

BAB 2

TINJAUAN TEORETIS

2.1 Kajian Pustaka

2.1.1 Permainan Bola Basket

Permainan bola basket merupakan salah satu olahraga permainan bola besar berkelompok yang terdiri atas dua tim yang beranggotakan masing-masing lima orang dan saling bertanding untuk mencetak poin dengan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan dan mencegah terjadinya point ke keranjang sendiri. Permainan bola basket sangat cocok untuk ditonton karena biasa dimainkan di ruangan olahraga tertutup serta hanya memerlukan lapangan yang relatif berukuran kecil. Disamping itu, permainan bola basket mudah dipelajari karena bentuk bolanya yang besar, sehingga tidak menyulitkan para pemain ketika memantulkan atau melempar bola basket tersebut saat bermain.

Permainan bola basket adalah salah satu olahraga yang paling digemari oleh penduduk Amerika Serikat dan penduduk di belahan bumi lainnya, di antaranya adalah sebagian penduduk yang berasal dari Amerika Selatan, Eropa Selatan, Lithuania, serta Indonesia juga tentunya. Permainan bola basket mempunyai sejarah yang cukup panjang di Indonesia, awalnya dimulai dengan masuknya gelombang perantau-perantau dari negara Cina ke Indonesia pada tahun 1920-an. Para perantau Cina membawa permainan bola basket yang sudah lebih dulu berkembang di negara Cina. Mereka membentuk komunitas sendiri termasuk mendirikan sebuah sekolah yang bernama sekolah Tionghoa. Pada sekolah tersebut, permainan bola basket menjadi olahraga wajib yang harus dimainkan oleh setiap siswa yang belajar disana. Tidaklah mengherankan jika di setiap sekolah ada 6 lapangan Saichudin, Sayyid Agil Rifqy Munawar permainan bola basket serta tidak heran juga jika para pemain basket yang menonjol permainannya berasal dari sekolah Tionghua tersebut.

2.1.1.1 Pengertian Bola Basket

Permainan bola basket merupakan salah satu cabang olahraga permainan bola besar yang dimainkan oleh dua regu masing-masing regu terdiri dari lima orang. Tujuan permainan bola basket adalah memasukan bola kedalam ring lawan,

tentunya dengan penguasaan dan memainkan bola, dan berupaya mencegah lawan memasukan bola ke ring kita. Permainan bola basket juga mempertontonkan kepada penonton banyak hal seperti *dribble* sambal meliuk-meliuk dengan lincah, tembakan yang bervariasi, terobosan yang fantastik, Gerakan yang penuh trik untuk mengelabui lawan dengan silih bergantinya *point* dari regu yang bertanding.

Menurut Indrawan, Budi, et.al (Ummah, 2022): “Bola basket adalah salah satu cabang olahraga permainan yang dilaksanakan secara beregu (tim), dimana tiap tim terdiri dari 5 orang, baik putra maupun putri”. Kemudian setiap regu berusaha untuk dapat memasukan bola ke dalam keranjang regu lawan. Permainan boleh dilakukan oleh seluruh anggota badan, kecuali dengan kaki. Hampir seluruh permainan dilakukan dengan keterampilan tangan.

Tujuan permainan bola basket adalah untuk menghasilkan angka sebanyak-banyaknya dengan jalan memasukkan bola ke ring lawan dan mencegah atau menghalangi permainan lawan untuk mencetak nilai. Untuk mencapai tujuan tersebut bukanlah hal yang mudah, permainan haruslah menguasai teknik-teknik dasar bola basket.

Menurut Rustanto dalam (Hasyim and Haris 2021,p. 67) Permainan bola basket adalah olahraga permainan bola berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotakan masing-masing 5 pemain yang saling bertanding mencetak *point* dengan memasukkan permainan bola ke keranjang (ring) lawan. Permainan permainan bola basket adalah suatu permainan yang di langsung dalam suatu daerah berlantai keras dengan ukuran panjang tidak melebihi 94 kaki (kurang lebih 29 meter) dan lebar tidak melebihi 50 kaki (kurang lebih 16 meter).

2.1.1.2 Teknik Dasar Bola Basket

Menurut (Rizhardi 2020,p. 9) Diantara keterampilan dalam permainan bola basket, kemampuan *dribble*, *passing*, dan *shooting* juga merupakan hal penting dalam mengembangkan seorang pemain basket. Ini merupakan keterampilan dasar yang harus dikembangkan dan dimiliki oleh pemain serta diberikan dalam situasi latihan. Dengan adanya pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa latihan *ball handdling* sangat berguna untuk mendukung siswa dalam menguasai teknik-teknik dasar bola basket dalam melatih kemampuan *dribble*, *passing*, dan *shooting*

dalam bermain. Karena *dribble*, *passing*, dan *shooting* merupakan teknik dasar bermain bola basket.

1. *Dribble* (menggiring bola)

Menurut Kong dalam (Saichudin, Munawar, and Or, n.d. 2019,p. 16) Dalam permainan bola basket *dribbling* hanya boleh dilakukan dengan satu tangan, baik tangan kiri maupun tangan kanan. *Dribbling* dilakukan untuk melindungi bola agar tidak direbut lawan. *Dribbling* biasanya dilakukan dengan cara memposisikan badan diantara bola dan lawan. Tubuh digunakan untuk melindungi bola dari lawan. Oleh karena itu saat men *dribbling* bola basket tubuh harus selalu berada diantara lawan dan bola. Tujuannya adalah agar saat lawan akan merebut bola maka tubuh digunakan untuk menghalangi lawan. Kegunaan menggiring bola antara lain mencari peluang dari serangan, menerobos pertahanan lawan, ataupun memperlambat tempo permainan .

Tujuannya adalah agar saat lawan akan merebut bola maka tubuh digunakan untuk menghalangi lawan. Kegunaan menggiring bola antara lain mencari peluang dari serangan, menerobos pertahanan lawan, ataupun memperlambat tempo permainan (Kong, 2015,p. 2).



