

Pengaruh Latihan *Fun Game* Terhadap Kemampuan Teknik *Dribbling* Bola Basket *Point Junior Basketball Academy*

Bulan Amelia Putri^{1*}, Roma Irawan², Sari Mariati³, Ronni Yenes⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Padang, Indonesia

Email Korespondensi: bulanameliap@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *fun game* terhadap kemampuan teknik *dribbling* bola basket *point junior basketball academy*. Penelitian ini digunakan dengan metode penelitian pre-eksperimen "*One Group Pretest and Posttest Design*". Populasi dalam penelitian ini adalah *point junior basketball academy* yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan untuk mengukur kemampuan *Dribbling* adalah tes kemampuan *Dribbling*. Teknik analisa data menggunakan teknik statistik uji-t, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh latihan *fun game* terhadap kemampuan teknik *dribbling* bola basket *point junior basketball academy* dimana $t_{hitung} = 13,927 > t_{tabel} = 0,249$. Berdasarkan hasil uji-t tersebut maka dapat disimpulkan bahwa latihan *Fun game* dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* bola basket *point junior basketball academy*.

Kata kunci: Latihan *fun game*, teknik *dribbling*, bola basket

The Effect of Fun Game Practice on Point Junior Basketball Academy's Basketball Dribbling Technique Ability

ABSTRACT

This research aims to determine the effect of fun game training on junior basketball academy point basketball dribbling technique abilities. This research uses the pre-experimental research method "One Group Pretest and Posttest Design". The population in this study was junior basketball academy points taken using purposive sampling technique. The instrument used to measure dribbling ability is the dribbling ability test. The data analysis technique uses t-test statistical techniques, the results of this study show that there is an influence of fun game training on junior basketball academy point basketball dribbling technique abilities where $t_{count} = 13.927 > t_{table} = 0.249$. Based on the results of the t-test, it can be concluded that fun game training can improve junior basketball academy point basketball dribbling abilities.

Keywords: *Fun game practice, dribbling techniques, basketbal*

PENDAHULUAN

Olahraga mempunyai peran yang sangat penting dalam kehidupan. Dalam kehidupan modern saat ini manusia tidak dapat dipisahkan dari kegiatan olahraga, baik untuk meningkatkan prestasi maupun kebutuhan dalam menjaga kondisi tubuh agar tetap sehat.

Dewasa ini perkembangan permainan bola basket telah menjadi olahraga resmi yang selalu diperlombakan dalam setiap pesta olahraga (Blumberg, F. C., 2013). Orientasi pembinaannya lebih mengarah pada pencapaian prestasi (Cheong, C., Filippou, 2014). Akan tetapi nilai rekreasi tidak akan hilang bahkan akan selalu melekat (Efendi, E. 2017). Prestasi seorang atlet sangat ditentukan oleh kualitas pelatih dan program latihannya, sehingga didirikanlah klub sebagai wadah pelatihan dan pembinaan atlet (Evans, R. 2006).

Olahraga bola basket merupakan olahraga permainan beregu yang setiap regu terdiri dari lima orang setiap tim, tujuan dari permainan bola basket mencari poin sebanyak-banyaknya dengan cara memasukkan bola ke dalam ring lawan dan mencegah tim lawan mencetak angka (Federoff, M. A. 2002). Tingkatan keahlian khusus pada olahraga membedakan seorang juara dengan lainnya (Gajadhar, B. J., De Kort, 2008). Pada bola basket, semakin baik seseorang dalam *dribbling*, maka semakin baik kemungkinannya untuk sukses (Hartyani, Z. 2006).

Dalam permainan bola basket, salah satu unsur utama yang penting adalah *dribbling* (Hromek, R., and S. R. 2009). *Dribbling* salah satu teknik yang paling dominan dilakukan dalam olahraga bola basket (Jeff & Haefner J. 2008). Karena kegunaannya sendiri yaitu untuk membawa bola ke depan atau ke daerah lawan selain dengan *passing* (Irawan, R., & Arwandi, J. 2020).

Teknik bola basket merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari permainan bola basket (Irawan, R., Yenes, R., 2024). *Dribbling* bola basket merupakan senjata penyerangan yang harus dikuasai oleh setiap pemain (Irawan, R. 2014). Dalam permainan bola basket semua diharapkan siswa *point junior basketball academy* memiliki kemampuan teknik *dribbling* yang baik (Irawan, R., Syahara, S., 2018). Artinya setiap melakukan atlet dapat melakukan teknik dengan berhasil, sehingga dapat menambah poin dari timnya sendiri (Oktavianus, I., Bahtiar, S., 2018).

