 15 Medan Tahun 2015.