Gambar 2. 1 *Dribble*

Sumber:(Saichudin, Munawar, and Or, n.d. 2019,p. 1)

Menurut Aguss, Fahrizqi, dan Wicaksono, dalam (Nickevin, 2021) Menggiring bola basket adalah salah satu cara untuk membawa bola. *Dribbling* digunakan untuk pemain berjalan dengan bola dan untuk memastikan amannya bola dari usaha lawan yang ingin merebutnya. Jadi, seorang pemain dalam

menerobos pertahanan lawan dibutuhkan kemampuan *dribble* bola yang baik. Agar tetap menguasai bola sambil bergerak, bola harus memantulkannya kepada lantai. *Dribble* bola basket merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari permainan bola basket.

Untuk dapat menggiring bola dengan baik, *skill* harus terus dilatih, karena kemampuan menggiring bola yang baik akan berdampak pada penguasaan permainan yang baik pula (Kalidasan, M & Nageswaran, A.S. 2016,p. 143). Setiap tim memerlukan pemain yang mempunyai kepercayaan diri dan keterampilan untuk men *dribble* bola menghadapi jenis pertahanan apapun.

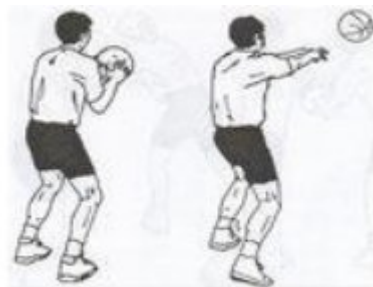
Dribble merupakan bagian yang tak terpisahkan dari bola basket dan penting bagi permainan individual dan tim. Seperti operan, *dribble* adalah salah satu cara membawa bola. Menurut Ahmadi, Nuril dalam (Rahma et al. 2024,p. 500) *dribble* adalah “Membawa lari bola ke segala arah sesuai dengan peraturan yang ada. Seorang pemain diperbolehkan membawa bola lebih dari satu langkah asal bola dipantulkan dilantai, baik dengan berjalan maupun berlari. *Dribble* harus menggunakan satu tangan, boleh kanan maupun kiri”. Keputusan dalam memilih tipe *dribble* saat bermain bola basket harus disertai dengan waktu penggunaan yang tepat.

2. *Passing* (Operan)

Passing atau operan adalah memberikan bola ke kawan dalam permainan bola basket. *Passing* merupakan suatu teknik dasar yang bisa terbilang mudah dari teknik dasar lain, namun juga sangat penting dalam pertandingan. Umpan yang tepat adalah salah satu kunci keberhasilan serangan sebuah tim dan sebuah unsur penentu tembakan-tembakan yang berpeluang mencetak angka (Oliver, 2004,p. 35). Cara memegang bola basket adalah sikap tangan membentuk mangkok besar. Bola berada di antara kedua telapak tangan. Telapak tangan melekat disamping bola agak ke belakang, jari-jari terentang melekat pada bola. Ibu jari terletak dekat dengan badan dibagian belakang bola yang menghadap ke arah tengah depan. Kedua kaki membentuk kuda-kuda dengan salah satu kaki di depan. Badan sedikit condong ke depan dan lutut rileks. Dalam menangkap bola harus diperhatikan agar bola berada dalam penguasaan. Bola di jemput telapak tangan dengan jari-jari

tangan terentang dan pergelangan tangan rileks. Saat bola masuk di antara kedua telapak tangan, jari tangan segera melekat ke bola dan ditarik ke belakang atau mengikuti arah datangnya bola. Menangkap bola (*catching ball*) terdiri dari dua macam cara yaitu menangkap bola di atas kepala dan menangkap bola didepan dada. Istilah mengoper/melempar/mengumpan selalu berhubungan dengan menangkap atau menerima bola. Operan pada umumnya dilakukan dengan 2 bahkan 1 tangan serta harus cepat, tepat dan keras, tetapi tidak liar sehingga dapat dikuasai oleh kawan yang menerimanya. Namun mengoper tidaklah semudah orang menduga. Ada beberapa hal yang harus diperhatikan saat mengoper bola antara lain:

1. Arah bola ke sasaran harus terhindar dari serobotan (*intercept*) lawan.
2. Timing harus tepat
3. Perasaan (*feeling*)
4. Hindari lemparan menyilang



Gambar 2. 2 *Passing*

Sumber: (Saichudin, Munawar, and Or, n.d. 2019,p. 22)

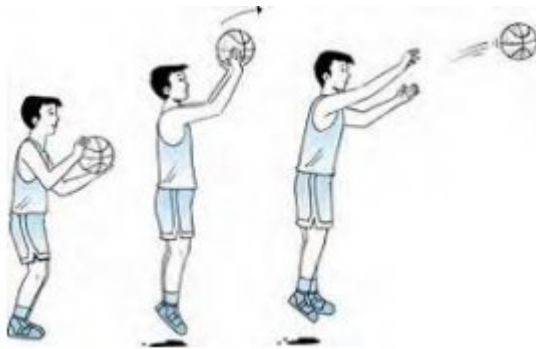
Operan (*passing*) yang baik penting bagi permainan tim dan keahlian seperti itulah yang membuat bola basket menjadi permainan tim yang indah. Menurut Pranatha dalam (Prasetya, Wiradihardja, and Suwarso 2019,p. 241) *Passing* berarti mengoper dan itu merupakan teknik yang pertama. Dengan operan para pemain dapat melakukan gerakan mendekati ring basket untuk melakukan tembakan yang bertujuan untuk mencetak angka.

Menurut (Kusuma et al. 2024,p. 92) Dalam melakukan proses *passing* yang baik, orang yang melakukan *passing* sebaiknya mampu untuk memusatkan mata

ke arah teman, lalu menjaga keseimbangan badan untuk memberikan tenaga dan kontrol irama *passing*, menempatkan tangan yang tidak menembak disamping bola sebagai penjaga keseimbangan, menempatkan bola diantara telinga dan bahu, lalu mensinkronisasikan anggota badan (kaki, pinggang, bahu, siku tangan yang menembak, kelenturan pergelangan dan jari), dan setelah melepas bola dari jari tengah, pertahankan lengan untuk tetap di atas dan terentang sepenuhnya dengan jari tengah menunjuk lurus pada target, serta telapak tangan seharusnya menghadap kebawah dan telapak tangan keseimbangan menghadap ke atas.

