

**HUBUNGAN KECEPATAN DAN KELINCAHAN DENGAN  
KEMAMPUAN *DRIBBLING* BOLA PADA TIM FUTSAL SMK  
HASANAH PEKANBARU**

**SKRIPSI**

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Strata Satu (S1)  
Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Universitas Islam Riau*



**OLEH**

**MARTA SUSILA DHARMA**  
**NPM. 166610443**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS ISLAM RIAU  
PEKANBARU  
2021**

**HUBUNGAN KECEPATAN DAN KELINCAHAN DENGAN KEMAMPUAN *DRIBBLING*  
BOLA PADA TIM FUTSAL SMK HASANAH PEKANBARU**

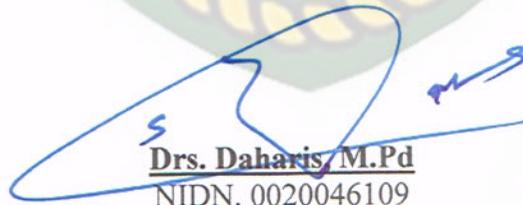
**SKRIPSI**

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Strata Satu (S1)  
Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Universitas Islam Riau*



**OLEH**  
**MARTA SUSILA DHARMA**  
**NPM. 166610443**

Pembimbing Utama

  
**Drs. Daharis M.Pd**  
NIDN. 0020046109

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS ISLAM RIAU  
PEKANBARU  
2021**

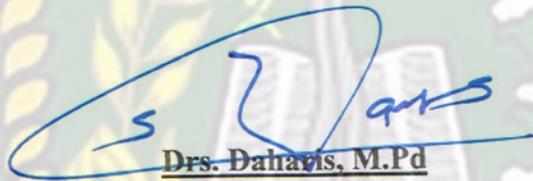
## PENGESAHAN SKRIPSI

### HUBUNGAN KECEPATAN DAN KELINCAHAN DENGAN KEMAMPUAN *DRIBBLING* BOLA PADA TIM FUTSAL SMK HASANAH PEKANBARU

Dipersiapkan oleh :

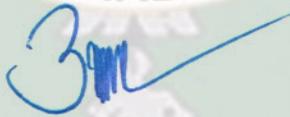
Nama : Marta Susila Dharma  
NPM : 166610443  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

#### **Pembimbing Utama**



**Drs. Dahavis, M.Pd**  
NIDN. 0020046109

**Mengetahui**  
**Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**



**Leni Apriani, S.Pd., M.Pd**  
NIDN. 1005048901

Skrripsi ini Telah Diterima Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau

**Dekan FKIP UIR**



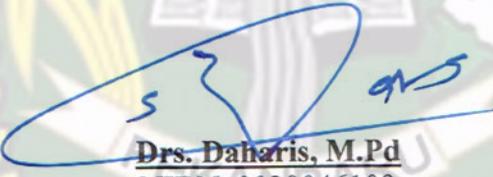
**Dr. Sri Amnah, S.Pd., M.Si**  
NIDN. 0007107005

## PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Marta Susila Dharma  
NPM : 166610443  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Judul skripsi : Hubungan Kecepatan Dan Kelincahan Dengan Kemampuan *Dribbling* Bola Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru

Disetujui Oleh :

**Pembimbing Utama**



**Drs. Daharis, M.Pd**  
NIDN. 0020046109

Mengetahui  
Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Islam Riau



**Leni Apriani, S.Pd., M.Pd**  
NIDN. 1005048901

## SURAT KETERANGAN

Kami pembimbing skripsi dengan ini menerangkan bahwa yang tersebut di

bawah ini :

Nama : Marta Susila Dharma  
NPM : 166610443  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Telah selesai menyusun Skripsi dengan judul :

**“Hubungan Kecepatan Dan Kelincahan Dengan Kemampuan *Dribbling* Bola Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru”**

Dengan surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana perlunya.

Disetujui Oleh :

**Pembimbing Utama**



**Drs. Daharjis, M.Pd**  
NIDN. 0020046109

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Marta Susila Dharma  
NPM : 166610443  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Judul Skripsi : Hubungan Kecepatan Dan Kelincahan Dengan Kemampuan *Dribbling* Bola Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi yang saya buat sesuai dengan aturan penulisan skripsi dan tidak melakukan plagiat.
2. Penulisan yang saya lakukan murni karya saya sendiri dan di bimbing oleh dosen yang telah ditunjuk oleh Dekan FKIP Universitas Islam Riau.
3. Jika ditemukan isi skripsi yang merupakan duplikat dari skripsi orang lain, maka saya menerima sanksi pencabutan gelar dan ijazah yang telah saya terima dan saya bersedia dituntut sesuai dengan peraturan dan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sadar dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Pekanbaru, Februari 2021  
Penulis,



Marta Susila Dharma  
NPM. 166610443

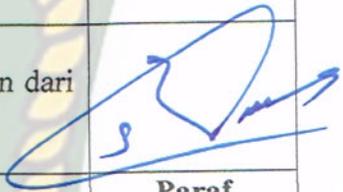
## PERBAIKAN UJIAN SKRIPSI

Nama : Marta Susila Dharma

NPM : 166610443

Judul Skripsi : **Hubungan Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Bola Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.**

Pembimbing Utama : Drs. Daharis, M.Pd

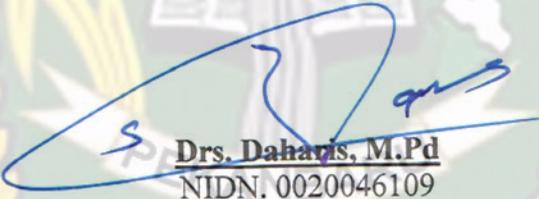
No	Nama Dosen Pembimbing	Saran-Saran	Paraf
1	Drs. Daharis, M.Pd	1. Ganti judul sesuai dengan saran dari dosen penguji.	
No	Nama Dosen Pengarah	Saran-Saran	Paraf
1	Leni Apriani, S.Pd., M.Pd	1. Perbaiki penulisan 2. Tambah teknik pengambilan sampel 3. Perbaiki ukuran kertas 4. Tunjukkan jurnal tes <i>dribble</i> futsal	
2	Novri Gazali, S.Pd., M.Pd	1. Judul ganti "terhadap" menjadi "dengan" 2. Perbaiki abstrak 3. Tambah jurnal relevan di pembahasan 4. Cek pengulangan tes kelincahan, sesuaikan di lampiran	

## PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Marta Susila Dharma  
NPM : 166610443  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Judul skripsi : Hubungan Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Bola Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru

Disetujui Oleh :

**Pembimbing Utama**

  
**Drs. Daharis, M.Pd**  
NIDN. 0020046109

Mengetahui  
Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Islam Riau

  
**Leni Apriani, S.Pd., M.Pd**  
NIDN. 1005048901



**YAYASAN LEMBAGA PENDIDIKAN ISLAM (YLPI) RIAU**  
**UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

F.A.3.10

Jalan Kaharuddin Nasution No. 113 P. Marpoyan Pekanbaru Riau Indonesia – Kode Pos: 28284  
 Telp. +62 761 674674 Fax. +62 761 674834 Website: [www.uir.ac.id](http://www.uir.ac.id) Email: [info@uir.ac.id](mailto:info@uir.ac.id)

**KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR**  
**SEMESTER GANJIL TA 2020/2021**

NPM : 166610443  
 Nama Mahasiswa : MARTA SUSILA DHARMA  
 Dosen Pembimbing : 1. Drs DAHARIS M.Pd 2. Drs DAHARIS M.Pd  
 Program Studi : PENDIDIKAN OLAAHRAGA (PENJASKESREK)  
 Judul Tugas Akhir : Hubungan kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan dribling bola pada tim futsal SMK Hasanah Pekanbaru.  
 Judul Tugas Akhir (Bahasa Inggris) : The relationship of speed and agility to the ability to dribble in the futsal team of SMK Hasanah Pekanbaru  
 Lembar Ke : 1

NO	Hari/Tanggal Bimbingan	Materi Bimbingan	Hasil / Saran Bimbingan	Paraf Dosen Pembimbing
1	08-02-2020	Pengajuan judul penelitian	Judul diterima	
2	12-02-2020	Acc penetapan dosen pembimbing	Membuat proposal penelitian sesuai dengan judul penelitian	
3	17-03-2020	Revisi proposal bab I	Perbaiki latar belakang, dan identifikasi masalah, perbaiki jenis penelitian	
4	22-08-2020	Revisi proposal bab II	Rapikan dan ulas teori	
5	31-09-2020	Revisi proposal	Perbaiki teknik analisa data	
6	07-20-2020	Acc proposal	Acc proposal untuk ujian	
7	09-11-2020	Ujian seminar proposal	Ujian seminar proposal	
8	15-01-2021	Revisi proposal	Perbaiki proposal sesuai arahan dosen penguji	
9	18-01-2021	Bimbingan skripsi	Perbaiki tabel dan grafik di deskripsi data	
10	20-01-2021	Revisi skripsi	Perbaiki lampiran dan perbaiki abstrak	
11	21-01-2021	Acc skripsi	Acc untuk ujian skripsi	