Namun bersadarkan hasil observasi tentang pelaksanaan teknik *dribbling* Siswa *point junior basketball academy*, fakta yang ditemui penulis dilapangan adalah hasil, *dribbling* atlet belum begitu baik (Oktavianus, I., Putra, Y. A., 2023). Terlihat pada saat peneliti melakukan observasi awal yang dilakukan terhadap siswa *point junior basketball academy*, bahwa *dribbling* siswa tersebut masih dalam ketegori belum begitu baik (Oktavianus, I., Yenes, R., Rozi, F., 2023). Hal ini, dapat dilihat dari hasil observasi bahwa masalah dalam penelitian ini adalah kemampuan teknik *dribbling* siswa *point junior basketball academy* masih sangat kurang (Oktavianus, I. 2021).

Dribbling yang selalu lepas dan *dribbling* siswa tersebut banyak yang tidak efektif dan konsisten. begitu juga dengan *passing* yang tidak akurat (Anggreni, J., Jamaluddin. 2022). Oleh sebab itu, penulis menduga banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan teknik *dribbling* yang dimiliki sekarang seperti: Efektifitas dan efisiensi memainkan teknik *dribbling* juga terkait dengan masalah kemampuan gerak (*motor ability*) siswa *point junior basketball academy* (Yenes, R., Erizal, N., & Irawan, R. 2021).

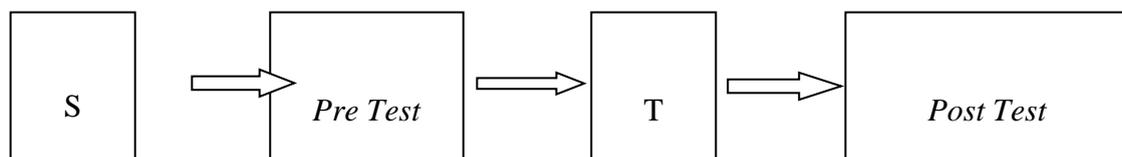
Seorang siswa *point junior basketball academy* yang kemampuan geraknya tinggi dan meraih keberhasilan latihan secara cepat akan lebih terpacu dan menyenangkan kegiatannya daripada seorang siswa *point junior basketball academy* yang kemampuan geraknya rendah dan belajar lama apalagi tidak berhasil (Yenes, R. 2020).

Pengalaman gagal menyebabkan seorang siswa *academy* bola basket cenderung akan menghindari dan tidak menyenangkan kegiatan belajarnya (Yenes, R., & Gutrianto, R. 2021). Oleh karena itu untuk mengakomodir adanya perbedaan individual pada diri siswa, penulis memasukkan kemampuan gerak (*motor ability*) sebagai variabel atribut dalam penelitian ini (Mariati, S., & Rasyid, W. 2018).

Berdasarkan faktor yang mempengaruhi kemampuan Teknik *dribbling* di atas perlu dicarikan solusi yang tepat dalam menyelesaikan persoalan *dribbling* bola basket yang dimiliki siswa *academy* yaitu memberikan satu bentuk latihan seperti latihan *fun game*. Latihan *fun game* merupakan sebuah latihan yang bernuansa permainan yang menyenangkan tetapi ada unsur latihan untuk kemampuan yang dimiliki siswa. Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas peneliti tertarik untuk ikut berpartisipasi memecahkan persoalan tersebut, melalui penelitian yang akan dilakukan

METODE

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen, menurut (Sugiyono, 2010: 107) penelitian eksperimen merupakan metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah “*One-Groups Pretest-Posttest Design*”, yaitu desain penelitian yang diberikan pretest untuk mengetahui keadaan awal sebelum diberikan perlakuan serta posttest untuk mengetahui keadaan setelah diberikan perlakuan, dengan demikian dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan (Sugiyono, 2009: 110). Gambar rancangan penelitian sebagai berikut :