3. *Shooting* (menembak)

Shooting merupakan sebuah teknik dasar yang frekuensinya sangat menentukan dalam meraih suatu kemenangan dalam pertandingan bola basket. Dalam latihan bola basket, latihan *shooting* merupakan bagian terpenting dari semua sesi (Zambova, 2012,p. 87). Hal ini menunjukkan teknik shooting merupakan teknik yang terpenting, meskipun tidak meninggalkan teknik dasar yang lain. Dikatakan terpenting karena kemenangan regu dalam suatu pertandingan ditentukan dengan jumlah skor yang dibuat dari *shooting*. Akurasi *shooting* pada bola basket merupakan suatu yang kompleks yang dipengaruhi beberapa hal (Podmenik, 2012,p. 131). Tentunya ke semua hal yang kompleks tersebut bisa dicapai dengan latihan *shooting* yang terprogram. *Shooting* dalam bola basket sebenarnya dapat menutupi teknik dasar lain. Artinya jika pemain tersebut lemah dalam teknik dasar lain namun dalam *shooting* pemain tersebut mempunyai akurasi yang baik, pemain tersebut dapat dikatakan penting dalam suatu pertandingan. Menurut Pojskic (2014,p. 408) untuk mencapai persentase *shooting* yang tinggi dan mencapai kemenangan, setiap tim dalam bola basket harus memiliki pemain yang mempunyai akurasi yang bagus di semua periode permainan di bawah tekanan fisiologis atau psikologis yang berbeda. Pemain yang dimaksud yakni seorang Shooting Guard, dimana pemain ini tujuannya hanya satu yaitu bertugas mencetak angka sebanyak-banyaknya. Menurut (Raiola, 2016,p. 260) kualitas yang diperlukan untuk menjadi *shooter* yang handal adalah keseimbangan badan yang baik, konsentrasi, koordinasi tubuh yang baik, sensitivitas, dan dalam melakukan *shooting* bersifat parabola.



Gambar 2. 3 *Shooting*

Sumber: (Saichudin, Munawar, and Or, n.d.2019,p. 31)

Shooting (menembak) menurut Indrawan, Budi, et.al (2015,p. 9): “Adalah suatu gerakan mengarahkan dan mengusahakan agar bola jatuh tepat disasaran. ”Keterampilan terpenting dalam permainan bola basket adalah kemampuan untuk melakukan *shooting* bola ke keranjang, merupakan suatu keterampilan dalam menyerang yang paling ampuh, dan yang memberikan hasil atau skor. Selain itu memasukan bola ke keranjang merupakan inti dari strategi permainan.

Menurut khoeron dalam (Mahyuddin and Sudirman 2021,p. 97) *shooting* adalah lemparan yang sangat penting perananya. Teknik *shooting* adalah sebuah gerakan yang dimana seorang pemain menembakkan permainan bola ke arah keranjang tim lawan. Berakhirnya sebuah teknik *shooting* ialah dimana seorang pemain melepaskan permainan bola dari tangannya menuju ring lawan dengan kaki yang menyentuh lantai setelah melakukan sedikit jumping.

2.1.2 Teknik *Dribble* Bola Basket

Penguasaan terhadap teknik bola basket tidak terlepas dari kemampuan pemain dalam *dribble* bola. Penguasaan *dribble* bola sangat dibutuhkan untuk dapat mencapai hasil yaitu memasukkan bola ke dalam keranjang. Penguasaan terhadap bola basket tidak terlepas dari kemampuan pemain dalam *dribble* bola.

Dalam permainan bola basket ada teknik mendasar yang harus dikuasai pemain atau siswa yaitu kemampuan *dribble* bola atau menggiring bola. *Dribble*

merupakan kemampuan yang sangat mendasar dan mutlak harus dikuasai pemain karena untuk mendapatkan kerjasama yang bagus semua dimulai dari *dribble*. Tentunya untuk dapat memaksimalkan *dribble* ada banyak faktor yang mempengaruhi, diantaranya: faktor mental, kondisi fisik yang baik yang didalamnya ada koordinasi, kelincahan, kekuatan, daya tahan, power, dan kecepatan.

Menurut (Kurnia 2016, p. 3) Dalam *dribble* dibutuhkan koordinasi yang baik antara mata untuk melihat arah dan tangan untuk mengendalikan bola, sehingga bola bisa terarah dengan baik dan tepat, dalam *dribble* koordinasi antara mata dan tangan berperan dalam permainan bola basket agar dalam *dribble* pemain sudah mempunyai kepekaan terhadap bola basket itu sendiri sehingga tidak harus selalu melihat bola. Pemain yang memiliki kemampuan dalam mengkoordinasi yang baik antara mata dan tangan, akan menghasilkan *dribble* yang lebih cepat pada sasaran dan pemain akan semakin mudah dalam mengantisipasi bola.

Menurut Oliver dalam (Ummah, 2022) untuk memperoleh hasil *dribble* yang diinginkan sesuai dengan kebutuhannya dalam bermain bola basket dipengaruhi oleh faktor bakat dan kemauan, kekuatan otot tungkai, kekuatan otot lengan, kecepatan, kelentukan, keseimbangan dan kelincahan.

Marta Dinata dalam (Tangkudung dan Siregar 2019, p. 38) mengemukakan: “Kemampuan men-*dribble* dengan tangan lemah dan tangan kuat adalah kunci untuk meningkatkan permainan Anda”.

Menurut Gerhard Stoker dalam (Hidayat 2020, p. 24) menggiring adalah gerakan memantul-mantulkan bola ke lantai dengan satu tangan, baik pada saat pemain sedang berdiri ditempat maupun pada saat pemain bergerak. Dalam menggiring bola seorang pemain harus melakukan menggiring bola pertama-tama dengan melebarkan siku dan melenturkan pergelangan tangan dan jari, menggiring bola menggunakan pergelangan dan sedikit gerakan lengan bawah. *Dribble* harus menggunakan satu tangan, boleh kanan maupun kiri”. Keputusan dalam memilih tipe *dribble* saat bermain bola basket harus disertai dengan waktu penggunaan yang tepat.