Pekanbaru, Januari 2021

Dekan



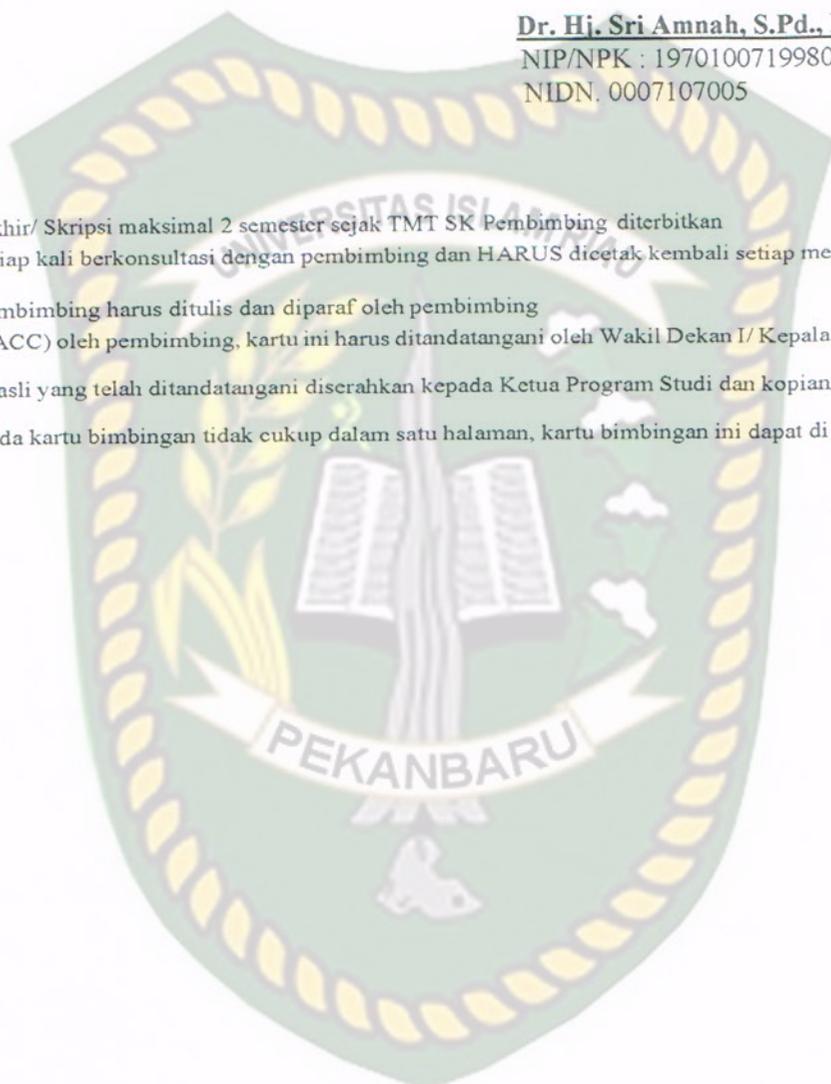
UKL0UTDMAU82EVPRZTBJQ0DHQ

**Dr. Hj. Sri Amnah, S.Pd., M.Si**

NIP/NPK : 197010071998032002

NIDN. 0007107005

1. Lama bimbingan Tugas Akhir/ Skripsi maksimal 2 semester sejak TMT SK Pembimbing diterbitkan
2. Kartu ini harus dibawa setiap kali berkonsultasi dengan pembimbing dan HARUS dicetak kembali setiap memasuki semester baru melalui SIKAD
3. Saran dan koreksi dari pembimbing harus ditulis dan diparaf oleh pembimbing
4. Setelah skripsi disetujui (ACC) oleh pembimbing, kartu ini harus ditandatangani oleh Wakil Dekan I/ Kepala departemen/Ketua prodi
5. Kartu kendali bimbingan asli yang telah ditandatangani diserahkan kepada Ketua Program Studi dan kopiannya dilampirkan pada skripsi.
6. Jika jumlah pertemuan pada kartu bimbingan tidak cukup dalam satu halaman, kartu bimbingan ini dapat di download kembali melalui SIKAD



## ABSTRAK

**Marta Susila Dharma. 2021. Hubungan Kecepatan Dan Kelincahan Dengan Kemampuan *Dribbling* Bola Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada tim futsal SMK Hasanah Pekanbaru. Adapun jenis penelitian ini adalah korelasi ganda. Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah tim futsal SMK Hasanah Pekanbaru yang berjumlah 13 orang. Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes lari 30 meter untuk mengukur kecepatan dan tes kelincahan dengan *shuttle run* (lari bolak-balik), dan tes kemampuan mendribbling bola futsal. Teknik analisa data yang digunakan adalah uji nilai korelasi ganda. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat ditarik suatu kesimpulan sebagai berikut (1) Terdapat hubungan kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* bola Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru, (2) Terdapat hubungan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru (3) Terdapat hubungan kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru. Kepada peneliti selanjutnya agar meneliti lebih dalam lagi tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan *dribbling* futsal.

**Kata Kunci:** kecepatan, kelincahan, kemampuan *dribbling* bola

## ABSTRACT

**Marta Susila Dharma, 2021. The Relationship of Speed and Agility to the Ability to Dribble in the Futsal Team of SMK Hasanah Pekanbaru.**

The purpose of this research was to see the speed of the relationship and the agility of the ball dribbling skills in the futsal team of SMK Hasanah Pekanbaru. This type of research is a dual version. The population and sample in this study were the futsal team of SMK Hasanah Pekanbaru who wanted 13 people. The research instrument used was a 30 meter running test to measure speed and an agility test with a shuttle run, and a test of the ability to dribble a futsal ball. The data analysis technique used was multiple value tests. Based on the results of the research that has been done, the following conclusions can be drawn (1) There is a relationship of speed to the dribbling ability of the Futsal Team of SMK Hasanah Pekanbaru, (2) There is a relationship of agility to the dribbling ability of the Futsal Team of SMK Hasanah Pekanbaru (3) and agility to ability dribbling ball for the Futsal Team of Hasanah SMK Pekanbaru. To the next researchers, it is necessary to investigate the factors that affect the ability of futsal dribbling

**Keywords:** relationship speed, ability to dribble agility

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, atas segala rahmat dan karuniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini, dengan judul **“Hubungan Kecepatan Dan Kelincahan Dengan Kemampuan *Dribbling* Bola Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru”**. Penulisan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk gelar sarjana pendidikan pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.

Karena keterbatasan ilmu dan pengetahuan yang penulis miliki, maka dengan tangan terbuka dan hati yang lapang penulis menerima kritik dan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak demi kesempurnaan dimasa yang akan datang. Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi yaitu :

1. Bapak Drs. Daharis. M. Pd sebagai pembimbing utama yang sudah meluangkan waktu dan tempat untuk mengarahkan serta pembimbing penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
2. Ibu Leni Apriani, S.Pd., M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Islam Riau merangkap sebagai dosen penguji utama yang telah memberikan saran-saran hingga skripsi ini dapat disempurnakan.
3. Bapak Dr. Raffly Henjilito, S.Pd., M.Pd sebagai Sekretaris Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Islam Riau.

4. Bapak Novri Gazali, S.Pd., M.Pd sebagai dosen penguji kedua yang telah memberikan kritikan sehingga penulisan skripsi ini dapat lebih dirapikan.
5. Bapak/Ibu Dosen dan staf pegawai tata usaha Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau yang telah memberikan pengajaran dan berbagai disiplin Ilmu kepada peneliti selama peneliti belajar di Universitas Islam Riau.
6. Teruntuk orang tua tercinta serta kakak dan adik yang selalu memberikan semangat dan dorongan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Teman-teman seperjuangan khususnya angkatan 2016 Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, kerabat, teman dekat, dan semua pihak yang telah banyak membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis sangat mengharapkan agar skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah membantu pelaksanaan penelitian ini. Semoga segala bantuan yang diberikan menjadi amal baik dan mendapatkan balasan dari Allah SWT, Amin ya Robbal Alamin

Pekanbaru, Februari 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>PENGESAHAN SKRIPSI</b> .....	i
<b>PERSETUJUAN SKRIPSI</b> .....	ii
<b>SURAT KETERANGAN</b> .....	iii
<b>ABSTRAK</b> .....	iv
<b>ABSTRACT</b> .....	v
<b>BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI</b> .....	vi
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	vii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	x
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xii
<b>DAFTAR GRAFIK</b> .....	xiv
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xv
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Pembatasan Masalah .....	5
D. Perumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA</b> .....	6
A. Landasan Teori.....	8
1. Hakekat Kecepatan.....	8
a. Pengertian Kecepatan .....	8
b. Faktor Yang Mempengaruhi Kecepatan .....	10
2. Hakekat Kelincahan .....	12
a. Pengertian Kelincahan.....	12
b. Faktor yang Mempengaruhi Kelincahan .....	13
3. Hakikat <i>Dribbling</i> Bola.....	14
a. Pengertian <i>Dribbling</i> Bola .....	14
b. Teknik <i>Dribbling</i> Bola .....	17
B. Kerangka Pemikiran.....	18

C. Hipotesis Penelitian .....	19
<b>BAB III. METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>20</b>
A. Jenis Penelitian.....	20
B. Populasi dan Sampel .....	20
C. Defenisi Operasional.....	21
D. Pengembangan Instrumen .....	22
E. Teknik Pengumpulan Data .....	25
F. Teknik Analisa Data .....	25
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>20</b>
A. Deskripsi Data.....	20
B. Analisa Data.....	33
C. Pembahasan.....	35
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>38</b>
A. Kesimpulan .....	38
B. Saran .....	38
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>38</b>

Dokumen ini adalah Arsip Miik :



## DAFTAR TABEL

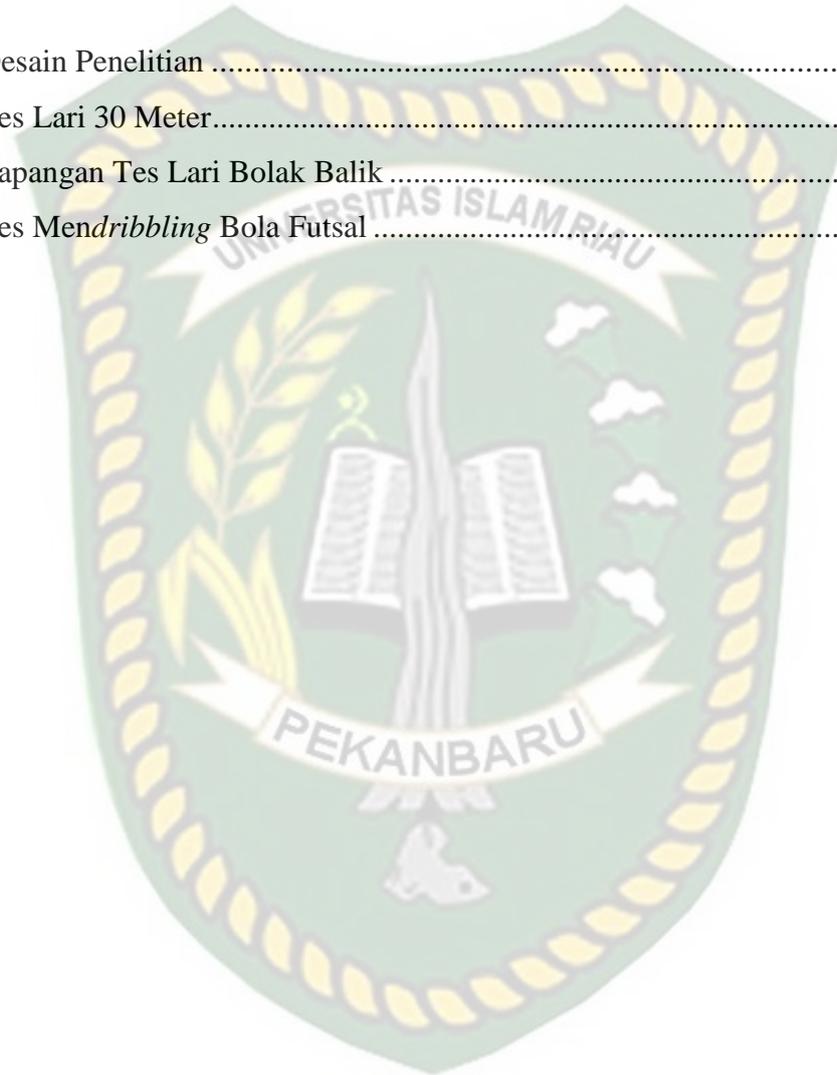
	<b>Halaman</b>
1. Kategori Nilai Korelasi.....	27
2. Distribusi Frekuensi Kecepatan (X1) Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.....	29
3. Distribusi Frekuensi Kelincahan (X2) Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.....	31
4. Distribusi Frekuensi Hasil <i>Mendribbling</i> Bola (Y) Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru .....	32

Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
1. Desain Penelitian .....	20
2. Tes Lari 30 Meter.....	22
3. Lapangan Tes Lari Bolak Balik .....	23
4. Tes <i>Mendribbling</i> Bola Futsal .....	25