Gambar 1. Desain Penelitian

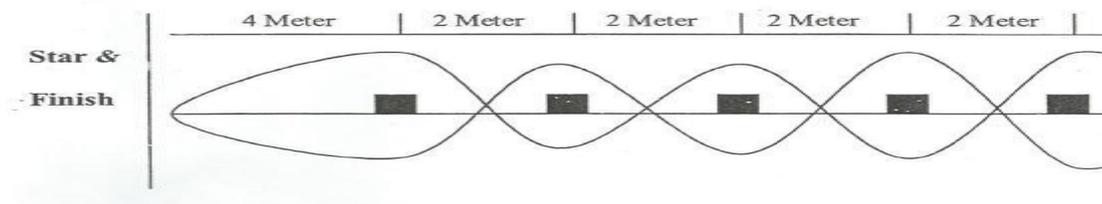
Keterangan:

- S : Sampel penelitian
- Pretest* : Tes awal kemampuan *dribbling*
- Treatment* : Latihan *fun game*
- Posttest* : Tes akhir kemampuan *dribbling*

Penelitian ini diadakan di lapangan basket SMA Negeri 1 Teluk Kuantan. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan juli-agustus. Sugiyono, (2010:62), “Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek/subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh penulis untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Dari kutipan di atas, populasi dalam penelitian ini adalah atlet Bola basket siswa *point junior basketball academy*, yang berjumlah 13 orang siswa. Sampel dalam penelitian ini di ambil menggunakan teknik *total sampling* yaitu sampel berupa populasi (Sugiyono, 2010:68). Sampel dalam penelitian ini adalah siswa *point junior basketball academy*. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data primer yang diambil dari responden tes dan data skunder dari berbagai data yang tidak langsung diperoleh dari siswa *point junior basketball academy*. Sumber data dalam penelitian ini adalah *dribbling* bola basket siswa *point junior basketball academy*.

Instrumen pengumpulan data penelitian adalah dengan melakukan tes yaitu, *dribbling* dengan tes menggiring bola. Dalam mengumpulkan data penelitian ada beberapa tes yang dilaksanakan yaitu: 1) Keterampilan *Dribbling* Bola basket: a) Tujuan: Mengukur kecepatan dan kecakapan menggiring bola maupun mengubah arah. b) Alat-alat: 1) Bola. 2) Stopwatch. 3) Kursi 5 buah. 4) Peluit. 5) Blangko dan alat tulis.

Pelaksanaan instrument: a) Pada aba-aba “siap”, testi berdiri dibelakang garis *start*, letakkan bola ditengah tengah garis *start*. b) Setelah aba-aba “Ya”, testi segera mengambil bola dan menggiringnya sesuai dengan arah atau lintas yang ditentukan dalam gambar, sampai kembali melewati garis *finish*. c) Menggiring bola boleh dengan bergantian tangan, asalkan sesuai dengan peraturan permainan bola basket. d) Setiap kursi harus dilampui dengan menggiring bola. Pada saat melampaui garis *finish*, bola harus tetap digiring. Garis *start* juga merupakan garis *finish*. e) Apabila saat menggiring bolanya mantul jauh, ulangi tes tersebut segera. f) Apabila pada saat menggiring bola tidak memantul atau tidak terkuasai, maka bola boleh dipegang dan segera digiring lagi. Petugas: Pemandu tes, pembantu tes, pencatat nilai. Penilaian: kecepatan menggiring dihitung dari saat aba-aba “Ya” sampai melampaui garis *finish*. Kecepatan menggiring dihitung sepersepuluh detik.



Gambar 2. Diagram Lintasan Tes Menggiring Bola

Sumber: (Ngatman, Fitria Dwi Andriyani. 2017)

Tabel 2. Rumus Pengkategorian *Dribbling*

Rumus	Kategori
$(M + 1,5 SD) \leq X$	Baik Sekali
$(M + 0,5 SD) \leq X < (M + 1,5 SD)$	Baik
$(M - 0,5 SD) \leq X < (M + 0,5 SD)$	Sedang
$(M - 1,5 SD) \leq X < (M - 0,5 SD)$	Kurang
$X < (M - 1,5 SD)$	Kurang Sekali

HASIL

Data pre-test diambil sebelum dilaksanakan *treatment* terhadap siswa *point junior basketball* akademy yang sampelnya terdiri atas 12 siswa. Pengaruh latihan fun game terhadap kemampuan *dribbling*, dari hasil pre test *dribbling* di peroleh nilai terendah 23,47, nilai tertinggi 19,07, rata ratanya adalah 21,69 dan standar deviasinya adalah 1,30 sedangkan hasil post test *dribbling* yang diperoleh nilai terendah 17,74, nilai tertinggi 15,43, rata ratanya adalah 16,71 dan standar deviasinya adalah 0,656. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel 3 di bawah ini:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Data Pre Test