Menurut Wissel dalam (Bahar 2019,p. 165) mengungkapkan bahwa manfaat *dribbling* antara lain : 1) memindahkan bola keluar dari daerah yang padat penjaga ketika operan tidak memungkinkan, ketika penerima tidak bebas penjagaan, dan pada saat *fast break*, 2) menembus penjaga ke arah ring, 3) menarik penjaga untuk membebaskan rekan tim, 4) memperbaiki posisi atau sudut, 5) membuat peluang untuk mencetak angka.

Maka menggiring bola basket memiliki peranan yang penting dan merupakan salah satu teknik dasar yang harus dikuasai baik individu ataupun tim dalam keberhasilan proses penyerangan dalam permainan bola basket (Agus et al., 2013). Menggiring adalah gerakan memantul-mantulkan bola ke lantai dengan satu tangan, baik pada saat pemain sedang berdiri ditempat maupun pada saat pemain bergerak (Aguss & Yuliandra, 2020). Untuk dapat menggiring bola dengan baik seorang pemain basket harus melalui tahapan latihan dengan baik, terprogram, terstruktur, dan harus terukur (Mahfud & Fahrizqi, 2020). Proses latihan yang diselenggarakan oleh pelatih memiliki tujuan dengan memperhatikan situasi dan kondisi tersebut. Hal ini bertujuan agar latihan yang maksimal sehingga seorang pelatih seharusnya dapat menghubungkan antara strategi latihan, kebutuhan atlet serta materi latihan beserta sumbernya yang saling berkaitan agar tujuan latihan yang dicapai dapat maksimal (Rizki & Aguss, 2020).

Selain digunakan untuk membawa bola ke segala arah dilapangan, *dribble* juga digunakan untuk mengatur irama atau tempo permainan dan penetrasi untuk mencetak angka. *Dribble* yang benar ialah *dribble* dengan tidak melihat bola, karena apabila *dribble* melihat bola maka perhatian akan tertuju pada bola sehingga rekan satu tim yang berada dilapangan tidak akan terlihat dan peluang-peluang rekan pun akan sia-sia karena kebiasaan ini. Pemain yang dikatakan dapat melakukan *dribble* yang baik ialah dapat melakukan *dribble* menggunakan kedua tangan (tangan kiri dan kanan) dengan sama baik, karena akan memberikan solusi ketika di jaga lawan. Sebagai contoh apabila pemain hanya menguasai *dribble* dengan tangan kanan maka akan lebih mudah menjaganya dengan menutup sisi kanan dari pemain tersebut dan memaksa pemain tersebut melakukan *dribble*

menggunakan tangan kiri yang merupakan kelemahannya apabila hal tersebut terjadi maka akan mudah bagi pemain bertahan merebut bola tersebut.

2.1.3 Konsep Percaya Diri

2.1.3.1 Pengertian Percaya Diri

Percaya diri berasal dari bahasa Inggris yakni *self confidence* yang artinya percaya pada kemampuan, kekuatan dan penilaian diri sendiri. Jadi dapat dikatakan bahwa penilaian tentang diri sendiri adalah berupa penilaian yang positif. Individu akan termotivasi dan lebih mau menghargai dirinya jika individu tersebut memiliki penilaian positif terhadap dirinya. Menurut Hakim dalam (Rais 2022,p. 42) Pengertian secara sederhana dapat dikatakan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap gejala aspek kelebihan yang dimiliki oleh individu dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan hidupnya .

Percaya diri adalah rasa percaya pada kemampuan sendiri bahwa mampu mencapai prestasi tertentu dan apabila prestasinya sudah tinggi maka individu tersebut akan lebih percaya diri. Percaya diri akan menimbulkan rasa aman yang dapat dilihat dari tingkah laku yang tampak tenang, tidak mudah ragu-ragu, tidak mudah gugup, dan tegas. Atlet yang penuh percaya diri biasanya menetapkan target sesuai dengan kemampuannya sehingga berusaha untuk mencapai target sesuai dengan kemampuannya. Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan percaya diri adalah keyakinan pada diri sendiri untuk mencapai suatu target yang telah ditentukan. Menurut Masbow (Kinasih dan Buhari 2021,p. 13) , kepercayaan diri dapat dipengaruhi oleh beberapa factor yang dapat digolongkan menjadi faktor internal dan eksternal.

Salah satu hal yang berpengaruh pada performa atlet adalah rasa percaya diri. Hal ini sependapat dengan ungkapan Kuloor & Kumar (2020) bahwa kepercayaan diri memegang peranan penting dalam keberhasilan seorang atlet, sebaliknya kurangnya kepercayaan diri sangat erat berhubungan dengan kegagalan atlet. Dengan demikian kepercayaan diri merupakan faktor penting yang membedakan atlet tersebut berhasil baik dari segi status mental maupun performa. Sin (2017) menyatakan bahwa kepercayaan diri dapat diartikan sebagai keadaan

mental orang yang percaya pada diri sendiri untuk melakukan segala tindakan sebaik mungkin. Kepercayaan diri yang tinggi dapat membuat atlet melakukan performa seperti yang diharapkan (Satiadarma, 2000), sedangkan percaya diri menurut Mylsidayu (2015) yaitu keteguhan seseorang untuk menggapai tujuan yang telah ditargetkan. Kepercayaan diri ini merupakan aspek kepribadian yang dibentuk melalui latihan. Manfaat kepercayaan diri bagi atlet dalam persiapan latihan maupun kompetisi adalah kemampuan untuk mengontrol emosi positif, berkonsentrasi dengan cepat, mencapai tujuan atau target yang telah ditentukan (Muthiarani, 2020). Alwisol (2019) menyatakan bahwa sumber kepercayaan diri dapat berasal dari hasil yang dicapai, role model, bujukan verbal pelatih dan orang-orang yang berpengaruh bagi atlet, serta rangsangan emosional di mana atlet dapat mengendalikan persepsi atau pandangan. Faktor yang secara signifikan dapat mempengaruhi kepercayaan diri seorang atlet adalah berpikir positif. Jika mental atlet positif maka atlet bisa menunjukkan permainan terbaiknya