## DAFTAR GRAFIK

	<b>Halaman</b>
1. Histogram Sebaran Data Kecepatan (X1) Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.....	30
2. Histogram Frekuensi Data Kelincahan (X2) Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.....	31
3. Histogram Frekuensi Skor Variabel Y Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.....	33

Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau



## DAFTAR IAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
1. Tabel Data Hasil Tes Kecepatan Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru .....	42
2. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Kecepatan Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.....	43
3. Tabel Data Hasil Tes Kelincahan Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru .....	44
4. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Kecepatan Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.....	45
5. Tabel Data Hasil Tes <i>Mendribbling</i> Bola Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.....	46
6. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes <i>Mendribbling</i> Bola Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru .....	47
7. Korelasi X1 (Kecepatan) ke Y (Hasil <i>Mendribbling</i> Bola) .....	48
8. Korelasi X2 (Kelincahan) ke Y (Hasil <i>Mendribbling</i> Bola).....	50
9. Korelasi X1 (Kecepatan) ke X2 (Kelincahan).....	52
10. Korelasi X1, X2 ke Y .....	54
11. R tabel.....	55
12. Dokumentasi Penelitian .....	56

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan suatu kegiatan yang diminati oleh masyarakat dalam menjaga dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran tubuh. Kegiatan olahraga dapat mengembangkan potensi setiap individu. Melalui kegiatan olahraga, individu dapat menyalurkan minat dan bakatnya untuk lebih baik. Kegiatan olahraga dilaksanakan dan dikembangkan melalui kegiatan pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani di sekolah merupakan bagian dari tujuan pendidikan nasional, yang mana olahraga pendidikan di sekolah bertujuan untuk mengembangkan kemampuan serta keterampilan, meningkatkan pertumbuhan fisik, meningkatkan karakter moral serta mental, dan mengembangkan sikap sportif.

Pentingnya pembinaan keolahragaan nasional tertuang dalam undang-undang No.3 Tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional pasal 25 ayat 1 dijelaskan bahwa : “Pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan dilaksanakan dan diarahkan sebagai satu kesatuan yang sistematis dan berkesinambungan dengan sistem pendidikan nasional”.

Dari kutipan undang-undang di atas maka dapat dipahami bahwa pemerintah Indonesia sangat mendukung keolahragaan nasional sehingga olahraga dimasukkan ke dalam sistem pendidikan formal untuk mencapai olahraga pendidikan yang baik dan benar dibutuhkan suatu pembinaan yang dilakukan

secara terencana dan berkelanjutan di sesuaikan dengan perkembangan ilmu pengetahuan olahraga.

Berdasarkan landasan filosofis di atas dan demi mewujudkan potensi-potensi jasmaniah di masa mendatang. Pendidikan jasmani dapat dibentuk dalam unit kegiatan olahraga, kelas olahraga, pusat pembinaan dan pelatihan, sekolah olahraga yang berkelanjutan, guna untuk menumbuh kembangkan prestasi olahraga dilembaga pendidikan serta mampu mencapai prestasi dalam olahraga yang digelutinya.

Banyak cabang olahraga di sekolah yang dibentuk sebagai tim sekolah. Salah satunya adalah tim futsal. Futsal merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat digemari oleh sebagian besar siswa bahkan mendapat simpati dari masyarakat Indonesia. Futsal juga digemari oleh semua lapisan masyarakat baik dari tingkat daerah, nasional, internasional, anak-anak, dewasa, hingga orang tua. Futsal juga dikenal dengan berbagai nama lain yaitu (futbol sala dalam bahasa spanyol berarti sepak bola dalam ruangan). Tujuan permainan futsal adalah memasukan bola ke gawang lawan dengan memanipulasi bola dengan kaki. Setiap tim memiliki lima pemain utama dan diizinkan memiliki pemain cadangan.

Teknik dasar dalam bermain futsal meliputi beberapa hal. Teknik dasar yang harus dikuasai dalam bermain futsal adalah mengumpan (*passing*), menahan bola (*control*), mengumpan lambung (*chipping*), menggiring bola (*dribbling*) dan menembak bola (*shooting*). Khusus untuk teknik *dribbling* bola memiliki peranan penting terhadap permainan futsal. Teknik *dribbling* merupakan keterampilan penting dan mutlak harus dikuasai oleh setiap pemain futsal.

*Dribbling* merupakan kemampuan yang dimiliki setiap pemain dalam menguasai bola sebelum diberikan kepada temannya untuk menciptakan peluang dalam mencetak gol. Teknik *mendribbling* bola diartikan dengan gerakan lari menggunakan bagian kaki untuk mendorong bola agar bergulir terus di atas lapangan.

Faktor yang mempengaruhi kemampuan *dribbling* bola pada olahraga futsal tidak hanya dipengaruhi oleh satu faktor saja namun banyak faktor yang mempengaruhi dalam *dribbling* bola seperti kecepatan, kelentukan, kelincahan, koordinasi, keseimbangan dan lain-lain. Namun faktor yang paling dominan saat *dribbling* bola adalah kecepatan dan kelincahan.

Kecepatan merupakan salah satu komponen dasar-dasar biomotor yang sangat penting dibutuhkan dalam setiap cabang olahraga. Setiap aktifitas olahraga yang bersifat permainan, perlombaan, maupun pertandingan, selalu memerlukan komponen-komponen kecepatan. Sedangkan dengan kelincahan pemain dapat dengan mudah mengecoh lawan yang hendak merebut bola yang di *dribbling*.

Namun berdasarkan hasil pengamatan terhadap Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru sewaktu bermain futsal terlihat bahwa masih ada beberapa siswa yang saat *mendribble* kecepatannya masih rendah, sehingga lawan dapat dengan cepat menghadang untuk merebut bola. Ada pada beberapa pemain yang saat *mendribble* bola, bola sering terlepas dari kontrol kaki siswa sehingga bola direbut oleh lawan bermain. Hal tersebut disebabkan oleh kelincahan siswa yang tidak maksimal sehingga bola yang di *dribble* mudah direbut oleh lawan. Selain itu kelentukan dan koordinasi gerak siswa masih belum maksimal, siswa agak

kaku dalam menggiring bola sehingga gerakannya dengan mudah diprediksi oleh lawan. Kurang maksimalnya hasil *mendribble* bola yang dimiliki Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru mungkin juga disebabkan oleh kurangnya melakukan latihan khusus untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar futsal khususnya teknik *mendribble* bola. Selain itu sarana dan prasarana yang kurang memadai juga akan mempengaruhi kemampuan teknik dasar yang dimiliki Tim Futsal.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul penelitian **“Hubungan Kecepatan Dan Kelincahan Dengan Kemampuan *Dribbling* Bola Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru”**.

#### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Hasil menggiring bola siswa masih rendah, bola sering terlepas dari kontrol kaki siswa.
2. kelincahan dan kecepatan siswa yang tidak maksimal sehingga bola yang digiring mudah direbut oleh lawan.
3. Kelentukan dan koordinasi gerak siswa masih belum maksimal
4. Siswa agak kaku dalam menggiring bola sehingga gerakannya dengan mudah diprediksi oleh lawan.
5. Kurang maksimalnya kemampuan *dribbling* bola yang dimiliki siswa mungkin juga disebabkan oleh kurangnya melakukan latihan khusus untuk

meningkatkan kemampuan teknik dasar futsal khususnya teknik menggiring bola.

6. Sarana dan prasarana yang kurang memadai juga akan mempengaruhi kemampuan teknik dasar yang dimiliki siswa.

### C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya masalah, terbatasnya kemampuan, waktu dan dana yang tersedia maka peneliti membatasi masalah pada :

1. Hubungan kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.
2. Hubungan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.
3. Hubungan kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.

### D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas peneliti dapat merumuskan masalah yaitu :

1. Apakah terdapat hubungan kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.
2. Apakah terdapat hubungan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.
3. Apakah terdapat hubungan kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.

### E. Tujuan Penelitian

Dari identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang telah penulis kemukakan maka yang menjadi tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui :

1. Hubungan kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.
2. Hubungan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.
3. Hubungan kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.

### F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan permasalahan yang ditetapkan diatas maka hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk :

1. Penelitian ini dapat menambah pengetahuan Tim Futsal terhadap teknik kemampuan *dribbling* bola futsal dan dapat juga meningkatkan kemampuan Tim Futsal dalam bermain futsal secara maksimal.
2. Sebagai bahan masukan bagi pelatih Tim Futsal SMK Hasanah terutama dalam pemberian materi untuk melakukan pembinaan olahraga Futsal
3. Bahwa dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya inventaris hasil-hasil penelitian dibidang ilmu pendidikan olahraga sebagai informasi data sekunder bagi kalangan akademisi di Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FKIP Universitas Islam Riau

4. Penelitian ini merupakan salah satu syarat guna mendapat Gelar Sarjana Pendidikan Pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
5. Sebagai panduan bagi pembaca dalam meningkatkan keterampilan dan prestasi di bidang olahraga futsal.
6. Sebagai masukan dan ilmu pada fakultas khususnya bagi Universitas Islam Riau.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Landasan Teori

##### 1. Hakekat Kecepatan

###### a. Pengertian Kecepatan

Kecepatan merupakan salah satu bentuk kondisi fisik yang sangat penting pada bidang olahraga khususnya jenis olahraga futsal, dengan kecepatan yang baik maka seorang pemain futsal akan dapat memaksimalkan keterampilannya dalam bermain dengan baik. Karena kecepatan merupakan kemampuan seorang berlari untuk menyelesaikan suatu jarak tertentu dengan kecepatan yang sebaik-baiknya.

Menurut Syafruddin (2011:122-123) Salah satu elemen kondisi fisik yang sangat penting adalah kecepatan (*speed*). Kecepatan merupakan kemampuan untuk menyelesaikan suatu jarak tertentu dengan cepat. Secara fisiologis, kecepatan diartikan sebagai kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan dalam satu satuan waktu tertentu: yang ditentukan oleh fleksibilitas tubuh, proses sistem persarafan dan kemampuan otot, sedangkan menurut Ilmu fisika, kecepatan dapat diartikan sebagai jarak dibagi waktu, dan hasil dari pengaruh kekuatan terhadap tubuh yang bergerak dimana kekuatan dapat mempercepat gerakan tubuh.

Dari kutipan di atas dapat dipahami bahwa kecepatan merupakan salah satu unsur kondisi fisik yang sangat penting apalagi untuk seorang pemain bola. Kecepatan merupakan kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan dalam satu satuan waktu yang singkat.

Kemudian menurut Iman (2013:2) Kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk menempuh suatu jarak dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Kecepatan bukan hanya berarti menggerakkan seluruh tubuh dengan cepat. Akan tetapi dapat pula terbatas pada gerakan anggota tubuh dalam waktu yang sesingkat-singkatnya.

Berdasarkan kutipan di atas maka dapat diambil kesimpulan bahwa kecepatan merupakan komponen fisik yang mendasar, kecepatan merupakan faktor penentu di dalam cabang olahraga seperti nomor lari. Kecepatan dapat diartikan sebagai kemampuan untuk menempuh suatu jarak yang sesingkat-singkatnya.