Kelas Interval	Frekuensi	Persentase	Kriteria
<19,75	1	8%	Sangat Baik
19,75 - 21,05	2	17%	Baik
21,05 - 22,35	6	50%	Sedang
22,35 - 23,64	3	25%	Kurang
> 23,64	0	0%	Kurang Sekali

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa hasil analisis data pre test latihan *fun game* terhadap kemampuan *dribbling* dengan kelas interval <19,75 sebanyak 1 orang dengan kategori sangat kurang, kelas interval 19,75-21,05 sebanyak 2 orang dengan kategori kurang, kelas interval 21,05-22,35 di kategori baik, kelas interval 22,35-23,46 sebanyak 3 orang di kategorikan baik dan kelas sangat baik tidak ditemukan.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Data Post Test

Kelas Interval	Frekuensi	Persentase	Kriteria
<15,73	1	8%	Sangat Baik
15,73 - 16,39	3	25%	Baik
16,39 - 17,05	4	33%	Sedang
17,05 - 17,70	3	25%	Kurang
> 17,70	1	8%	Kurang Sekali

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa hasil analisis data post test latihan *fun game* terhadap kemampuan *dribbling* dengan kelas interval $<15,73$ sebanyak 1 orang dengan kategori sangat kurang, kelas $15,73-16,39$ sebanyak 3 orang dengan kategori kurang, kelas interval $16,39-17,05$ sebanyak 4 orang dengan kategori sedang, kelas interval $17,05-17,70$ sebanyak 3 orang dengan dan kelas interval $>17,70$ sebanyak 1 orang dengan kategori sangat baik.

Uji Normalitas

Hipotesis penelitian ini di uji dengan melakukan analisis t-test, sebelum melakukan t-test, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas untuk mengetahui apakah data berasal dari yang berdistribusi normal atau tidak dengan menggunakan uji *liliefors* dengan taraf signifikan = 0,05, apabila nilai Lo lebih kecil dari nilai Lt maka data berdistribusi normal dan begitu pula sebaliknya.

Tabel 5. Rangkuman Hasil Uji Normalitas

No.	Variabel	N	Lo	Lt	Distribusi
1	Kemampuan <i>Dribbling</i> (Pre test)	12	0,086	0,242	Normal
2	Kemampuan <i>Dribbling</i> (Post test)	12	0,095	0,242	Normal

Berdasarkan tabel tabel di atas dapat dilihat bahwa nilai Lt adalah 0,242 dan nilai Lo kemampuan *dribbling* siswa pada saat pre test adalah 0,086 dan nilai Lo kemampuan *dribbling* siswa pada post test adalah 0,095. Hasil ini memperlihatkan bahwa nilai Lo pre test dan post test melebihi nilai Lt sehingga mengindikasikan bahwa data berdistribusi normal.

Uji Homogenitas

Uji ini digunakan untuk melihat apakah sampel berasal dari populasi yang sama. Uji homogenitas menggunakan *Barlet test* dengan taraf signifikan = 0,05. Apabila nilai Fo lebih kecil dari nilai Ft maka data bersifat homogen dan begitu pula sebaliknya. Perhitungan hasil uji homogenitas dapat dilihat pada lampiran 4.

Tabel 6. Rangkuman Hasil Uji Homogenitas

No.	Variabel	N	Fo	Ft	Hasil
1	Kemampuan <i>Dribbling</i> (Pre test)	12	0,26	4,84	Homogen
2	Kemampuan <i>Dribbling</i> (Post test)	12			

Berdasarkan tabel di atas setelah membandingkan kedua data pre test dan post test maka dapat dilihat bahwa nilai Fo yakni 0,26 berada di bawah F tabel 4,84 sehingga data dikatakan homogen.

Uji Hipotesis

Setelah persyaratan analisis di uji dan ternyata semua data variable memenuhi persyaratan untuk dilakukan pengujian hipotesis, uji statistic yang digunakan adalah t-test dengan taraf signifikan 0,05. Terdapat pengaruh latihan fun game terhadap kemampuan *dribbling* dengan skor rata rata 21,69 dan standar deviasi 1,240 pada *pre test*, dan setelah diberikan perlakuan sebanyak 16 kali skor rata rata menjadi 16,71 dan standar deviasi 0,628 pada *post test*.