Menurut Satiadarma dalam (Komarudin dan Risqi 2020,p. 3) menjelaskan bahwa “kepercayaan diri adalah rasa keyakinan dalam diri dimana ia akan mampu menyelesaikan tugasnya dengan baik dalam suatu kinerja”. Percaya diri merupakan salah satu modal utama dan syarat mutlak untuk mencapai prestasi olahraga. Kepercayaan diri juga dipengaruhi oleh aspek objektif yang berkaitan dengan aspek motivasi berprestasi yaitu feedback atau melakukan evaluasi pada diri individu suatu penilaian terhadap diri sendiri sangat penting dilihat dari individu yang memiliki kepercayaan diri dan motivasi berprestasi tinggi sangat menyukai *feedback* atas pekerjaan yang telah dilakukannya

Menurut Komarudin dalam (Rosalina and Nugroho 2020,p. 143) atlet dengan keyakinan kurang akan meragukan kemampuan yang dimilikinya. Atlet menjadi tegang dan putus asa. Keadaan ini akan merugikan atlet untuk menampilkan penampilan terbaiknya. Kurang percaya diri membuat atlet cemas ketika bertanding karena perasaan tegang yang dialaminya. Dalam dunia olahraga atlet sering kali dihadapkan pada situasi-situasi yang penuh ketegangan. Situasi yang penuh ketegangan akan membuat atlet menjadi cemas. Kecemasan atlet ketika

menghadapi perlombaan masih sangat tinggi, sehingga masih ada beberapa atlet yang menjadi kurang percaya diri.

Penelitian mengenai hubungan antara faktor psikologis dan fisik terhadap performa olahraga telah dilakukan dalam berbagai cabang olahraga, termasuk bola basket. Beberapa teori mendukung pentingnya peran kepercayaan diri dan kelincihan dalam mempengaruhi performa *dribble* pemain. Menurut (Handayani 2019,p. 3) Psikologi adalah ilmu yang mempelajari tentang perilaku seseorang. Psikologi juga disebut sebagai disiplin ilmu yang mempelajari mental, pikiran, dan perilaku manusia. Jika dihubungkan dengan olahraga, maka akan mencakup perilaku yang diperlihatkan oleh seseorang ketika sedang berolahraga, atau disebut dengan penampilannya (*performance*) dalam berolahraga, dengan psikologi yang baik maka akan menghasilkan *performance* yang baik juga.

Menurut Sasmito dalam (Kusumawati 2018,p. 137) Semakin besar keyakinan diri atlet terhadap tingkat kemampuannya dan keyakinannya untuk memenangkan pertandingan, tentu akan semakin besar pula usaha yang akan dilakukannya untuk mencapai tujuan yang ingin dicapainya yaitu menjadi juara.

Menurut (Kurnia, 2016) Kepercayaan diri berperan penting dalam pengembangan keterampilan motorik , termasuk *dribble*. Pemain yang memiliki kepercayaan diri tinggi biasanya memiliki *control* yang lebih baik terhadap bola dan tidak takut melakukan manuver yang lebih kompleks. Dalam permainan bola basket, pemain yang percaya diri cenderung mengambil keputusan lebih cepat dan tepat ketika melakukan *dribble* ditengah tekanan lawan.

2.1.3.2 Macam-Macam Percaya Diri

Menurut Sin dalam (Niken, Susanto, and Sholikhah 2023,p. 101) mengutarakan bahwa dengan percaya diri (mental) memiliki peran dalam memberikan dorongan yang kuat akan rasa yakin untuk dirinya dalam melakukan sebuah gerak dan kepercayaan diri bagi seorang atlet memiliki peran penting dalam menunjang sebuah keberhasilan dalam melakukan sebuah pertandingan.

Kepercayaan diri terdiri dari dua jenis yaitu *qualities of inner confidence and skills of outer confidence* (Lindenfield, 1995), lebih lanjut yaitu kepercayaan diri batin dan lahir (Lindenfield, 1997). Kepercayaan diri batin berkaitan dengan

percaya diri yang dimiliki dari dalam diri orang tersebut yang terdiri dari cinta diri, pemahaman diri, tujuan yang jelas, dan berfikir positif. Sedangkan kepercayaan diri lahir berasal dari kesan pada dunia luar yang terdiri dari komunikasi, ketegasan, penampilan diri, dan pengendalian diri. Harapan dalam menjalani hidup, memiliki motivasi dalam menjalankan hidup, dan memiliki rasa kepercayaan bahwa segala masalah dapat dia atasi.

Sedangkan dalam aspek kepercayaan diri lahir menurut Lindenfield dalam (Mudzakir and Mubarak 2020,p. 16) terdiri dari empat aspek juga yaitu: 1) Komunikasi berkaitan dengan seseorang yang dapat mendengarkan orang lain, tenang, penuh perhatian, dapat berdialog dengan semua orang dari berbagai latar belakang, mampu mengatur dialog dari percakapan yang santai kepada percakapan yang serius, dan mampu untuk berbicara di depan umum tanpa rasa gelisah. 2) Ketegasan berkaitan dengan seseorang yang memiliki sifat tegas yang tidak menunjukkan sikap agresif dan pasif dalam pencapaian kesuksesan hidup dan interaksi secara sosial. 3) Penampilan diri berkaitan dengan seseorang yang dapat bergaul dengan orang lain dengan apa adanya, sopan, berpenampilan menarik sehingga terlihat kesan seseorang yang penuh tampil percaya diri. 4) Pengendalian diri berkaitan dengan keberanian seseorang dalam menghadapi berbagai macam masalah, tantangan, dan tidak mudah tersulut emosi.

Berkaitan dengan aspek kepercayaan diri batin menurut Lindenfield (Mudzakir and Mubarak 2020,p. 17) terdiri dari: 1) cinta diri berkaitan dengan memelihara diri sendiri, jadi seseorang yang memiliki kepercayaan diri akan memiliki gaya hidup yang memperdulikan diri mereka sendiri. 2) Pemahaman diri berkaitan dengan seseorang yang sadar dengan potensi yang dimiliki, orang yang dapat memahami dirinya sendiri memungkinkan dia akan melakukan kesalahan yang berulang-ulang, tidak mengikuti orang lain, memiliki sahabat yang mengerti dirinya, dan dapat menerima kritik dan bantuan. 3) Tujuan yang jelas berkaitan dengan orang yang mempunyai tujuan dalam hidupnya, memiliki motivasi, dan mampu untuk membuat keputusan dalam pemenuhan keinginan dalam mencapai hasil dari tujuan yang telah ditetapkan. 4) Berfikir positif berkaitan dengan seseorang yang selalu memiliki harapan dalam menjalani hidup, memiliki motivasi