Sedangkan Ismaryati (2006:57) menyebutkan kecepatan adalah kemampuan bergerak dengan kemungkinan kecepatan tercepat. Ditinjau dari sistem gerak, kecepatan adalah kemampuan dasar mobilitas sistem saraf pusat dan perangkat otot untuk menampilkan gerakan-gerakan pada kecepatan tertentu. Dari pada sudut pandang mekanika, kecepatan diekspresikan sebagai rasio antara jarak dan waktu. Kecepatan merupakan gabungan dari tiga elemen, yakni waktu reaksi, frekuensi gerakan per unit waktu, kecepatan menempuh suatu jarak.

Dari kutipan di atas maka dapat disimpulkan bahwa kecepatan merupakan salah satu dari komponen kondisi fisik. Kecepatan mengacu pada kecepatan gerakan dalam melakukan suatu keterampilan bukan hanya kecepatan lari. Kecepatan tergantung dari beberapa faktor yang mempengaruhinya yaitu waktu reaksi, frekuensi gerakan per unit waktu, kecepatan menempuh suatu jarak. Menurut Fajri (2016:83) Kecepatan adalah kemampuan untuk berpindah atau

bergerak dari satu tempat ke tempat lain dalam waktu yang singkat / secepat – cepatnya.

### **b. Faktor Yang Mempengaruhi Kecepatan**

Kecepatan (*speed*) merupakan salah satu elemen kondisi fisik yang tidak hanya sulit ditingkatkan, akan tetapi juga membutuhkan proses latihan, yang lama dan selain dari itu sulit dipertahankan jika telah mencapai prestasi puncak. Hal ini disebabkan oleh karena banyaknya faktor yang mempengaruhi prestasi kecepatan seseorang.

Menurut Syafruddin (2011:133) kemampuan kecepatan dibatasi oleh faktor sebagai berikut :

#### **a. Kekuatan otot**

Sebagaimana dikemukakan sebelumnya bahwa kemampuan kecepatan tidak bisa berkembang tanpa kekuatan otot yang memadai, karena kekuatan otot merupakan suatu prasyarat mutlak dari kecepatan gerakan. Oleh karena itu untuk mendapatkan suatu kecepatan maksimal diperlukan terutama sekali otot yang kuat dan terlatih. Dengan kata lain bahwa pembinaan kekuatan otot diberikan lebih awal dari pada latihan kecepatan.

#### **b. Viskositas otot**

Perkembangan/peningkatan kecepatan gerakan yang dapat dicapai secara maksimal berpengaruh negatif ketika otot dalam keadaan dingin dengan viskositas yang tinggi. Dengan kata lain, kecepatan tidak dapat berkembang ketika otot dalam keadaan tidak panas (dingin) dengan viskositas yang tinggi. Artinya, viskositas otot menurun apabila otot dipanaskan.

#### **c. Kecepatan reaksi**

Kecepatan reaksi atau kemampuan reaksi merupakan kemampuan seseorang menjawab/merespon suatu signal (stimulus) dengan kecepatan tinggi. Meskipun kemampuan ini berlangsung dalam waktu yang sangat singkat (0,05 – 0,35 detik), namun dapat mempengaruhi waktu yang dihasilkan dalam lari cepat, karena kecepatan reaksi termasuk bagian rangkaian proses gerakan dalam lari cepat. Signifikansi pengaruh kecepatan reaksi terhadap hasil lari jarak pendek berbeda dengan lari jarak menengah dan jarak jauh. Oleh karena itu, pada lari jarak menengah dan jarak jauh dalam atletik, latihan kecepatan reaksi ini bisa diabaikan atau dengan kata lain tidak diperlukan.

**d. Kecepatan kontraksi**

Kecepatan kontraksi berhubungan dengan struktur dan kemampuan otot secara fisiologis, karena kecepatan kontraksi lebih ditentukan oleh jenis serabut otot putih/cepat (fast twitch) dibanding jenis serabut otot merah/lambat (slow twitch). Kecepatan gerakan dan power ditentukan terutama oleh serabut otot cepat dan dayatahan lebih ditentukan oleh serabut otot lambat (de Marees, 1981: 92).

**e. Koordinasi**

Koordinasi di sini dimaksudkan adalah kerja sama atau saling pengaruh antara sistem persyarafan pusat (central nervous system, disingkat CNS) dan otot yang bekerja, yang sangat berpengaruh terhadap kecepatan gerakan. Tiap kerja otot memerlukan kerja sama antara kelompok otot yang terkait (koordinasi otot inter) dan kerja sama di dalam otot (koordinasi otot intra).

**f. Ciri – Ciri Anthropometri**

Ciri-ciri bangunan tubuh manusia seperti perbandingan panjang tungkai dengan badan, dan panjang lengan memegang peranan penting dalam meningkatkan kecepatan, akan tetapi tidak bisa dilatih. Oleh karena anthropometri tubuh setiap orang tumbuh dan berkembang secara alami sesuai dengan faktor genetik bawaan yang dimilikinya.

**g. Dayatahan anaerobik umum atau daya tahan kecepatan**

Dayatahan kecepatan menentukan kesanggupan seseorang mengatasi kerja intensif selama 20-30 detik. Kemampuan ini tergantung dari kapasitas otot dan energi yang dihasilkan saat mengalami defisit (kekurangan).

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa kecepatan dapat ditimbulkan dari kemampuan dasar mobilitas sistem saraf pusat dan perangkat otot untuk menampilkan gerakan-gerakan pada kecepatan tertentu, yang biasa disebut sebagai daya ledak. Daya ledak berasal dari kekuatan yang dimiliki oleh seseorang yang digabungkan dengan kecepatan kontraksi otot secara tiba-tiba, hal ini disebabkan kemampuan kecepatan yang diperoleh sangat tergantung dari impuls (dorongan) kekuatan dan merupakan produk dari masa tubuh dan kecepatan tubuh itu sendiri.

## 2. Hakekat Kelincahan

### a. Pengertian Kelincahan

Kelincahan sering dapat kita amati dalam situasi permainan futsal, misalnya seorang pemain yang tergelincir dan jatuh di lapangan, namun masih dapat menguasai bola dan mengoperkan bola tersebut dengan tepat kepada temannya. Dan sebaliknya, seorang pemain yang kurang lincah mengalami situasi yang sama tidak saja tidak mampu menguasai bola, namun kemungkinan justru mengalami cedera karena jatuh. Menurut Sapulete (2012:109) kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh. dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya.

Menurut Ismaryati (2008:41) Kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara cepat dan tepat. Sedangkan menurut Mylsidayu (2015:148) mengatakan bahwa kelincahan kemampuan untuk mengubah arah dengan cepat dan fleksibel ketika sedang bergerak.

Lebih lanjut Irawadi (2011:108) menyatakan bahwa kata kelincahan merupakan terjemahan dari *agility*, yang diartikan sebagai kemampuan tubuh dalam bergerak dan berubah arah dalam waktu yang sesingkat-singkatnya tanpa kehilangan keseimbangan.

Dari kutipan di atas diketahui bahwa kelincahan merupakan kemampuan untuk mengubah arah secara cepat tanpa menimbulkan gangguan pada keseimbangan. Seseorang dikatakan memiliki kelincahan jika dapat bergerak

secara cepat sekaligus dapat mengubah arah secara cepat pula tanpa terganggu keseimbangannya. Beberapa orang dapat bergerak secara cepat tetapi mereka tidak dapat melakukan perubahan arah gerakanya secara cepat, yang demikian tidak dapat dikatakan bahwa orang tersebut lincah.

Ismaryati (2006:41) mengatakan kelincahan merupakan salah satu komponen kesegaran jasmani yang sangat diperlukan pada semua aktivitas 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 gerakan-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.

#### **b. Faktor yang Mempengaruhi Kelincahan**

Kelincahan memiliki peranan yang khusus terhadap mobilitas fisik. Kelincahan bukan merupakan kemampuan fisik tunggal, akan tetapi tersusun dari komponen koordinasi, kekuatan, kelentukan, waktu reaksi, dan power. Komponen-komponen tersebut saling berinteraksi.

Kelincahan merupakan gabungan dari koordinasi, kecepatan, kelentukan, dan *power*. Sementara itu koordinasi merupakan kemampuan biomotor yang kompleks, merupakan interaksi antara kekuatan, daya tahan, kecepatan, dan kelentukan. Dengan demikian factor-faktor yang mempengaruhi koordinasi juga berpengaruh pada kualitas kelincahan seseorang.

Menurut Irawadi (2011:111) menyebutkan bahwa kelincuhan termasuk salah satu unsur kondisi fisik khusus, yang merupakan gabungan dari unsur kekuatan, kecepatan dan kelenturan. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa kelincuhan dipengaruhi oleh sistem saraf pusat, kekuatan otot, tingkat elastisitas otot, keluasaan gerak sendi, koordinasi intermuskular, koordinasi intramuskular, kelelahan, dan suhu otot.

Dari pendapat para ahli di atas dapat digambarkan bahwa kelincuhan merupakan kemampuan bergerak berubah arah dan posisi tergantung pada situasi dan kondisi yang dihadapi dalam waktu yang relatif singkat dan cepat. Kelincuhan sangat dibutuhkan oleh seseorang pemain bola dalam setiap latihan olahraga baik maupun waktu pertandingan guna mencapai prestasi secara maksimal.

### **3. Hakikat *Dribbling* Bola**

#### **a. Pengertian *Dribbling* Bola**

Futsal merupakan salah satu cabang olahraga yang populer di kalangan masyarakat kita, bahkan masyarakat Indonesia, mulai dari anak-anak sampai ke orang tua mengenal dan umumnya menyukai olahraga ini. Olahraga futsal menekankan pada kerja sama antar atlet yang harus solid, menekankan setiap atletnya mempunyai kondisi fisik yang prima dan mempunyai kekompakan tim yang baik. Salah satu tujuan olahraga ini adalah membentuk seorang calon atlet agar selalu siap menerima dan mengumpan bola dengan cepat dan untuk bermain dalam tekanan atlet lawan dan dengan kondisi lapangan yang sempit.

Dalam bermain futsal, pemain harus menguasai teknik dasar dengan baik, salah satu teknik dasar yang sangat penting adalah *dribbling* bola. *Dribbling* bola

merupakan suatu keterampilan dalam mendekati jarak sasaran, melewati lawan dan menghambat pemain sebagaimana Jaya (2008:66) mengemukakan *dribbling* bola adalah menendang bola terputus-putus atau pelan-pelan. *Dribbling* bola bertujuan untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan.

Kemudian menurut Mulyono (2017:41) teknik dasar *dribbling* dapat dilakukan dengan bagian kaki luar, kaki dalam serta punggung kaki. *Dribbling* menggunakan kaki bagian luar atau punggung kaki biasanya lebih mudah dari pada *dribbling* menggunakan kaki bagian dalam. Posisi bola melekat pada bagian kaki yang digunakan untuk menggiring bola. Jikapun diberi jarak, maka jarak bola dengan kaki kita saat melakukan *dribbling* tidak boleh lebih dari 1 meter, jarak idealnya 30 sampai 50 cm saja.