Tabel 7. Rangkuman Hasil Uji Hipotesis

<i>Dribbling</i>	Mean	Sd	T hitung	T tabel	Keterangan
Pre test	21.69	1.240	13,927	0,249	Hasil Signifikan
Post test	16.71	0.628			

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat pengaruh latihan fun game terhadap kemampuan *dribbling* siswa ($t \text{ hitung} = 13,927 > t \text{ tabel} = 0,249$) yang berarti bahwa hipotesis yang di ajukan di terima yakni terdapat pengaruh metode latihan *fun game* terhadap kemampuan teknik *dribbling* bola basket siswa *point junior basketball academy*.

PEMBAHASAN

Pengaruh latihan fun game terhadap kemampuan teknik *dribbling* bola basket pada *point junir baskeball academy*. Berdasarkan hasil analisi uji hipotesis diperoleh harga $t \text{ hitung} = 13,927 > t \text{ tabel} = 0,249$ pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$ pada jumlah sampel berjumlah 12 orang jadi dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a di terima. Dengan

demikian latihan *fun game* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan teknik *dribbling* bola basket pada point junior basketball academy.

Seperti menggiring atau *dribbling* bola adalah salah satu dasar bola basket yang pertama diperkenalkan kepada para pemula, karena keterampilan ini sangat penting bagi pemain yang terlibat dalam pertandingan bola basket (Mariati, S., & Rasyid, W. 2019). Dengan demikian maka dapat dijelaskan pentingnya latihan *fun game* yang baik sehingga dapat meningkatkan kemampuan teknik *dribbling* bola basket, kemudian latihan *fun game* juga memiliki peran dalam meningkatkan kemampuan teknik *dribbling*, artinya semakin meningkatkan kemampuan *dribbling* maka semakin baik *dribbling* seseorang (Mariati, S. Handayani., 2023). Hal tersebut juga dijelaskan pada hasil perlakuan yang diberikan yang mana latihan *fun game* dapat meningkatkan hasil keterampilan *dribbling*.

Dribbling merupakan gerakan membawa bola menggunakan tangan baik tangan kiri maupun tangan kanan tergantung ke ahlian seseorang untuk melewati lawan main agar mendekati ring yang bertujuan untuk mencetak poin angka dan mendapatkan kemenangan dalam suatu pertandingan (Mariati, S. Afrizal, S., 2020).

Menggiring bola adalah membawa lari bola ke segala arah sesuai dengan peraturan yang ada. Pemain diperbolehkan membawa bola lebih dari satu langkah asal dipantulkan kelantai (Bella, A., Adnan, A., 2023). Menggiring bola harus menggunakan satu tangan. Kegunaan menggiring bola adalah mencari peluang serangan, menerobos pertahanan lawan, ataupun memperlambat tempo permainan (Aja, R., Masrun, 2023). Menggiring bola membutuhkan sebagian besar koordinasi seperti itu karena ini adalah olahraga dengan determinasi tinggi dan menuntut tingkat kebugaran yang tinggi dari pemainnya (Ammelia, A., yenes., 2023).

Dalam kajian fisiologi olahraga menjelaskan bahwa latihan akan menyebabkan terjadinya perubahan-perubahan anatomis, kimiawi, dan fisiologis (Fantino, N., Argantos, A., 2024). Latihan yang berasal dari kata *training* adalah suatu proses penyempurnaan kemampuan berolahraga yang berisikan materi, teori dan praktik, menggunakan metode dan aturan pelaksanaan dengan pendekatan ilmiah, memakai prinsip-prinsip latihan yang terencana dan teratur, sehingga tujuan latihan dapat tercapai tepat pada waktunya (Iwara, F., Yenes, R., 2024).

Fun game adalah sarana mengasah keberanian dan sebagai sarana sarana penyegaran dan keceriaan yang mengakibatkan kebosanan dan keceriaan yang mengakibatkan kebosanan dalam diri luntur begitu saja (Makwa, J., Argantos, A. 2024). *Fun games* sekarang telah dimodifikasi dalam tiap tiap cabang olahraga termasuk bola basket yang telah dimodifikasi fun game ke dalam salah satu permainan bola dalam bola basket (Vizalla, R., Sin, T., 2022).