dalam menjalankan hidup, dan memiliki rasa kepercayaan bahwa segala masalah dapat dia atasi. Sedangkan dalam aspek kepercayaan diri lahir menurut Lindenfield (1995) terdiri dari empat aspek juga yaitu: 1) Komunikasi berkaitan dengan seseorang yang dapat mendengarkan orang lain, tenang, penuh perhatian, dapat berdialog dengan semua orang dari berbagai latar belakang, mampu mengatur dialog dari percakapan yang santai kepada percakapan yang serius, dan mampu untuk berbicara di depan umum tanpa rasa gelisah. 2) Ketegasan berkaitan dengan seseorang yang memiliki sifat tegas yang tidak menunjukkan sikap agresif dan pasif dalam pencapaian kesuksesan hidup dan interaksi secara sosial. 3) Penampilan diri berkaitan dengan seseorang yang dapat bergaul dengan orang lain dengan apa adanya, sopan, berpenampilan menarik sehingga terlihat kesan seseorang yang penuh tampil percaya diri. 4) Pengendalian diri berkaitan dengan keberanian seseorang dalam menghadapi berbagai macam masalah, tantangan, dan tidak mudah tersulut emosi.

2.1.4 Konsep kelincahan

2.1.4.1. Pengertian Kelincahan

Menurut Ismaryati dalam (Saputra dan Yenes 2019,p. 75) “kelincahan juga merupakan salah satu komponen kesegaran jasmani yang sangat diperlukan pada semua aktifitas yang membutuhkan kecepatan perubahan posisi tubuh dan bagian-bagiannya”. Di samping itu kelincahan merupakan prasyarat untuk mempelajari dan memperbaiki keterampilan gerak dan teknik olahraga, terutama gerak-gerakan yang membutuhkan koordinasi gerak. Lebih lanjut, kelincahan sangat penting untuk jenis olahraga yang membutuhkan kemampuan adaptasi yang tinggi terhadap perubahan-perubahan situasi dalam pertandingan.

Kelincahan menurut Sajoto dalam (Saputra dan Yenes 2019,p. 75) adalah kemampuan merubah arah dengan cepat dan tepat, selagi tubuh bergerak dari satu tempat ketempat lain. Yaitu suatu kemampuan untuk merubah posisi badan secara cepat dan tepat, seperti gerak menghindari lawan dalam permainan bola basket dan lain-lain.

Kelincahan adalah suatu kemampuan tubuh dalam mengubah arah gerak dengan cepat yang dilakukan bersamaan dengan gerakan lainnya menurut Spiteri, Newton, & Nimphius, 2015 dalam (Arief, Kurniawan, dan Kurniawan 2021,p. 42). Kelincahan merupakan aktivitas gerak yang membutuhkan kecepatan dalam mengubah posisi tubuh dan bagian-bagiannya (Sudarsono, Saichudin, & Andiana, 2020; Zahrina, 2021).

Menurut Suharno dalam (Nur 2016,p. 53) mengemukakan: “kelincahan adalah kemampuan untuk merubah posisi dan arah secepat mungkin sesuai dengan situasi yang dihadapi dan dikehendaki”.

Menurut Soewarno KR dalam (Asfanza, Putranto, and Oktarina 2019,p. 6), kelincahan adalah kesinambungan antara perpaduan fleksibilitas kelenturan oleh tubuh dan kesinambungan otot-otot yang bekerja untuk menghasilkan gerak yang singkat dan kompleks.

Menurut (Djarum, Slamet, dan Wing Prasetya 2019,p. 46) kelincahan adalah kemampuan bergerak untuk mengubah arah dan posisi dengan cepat dan tepat sehingga memberikan kemungkinan seseorang untuk melakukan gerakan ke arah yang berlawanan dan mengatasi situasi yang dihadapi lebih cepat dan lebih efisien.

Menurut Wahjoedi dalam (Novra, Ricky, and Asmara 2021,p. 235) kelincahan (*agility*) adalah kemampuan tubuh dalam mengubah arah dengan cepat tanpa adanya gangguan keseimbangan ataupun kehilangan keseimbangan.

Dalam olahraga bola basket kelincahan diperlukan demi melakukan suatu gerakan untuk memungkinkan mengubah arah gerakan, menghindari sergapan lawan pada saat melakukan *dribble*, dan juga digunakan untuk memasukkan bola ring lawan sehingga mendapat point.

2.1.4.2. Faktor-faktor yang mempengaruhi kelincahan

Menurut (Badriah, 2009,p. 38) Kelincahan adalah kemampuan tubuh untuk mengubah secara cepat arah tubuh atau bagian tubuh tanpa gangguan pada keseimbangan. Kelincahan tergantung pada faktor-faktor: kekuatan, kecepatan, daya ledak otot, waktu reaksi, keseimbangan, dan koordinasi faktor-faktor tersebut.

Faktor lain yang mempengaruhi lainnya adalah tipe tubuh, usia, jenis kelamin, berat badan, dan kelelahan.

Pada pembinaan kelincahan harus memungkinkan seseorang berlatih menempuh jarak yang relatif dekat yang memungkinkan seseorang berlatih menempuh jarak yang relatif dekat yang memungkinkan laju tubuh cepat, tetapi ada sedikit rintangan untuk mengukur ketepatan dan keseimbangan tubuhnya dalam menempuh jarak tertentu. Kelincahan hamper dibutuhkan oleh atlet yang menggeluti olahraga seperti sepak bola, bulutangkis, basket dan olahraga beladiri seperti pada teknik memukul, menendang, mengukur kelincahan seperti shuttle run, zig-zag run, boomerang, dot drill dan lainnya.