Menurut Adil (2011:70) Kemampuan *dribbling* bola dalam olahraga sepakbola harus dikuasai oleh setiap pemain khususnya pada posisi penyerang. Karena merupakan senjata ampuh dalam upaya menyusun serangan ke daerah lawan. *Dribbling* bola dalam situasi bermain artinya membawa bola dari satu lini ke lini lainnya dengan cara mengontrol dari kaki ke kaki bila ruang gerak sempit, karena lawan menutup daerahnya.

Kegunaan keterampilan *dribbling* sangat besar untuk membantu penyerangan untuk menembus pertahanan lawan. Menggiring berguna untuk mengontrol bola dan menguasainya sampai seorang rekan satu tim bebas dan memberikannya dalam posisi yang lebih baik. Penguasaan teknik *dribbling* yang baik akan dapat mempermudah pemain dalam mencapai prestasi dalam sepakbola.

Menurut Mielke (2003:1) menyebutkan bahwa *dribbling* didefinisikan sebagai penguasaan bola dengan kaki saat bergerak di lapangan permainan. *Dribbling* adalah keterampilan dasar karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau tembakan. Ketika pemain telah menguasai kemampuan *dribbling* secara efektif, sumbangan mereka dalam pertandingan akan semakin besar.

Menurut Mappaompo (2011:97) keterampilan *dribbling* bola jelas membutuhkan unsur-unsur kemampuan fisik, dan kemampuan fisik yang dianggap dapat memberikan pengaruh terhadap keterampilan menggiring dalam permainan futsal adalah komponen fisik kelincahan.

Pendapat lain yang dikemukakan oleh Koger (2010:51) bahwa *dribbling* bola adalah metode menggerakkan bola dari satu titik ke titik lain di lapangan dengan menggunakan kaki. Bola harus selalu dekat dengan kaki anda agar mudah dikontrol. *Dribbling* bola juga harus dalam penguasaan pemain yang *dribbling* bola tidak boleh jauh dari kaki agar tidak direbut lawan dan bola juga harus stabil tidak memantul karena akan menyulitkan pemain ketika bola memantul pada saat *dribbling*.

Dari teori yang telah dikemukakan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa *dribbling* bola merupakan salah satu teknik dasar futsal yang digunakan untuk membawa bola ke arah gawang lawan, melewati lawan dalam memperlambat atau mengatur irama permainan. Teknik *dribbling* bola dapat dilakukan dengan menggunakan kura-kura kaki bagian luar, bagian dalam dan kura-kura kaki penuh.

## b. Teknik *Dribbling* Bola

Pada dasarnya *dribbling* bola adalah menendang terputus-putus atau pelan-pelan, oleh karena itu bagian kaki yang dipergunakan dalam *dribbling* bola sama dengan bagian kaki yang dipergunakan untuk menendang bola. Tujuan *dribbling* bola antara lain untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan.

Kemudian menurut Luxbacher (2012:47) Penggiringan bola memiliki fungsi yaitu memungkinkan pemain untuk memperankan bola saat berlari melintasi lawan atau maju ke ruang yang terbuka. Pemain dapat menggunakan berbagai bagian kaki (*inside*, *outside*, *instep*, telapak kaki) untuk mengontrol bola sambil terus *dribbling* bola.

Adapun tujuan *dribbling* bola antara lain, membawa bola ke arah gawang lawan, melewati lawan dalam memperlambat atau mengatur irama permainan. Kemudian menurut Luxbacher (2012:49) teknik menggiring bola dengan cepat adalah sebagai berikut:

Persiapan:

1. Postur tubuh tegak
2. Bola di dekat kaki
3. Kepala tegak untuk melihat lapangan dengan baik

Pelaksanaan:

1. Fokuskan perhatian pada bola
2. Tendang bola dengan permukaan *instep* atau *outside instep* sepenuhnya
3. Dorong bola ke depan beberapa kaki

Mengiringi bola:

1. Kepala tegak untuk melihat lapangan dengan baik
2. Bergerak mendekati bola
3. Dorong bola ke depan

## B. Kerangka Pemikiran

Kecepatan dalam permainan futsal merupakan kemampuan seseorang untuk melakukan reaksi, dengan bergerak secepat-cepatnya ke arah sasaran yang telah ditetapkan dengan membawa bola. Kecepatan merupakan gabungan dari tiga elemen, yakni waktu reaksi, frekuensi gerakan per unit waktu dan kecepatan menempuh suatu jarak. Sehingga dengan memiliki kecepatan, sangat membantu pemain futsal untuk melakukan gerakan *dribbling* bola guna melewati lawan atau menghindari hadangan lawan.

Kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dengan cepat dan fleksibel ketika sedang bergerak. Seorang siswa atau pemain yang mempunyai kelincahan yang baik akan mampu melakukan gerakan yang lebih efektif dan efisien. Kelincahan merupakan kemampuan untuk mengubah arah secara cepat tanpa menimbulkan gangguan pada keseimbangan. Seseorang dikatakan memiliki kelincahan jika ia dapat bergerak secara cepat sekaligus dapat mengubah arah secara cepat pula tanpa terganggu keseimbangannya.

*Dribbling* bola dan berlari sambil tetap menguasainya, adalah hal yang tampaknya tidak mengasyikkan namun memiliki tujuan penting, aktifitas ini membutuhkan penilaian dan keputusan kapan harus *dribbling* atau berlari sambil tetap menguasai bola dan kapan tidak melakukannya, dengan kecepatan dan kelincahan memiliki peranan yang sangat penting dalam olahraga sepakbola, khususnya saat *dribbling* bola karena pemain bola dituntut untuk berlari dengan lincah sambil membawa bola dan menghindari lawan. Sehingga kecepatan dan kelincahan dapat dikatakan berhubungan dengan hasil *dribbling* bola. Dengan

demikian dapat diasumsikan bahwa semakin baik kecepatan dan kelincahan seorang pemain maka semakin baik pula hasil *dribbling* bolanya.

### C. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka pemikiran di atas, maka peneliti mengajukan hipotesis sebagai berikut :

1. Terdapat hubungan kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.
2. Terdapat hubungan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.
3. Terdapat hubungan kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.

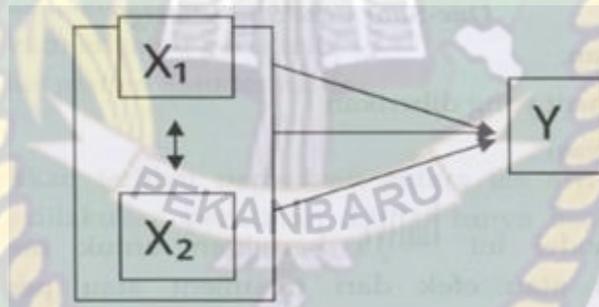
## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah merupakan penelitian korelasional dengan membandingkan hasil pengukuran dua variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel ini. (Arikunto, 2006:273). Dalam hal ini sebagai variabel bebas ( $X_1$ ) adalah kecepatan, ( $X_2$ ) adalah kelincahan dan sebagai variabel terikat ( $Y$ ) adalah kemampuan *dribble* bola.

Menurut Kusumawati (2015:35) desain penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1. Desain Penelitian

$X_1$  = variabel bebas

$X_2$  = variabel bebas

$Y$  = variabel terikat

#### B. Populasi dan Sampel

##### 1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. (Sugiyono, 2010:90). Populasi

dalam penelitian ini adalah Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru sebanyak 13 orang.

## 2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. (Sugiyono, 2010:91). Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling* sebagaimana Arikunto (2006:134) mengemukakan bahwa apabila populasi kurang dari 100 orang maka lebih baik diambil semua. Sehingga sampel pada penelitian ini berjumlah 13 orang.

## C. Definisi Operasional

Berkaitan dengan beberapa istilah yang digunakan dalam penelitian ini, untuk mempertegas istilah-istilah yang digunakan, dan untuk menghindari terjadinya kesalahan penafsiran mengenai judul skripsi, serta untuk memperoleh gambaran yang jelas dan mengarah pada tujuan penelitian, maka perlu ditegaskan definisi operasional yang digunakan dalam penelitian.

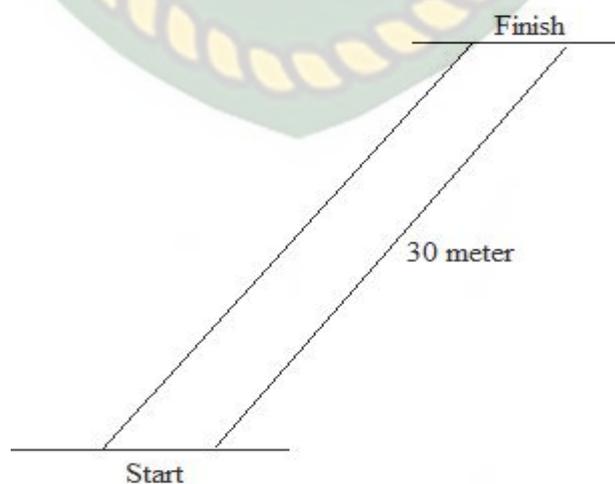
1. Kecepatan merupakan gabungan dari tiga elemen, yakni waktu reaksi, frekuensi gerakan per unit waktu, kecepatan menempuh suatu jarak.
2. Kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara cepat dan tepat.
3. *Dribbling* bola adalah upaya untuk melewati lawan, untuk mencari kesempatan memberikan bola umpan kepada teman yang tepat, dan untuk menahan bola untuk tetap dalam penguasaan, menyelamatkan bola apabila tidak terdapat kemungkinan atau kesempatan untuk dengan segera memberikan operan kepada teman.

## D. Pengembangan Instrumen

### 1. Tes Kecepatan

Kecepatan di ukur dengan menggunakan lari cepat sejauh 30 meter sesuai dengan pendapat Arsil (2010:104) sebagai berikut:

- a. Teste siap berdiri di belakang garis *start*
- b. Dengan aba-aba “siap” teste siap berlari dengan *start* berdiri
- c. Dengan aba-aba “ya” teste berlari secepat-cepatnya dengan menempuh jarak 30 meter sampai melewati garis akhir
- d. Kecepatan lari dihitung dari aba-aba “ya”
- e. Pencatatan waktu dilakukan sampai dengan persepuluh detik (0,1 detik), bila memungkinkan dicatat sampai dengan perseratus detik (0,10 detik)
- f. Tes dilakukan dua kali, pelari melakukan tes berikutnya setelah berselang minimal satu pelari. Kecepatan lari terbaik dihitung
- g. Teste dinyatakan gagal apabila melewati atau menyeberangi lintasan lainnya.



