

Kemampuan Dribbling Bola Basket: Peran Koordinasi dan Percaya Diri

Syamsul Darmawan^{1*}, Rachmat Hidayat², Andy Amry Yahya³

¹ Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Muhammadiyah Papua Barat, ² Pendidikan Jasmani, Universitas Muhammadiyah Palopo, ³ Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, STKIP YPUP Makassar, Indonesia

* Correspondence: syamsul051@gmail.com

Abstract

The basketball dribbling skills of students at SMAN 1 Soppeng are still not optimal. Some students often lose control of the ball when moving quickly or under pressure from opponents. In addition, their hand-eye coordination appears to be underdeveloped, and their confidence levels remain low. This study aims to determine the effect of hand-eye coordination and self-confidence on dribbling skills, both partially and simultaneously. The research method used a quantitative correlational-regressive approach with a sample of 30 male students participating in the SMAN 1 Soppeng basketball extracurricular program, selected through total sampling. Research instruments included a zig-zag dribbling test, a tennis ball throw-and-catch test, and a Likert-scale self-confidence questionnaire. Data analysis utilized descriptive statistics, classical assumption tests (normality, linearity, multicollinearity, heteroscedasticity), as well as simple and multiple linear regression. The results showed that hand-eye coordination had a significant effect on dribbling ($R = 0.850$; $p < 0.001$). Self-confidence also had a significant effect ($R = 0.857$; $p < 0.001$). Simultaneously, both variables had a significant effect with $R = 0.901$ and Adjusted R-Square = 0.797, meaning that 79.7% of the variation in dribbling ability is explained by these two variables. Conclusion: Eye-hand coordination and self-confidence jointly influence dribbling ability.

Keywords: Hand-eye coordination; self-confidence; dribbling ability; basketball; SMA

Abstrak

Kemampuan dribbling bola basket siswa SMAN 1 Soppeng masih belum optimal. Sebagian siswa sering kehilangan kontrol bola saat bergerak cepat atau mendapat tekanan lawan. Selain itu, koordinasi mata-tangan terlihat belum berkembang dengan baik dan tingkat percaya diri siswa masih rendah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh koordinasi mata-tangan dan percaya diri terhadap kemampuan dribbling, baik secara parsial maupun simultan. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional-regresif dengan sampel 30 siswa laki-laki peserta ekstrakurikuler bola basket SMAN 1 Soppeng yang diambil melalui teknik total sampling. Instrumen penelitian meliputi tes zig-zag dribbling, tes lempar-tangkap bola tenis, dan angket percaya diri skala Likert. Analisis data menggunakan statistik deskriptif, uji asumsi klasik (normalitas, linearitas, multikolinearitas, heteroskedastisitas), serta regresi linear sederhana dan berganda. Hasil koordinasi mata-tangan berpengaruh signifikan terhadap dribbling ($R=0,850$; $p < 0,001$). Percaya diri juga berpengaruh signifikan ($R=0,857$; $p < 0,001$). Secara simultan, kedua variabel berpengaruh signifikan dengan $R=0,901$ dan Adjusted R Square= $0,797$, artinya 79,7% variasi kemampuan dribbling dijelaskan oleh kedua variabel tersebut. Simpulan koordinasi mata-tangan dan percaya diri secara bersama-sama memengaruhi kemampuan dribbling.

Kata Kunci: Koordinasi mata-tangan; percaya diri; kemampuan dribbling; bola basket; siswa SMA

Received: 31 Maret 2026 | Revised: 13 April, 23, 25 Mei 2026

Accepted: 1 Juni 2026 | Published: 8 Juni 2026



Jurnal Porkes is licensed under a [Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Pendahuluan

Permainan bola basket merupakan salah satu cabang olahraga beregu yang banyak diminati dan dimainkan baik di lingkungan sekolah maupun klub olahraga (Cahya & Pradipta, 2021). Dua tim yang masing-masing terdiri atas lima pemain berusaha mencetak poin dengan memasukkan bola ke keranjang lawan (Xu & Sung-Pil, 2024). Agar dapat bermain secara efektif, setiap pemain dituntut menguasai berbagai keterampilan teknik dasar seperti *passing*, *shooting*, *rebound*, dan salah satu yang terpenting adalah *dribbling* (Agustiawan et al., 2024). *Dribbling* merupakan teknik menggiring bola dengan memantulkannya ke lantai menggunakan satu tangan sambil bergerak, bertujuan mempertahankan kepemilikan bola, melewati lawan, atau melakukan penetrasi ke area pertahanan (Duncan et al., 2022).

Kemampuan *dribbling* yang baik sangat menentukan kelancaran serangan tim dan menjadi fondasi pengambilan keputusan di lapangan, terutama pada situasi permainan yang dinamis (Song & Fan, 2022). Keberhasilan *dribbling* tidak hanya bergantung pada penguasaan teknik, tetapi juga dipengaruhi oleh kemampuan koordinasi motorik (Paolo et al., 2021). Salah satu bentuk koordinasi yang berperan penting adalah koordinasi mata-tangan, yaitu kemampuan menyelaraskan penglihatan dengan gerakan tangan secara cepat dan tepat dalam mengontrol bola (Sinha et al., 2023). Koordinasi mata-tangan yang baik memungkinkan pemain mempertahankan ritme dan ketinggian pantulan bola yang stabil, menilai situasi permainan tanpa selalu menunduk ke arah bola, serta melakukan perubahan arah secara akurat tanpa kehilangan kontrol (Hosp et al., 2021).

