

ABSTRAK

ANANDA RAKAN DZAKWANSYAH.2025. **Pengaruh Bentuk – Bentuk Latihan *Dribbling* Terhadap Keterampilan *Dribble* Pada Bola Basket.** Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi, Tasikmalaya.

Dribbling merupakan salah satu keterampilan dasar yang sangat penting dalam permainan bola basket, oleh karena itu penting untuk mengetahui sejauh mana bentuk- bentuk latihan *dribbling* tertentu dapat memengaruhi peningkatan keterampilan *dribble* pemain bola basket, pengetahuan ini dapat menjadi dasar dalam merancang program latihan yang lebih tepat sasaran dan efisien. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat Pengaruh Bentuk- Bentuk Latihan *dribbling* Terhadap Keterampilan *Dribble* Pada Bola Basket. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Desain penelitian menggunakan “*Pretest-Treatment-Posttest*” dengan instrumen penelitian tes *dribble zig-zag*. Adapun yang menjadi Sampel dalam penelitian ini adalah Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket di SMPN 1 CISAGA dengan kriteria pemula sebanyak 15 orang. Teknik analisis data menggunakan uji t dengan taraf signifikan 5%. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh hasil $t_{hitung} = 5,11 > t_{tabel} = 1,76$ maka H_0 ditolak dan terbukti bahwa penelitian yang dilakukan berpengaruh dan signifikan atau berarti. Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dan bentuk latihan *ballhandling* efektif digunakan untuk meningkatkan keterampilan *dribble* bola basket.

Kata Kunci: Latihan *Dribbling*, Bola Basket, Keterampilan *Dribble*.

ABSTRACT

ANANDA RAKAN DZAKWANSYAH. 2025. ***The Effect of Dribbling Training Forms on Dribbling Skills in Basketball.*** Department of Physical Education, Faculty of Teacher Training and Education, Siliwang University, Tasikmalaya.

Dribbling is one of the fundamental skills that is very important in the game of basketball, therefore, it is important to understand the extent to which specific forms of dribbling exercises can influence the improvement of basketball players' dribbling skills. This knowledge can serve as a basis for designing more targeted and effective training programs. This study aims to determine whether there is an effect of different dribbling training forms on dribbling skills in basketball. The research method used in this study is an experimental method with a "Pretest-Treatment-Posttest" design. The sample consisted of 15 beginner students from the basketball extracurricular program at SMPN 1 CISAGA. Data analysis was conducted using the t-test with a significance level of 5%. The research results showed that $t_{\text{calculated}} = 5.11 > t_{\text{table}} = 1.76$, leading to the rejection of H_0 , proving that the applied training had a significant effect. These findings indicate that various ball-handling training forms are effective in improving basketball dribbling skills.

Keywords: ***Dribbling Training, Basketball, Dribbling Skills.***