

ABSTRAK

RAFLI MUHAMMAD YUSNA. 2021. **Pengaruh Latihan *Dribble* dengan Pola Variasi Terhadap Keterampilan *Dribble* Permainan Bola Basket**. Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi Kota Tasikmalaya.

Masih rendahnya hasil *dribble* bola basket di tingkat sekolah menengah pertama di beberapa sekolah di Tasikmalaya. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan hasil *dribble* pada permainan pada pola bola basket melalui latihan Variasi. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan desain *One-Group Pretest-Posttest Design*. *Populasi dan sampel dalam penelitian ini berjumlah 20 orang*. Berdasarkan hasil penelitian, pengolahan data, analisis data dan pengujian hipotesis, maka terdapat pengaruh yang berarti *dribble* dengan pola variasi terhadap peningkatan keterampilan *dribble* permainan bola basket pada siswa ekstrakurikuler SMPN 1 Kota Tasikmalaya dengan peningkatan waktu rata-rata 5,35 detik. Hasil uji t diperoleh nilai t hitung $40,750 > 1,72913$ (t-tabel df 19) dan nilai signifikansi p sebesar $0.000 < 0.05$. Hasil ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan maka latihan *dribble* dengan pola variasi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan *dribble* permainan bola basket pada siswa ekstrakurikuler SMPN 1 Kota Tasikmalaya.

Kata Kunci : Latihan, Bola Basket, Variasi

ABSTRACT

RAFLI MUHAMMAD YUSNA. 2021. ***Effect of Dribble Practice with Variation Patterns on Basketball Game Dribble Skills***. Department of Physical Education, Faculty of Teacher Training and Education, Siliwangi University, Tasikmalaya City.

The low basketball dribble results at the junior high school level in several schools in Tasikmalaya. The purpose of this study was to determine the increase in dribble results in the game on basketball patterns through variation training. The research method used is an experiment with a One-Group Pretest-Posttest Design. The population and sample in this study amounted to 20 people. Based on the results of research, data processing, data analysis and hypothesis testing, there is a significant effect of dribbling with varied volleyball on increasing basketball dribble skills in extracurricular students at SMPN 1 Tasikmalaya with an average time increase of 5.35 seconds. The results of the t-test obtained that the t-count value is $40.750 > 1.72913$ (t-table df 19) and the significance value of p is $0.000 < 0.05$. These results indicate that there is a significant difference, so dribbling practice with volley variations has a significant effect on improving basketball dribbling skills in extracurricular students at SMPN 1 Tasikmalaya.

Keywords: *Exercise, Basketball, Variations*