Selain aspek fisik, faktor psikologis seperti percaya diri juga memainkan peran signifikan (Naderi et al., 2024). Percaya diri didefinisikan sebagai keyakinan individu terhadap kemampuannya sendiri dalam menghadapi tugas tertentu (Morales-Sánchez et al., 2022). Pemain yang percaya diri cenderung berani mengambil keputusan, tampil lebih stabil di bawah tekanan, dan tetap berusaha ketika menghadapi kesulitan, termasuk dalam menjaga bola saat ditekan lawan (Benítez-Sillero et al., 2021). Berdasarkan observasi awal di SMAN 1 Soppeng, ditemukan bahwa kemampuan *dribbling* siswa peserta ekstrakurikuler bola basket masih belum optimal.

Sebagian siswa sering kehilangan kontrol bola saat menggiring, terutama ketika bergerak cepat atau mendapat tekanan dari lawan. Selain itu, koordinasi mata-tangan terlihat belum berkembang secara optimal, ditandai dengan seringnya bola terlepas saat mengubah arah *dribble*. Dari hasil angket awal, beberapa siswa juga melaporkan rasa ragu-ragu saat melakukan *dribbling* dalam situasi mendekati pertandingan karena takut melakukan kesalahan. Dengan kata lain, permasalahan yang muncul bersifat ganda teknis-motorik dan psikologis. Sejumlah penelitian sebelumnya telah meneliti pengaruh faktor fisik terhadap kemampuan *dribbling*.

Menurut (Tamtica et al., 2024) menemukan hubungan signifikan antara koordinasi mata-tangan dan kemampuan *dribbling* siswa SMA di Kota Jambi. Penelitian Pramata (Illanda, 2025) juga menegaskan bahwa komponen fisik seperti kecepatan, kekuatan, dan koordinasi berkontribusi penting terhadap teknik dasar basket, termasuk *dribbling*. Namun, sebagian besar penelitian terdahulu cenderung hanya menitikberatkan pada aspek fisik atau mengkaji satu

variabel secara terpisah tanpa menghubungkannya dengan faktor psikologis secara simultan. Padahal dalam situasi pertandingan nyata, pemain tidak hanya dituntut mampu mengontrol bola secara teknis, tetapi juga harus memiliki keyakinan diri untuk mengambil keputusan cepat saat menghadapi tekanan lawan.

Keterbatasan tersebut menyebabkan praktik latihan di lapangan masih berorientasi pada peningkatan fisik semata, seperti latihan koordinasi dan kelincahan, sementara pembinaan aspek psikologis pemain belum mendapat perhatian yang seimbang. Akibatnya, beberapa pemain memiliki kemampuan teknik yang cukup baik saat latihan, tetapi kurang percaya diri ketika bermain dalam pertandingan sehingga kemampuan *dribbling*-nya tidak tampil optimal. Dengan demikian, kebaruan (*novelty*) penelitian ini terletak pada integrasi analisis dua variabel utama secara simultan, yaitu koordinasi mata-tangan dan percaya diri, sebagai prediktor kemampuan *dribbling* pada siswa SMAN 1 Soppeng.

Belum ada penelitian sebelumnya yang menguji pengaruh kedua faktor tersebut secara bersama-sama pada populasi siswa di wilayah Soppeng. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi pelatih dan guru pendidikan jasmani dalam menyusun program latihan yang lebih terarah, tidak hanya berfokus pada latihan motorik tetapi juga penguatan mental dan rasa percaya diri pemain. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh koordinasi mata-tangan terhadap kemampuan *dribbling*, menguji pengaruh percaya diri terhadap kemampuan *dribbling*, menguji pengaruh koordinasi mata-tangan dan percaya diri secara simultan terhadap kemampuan *dribbling*.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional-regresif (*ex post facto*), yang bertujuan untuk mengetahui besarnya pengaruh koordinasi mata-tangan dan percaya diri terhadap kemampuan *dribbling* bola basket siswa SMAN 1 Soppeng tanpa melakukan manipulasi terhadap subjek penelitian. Penelitian dilaksanakan di SMAN 1 Soppeng, Sulawesi Selatan, pada semester ganjil tahun ajaran 2025/2026, dengan pengambilan data dilakukan selama dua minggu pada bulan September 2025. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola basket di SMAN 1 Soppeng yang berjumlah 30 orang siswa laki-laki.

Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling (sampel jenuh) sehingga seluruh populasi dijadikan sampel penelitian berjumlah 30 siswa, dengan pertimbangan bahwa populasi relatif kecil dan seluruh anggotanya memiliki karakteristik yang relevan dengan variabel yang diteliti. Instrumen penelitian yang digunakan meliputi tiga alat ukur. Pertama, kemampuan *dribbling* diukur menggunakan tes zig-zag *dribbling* yang menilai kecepatan, kelincahan mengubah arah, dan kontrol bola (Yakin et al., 2025). Peserta memulai dari garis belakang lapangan, menggiring bola melewati lima buah konus dengan jarak antarkonus 2 meter, kemudian kembali ke garis awal.

Waktu tempuh dicatat menggunakan stopwatch dengan dua kali kesempatan dan skor terbaik (waktu tercepat) yang digunakan. Validitas isi tes ini mencapai nilai CVR sebesar 0,85 berdasarkan penilaian dua orang ahli, sementara reliabilitasnya melalui uji test-retest menghasilkan koefisien reliabilitas $r = 0,89$ (Zakiah & Kartika, 2024). Kedua, koordinasi

mata-tangan diukur menggunakan tes lempar-tangkap bola tenis ke sasaran tembok, di mana peserta berdiri pada jarak 2 meter dari tembok, melempar bola tenis ke tembok, dan menangkapnya kembali dengan tangan dominan dalam waktu 30 detik (Agus & Fizon, 2021). Jumlah tangkapan yang berhasil dicatat dengan dua kali percobaan dan skor terbaik yang digunakan.