2.1.4.1. Bentuk latihan kelincahan

Latihan T-Drill merupakan salah satu bentuk latihan dari kelincahan. Tujuan melakukan tes kelincahan T-drill adalah untuk meningkatkan kelincahan, pengondisian, fleksibilitas, dan kekuatan. Keuntungan latihan agility T-Drill yaitu gerakannya yang berlari secara lurus dan merubah arah secara cepat dengan bergeser ke samping kanan dan kiri menurut Arshi et al.dalam (Zahrina & Nurrochmah, 2021,p. 28)

Batasan kelincahan itu sendiri adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya. Kelincahan adalah kombinasi dari kecepatan, kekuatan, keseimbangan, dan kelentukan. Jadi dapat disimpulkan bahwa kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk dapat mengubah arah dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak tanpa kehilangan keseimbangan. Kelincahan ini berkaitan atantara kecepatan dan kelentukan. Tanpa unsur keduanya baik, seseorang tidak dapat bergerak dengan lincah. Selain itu, faktor keseimbangan sangat berpengaruh terhadap kemampuan kelincahan seseorang. Bentuk Latihan kelincahan dapat dilakukan dalam bentuk lari bolak-balik (shuttle-run), lari kelak-kelok (zig-zag run), dan sejenis lainnya. Menurut Nurhasan (Asfanza et al., 2019,p.17) dalam tujuan dari zig-zag run adalah untuk mengukur kelincahan bergerak seseorang. Cara melakukannya adalah sebagai berikut:

- Lari bolak-balik dilakukan dengan secepat mungkin sebanyak 6–8 kali (jarak 4–5m)
- Setiap kali sampai pada suatu titik sebagai batas, si pelari harus secepatnya berusaha megubah arah untuk berlari menuju titik larinya.
- Perlu diperhatikan bahwa jarak antara kedua titik tidak boleh terlalu jauh, dan jumlah ulangan tidak terlampau banyak sehingga menyebabkan kelelahan bagi si pelari.

2.2 Hasil Penelitian yang Relevan

Berbagai penelitian telah mengungkapkan hubungan antara percaya diri kecepatan, dan kemampuan *dribble* dalam permainan bola basket:

Hasil penelitian relevan dari (Amaliyah dan Khoirunnisa 2018) yang berjudul "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Menjelang Pertandingan Pada Atlet Bola Basket Di Unit Kegiatan Mahasiswa Universitas Negeri Surabaya". Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menjelang pertandingan pada atlet bola basket di Unit Kegiatan Mahasiswa Universitas Negeri Surabaya. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif, dengan total subjek penelitian sebanyak 59 atlet bola basket dari UKM Universitas Negeri Surabaya. Teknik analisis data untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik *product moment correlation*. Berdasarkan hasil analisis data dari penelitian tersebut diperoleh hasil ($r = -0.764$, dan $p = 0.000$; $p < 0.05$), hal ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang sangat signifikan antara kepercayaan diri atlet dengan kecemasan menjelang pertandingan. Tanda negatif dalam hasil analisis data diatas artinya berlaku perbandingan terbalik, semakin rendah kepercayaan diri maka semakin tinggi kecemasan yang dialami dan sebaliknya. Sumbangan efektif kepercayaan diri atlet terhadap kecemasan menjelang pertandingan dalam penelitian ini adalah sebesar 76,4%. Adapun perbedaanya terdapat pada subjek penelitian yang dilakukan oleh (Amaliyah dan Khoirunnisa 2018) menggunakan sampel UKM sedangkan peneliti menggunakan sampel ekstrakurikuler bola basket SMA, untuk persamaannya yaitu pada instrumen pengumpulan datanya yaitu menggunakan kuesioner.

Hasil penelitian relevan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Kurnia, 2019) yang berjudul “Hubungan Antara Rasa Percaya Diri Dengan Keterampilan *Dribbling* Bolabasket” Tujuan penelitian ini untuk menentukan hubungan antara rasa percaya diri dengan keterampilan *dribbling* bola basket. Metode penelitian yang digunakan adalah metode korelasi. Korelasi yang diteliti adalah korelasi bivariate karena terdapat dua variable. Yang menjadi objek dalam penelitian ini adalah Scorpio *Basketball Club* dan untuk sampel nya adalah atlet kelompok umur 18 tahun dengan sampel sebanyak 32 Orang. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa terdapat korelasi positif dan signifikan antara X dan Y dengan koefisien korelasi sebesar 0.73 dan indeks determinasi sebesar 53.0%. Dari hasil pengolahan data ditarik kesimpulan terdapat hubungan positif dan signifikan antara percaya diri dengan keterampilan *dribbling* bola basket. Hasil penelitian ini memberikan implikasi bahwa salah satu upaya untuk meningkatkan keterampilan *dribbling* dalam permainan bola basket adalah dengan percaya diri. Tetapi tetap harus di ingat bahwa masih ada faktor lain yang berpengaruh terhadap keterampilan *dribbling* bola basket, sehingga perlu adanya penelitian lebih lanjut lagi untuk kedepannya. Adapun perbedaannya terdapat pada objek penelitiannya, yang dilakukan oleh (Kurnia, 2019) menggunakan objek club bola basket, sedangkan peneliti menggunakan objek siswa ekstrakurikuler bola basket SMA. Terdapat persamaanya yaitu pada teknik pengumpulan data yaitu menggunakan kuesioner.

Tujuan penelitian yang berjudul “Hubungan Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Pada Peserta Ekstrakurikuler Bola basket Di SMP Kartika 1-7 Padang” yang diteliti oleh (Rizhardi, 2017) ini untuk mengetahui ada tidaknya hubungan kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pada peserta ekstrakurikuler Bola basket di SMP Kartika 1-7 Padang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan teknik analisis korelasional. Sampel penelitian ini berjumlah 25 orang yang terdiri dari 16 orang laki-laki dan 9 orang perempuan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa besar koefisien korelasi kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* adalah sebesar 0,751 dengan nilai $t_{hitung} = 5,454 > t_{tabel} = 2,069$. Koefisien korelasi kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* adalah

sebesar 0,739 dengan nilai $t_{hitung} = 5,286 > t_{tabel} = 2,069$. Sedangkan besar koefisien korelasi kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* adalah sebesar 0,786 dengan nilai $f_{hitung} = 18,17 \geq f_{tabel} = 3,44$. Berdasarkan perhitungan tersebut maka dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima maka terdapat hubungan kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pada peserta ekstrakurikuler Bola basket di SMP Kartika 1-7 Padang.