Gambar 2. Tes Lari 30 Meter  
(Arsil, 2010:104)

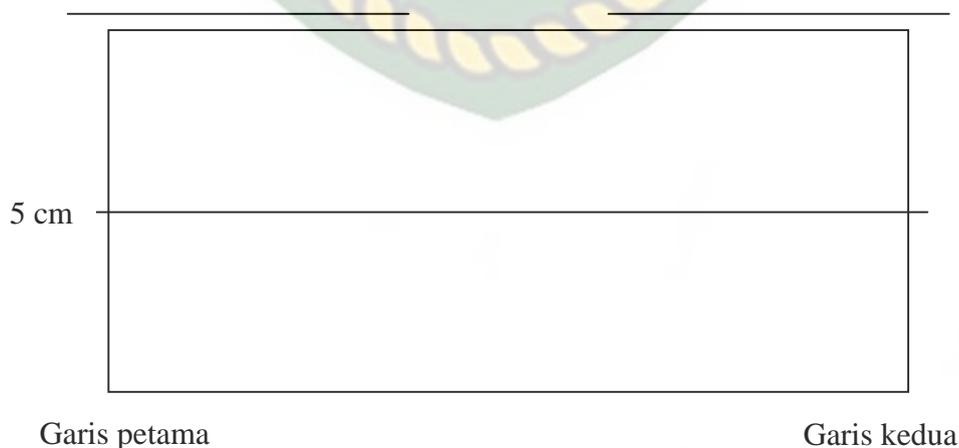
## 2. Tes Kelincahan (Arsil, 2010:107):

Pengukuran kelincahan dilakukan dengan menggunakan tes lari bolak balik.

Berikut prosedur pelaksanaan tes lari bolak balik

- 1) pada aba-aba “bersedia” siswa berdiri dibelakang garis lintasan.
- 2) pada aba-aba “siap” siswa start dengan *start* berdiri.
- 3) Dengan aba-aba “ya” siswa segera berlari menuju garis kedua setelah kedua kaki melewati garis kedua segera berbalik dan menuju ke garis pertama.
- 4) Siswa berlari dari garis pertama menuju garis kedua dan kembali ke garis pertama dihitung satu kali.
- 5) pelaksanaan lari dilakukan sampai empat kali bolak-balik sehingga menempuh jarak 40 meter.
- 6) Setelah melewati *finish* digaris kedua, pencatat waktu dihentikan.
- 7) Catatan waktu untuk menentukan norma kelincahan dihitung sampai persepuluh detik (0,1 detik) atau perseratus detik (0,01 detik).

10 meter



Gambar 3. Lapangan Tes Lari Bolak Balik  
(Arsil, 2010:108)

### 3. Tes *Dribbling* Bola Futsal (Aru, 2016:33):

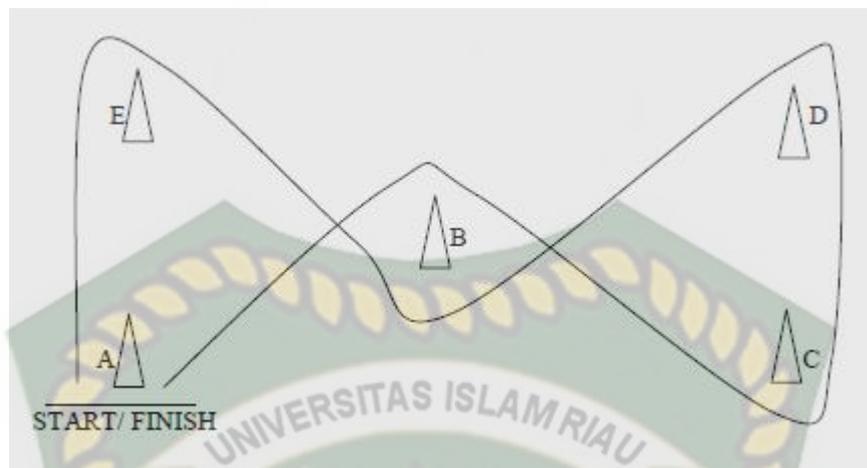
Tujuan : Untuk mengukur keterampilan dalam *dribbling* bola dalam keadaan bergerak

Sarana : Tes dilakukan menggunakan setengah lapangan futsal

Perlengkapan : Lebih spesifik lagi dilakukan di daerah bersyarat, dengan ketentuan seperti pada gambar di bawah.

Pelaksanaan : dimulai dengan awalan di sebelah kiri atau kanan pancang A, untuk orang yang kidal posisinya di sebelah kanan pancang A, sedang orang yang tidak kidal berposisi di sebelah kiri pancang A. Pada aba-aba “Siap” testi berdiri di belakang garis *start*, letakan bola di tengah-tengah garis *start*. Setelah aba-ab a “Ya”, testi segera mengambil bola dan menggiringnya sesuai dengan arah atau lintasan yang ditentukan dalam gambar, sampai kembali dan melewati garis *finish*. Menggiring bola boleh berganti, asalkan sesuai dengan peraturan permainan futsal. Setiap kun harus dilampaui dengan menggiring bola. Pada saat melampaui garis *finish*, bola harus tetap digiring. Garis *start* juga merupakan garis *finish*. Apabila saat menggiring, bolanya mental jauh, ulangilah tes tersebut dengan segera. Apabila pada saat menggiring bola tidak memantul atau tidak terkuasai, maka boleh dipegang dan segera digiring lagi.

Penilaian : Hitung waktu tempuh, dimulai dari saat aba-aba “ya” sampai testi kembali lagi dari garis *finish*.



Gambar 4. Tes Mendribbling Bola Futsal.  
(Aru, 2016:33)

#### E. Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan data yang dilakukan penulis adalah sebagai berikut:

##### 1. Observasi

Teknik observasi digunakan untuk meninjau lokasi penelitian untuk mengetahui permasalahan yang berhubungan dengan judul penelitian yang akan diteliti.

##### 2. Kepustakaan

Kepustakaan digunakan untuk mendapat konsep dan teori-teori yang diperlukan dalam penelitian ini yaitu tentang hubungan kecepatan dan kelincihan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.

##### 3. Tes dan Pengukuran

Tes dalam penelitian ini adalah untuk mengukur kecepatan, kelincihan, *dribbling* bola pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.

## F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis korelasi yang dipergunakan adalah korelasi *product moment* yang digunakan untuk menghitung korelasi dari  $X_1$  (kecepatan) terhadap  $Y$  (keterampilan *dribbling* bola) dengan rumus Pearson dalam Riduwan (2005:138):

$$r_{x_1y} = \frac{n \sum X_1 Y - (\sum X_1)(\sum Y)}{\sqrt{\{n \sum X_1^2 - (\sum X_1)^2\} \{n \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

- $r_{x_1y}$  = Angka Indeks Korelasi “r” Product moment
- $n$  = Sampel
- $X_1 Y$  = Jumlah hasil perkalian antara skor  $X_1$  dan skor  $Y$
- $X_1$  = Jumlah seluruh skor  $X_1$
- $Y$  = Jumlah seluruh skor  $Y$

Kemudian untuk menghitung korelasi dari  $X_2$  (kelincahan) terhadap  $Y$  (kemampuan *dribbling* bola) juga menggunakan rumus Pearson dalam Riduwan (2005:138):

$$r_{x_2y} = \frac{n \sum X_2 Y - (\sum X_2)(\sum Y)}{\sqrt{\{n \sum X_2^2 - (\sum X_2)^2\} \{n \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

- $r_{x_2y}$  = Angka Indeks Korelasi “r” Product moment
- $n$  = Sampel
- $X_2 Y$  = Jumlah hasil perkalian antara skor  $X_2$  dan skor  $Y$
- $X_2$  = Jumlah seluruh skor  $X_2$
- $Y$  = Jumlah seluruh skor  $Y$

Kemudian untuk menghitung nilai korelasi dari  $X_1$  (kecepatan) dan  $X_2$  (kelincahan) terhadap  $Y$  (kemampuan *dribbling* bola) digunakan rumus korelasi berganda dari Sugiyono (2010:222) yaitu:

$$R_{yx_1x_2} = \sqrt{\frac{r^2_{yx_1} + r^2_{yx_2} - 2r_{yx_1}r_{yx_2}r_{x_1x_2}}{1 - r^2_{x_1x_2}}}$$

Keterangan :

$R_{yx_1x_2}$  = Korelasi antara variable  $X_1$  dengan  $X_2$  secara bersama-sama dengan variabel Y

$ry_{x_1}$  = Korelasi Product Moment antara  $X_1$  dengan Y

$ry_{x_2}$  = Korelasi Product Moment antara  $X_2$  dengan Y

$rx_{1x}$  = Korelasi Product Moment antara  $X_1$  dengan  $X_2$

Untuk memberikan interpretasi besarnya koefisien korelasi kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru yaitu berpedoman pada pendapat Sugiyono (2010:214) sebagai berikut:

**Tabel 1. Kategori Nilai Korelasi**

No	Interval	Kategori
1	0,00-0,199	Sangat rendah
2	0,20-0,399	Rendah
3	0,40-0,599	Sedang
4	0,60-0,799	Kuat
5	0,80-1,000	Sangat kuat

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru. Untuk mengetahui hal tersebut maka akan dibahas secara berturut-turut mengenai deskripsi data dari masing-masing variabel, pengujian hipotesis, pembahasan penelitian yang telah dilakukan.

#### A. Deskripsi Data

Data penelitian ini menyangkut tiga variabel yaitu satu variabel terikat dan dua variabel bebas. Variabel terikat (Y) adalah kemampuan *dribbling* bola, sedangkan variabel bebas pertama ( $X_1$ ) adalah kecepatan dan variabel bebas kedua ( $X_2$ ) adalah kelincahan. Jumlah subjek penelitian yang telah memenuhi syarat untuk dianalisis yaitu seluruh Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru yang berjumlah 13 orang. Untuk memperoleh gambaran mengenai karakteristik sampel dilakukan melalui deskripsi data skor dari subyek penelitian untuk masing-masing variabel. Untuk itu berikut ini disajikan harga rata-rata, simpangan baku, median, modus, distribusi frekuensi, dan histogram data tunggal.

##### 1. Kecepatan ( $X_1$ ) Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru

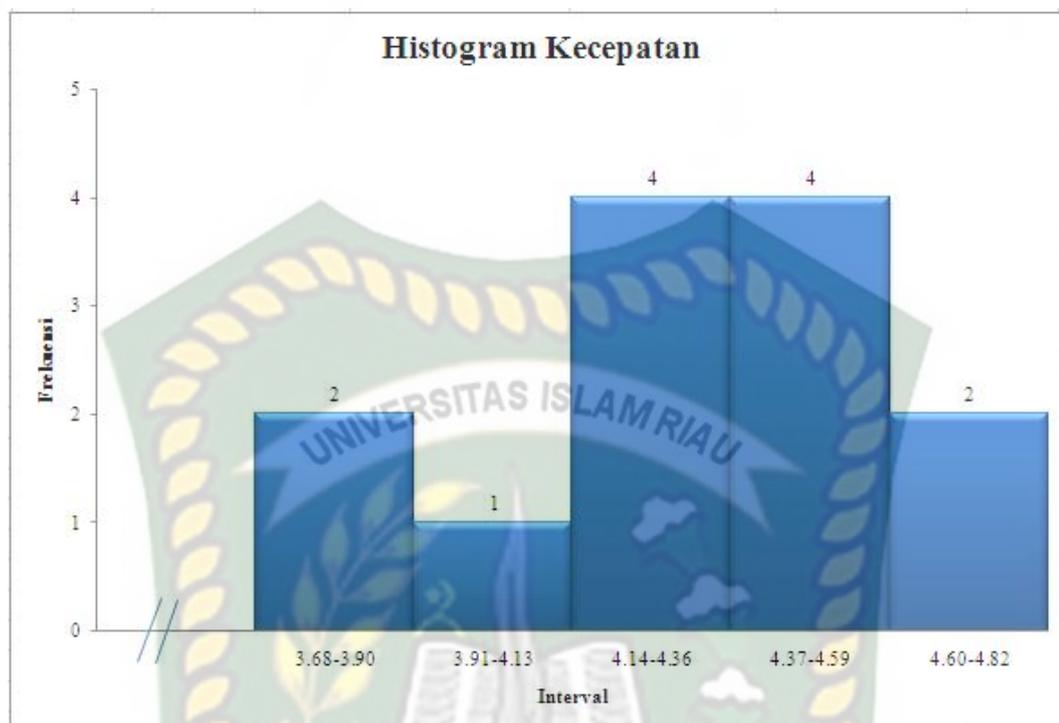
Berdasarkan hasil tes kecepatan terhadap Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru. Diperoleh kecepatan terendah yang dicapai siswa adalah 4.74 dan kecepatan tertinggi adalah 3.68, Perhitungan terhadap distribusi nilai tersebut menghasilkan: (1) nilai rata-rata = 4.32; (2) simpangan baku = 0.31; (3) median = 4.35.