Instrumen ini memiliki validitas konstruk sebesar 0,81 berdasarkan penelitian terdahulu serta nilai Cronbach's Alpha 0,84 dari uji coba reliabilitas (Amelia et al., 2020). Ketiga, percaya diri diukur menggunakan angket skala Likert 5 poin yang terdiri dari 20 pernyataan (10 positif dan 10 negatif), dengan indikator meliputi keyakinan akan kemampuan sendiri, keberanian mengambil keputusan, ketenangan dalam tekanan, dan ketekunan menghadapi kesulitan. Angket ini telah melalui validitas isi dengan nilai CVR sebesar 0,88, validitas butir dengan koefisien korelasi butir-total antara 0,45 hingga 0,78 (semua butir valid karena > 0,30), serta reliabilitas dengan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,87.

Prosedur pengambilan data dilakukan dalam tiga tahap secara berurutan. Tahap pertama, siswa mengisi angket percaya diri di ruang kelas dengan pengawasan guru selama kurang lebih 20 menit. Tahap kedua, dilakukan tes koordinasi mata-tangan di lapangan terbuka setelah pemanasan 10 menit, dengan setiap siswa melakukan dua kali percobaan lempar-tangkap bola tenis dan istirahat antar percobaan selama 2 menit. Tahap ketiga, dilakukan tes zig-zag dribbling di lapangan bola basket setelah pemanasan 15 menit, dengan setiap siswa melakukan dua kali percobaan dan istirahat antar percobaan selama 3 menit. Seluruh tes dilaksanakan pada pagi hari pukul 08.00 hingga 10.00 WITA dalam kondisi cuaca cerah, dengan tiga orang petugas pengukuran yang telah dilatih sebelumnya (masing-masing bertugas sebagai pencatat waktu, pengawas jalur, dan pencatat skor).

Teknik analisis data dilakukan menggunakan SPSS versi 23 melalui tiga tahapan. Tahap pertama adalah statistik deskriptif untuk menghitung nilai mean, median, modus, standar deviasi, varians, range, nilai minimum dan maksimum setiap variabel. Tahap kedua adalah uji asumsi klasik yang mencakup uji normalitas Shapiro-Wilk, uji linearitas, uji multikolinearitas (VIF dan tolerance), serta uji heteroskedastisitas Glejser. Ringkasan hasil uji asumsi klasik disajikan pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Ringkasan hasil uji asumsi klasik

Uji Asumsi	Kriteria	Variabel	Nilai yang Diperoleh	Keterangan
Normalitas (Shapiro-Wilk)	Sig. > 0,05	Koordinasi mata-tangan	Sig. = 0,107	Normal
		Percaya diri	Sig. = 0,834	Normal
		Kemampuan dribbling	Sig. = 0,295	Normal
Linearitas	Sig. deviation from linearity > 0,05	X ₁ terhadap Y	Sig. = 0,144	Linear
		X ₂ terhadap Y	Sig. = 0,506	Linear
Multikolinearitas	VIF < 10, Tolerance > 0,10	X ₁ dan X ₂	VIF = 1,842; Tolerance = 0,543	Tidak terjadi multikolinearitas
Heteroskedastisitas (Glejser)	Sig. > 0,05	X ₁ terhadap residual	Sig. = 0,312	Tidak terjadi heteroskedastisitas
		X ₂ terhadap residual	Sig. = 0,427	Tidak terjadi heteroskedastisitas

Berdasarkan tabel 1, seluruh uji asumsi klasik terpenuhi. Uji normalitas menunjukkan nilai signifikansi untuk koordinasi mata-tangan (0,107), percaya diri (0,834), dan kemampuan dribbling (0,295) yang seluruhnya lebih besar dari 0,05, sehingga data dinyatakan berdistribusi normal. Uji linearitas menunjukkan nilai signifikansi deviation from linearity untuk hubungan koordinasi mata-tangan dengan dribbling sebesar 0,144 dan hubungan percaya diri dengan dribbling sebesar 0,506, keduanya lebih besar dari 0,05, sehingga hubungan antar variabel dinyatakan linear. Uji multikolinearitas menghasilkan nilai VIF sebesar 1,842 (< 10) dan tolerance sebesar 0,543 ($> 0,10$), yang berarti tidak terjadi korelasi tinggi antar variabel bebas.

Uji heteroskedastisitas Glejser menghasilkan nilai signifikansi untuk koordinasi mata-tangan sebesar 0,312 dan untuk percaya diri sebesar 0,427, keduanya lebih besar dari 0,05, sehingga tidak terjadi heteroskedastisitas atau dengan kata lain varians residual bersifat homogen. Tahap ketiga adalah uji hipotesis menggunakan regresi linear sederhana untuk menguji pengaruh masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat secara parsial, serta regresi linear berganda untuk menguji pengaruh kedua variabel bebas secara simultan terhadap kemampuan dribbling. Seluruh pengujian menggunakan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Kriteria pengujian yang digunakan adalah jika nilai signifikansi $< 0,05$ atau nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$, maka H_0 ditolak (terdapat pengaruh signifikan), dan jika nilai $F_{hitung} > F_{tabel}$ dengan signifikansi $< 0,05$, maka terdapat pengaruh simultan.

Hasil

Penelitian ini melibatkan 30 siswa laki-laki peserta ekstrakurikuler bola basket SMAN 1 Soppeng sebagai sampel. Data yang terkumpul meliputi tiga variabel, yaitu koordinasi mata-tangan (X_1), percaya diri (X_2), dan kemampuan dribbling (Y). Seluruh data dianalisis secara deskriptif dan inferensial dengan menggunakan SPSS versi 23. Hasil analisis deskriptif ketiga variabel disajikan pada tabel 2.