Untuk menguji hipotesis 1 (satu) yaitu mengetahui ada tidaknya hubungan kecepatan dengan kemampuan *dribbling* pada peserta ekstrakurikuler Bola basket di SMP Kartika 1-7 Padang. Peneliti melakukan perhitungan koefisien korelasi, adapun rumus yang dipakai adalah korelasi product moment. Jadi besar koefisien korelasi kecepatan dengan kemampuan *dribbling* adalah 0,751, sedangkan berdasarkan tabel distribusi r dengan taraf signifikan $\alpha=0,05$ dengan jumlah sampel 25 orang diperoleh $r_{tabel} = 0,396$. Karena $r = 0,751$ lebih besar dari nilai $r_{tabel} = 0,396$ maka dapat dikatakan bahwa ada hubungan kecepatan dengan kemampuan *dribbling* pada peserta ekstrakurikuler Bola basket di SMP Kartika 1- 7 Padang, dan berdasarkan tabel pedoman pemberian interpretasi koefisien korelasi maka hubungan tersebut termasuk dalam kategori hubungan yang kuat yaitu berada dalam interval 0,600 – 0,799, yaitu sebesar 0,751 atau 75,1%. Adapun perbedaannya terdapat pada sampel tes yang dilakukan oleh (Rizhardi, 2017) menggunakan sampel anak SMP. Sedangkan yang penulis teliti menggunakan sampel anak SMA kelas 10-12. Untuk persamaanya yaitu sama menggunakan anak yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket.

2.3 Kerangka Konseptual

Berdasarkan kajian teori dan hasil penelitian yang relevan, kerangka konseptual dalam penelitian ini menggambarkan hubungan antara variabel percaya diri, kelincahan, dan kemampuan *dribble* pada siswa ekstrakurikuler bola basket.

- a. Hubungan terkait percaya diri dengan kemampuan *dribble* bola basket, karena dengan percaya diri atlet akan mampu melakukan *dribble* dengan baik sehingga tidak mudah di rebut oleh lawan dan juga mampu melewati musuh dengan baik dan mampu mengambil keputusan dengan cepat juga, Menurut Gerhard Stoker dalam (Hidayat 2020,p. 24) menggiring adalah gerakan

memantul-mantulkan bola ke lantai dengan satu tangan, baik pada saat pemain sedang berdiri ditempat maupun pada saat pemain bergerak. Dalam menggiring bola seorang pemain harus melakukan menggiring bola pertama-tama dengan melebarkan siku dan melenturkan pergelangan tangan dan jari, menggiring bola menggunakan pergelangan dan sedikit gerakan lengan bawah. *Dribble* harus menggunakan satu tangan, boleh kanan maupun kiri”. Keputusan dalam memilih tipe *dribble* saat bermain bola basket harus disertai dengan waktu penggunaan yang tepat. Menurut (Kurnia, 2016) Kepercayaan diri berperan penting dalam pengembangan keterampilan motorik , termasuk *dribble*. Pemain yang memiliki kepercayaan diri tinggi biasanya memiliki *control* yang lebih baik terhadap bola dan tidak takut melakukan manuver yang lebih kompleks. Dalam permainan bola basket, pemain yang percaya diri cenderung mengambil keputusan lebih cepat dan tepat ketika melakukan *dribble* ditengah tekanan lawan. percaya diri secara psikologis berpengaruh terhadap ketenangan dan pengambilan keputusan pemain dalam menguasai bola dan menghadapi lawan. Pemain yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi lebih mampu menjaga kontrol *dribble*, meskipun dalam kondisi permainan yang menekan.

- b. Terkait hubungan kelincahan dengan kemampuan *dribble* bola basket, karena kegunaan *dribble* adalah untuk bisa melewati musuh jadi kelincahan sangat diperlukan karena definisi kelincahan itu mampu merubah arah dengan cepat dan mampu melewati rintangan dengan cepat tanpa kehilangan keseimbangan yang berarti dalam kelincahan juga memerlukan kekuatan juga agar tidak mudah terjatuh ketika melakukan gerakan *dribble*. Kelincahan menurut Sajoto dalam (Saputra dan Yenes 2019,p. 75) adalah kemampuan merubah arah dengan cepat dan tepat, selagi tubuh bergerak dari satu tempat ketempat lain. Yaitu suatu kemampuan untuk merubah posisi badan secara cepat dan tepat, seperti gerak menghindari lawan dalam permainan bola basket dan lain-lain.
- c. Terkait hubungan percaya diri dan kelincahan dengan kemampuan *dribble* bola basket, jadi percaya diri dan kelincahan itu diperlukan ketika melakukan *dribble* karena kedua variabel tersebut harus diterapkan ketika melakukan *dribble* agar mampu melewati lawan dengan cepat tanpa mengalami gangguan keseimbangan yang berarti dan juga mampu melakukan keputusan dengan cepat agar teman bisa mencari ruang kosong untuk memasukan bola ke ring lawan. Kelincahan Secara fisik mempengaruhi kemampuan pemain untuk bergerak cepat sambil menjaga kontrol bola. Pemain yang lincah mampu menembus pertahanan lawan dengan lebih baik, sehingga meningkatkan efektivitas *dribble*. Kemampuan *dribble* merupakan hasil dari penggabungan keterampilan teknis, motorik, serta faktor psikologis seperti percaya diri. Faktor-faktor ini bekerja secara sinergis untuk meningkatkan kemampuan

pemain dalam mengontrol bola dan bergerak di lapangan. Hubungan ini menunjukkan bahwa baik percaya diri maupun kelincahan secara signifikan berkontribusi terhadap peningkatan kemampuan *dribble* siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 2 Ciamis. Keduanya bekerja secara independen, namun juga saling mendukung dalam menciptakan keterampilan *dribble* yang lebih baik.

2.4 Hipotesis

Menurut (Sugiono 2014,p. 64) Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Jadi hipotesis juga dapat dinyatakan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian, belum jawaban yang empirik.

Berdasarkan rumusan masalah dan tujuan masalah di atas, maka hipotesis peneliti adalah sebagai berikut :

- a. Terdapat hubungan yang berarti antara percaya diri dengan kemampuan *dribble* pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 2 Ciamis
- b. Terdapat hubungan yang berarti antara kelincahan dengan kemampuan *dribble* pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 2 Ciamis
- c. Terdapat hubungan yang berarti antara percaya diri dan kelincahan dengan kemampuan *dribble* pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 2 Ciamis