Latihan fun game merupakan sebuah latihan yang bernuansa permainan yang menyenangkan tetapi ada unsure latihan untuk hasil belajar yang dimiliki siswa. Menyelidiki konsekuensi dan kesenangan, yang menonjol di antara pengecualian adalah penelitian yang dilakukan di lingkungan organisasi, yang telah mengaitkan kesenangan dengan hasil yang relevan di tempat kerja.

Game menghadirkan mode permainan yang lebih terstruktur dan berdasarkan aturan, dan sering kali lebih diarahkan pada tujuan. Jadi, perspektif empiris ini dapat membuahkan hasil karena menjembatani permainan dan pengalaman pemain dengan memeriksa interaksi dari waktu ke waktu yang diadopsi dan diadaptasi oleh pemain itu sendiri. Oleh sebab itu, metode fun game dapat dijadikan untuk memberikan suasana latihan yang berbeda sebelumnya untuk melatih kemampuan teknik dribbling point junior academy.

Dalam berbagai konteks latihan, game diketahui meningkatkan keterlibatan siswa dengan latihannya semakin erat. Dengan membuat kegiatan latihan menjadi lebih menyenangkan. Fitur yang diimplementasikan dalam konteks game dapat memberikan wawasan tentang memberikan wawasan tentang bentuk desain penilaian yang tidak inovatif (Putra, M., Arwandi, J., 2024).

Sementara ada bukti bahwa, bermain dapat memotivasi sebagian siswa, kenyataannya lebih rumit dan sangat tergantung pada jenis permainan tertentu yang digunakan dan konteks penggunaannya. Sebuah narasi literatur penelitian menyatakan bahwa bermain efektif untuk berlatih karena itu menyenangkan dan menarik. Peran kesenangan dalam latihan, terutama pada siswa usia 12-14 tahun, tidak kontroversial. Berlatih melalui permainan di terima untuk mendukung materi latihan, imajinasi, dan kreativitas siswa (Ramadhan, R., Mardela, R., 2023).

Dalam pelaksanaan penelitian untuk mendapatkan data pertama kali dilakukan tes awal. Tes awal ini bertujuan untuk melihat keterampilan awal dribbling pemain. Setiap

pertemuan latihan, sebelum diberikan perlakuan kepada pemain diharapkan melaksanakan pemanasan terlebih dahulu, sehingga akhirnya diharapkan penelitian ini dapat melahirkan kesimpulan yang tepat dan sesuai dengan data yang diperoleh (Putri, D., Hauw Sin, T., 2023).

Untuk itu perlunya pengkajian tentang metodologi dan kajian teori dari suatu penelitian. Pengaruh yang diperoleh melalui pendekatan ilmiah dan dibuat berdasarkan teori tertentu secara sistematis dan dilakukan sesuai dengan langkah langkah atau prosedur yang benar dengan demikian hasil penelitian ini dapat diterima kebenarannya. Setelah diberikan latihan fun game yang menunjang kepada peningkatan kemampuan teknik dribbling 16 kali pertemuan, terdapat peningkatan keterampilan pada pemain.

Dalam penelitian ini peneliti menyadari keterbatasan sebagai manusia, walaupun sudah dicoba untuk mengatasi kemungkinan gangguan terhadap variabel peneliti, tetapi dalam kenyataan sulit untuk menghindari munculnya permasalahan selama penelitian dilakukan antara lain sulitnya melakukan kontrol secara ketat terhadap sampel, karena sampel tinggal di rumah masing-masing.

Kemudian kelihatan dalam melakukan perlakuan masih ada yang kurang serius, tetapi peneliti berusaha memberikan motivasi secara maksimal agar bisa melakukan dengan baik, dan peneliti juga tidak bisa mengontrol aktifitas di luar dan gizi sampel. Akhirnya berdasarkan pada pembuktian uji statistik, disimpulkan bahwa latihan fun game memberikan pengaruh terhadap kemampuan teknik dribbling. Sehingga program latihan ini dapat terus dikembangkan dan dilaksanakan tujuan dalam latihan dapat tercapai yaitu meningkatkan kemampuan teknik *dribbling*.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis dari pembahasan yang telah dilakukan pada bab terdahulu, maka pada bab ini akan diberikan kesimpulan sebagai berikut: Terdapat pengaruh latihan fun game terhadap kemampuan teknik dribbling dengan skor rata rata 21,69 pada pre test, dan skor rata rata 16,71 pada post test . hal ini terbukti secara signifikan, dimana setelah dilakukan uji “t” diperoleh hasil $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($13,927 > 0,249$), H_0 ditolak sedangkan H_a di terima kesimpulan, terdapat pengaruh latihan fun game terhadap kemampuan teknik dribbling point junior academy