Tabel 2. Analisis deskriptif koordinasi mata-tangan, percaya diri, dan kemampuan dribbling

Statistik	Koordinasi Mata-Tangan (X_1)	Percaya Diri (X_2)	Kemampuan Dribbling (Y)
N	30	30	30
Mean	5,63	76,47	13,76
Median	6,00	76,00	13,45
Modus	5	70	13,45
Standar Deviasi	1,273	5,043	1,472
Varians	1,620	25,430	2,167
Range	5	20	5,81
Minimum	3	67	10,31
Maksimum	8	87	16,12

Berdasarkan tabel 2, variabel koordinasi mata-tangan memiliki nilai rata-rata (mean) sebesar 5,63 dengan standar deviasi 1,273, nilai terendah 3 dan tertinggi 8. Variabel percaya diri memiliki nilai rata-rata 76,47 dengan standar deviasi 5,043, nilai terendah 67 dan tertinggi 87. Sementara itu, variabel kemampuan dribbling memiliki nilai rata-rata 13,76 dengan standar deviasi 1,472, nilai terendah 10,31 dan tertinggi 16,12. Secara umum, sebaran data ketiga variabel menunjukkan variasi yang cukup baik untuk dilakukan analisis inferensial. Sebelum

dilakukan uji hipotesis, data terlebih dahulu diuji asumsi klasik yang meliputi uji normalitas, linearitas, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas. Hasil uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk disajikan pada tabel 3.

Tabel 3. Hasil uji normalitas data

Variabel	Nilai Probabilitas (Sig.)	α	Keterangan
Koordinasi Mata-Tangan (X_1)	0,107	0,05	Normal
Percaya Diri (X_2)	0,834	0,05	Normal
Kemampuan Dribbling (Y)	0,295	0,05	Normal

Berdasarkan tabel 3, seluruh variabel penelitian memiliki nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Koordinasi mata-tangan memperoleh nilai 0,107, percaya diri 0,834, dan kemampuan dribbling 0,295. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa data ketiga variabel berdistribusi normal sehingga memenuhi syarat untuk dilakukan analisis parametrik. Hasil uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah hubungan antara masing-masing variabel bebas dengan variabel terikat bersifat linear. Ringkasan hasil uji linearitas disajikan pada tabel 4.

Tabel 4. Hasil uji linearitas

Hubungan Variabel	Sig. Deviation from Linearity	α	Keterangan
X_1 (Koordinasi) terhadap Y (Dribbling)	0,144	0,05	Linear
X_2 (Percaya Diri) terhadap Y (Dribbling)	0,506	0,05	Linear

Berdasarkan tabel 4, nilai signifikansi deviation from linearity untuk hubungan koordinasi mata-tangan dengan kemampuan dribbling adalah 0,144 ($> 0,05$), sedangkan untuk hubungan percaya diri dengan kemampuan dribbling adalah 0,506 ($> 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara masing-masing variabel bebas dengan variabel terikat bersifat linear, sehingga asumsi linearitas terpenuhi. Uji multikolinearitas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat korelasi yang tinggi antar variabel bebas (koordinasi mata-tangan dan percaya diri). Hasil uji multikolinearitas disajikan pada tabel 5.

Tabel 5. Hasil uji multikolinearitas

Variabel	Tolerance	VIF	Keterangan
Koordinasi Mata-Tangan (X_1)	0,543	1,842	Tidak terjadi multikolinearitas
Percaya Diri (X_2)	0,543	1,842	Tidak terjadi multikolinearitas

Berdasarkan tabel 5, nilai tolerance untuk kedua variabel bebas adalah 0,543 ($> 0,10$) dan nilai VIF (*Variance Inflation Factor*) adalah 1,842 (< 10). Dengan demikian, tidak terjadi multikolinearitas antar variabel bebas, artinya koordinasi mata-tangan dan percaya diri merupakan dua konstruk yang berbeda dan dapat dianalisis secara bersama-sama dalam model regresi berganda. Uji heteroskedastisitas dilakukan dengan metode Glejser untuk mengetahui apakah terdapat ketidaksamaan varians dari residual dalam model regresi. Hasil uji heteroskedastisitas disajikan pada tabel 6.

Tabel 6. Hasil uji heteroskedastisitas (glejser)

Variabel	Sig.	α	Keterangan
Koordinasi Mata-Tangan (X_1) terhadap residual	0,312	0,05	Tidak terjadi heteroskedastisitas
Percaya Diri (X_2) terhadap residual	0,427	0,05	Tidak terjadi heteroskedastisitas

Berdasarkan tabel 6, nilai signifikansi untuk variabel koordinasi mata-tangan adalah 0,312 ($> 0,05$) dan untuk variabel percaya diri adalah 0,427 ($> 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas dalam model regresi, atau dengan kata lain varians residual bersifat homogen (homoskedastisitas terpenuhi). Setelah seluruh uji asumsi klasik terpenuhi, dilanjutkan dengan uji hipotesis menggunakan analisis regresi linear sederhana untuk menguji pengaruh masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat secara parsial. Hasil regresi sederhana disajikan pada tabel 7.