Sebaran data kecepatan Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru disajikan dalam daftar distribusi frekuensi dengan jumlah kelas sebanyak 5 dan panjang kelas 0.23 yaitu pada kelas *interval* pertama pada rentang 3.68-3.90 terdapat 2 orang atau 15.38%, pada kelas *interval* kedua pada rentang 3.91-4.13 terdapat 1 orang atau 7.69%, pada kelas *interval* ketiga pada rentang 4.14-4.36 terdapat 4 orang atau 30.77%, pada kelas *interval* keempat pada rentang 4.37-4.59 terdapat 4 orang 30.77%, pada kelas *interval* kelima pada rentang 4.60-4.82 terdapat 2 orang 15.38%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kecepatan (X1) Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru**

No	Interval		Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	3.68	- 3.90	2	15.38%
2	3.91	- 4.13	1	7.69%
3	4.14	- 4.36	4	30.77%
4	4.37	- 4.59	4	30.77%
5	4.60	- 4.82	2	15.38%
<b>Jumlah</b>			<b>13</b>	<b>100%</b>

Penyebaran distribusi frekuensi dari kecepatan Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru dapat ditunjukkan pada gambar berikut:



**Grafik 1. Histogram Sebaran Data Kecepatan (X1) Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru**

## 2. Kelincahan (X2) Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru

Pengukuran terhadap kelincahan, diperoleh kelincahan terendah yang dicapai adalah 10.58 dan kelincahan maksimal adalah 9.30 dengan perhitungan terhadap distribusi data menghasilkan: (1) rata-rata = 9.93; (2) simpangan baku = 0.42; (3) median = 9.93.

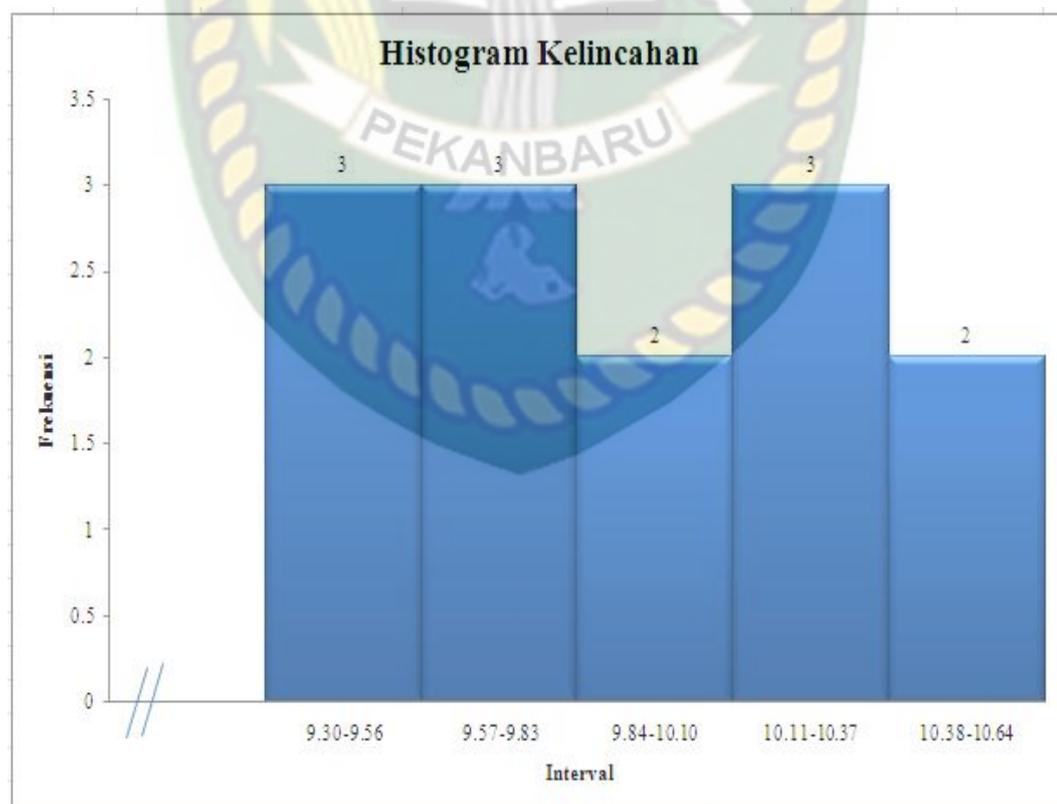
Data hasil penelitian dimasukkan ke dalam tabel dengan banyak kelas 5, panjang kelas adalah 0.27 yaitu pada kelas *interval* pertama pada rentang 9.30-9.56 terdapat 3 orang atau 23.08%, pada kelas *interval* kedua pada rentang 9.57-9.83 terdapat 3 orang atau 23.08%, pada kelas *interval* ketiga pada rentang 9.84-10.10 terdapat 2 orang atau 15.38%, pada kelas *interval* keempat pada rentang 10.11-10.37 terdapat 3 orang atau 23.08%, pada kelas *interval* kelima pada

rentang 10.38-10.64 terdapat 2 orang atau 15.38%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kelincahan (X<sub>2</sub>) Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru**

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	9.30 - 9.56	3	23.08%
2	9.57 - 9.83	3	23.08%
3	9.84 - 10.10	2	15.38%
4	10.11 - 10.37	3	23.08%
5	10.38 - 10.64	2	15.38%
<b>Jumlah</b>		<b>13</b>	<b>100%</b>

Penyebaran distribusi frekuensi dari kelincahan dapat ditunjukkan pada gambar berikut.



**Gambar 2. Histogram Frekuensi Data Kelincahan (X<sub>2</sub>) Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru**

### 3. Hasil Mendribbling Bola (Y) Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru

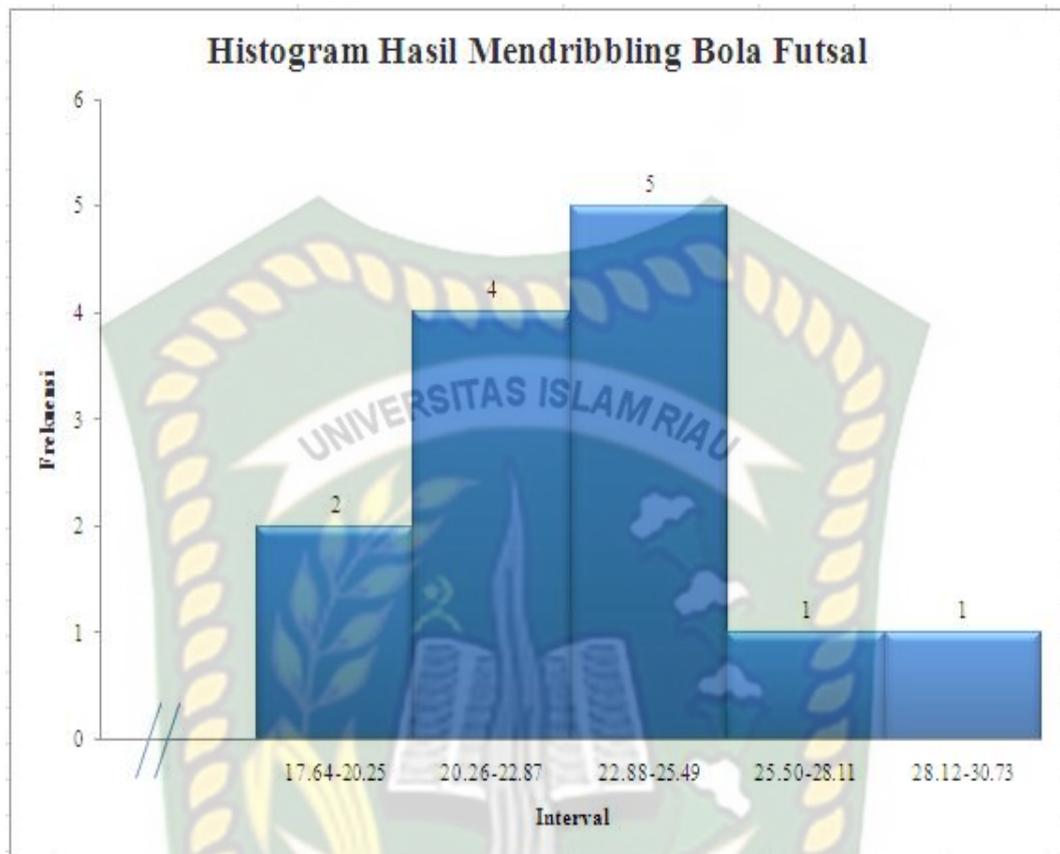
Berdasarkan hasil perhitungan terhadap kemampuan *dribbling* bola, waktu terendah yang diperoleh siswa adalah 17.96 dan waktu tercepat adalah 10.39. Perhitungan terhadap distribusi skor tersebut menghasilkan: (1) rata-rata = 14.09; (2) simpangan baku = 2.10; (3) median = 13.75.

Data hasil penelitian dimasukkan ke dalam tabel dengan banyak kelas 5 dan panjang kelas 2.62 yaitu pada kelas *interval* pertama pada rentang 17.64-20.25 terdapat 2 orang atau 15.38%, pada kelas *interval* kedua pada rentang 20.26-22.87 terdapat 4 orang atau 30.77%, pada kelas *interval* ketiga pada rentang 22.88-25.49 terdapat 5 orang atau 38.46%, pada kelas *interval* keempat pada rentang 25.50-28.11 terdapat 1 orang atau 7.69%, pada kelas *interval* kelima pada rentang 28.12-30.73 terdapat 1 orang atau 7.69%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Hasil Mendribbling Bola (Y) Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru**

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	17.64 - 20.25	2	15.38%
2	20.26 - 22.87	4	30.77%
3	22.88 - 25.49	5	38.46%
4	25.50 - 28.11	1	7.69%
5	28.12 - 30.73	1	7.69%
<b>Jumlah</b>		<b>13</b>	<b>100%</b>

Penyebaran distribusi frekuensi dari kemampuan *dribbling* bola dapat ditunjukkan pada gambar berikut:



**Gambar 3. Histogram Frekuensi Skor Variabel Y Pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru**

### B. Analisa Data

Data yang telah terkumpul kemudian dianalisis, yang menjadi variabel  $X_1$  adalah kelincahan dan  $X_2$  adalah kecepatan dan yang menjadi variabel Y adalah kemampuan *dribbling* bola. Pengujian yang digunakan yaitu sebagai berikut:

Data yang telah diperoleh dan dianalisis secara deskriptif, maka selanjutnya dilakukan uji hipotesis dari penelitian yang telah dilakukan. Adapun hipotesis yang akan diuji yaitu:

1. Terdapat hubungan kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* bola Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.