DAFTAR PUSTAKA

- Aja, R., Masrun, M., FakhurRozi, M., & Yendrizar, Y. (2023). Artikel Pengaruh Metode Latihan Circuit Training dan Interval Training Terhadap Kapasitas Vo2 Max Atlet Bola Basket Klub Parmato. *Gladiator*, 4(1), 1-12.
- Ammelia, A., yenes, rozi, & maidarman. (2023). Pengembangan Alat Defense Man Mannequin Pada Olahraga Bola basket. *Gladiator*, 3(4), 198-206.
- Anggreni, J., Jamaluddin, J., & Sahabuddin, S. (2022). THE EFFECT OF EXPLOSIVE MUSCLE POWER IN THE ARMS AND LEGS ON FREE-THROW OUTCOMES IN BASKETBALL PLAYERS. *International Journal of Basketball Studies*, 1(2), 43-51.
- Bella, A., Adnan, A., Irawadi, H., & Mardela, R. (2023). Evaluasi Pelaksanaan Ekstrakurikuler Basket. *Gladiator*, 3(3), 184-197.
- Blumberg, F. C., Almonte, D. E., Anthony, J. S., & Hashimoto, N. (2013). Serious games:What are they? What do they do? Why should we play them? In K. Dill (Ed. In *TheOxford Handbook of Media Psychology* (pp. 334–351). Oxford UniversityPress.
- Cheong, C., Flilippou, J., & Cheong, F. (2014). Towards the gamification of learning: Investigating student perceptions ofgame elements. *Journal of Information Systems Education*, 25(3), 233–245.
- Efendi, E. (2017). Kontribusi Kelincahan Dan Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Keterampilan Bermain Bola basket. *Jurnal Performa Olahraga*.
- Evans, R. (2006). Elite Level Rugby Coaches Interpretation And Use Of Games Sense. *Asian Journal of Exercise & Sports Science*.
- Fantino, N., Argantos, A., Kiram, Y., & Mariati, S. (2024). A ANALYSIS OF THE CONFIDENCE LEVEL OF MAN 2 BASKETBALL PLAYERS PADANG CITY. *Gladiator*, 4(4), 801-808.
- Federoff, M. A. (2002). Heuristics and usability guidelines for the creation and evaluation of fun in video games (. *Doctoral Dissertation, Indiana University*.
- Gajadhar, B. J., De Kort, Y. A., & Ijsselsteijn, W. A. (2008). Shared fun is doubled fun: player enjoyment as a function of social setting. *International Conference on Fun and Games*, 106–117.
- Hartyani, Z. (2006). *Basketball for Everyone* (Fourth Edi). FIBA.
- Hromek, R., and S. R. (2009). *romoting Social and Emotional Learning with Games: “It’s Funand We Learn Things”.* *Simulation & Gaming*. 40 (5), 626–644.
- Irawan, R., & Arwandi, J. (2020). Reliability and Validity of Passing and Control Test of Students Football Skill at FIK UNP. In *Ist Progress in Social Science, Humanities and Education Research Symposium (PSSHERS 2019)* (pp. 462-465). Atlantis Press.
- Irawan, R., Yenes, R., Mario, D. T., Komaini, A., Fernández, J. G., Orhan, B. E., & Ayubi, N. (2024). Design of a sensor technology-based hand-eye coordination measuring tool: Validity and reliability. *Retos: nuevas tendencias en educación*

física, deporte y recreación, (56), 966-973.