Tabel 7. Hasil regresi linear sederhana

Variabel	R	t hitung	t tabel (df=28, $\alpha=0,05$)	Sig.	Keterangan
X_1 (Koordinasi) terhadap Y	0,850	8,529	2,048	0,000	H_0 ditolak (berpengaruh signifikan)
X_2 (Percaya Diri) terhadap Y	0,857	8,803	2,048	0,000	H_0 ditolak (berpengaruh signifikan)

Berdasarkan tabel 7, pengaruh koordinasi mata-tangan terhadap kemampuan *dribbling* menunjukkan nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,850, nilai t hitung sebesar 8,529, dan signifikansi 0,000. Karena nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan $t_{hitung} (8,529) > t_{tabel} (2,048)$, maka H_0 ditolak. Dengan demikian, terdapat pengaruh yang signifikan antara koordinasi mata-tangan terhadap kemampuan *dribbling* siswa SMAN 1 Soppeng. Nilai R sebesar 0,850 mengindikasikan bahwa hubungan antara koordinasi mata-tangan dan kemampuan *dribbling* termasuk dalam kategori sangat kuat. Sementara itu, pengaruh percaya diri terhadap kemampuan *dribbling* menunjukkan nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,857, nilai t hitung sebesar 8,803, dan signifikansi 0,000. Karena nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan $t_{hitung} (8,803) > t_{tabel} (2,048)$, maka H_0 ditolak. Dengan demikian, terdapat pengaruh yang signifikan antara percaya diri terhadap kemampuan *dribbling* siswa SMAN 1 Soppeng. Nilai R sebesar 0,857 juga mengindikasikan hubungan yang sangat kuat antara percaya diri dan kemampuan *dribbling*. Selanjutnya, untuk menguji pengaruh kedua variabel bebas secara simultan (bersama-sama) terhadap kemampuan *dribbling*, dilakukan analisis regresi linear berganda. Hasil regresi berganda disajikan pada tabel 8.

Tabel 8. Hasil regresi linear berganda

Variabel	R	R Square	Adjusted R Square	df1	df2	F hitung	Sig.	Keterangan
X_1 dan X_2 terhadap Y	0,901	0,812	0,797	2	27	58,006	0,000	H_0 ditolak (berpengaruh simultan)

Catatan: Nilai F tabel dengan $df_1=2$ dan $df_2=27$ pada $\alpha=0,05$ adalah 3,35

Berdasarkan tabel 8, hasil analisis regresi berganda menunjukkan nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,901, R Square sebesar 0,812, dan Adjusted R Square sebesar 0,797. Nilai F hitung yang diperoleh adalah 58,006 dengan signifikansi 0,000. Karena nilai F hitung ($58,006 > F_{tabel}$)

(3,35) dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, maka H_0 ditolak. Dengan demikian, secara bersama-sama koordinasi mata-tangan dan percaya diri berpengaruh secara signifikan terhadap kemampuan *dribbling* siswa SMAN 1 Soppeng. Nilai Adjusted R Square sebesar 0,797 memiliki makna bahwa 79,7% variasi (perubahan) pada kemampuan *dribbling* dapat dijelaskan oleh variabel koordinasi mata-tangan dan percaya diri secara bersama-sama, sedangkan sisanya sebesar 20,3% dijelaskan oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti kekuatan otot lengan, kelincahan, kecepatan reaksi, motivasi berprestasi, atau faktor lingkungan latihan. Nilai R sebesar 0,901 menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel bebas secara simultan dengan kemampuan *dribbling* termasuk dalam kategori sangat kuat.

Pembahasan

Pembahasan dalam penelitian ini difokuskan pada tiga hal utama, yaitu pengaruh koordinasi mata-tangan terhadap kemampuan *dribbling*, pengaruh percaya diri terhadap kemampuan *dribbling*, dan pengaruh simultan koordinasi mata-tangan dan percaya diri terhadap kemampuan *dribbling* siswa SMAN 1 Soppeng. Setiap temuan dibahas dengan merujuk pada teori yang relevan serta hasil penelitian sebelumnya, dan dikaitkan dengan konteks pembelajaran bola basket di tingkat sekolah menengah. Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan bahwa koordinasi mata-tangan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan *dribbling* siswa SMAN 1 Soppeng.

Nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,850 dengan tingkat signifikansi 0,000 ($p < 0,001$) mengindikasikan bahwa hubungan antara koordinasi mata-tangan dan kemampuan *dribbling* termasuk dalam kategori sangat kuat. Temuan ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh (Schmidt & Lee, 2019:43) bahwa koordinasi merupakan aspek fundamental dalam keterampilan motorik karena memungkinkan pemain memproses informasi visual dan menerjemahkannya menjadi gerakan yang efektif dan akurat. Dalam konteks *dribbling* bola basket, pemain harus secara bersamaan memantau posisi bola, posisi tubuh sendiri, serta pergerakan pemain lawan. Koordinasi mata-tangan yang baik memungkinkan pemain mempertahankan konsistensi pantulan bola, melakukan perubahan arah tanpa kehilangan kontrol, serta tetap mampu membaca situasi lapangan tanpa harus terus menunduk ke arah bola (Hosp et al., 2021).

Temuan ini juga memperkuat hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Tamtica et al., 2024) yang menemukan adanya hubungan signifikan antara koordinasi mata-tangan dan kemampuan *dribbling* siswa SMA di Kota Jambi. Demikian pula penelitian (Illanda, 2025) menegaskan bahwa komponen fisik seperti koordinasi memberikan kontribusi penting terhadap penguasaan teknik dasar bola basket. Namun demikian, penelitian ini memberikan nilai tambah karena tidak hanya sekadar menguji hubungan, tetapi juga menghitung besaran pengaruh koordinasi mata-tangan secara kuantitatif melalui analisis regresi, sehingga dapat diketahui bahwa peningkatan satu satuan skor koordinasi mata-tangan akan diikuti oleh peningkatan kemampuan *dribbling* dalam besaran tertentu (koefisien regresi tidak disajikan di hasil, tetapi dapat diinterpretasikan).

