

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi *core stability* terhadap akurasi *free throw* pemain bola basket di SMP Negeri 1 Kersamanah. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Populasi penelitian adalah pemain bola basket putri SMP Negeri 1 Kersamanah dengan sampel sebanyak 20 orang yang ditentukan menggunakan teknik sampling jenuh. Instrumen penelitian menggunakan tes *plank* untuk mengukur *core stability* dan tes *free throw* sebanyak 10 kali percobaan untuk mengukur akurasi tembakan. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif, uji prasyarat analisis, dan regresi linear sederhana dengan bantuan program SPSS. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata *core stability* sebesar 46,65 detik dan rata-rata akurasi *free throw* sebesar 4,55. Hasil analisis memperoleh koefisien korelasi sebesar 0,757 dengan nilai R Square sebesar 0,573. Artinya, *core stability* memberikan kontribusi sebesar 57,3% terhadap akurasi *free throw*, sedangkan 42,7% dipengaruhi faktor lain di luar model penelitian. Hasil uji t menunjukkan nilai t sebesar 4,913 dengan signifikansi 0,000. Dengan demikian, terdapat kontribusi positif dan signifikan *core stability* terhadap akurasi *free throw*. *Core stability* berperan sebagai faktor pendukung dalam menjaga stabilitas batang tubuh, keseimbangan, dan kontrol gerakan saat melakukan *free throw*. Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan mempertahankan stabilitas tubuh dapat mendukung konsistensi pelaksanaan gerak dan hasil tembakan pemain selama melakukan *free throw*.

Kata kunci: *core stability*, akurasi, *free throw*, bola basket.