- Irawan, R. (2014). Sport violence on the field and off the field. In *Asian Sport University International Conference*. Palembang, Indonesia.
- Irawan, R., Syahara, S., Asnaldi, A., Syampurma, H., Asmawi, M., & Widyaningsih, R. (2018). The Effect Of Emotional Intelligence, Training Discipline, Knowledge Management And Work Motivation On Trainer Performance.
- Iwara, F., Yenes, R., Rozi, M., & Setiawan, Y. (2024). Pengaruh Latihan BEEF Terhadap Kemampuan Free Throw. *Gladiator*, 4(5), 1113-1124.
- Jeff & Haefner J. (2008). *How to Make Basketball Practice Fun: 60 Fun Youth Basketball Drills & Games*. Breakthrough Basketball, LLC.
- Makwa, J., Argantos, A. Y. (2024). Studi Studi Tentang Kondisi Sarana dan Prasarana di SMA Tamansiswa Padang. *Gladiator*, 4(5), 1025-1033
- Mariati, S., & Rasyid, W. (2018). Pengaruh Metode Latihan Sistem Sirkuit Terhadap Peningkatan Kemampuan Daya Ledak Otot Lengan Pada Atlet Bola basket Fik Unp. *Jurnal Menssana*, 3(2), 28-36.
- Mariati, S., & Rasyid, W. (2019). Pengaruh Metode Latihan Sistem Set Dan Sirkuit Terhadap Peningkatan Kemampuan Daya Ledak Otot Lengan Pada Atlet Bola basket FIK UNP. *Jurnal MensSana*, 4(1), 58-65.
- Mariati, S. Handayani, S. G., Myori, D. E., Zakaria, J. B., Hasbullah, N. A., Fitri, M., & Oktaviani, R., (2023). The influence of Android-based gymnastics learning media on cartwheel skills. *Journal of Physical Education and Sport*, 23(12), 3495-3499.
- Mariati, S. Afrizal, S., & Lesmana, H. S., (2020). Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Atlet Bola basket. *Jurnal Patriot*, 2(3), 825-836.
- Oktavianus, I., Bahtiar, S., & Bafirman, B. (2018). Bentuk Latihan Pliometrik, Latihan Beban Konvensional Memberikan Pengaruh terhadap Kemampuan Three Point Shoot Bola basket.
- Oktavianus, I., Putra, Y. A., & Haryanto, J. (2023). Pelatihan Teknik Menuju Atlet Berprestasi Pada Cabang Bola basket Sma Negeri 2 Kota Solok. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Olahraga Dan Kesehatan (JASO)*, 3(1), 32-37.
- Oktavianus, I., Yenes, R., Rozi, F., Irawan, R., & Donie, D. (2023). Pengaruh model latihan daya ledak otot tungkai dan keseimbangan terhadap kemampuan jump shot pada atlet klub bola basket halilintar. *Jurnal Patriot*, 5(3), 230-238.
- Oktavianus, I. (2021). Identifikasi Bakat Olahraga Bola Basket Anak Usia 6 Sampai 10 Tahun Berdasarkan Instrumen" I Do" Sport Kompas. *Sporta Saintika*, 6(1), 76-83.
- Putra, M., Arwandi, J., Mariati, S., & Yenes, R. (2024). Tinjauan Kemampuan Free Throw Atlet Bola basket And One UNP Padang. *Gladiator*, 4(7), 1314-1324.
- Putri, D., Hauw Sin, T., Ridwan, R., & Yenes, R. (2023). Article Pengaruh Latihan Plyometrics terhadap Kemampuan Jumpshoot Bola basket. *Gladiator*, 4(1), 36-

- Ramadhan, R., Mardela, R., Yenes, R., & Fakhrurozi, M. (2023). Article Koordinasi Mata Tangan Berpengaruh terhadap Kemampuan Jumpshoot Atlet Bola basket. *Gladiator*, 4(1), 13-23.
- Sugiyono. (2010). *METODE Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. No Title. Alfabeta.
- Vizalla, R., Sin, T., Yenes, R., & Oktavianus, I. (2022). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Kemampuan Jump shoot Bola basket. *Gladiator*, 2(6), 293-301
- Yenes, R., Erizal, N., & Irawan, R. (2021). The Effect of Training Method and Ergogenic Implementation to Explosive Power Leg Muscle Basketball Athletes. In *1st International Conference on Sport Sciences, Health and Tourism (ICSSHT 2019)* (pp. 274-279). Atlantis Press.
- Yenes, R. (2020). Contribution of Balance and Explosive Power of Leg Muscles Towards Ability of Jump Shoot of the Athletes at Sport Science Faculty of Padang State University. In *1st Progress in Social Science, Humanities and Education Research Symposium (PSSHRS 2019)* (pp. 784-786). Atlantis Press.
- Yenes, R., & Gutrianto, R. (2021). Basic Skills of Men Garuda Basketball Athlete. In *1st International Conference on Sport Sciences, Health and Tourism (ICSSHT 2019)* (pp. 31-35). Atlantis Press.