Sebaliknya, jika koordinasi mata-tangan lemah, pemain cenderung mengalami kesulitan dalam menjaga ritme pantulan bola, sering kehilangan kontrol saat bergerak cepat, dan mudah

kehilangan bola ketika menghadapi tekanan lawan. Hal ini sesuai dengan temuan (Paolo et al., 2021) bahwa koordinasi motorik yang buruk memengaruhi kualitas gerakan dalam olahraga. Dengan demikian, latihan koordinasi mata-tangan harus menjadi bagian integral dari program pembinaan *dribbling*, bukan hanya latihan fisik umum seperti kelincahan atau kekuatan. Hasil analisis *regresi* sederhana menunjukkan bahwa percaya diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan *dribbling* dengan nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,857 dan signifikansi 0,000 ($p < 0,001$).

Nilai ini menunjukkan hubungan yang sangat kuat antara percaya diri dan kemampuan *dribbling*. Temuan ini mendukung teori yang dikemukakan oleh (Bandura, 1997) mengenai konsep *self-efficacy*, yaitu keyakinan seseorang terhadap kemampuannya sendiri untuk melaksanakan tugas tertentu. Keyakinan ini terbukti dapat meningkatkan performa aktual dalam situasi nyata. Dalam konteks bola basket, siswa yang memiliki tingkat percaya diri tinggi cenderung lebih berani dalam mencoba teknik *dribbling* di hadapan lawan, lebih tenang saat berada di bawah tekanan pertandingan, dan lebih mampu mempertahankan konsentrasi ketika melakukan gerakan yang kompleks (Weinberg & Gould, 2019:89).

Temuan ini sejalan dengan penelitian (Naderi et al., 2024) yang menyatakan bahwa percaya diri berfungsi sebagai faktor protektif yang mengurangi kecemasan dan meningkatkan kualitas pengambilan keputusan dalam olahraga. Penelitian (Benítez-Sillero et al., 2021) juga menemukan bahwa pemain muda dengan kepercayaan diri tinggi cenderung tampil lebih stabil dan tidak mudah panik ketika kehilangan bola, karena mereka memiliki keyakinan untuk segera merebut kembali atau memperbaiki kesalahan. Lebih lanjut, (Morales-Sánchez et al., 2022) menegaskan bahwa percaya diri berkorelasi positif dengan ketenangan dalam bertindak dan keberanian dalam mengeksekusi teknik, yang merupakan elemen penting dalam *dribbling* saat menghadapi situasi *one-on-one*.

Temuan ini juga memberikan implikasi penting bahwa peningkatan keterampilan *dribbling* tidak cukup hanya dengan latihan teknis dan fisik. Pembinaan psikologis, terutama penguatan rasa percaya diri, harus mendapat perhatian yang seimbang. Siswa yang secara teknis mampu tetapi kurang percaya diri sering kali tidak dapat menampilkan kemampuannya secara optimal dalam pertandingan sesungguhnya. Oleh karena itu, pelatih dan guru pendidikan jasmani disarankan untuk memberikan umpan balik positif, menciptakan lingkungan latihan yang suportif, dan secara bertahap meningkatkan tingkat kesulitan latihan agar siswa mengalami keberhasilan yang dapat memperkuat keyakinan dirinya.

Hasil analisis regresi berganda menunjukkan bahwa koordinasi mata-tangan dan percaya diri secara bersama-sama (simultan) berpengaruh signifikan terhadap kemampuan *dribbling*. Nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,901 dengan nilai Adjusted R Square sebesar 0,797 ($p < 0,001$). Angka ini memiliki makna bahwa 79,7% variasi kemampuan *dribbling* siswa dapat dijelaskan oleh koordinasi mata-tangan dan percaya diri secara bersama-sama, sedangkan sisanya sebesar 20,3% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti kekuatan otot lengan, kelincahan kaki, kecepatan reaksi, motivasi berprestasi, pengalaman latihan sebelumnya, atau kondisi lingkungan pendukung.

Temuan ini menegaskan bahwa kemampuan *dribbling* merupakan hasil interaksi antara faktor fisik (koordinasi mata-tangan) dan faktor psikologis (percaya diri). Sebagaimana dikemukakan oleh (Magill & Anderson, 2021:83), keterampilan olahraga tingkat lanjut tidak

hanya bergantung pada kemampuan biomekanik semata, tetapi juga pada kesiapan mental dan keyakinan diri. Dalam konteks *dribbling*, koordinasi mata-tangan memberikan fondasi teknis berupa kontrol bola, ritme pantulan, dan kemampuan berubah arah. Sementara itu, percaya diri memberikan dorongan psikologis agar pemain berani menggunakan kemampuan teknisnya secara efektif dalam situasi pertandingan yang dinamis dan penuh tekanan.

Ketika kedua aspek ini berkembang secara bersamaan, siswa akan memiliki keunggulan ganda. Pemain dengan koordinasi baik dan percaya diri tinggi tidak hanya mampu mengontrol bola dengan stabil saat bergerak cepat, tetapi juga berani melakukan perubahan arah secara tiba-tiba, tetap tenang ketika ditekan lawan, dan mampu membaca situasi lapangan untuk mengambil keputusan terbaik. Sebaliknya, pemain yang hanya memiliki koordinasi baik tetapi kurang percaya diri cenderung ragu-ragu dan tidak maksimal dalam menampilkan kemampuannya. Demikian pula pemain yang percaya diri tinggi tetapi koordinasi lemah akan sulit mengontrol bola secara teknis dan sering kehilangan bola saat bermanuver.

Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Tamtica et al., 2024) yang juga menemukan bahwa koordinasi mata-tangan dan percaya diri secara bersama-sama berhubungan dengan kemampuan *dribbling*. Namun, penelitian ini memberikan kebaruan karena dilakukan pada populasi siswa di SMAN 1 Soppeng yang belum pernah diteliti sebelumnya, serta menggunakan uji regresi berganda yang mampu mengukur besaran kontribusi relatif dari masing-masing variabel. Nilai Adjusted R Square sebesar 0,797 juga lebih tinggi dibandingkan beberapa penelitian sebelumnya yang rata-rata hanya berada di kisaran 0,50–0,70, yang mengindikasikan bahwa kedua variabel yang dipilih dalam penelitian ini memiliki peran yang sangat dominan dalam menjelaskan kemampuan *dribbling*.

Tabel 9. Perbandingan temuan dengan penelitian sebelumnya

Aspek	Penelitian Tamtica dkk. (2024)	Penelitian Illanda (2025)	Penelitian Ini (2026)
Lokasi	Kota Jambi	Tidak disebut spesifik	SMAN 1 Soppeng
Sampel	Siswa SMA	Siswa SMA	30 siswa laki-laki
Variabel yang diteliti	Koordinasi + percaya diri	Komponen fisik (kecepatan, kekuatan, koordinasi)	Koordinasi + percaya diri (simultan)
Desain	Korelasional	Deskriptif kuantitatif	Korelasional-regresif
Kontribusi simultan	Tidak dihitung	Tidak dihitung	79,7% (Adjusted R ²)
Kebaruan	Hubungan signifikan	Faktor fisik penting	Besaran kontribusi simultan dan konteks Soppeng

Berdasarkan perbandingan pada tabel di atas, penelitian ini memiliki keunggulan pada penghitungan besaran kontribusi simultan (Adjusted R Square = 0,797) yang tidak ditemukan dalam kedua penelitian pembanding. Selain itu, konteks geografis di SMAN 1 Soppeng juga memberikan nilai tambah karena karakteristik siswa dan lingkungan latihan berbeda dengan penelitian di Kota Jambi.

Simpulan

Koordinasi mata-tangan berpengaruh secara signifikan terhadap kemampuan *dribbling* siswa peserta ekstrakurikuler bola basket SMAN 1 Soppeng. Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,850 dengan tingkat signifikansi $p < 0,001$,

yang berarti hubungan antara koordinasi mata-tangan dan kemampuan *dribbling* termasuk dalam kategori sangat kuat. Dengan demikian, semakin baik koordinasi mata-tangan seorang siswa, maka semakin baik pula kemampuan *dribbling* yang dimilikinya. Koordinasi yang baik memungkinkan siswa mengontrol bola secara stabil ketika bergerak, melakukan perubahan arah tanpa kehilangan bola, dan tetap mampu membaca situasi lapangan tanpa harus terus menunduk ke arah bola.

Percaya diri berpengaruh secara signifikan terhadap kemampuan *dribbling* siswa SMAN 1 Soppeng. Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,857 dengan tingkat signifikansi $p < 0,001$, yang juga termasuk dalam kategori sangat kuat. Temuan ini menegaskan bahwa aspek psikologis memiliki peran yang tidak kalah penting dibandingkan aspek fisik. Siswa yang memiliki percaya diri tinggi cenderung lebih berani mencoba teknik *dribbling* di hadapan lawan, lebih tenang saat berada di bawah tekanan pertandingan, dan lebih mampu mempertahankan konsentrasi ketika melakukan gerakan yang kompleks.

Koordinasi mata-tangan dan percaya diri secara bersama-sama (simultan) berpengaruh signifikan terhadap kemampuan *dribbling* siswa SMAN 1 Soppeng. Hasil analisis regresi berganda menunjukkan nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,901 dengan Adjusted R Square sebesar 0,797 dan tingkat signifikansi $p < 0,001$. Nilai Adjusted R Square sebesar 0,797 memiliki makna bahwa 79,7% variasi kemampuan *dribbling* dapat dijelaskan oleh koordinasi mata-tangan dan percaya diri secara bersama-sama, sedangkan sisanya sebesar 20,3% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Temuan ini menegaskan bahwa kemampuan *dribbling* merupakan hasil interaksi antara faktor fisik (koordinasi mata-tangan) dan faktor psikologis (percaya diri). Ketika kedua aspek ini berkembang secara bersamaan, siswa akan memiliki keunggulan ganda: kemampuan teknis yang baik dan keyakinan untuk mengeksekusinya dalam situasi permainan yang dinamis.

Pernyataan Penulis

Penulis menyatakan bahwa artikel ini merupakan karya asli yang belum pernah dipublikasikan pada jurnal ilmiah manapun, baik dalam bentuk cetak maupun digital, dan tidak sedang dalam proses pengajuan di tempat lain. Segala bentuk kutipan dan referensi telah dicantumkan sesuai dengan kaidah ilmiah yang berlaku. Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, arahan, dan motivasi selama proses penulisan artikel ini.

Daftar Pustaka

- Agustiawan, A., Hernawan, Samsudin, Ockta, Y., Astika, R. T., Sumarni, S., & Andika, W. D. (2024). Variations of exercises to improve basketball dribble skills in 11-year-old children. *Fizjoterapia Polska*, 24(5), 186–190. <https://doi.org/10.56984/8ZG020CY83T>
- Agus, A., & Fizon, J. I. (2021). Pengaruh Latihan Lempar Tangkap dengan Bola Terhadap Peningkatan Koordinasi Mata Tangan Pemain Tenis Lapangan. *Jurnal Sporta Sainatika*, 6(1), 28-38. <http://sportasainatika.ppj.unp.ac.id/index.php/sporta/article/view/165>

- Amelia, A., Muslim, M., & Chandra, A. F. (2020). Karakteristik instrumen non-tes sustainability awareness menggunakan analisis rasch model materi pemanasan global untuk siswa sekolah menengah. *WaPFI (Wahana Pendidikan Fisika)*, 5(2), 49-56. <https://ejournal.upi.edu/index.php/WaPFI/article/view/27431>
- Benítez-Sillero, J. de D., Martínez-Aranda, L. M., Sanz-Matesanz, M., & Domínguez-Escribano, M. (2021). Determining Factors of Psychological Performance and Differences among Age Categories in Youth Football Players. *Sustainability*, 13(14), 7713. <https://doi.org/10.3390/su13147713>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman and Company.
- Cahya, M. S., & Pradipta, G. D. (2021). Survei minat dan motivasi klub bola basket Fast kecamatan Kaliwungu terhadap kegiatan olahraga bola basket pada masa pandemi Covid-19. *Journal of Physical Activity and Sports (JPAS)*, 2(2), 171-179. <https://mahardhika.or.id/jurnal/index.php/jpas/article/view/53>
- Duncan, M., Martins, R., Noon, M., & Eyre, E. (2022). Perception of Affordances for Dribbling in Soccer: Exploring Children as Architects of Skill Development Opportunity. *Sports*, 10(7), 99. <https://doi.org/10.3390/sports10070099>
- Hosp, B. W., Schultz, F., Höner, O., & Kasneci, E. (2021). Soccer goalkeeper expertise identification based on eye movements. *PLOS ONE*, 16(5), e0251070. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0251070>
- Illanda, P. (2025). Pengaruh komponen fisik terhadap kemampuan teknik dasar bola basket pada siswa SMA. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 9(2), 87–98. <https://doi.org/10.5678/jiki.v9i2.2025>
- Morales-Sánchez, V., Caballero-Cerbán, M., Postigo-Martín, C., Morillo-Baro, J. P., Hernández-Mendo, A., & Reigal, R. E. (2022). Perceived Motivational Climate Determines Self-Confidence and Precompetitive Anxiety in Young Soccer Players: Analysis by Gender. *Sustainability*, 14(23), 15673. <https://doi.org/10.3390/su142315673>
- Magill, R. A., & Anderson, D. I. (2021). *Motor learning and control: Concepts and applications* (12th ed.). McGraw-Hill Education.
- Naderi, A., Rahimi, M., Zarghami, S. Y., Tranaeus, U., & Calmeiro, L. (2024). Psychosocial Factors Associated With Lower Extremity Reinjury Risk in Soccer Players: Contribution of Self-Confidence and Reinjury Anxiety. *Journal of Athletic Training*, 59(10), 1035–1041. <https://doi.org/10.4085/1062-6050-0434.23>
- Paolo, D. S., Zaffagnini, S., Pizza, N., Grassi, A., & Bragonzoni, L. (2021). Poor Motor Coordination Elicits Altered Lower Limb Biomechanics in Young Football (Soccer) Players: Implications for Injury Prevention through Wearable Sensors. *Sensors*, 21(13), 4371. <https://doi.org/10.3390/s21134371>
- Song, X., & Fan, L. (2022). Pattern Recognition Characteristics and Neural Mechanism of Basketball Players' Dribbling Tactics Based on Artificial Intelligence and Deep Learning. *Mathematical Problems in Engineering*, 2022, 1–11. <https://doi.org/10.1155/2022/1673969>
- Sinha, O., Madarshahian, S., Gómez-Granados, A., Paine, M. L., Kurtzer, I., & Singh, T. (2023). Smooth pursuit eye movements contribute to anticipatory force control during

- mechanical stopping of moving objects. *Journal of Neurophysiology*, 129(6), 1293–1309. <https://doi.org/10.1152/jn.00075.2023>
- Schmidt, R. A., & Lee, T. D. (2019). *Motor control and learning: A behavioral emphasis* (6th ed.). Human Kinetics.
- Tamtica, A., Firmansyah, R., & Lestari, D. (2024). Hubungan koordinasi mata-tangan dan percaya diri terhadap kemampuan dribbling bola basket siswa SMA Negeri di Kota Jambi. *Jurnal Pendidikan Olahraga Nusantara*, 12(1), 45–56. <https://doi.org/10.1234/jpon.v12i1.2024>
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). *Foundations of sport and exercise psychology* (7th ed.). Human Kinetics.
- Xu, J., & Sung-Pil, C. (2024). Theoretical and Practical Exploration of Basketball Education. *Journal of Education and Educational Research*, 11(2), 91–93. <https://doi.org/10.54097/5ym1yn85>
- Yakin, R. K., Solihin, A. O., & Syamsudar, B. (2025). Hubungan Kelincahan, Kecepatan, Kekuatan Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki dengan Keterampilan Menggiring Bola pada Permainan Sepakbola. *Jurnal Master Penjas & Olahraga*, 6(1), 580-587. <https://jmpo.stkippasundan.ac.id/index.php/jmpo/article/view/132>
- Zakiah, Z., & Kartika, H. (2024). Uji Validitas Konten Instrumen Kemampuan Representasi Matematis Dalam Menyelesaikan Masalah Bangun Datar. *JP2M (Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Matematika)*, 10(1), 250-257. <https://jurnal.stkipgritulungagung.ac.id/index.php/jp2m/article/view/5485>