2. Terdapat hubungan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.
3. Terdapat hubungan kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.

**1) Nilai Korelasi X1 ke Y (Kecepatan Dengan Hasil Mendribbling Bola)**

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan kecepatan dengan kemampuan *dribbling* bola pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru didapat nilai  $r_{hitung} = 0,655$ .

**2) Nilai Korelasi X2 ke Y (Kelincahan Dengan Hasil Mendribbling Bola)**

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan kelincahan dengan kemampuan *dribbling* bola pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru didapat nilai  $r_{hitung} = 0,831$ .

**3) Nilai Korelasi X<sub>1</sub> dan X<sub>2</sub> Ke Y (Kecepatan dan Kelincahan Dengan Hasil Mendribbling Bola)**

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan kecepatan dan kelincahan kemampuan *dribbling* bola pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru secara simultan adalah 0,886. Setelah angka korelasi didapat, selanjutnya dilakukan pengujian hipotesis dengan kaidah pengujian sebagai berikut:

Jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$  maka signifikan

Jika  $r_{hitung} < r_{tabel}$  maka tidak signifikan

Kemudian didapati  $r_{hitung} = 0,886$ . Pada taraf signifikan 5% didapati  $r_{tabel} = 0,553$ . dengan demikian  $r_{hitung} > r_{tabel}$  atau  $0,886 > 0,553$ . Hal ini menunjukkan

adanya korelasi antara variabel  $X_1$  dan  $X_2$  ke variabel Y atau ada hubungan yang signifikan antara kecepatan dan kelincahan dengan kemampuan *dribbling* bola pada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru.

### C. Pembahasan

- 1) Kontribusi kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* bola dengan nilai  $r_{hitung} = 0,655 > r_{tabel} = 0,553$ . Hasil statistik ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecepatan dengan kemampuan *dribbling* bola. Faktor yang mempengaruhi hasil tes adalah pemain Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru telah bersungguh-sungguh dalam melakukan tes kecepatan sehingga data yang diperoleh adalah kecepatan maksimal yang dimiliki pemain Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru. Oleh karena itu kecepatan juga sangat berperan penting pada saat permainan futsal terutama dalam melakukan gerakan *dribbling* bola karena mampu melewati lawan dengan kecepatan yang maksimal.

Hasil penelitian ini mendukung dan memperkuat teori dan hasil-hasil penelitian terdahulu yang sudah ada seperti hasil penelitian Gunawan (2016:7) Berdasarkan analisis data yang dilakukan oleh penulis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* bola futsal pada atlet O2SN Kecamatan Sumedang Utara. Dengan uji hipotesis yang dilakukan pada daftar tabel distribusi t dengan  $dk = 28$  dan taraf nyata ( $\alpha$ ) = 0,05 diperoleh nilai  $t_{tabel}$  sebesar 2.048. Maka dalam hal ini  $H_0$  ditolak ( $t_{hitung} > t_{tabel} = 7.527 > 2.048$ ), yang berarti bahwa hipotesis yang diajukan penulis diterima.

Kemudian relevan dengan penelitian Saputra & Perdima (2020:42) Berdasarkan hasil analisis diperoleh koefisien korelasi kecepatan terhadap keterampilan dribbling atlet futsal Akademi sebesar 0,95 bernilai positif, artinya semakin besar skor yang diperoleh maka semakin kuat hubungan antara kedua variabel. Uji keberartian koefisien korelasi tersebut dilakukan dengan cara harga r hitung dengan  $r_{tabel}$  pada  $\alpha = 5\%$  dengan  $N=25$  diperoleh  $r_{tabel}$  sebesar 0,396 Karena koefisien korelasi antara  $r_{x.y} = 0,95 > r_{(0,5)(25)} = 0,396$  berarti hubungan kecepatan terhadap keterampilan dribbling atlet futsal Akademi Dehasen Bengkulu adalah signifikan. Dengan demikian hipotesis yang berbunyi “ada hubungan yang kuat antara kecepatan terhadap keterampilan dribbling atlet futsal Akademi Dehasen Bengkulu”, diterima. Artinya ada hubungan kecepatan terhadap keterampilan dribbling atlet futsal Akademi Dehasen Bengkulu

- 2) Kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola dengan nilai  $r_{hitung} = 0,831 > r_{tabel} = 0,553$ . Hasil statistik ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan *dribbling* bola. Faktor yang mempengaruhi hasil tes adalah tingkat kelincahan yang dimiliki oleh pemain Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru sehingga saat *dribbling* bola, tim futsal SMK Hasanah Pekanbaru mampu untuk melakukan gerakan mengecoh lawan pada dan dapat mengontrol bola selanjutnya. Oleh karena itu kelincahan yang baik sangat berperan pada saat mengiring bola karena mampu melewati lawan dengan lincah tanpa kehilangan kontrol pada bola yang digiring. Jika siswa memiliki

kelincahan pada saat mendribbling bola.

Hasil penelitian ini relevan dengan hasil penelitian Mappaompo (2011:100) Ada hubungan kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola pada Club Bilopa Kabupaten Sinjai. Terbukti dari hasil analisis diperoleh nilai korelasi ( $r$ ) 0,757 dengan tingkat probabilitas  $0,000 < 0,05$  sedangkan nilai regresi square ( $R_s$ ) 0,573 atau hubungannya sebesar 57,3%. Hasil ini menunjukkan bahwa kelincahan merupakan komponen yang sangat memberikan hubungan dalam keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola.

Serta relevan dengan penelitian Akbari (2019:9) bahwa koefisien korelasi antara kelincahan terhadap hasil kemampuan *dribbling* diperoleh  $r_{hitung}$  sebesar = 0,842. Untuk uji koefisien korelasi dilakukan dengan mendistribusi harga  $r_{hitung}$  dengan  $r_{tabel}$  untuk  $\alpha = 5\%$ , dengan  $N = 20$  dan  $df = n - k$  atau  $20 - 2 = 18$ , jadi hasil  $r_{tabel}$  sebesar = 0,468. jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$  maka  $H_0$  ditolak artinya signifikan.

- 3) Kontribusi kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan mendribbling bola dengan nilai  $r_{hitung} = 0,668 > r_{tabel} = 0,553$ . Hasil statistik ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecepatan dan kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola. Faktor seseorang dalam mendribbling bola adalah tingkat kecepatan dan kelincahan yang dimilikinya. Baik buruknya tingkat kecepatan dan kelincahan yang dimiliki oleh siswa akan menentukan hasil dalam mendribbling bola, semakin baik kecepatan siswa dan kelincahan siswa, maka kemampuan

*dribbling* bolanya juga akan semakin baik, karena dengan kecepatan yang bagus saat menggiring bola maka siswa terlihat kencang dan cepat dalam membawa bola yang sedang digiring, dan dengan kelincahan yang maksimal, maka saat siswa *mendribbling* bola akan terlihat fleksibel dalam menghindari rintangan berupa lawan yang menghadang untuk merebut bola yang digiring.

Hasil penelitian ini relevan dengan hasil penelitian Iman (2008) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada siswa putra kelas VII SMP Swasta Kapuas Pontianak. Dengan rincian kesimpulan :1) Terdapat hubungan signifikan antara kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada siswa putra kelas VII SMP Swasta Kapuas Pontianak, 2) Terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada siswa putra kelas VII SMP Swasta Kapuas Pontianak, 3) Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan terhadap kecepatan pada siswa putra kelas VII SMP Swasta Kapuas Pontianak.

Serta relevan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Alfindana (2019:184) Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* futsal pada atlet Pra Porprov Kabupaten Pacitan. Diketahui bahwa:  $n = 30$ ,  $k + 2$ , dan  $R = 0.923$ . Ftabel yang diperoleh dengan taraf nyata ( $\alpha$ ) = 0,05 adalah 3.35.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat ditarik suatu kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* bola Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru dengan nilai  $r_{hitung} = 0,655 > r_{tabel} = 0,553$ .
2. Terdapat hubungan kelincihan terhadap kemampuan *dribbling* bola Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru dengan nilai  $r_{hitung} = 0,831 > r_{tabel} = 0,553$ .
3. Terdapat hubungan kecepatan dan kelincihan terhadap kemampuan *dribbling* bola Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru dengan nilai  $r_{hitung} = 0,886 > r_{tabel} = 0,553$ .

Berdasarkan hasil perhitungan maka dapat diketahui bahwa nilai hubungan kecepatan dan kelincihan terhadap kemampuan *dribbling* bola Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru dengan nilai  $r_{hitung} = 0,886 > r_{tabel} = 0,553$ .

#### B. Saran

1. Kepada Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru diharapkan lebih giat lagi dalam melakukan latihan fisik, melalui latihan kecepatan dan latihan kelincihan agar kemampuan *dribbling* bola dapat terus ditingkatkan.
2. Bagi pelatih Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru, disamping melatih teknik *dribbling* bola juga diimbangi dengan latihan fisik seperti latihan kelincihan agar kemampuan menggiring bola siswa semakin baik.
3. Kepada pengurus atau manajemen Tim Futsal SMK Hasanah Pekanbaru untuk memperhatikan kelengkapan sarana dan prasarana latihan olahraga,

khususnya olahraga futsal agar pemain dapat meningkatkan prestasinya dalam berolahraga.

4. Kepada peneliti selanjutnya agar meneliti lebih dalam lagi tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan *dribbling* futsal.



## DAFTAR PUSTAKA

- Adil, A. (2012). Kontribusi Kecepatan, Kelincahan, dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan Mendribbling Bola Pada Permainan Sepakbola PS. Aspura UNM. *Jurnal ILARA*, 2(1), 70-77.
- Akbari, W., Hidasari, F. P., & Triansyah, A. (2019). Hubungan Kelincahan, Kecepatan Dan Juggling Terhadap Keterampilan Dribble Futsal. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 8(12).
- Alfindana, D. (2019). Hubungan Kecepatan dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling Bola Futsal Pada Atlet Pra Porprov Kabupaten Pacitan 2019. *Jurnal Jemani*, 2(1), 179-186.
- Arsil. (2010). *Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Malang. Winea Media.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian dan Pendekatan Suatu Praktek*. Jakarta. PT Rineka Cipta.
- Aru, A. M. (2016). Hubungan Antara Kecepatan dan Kelincahan dengan Keterampilan Mendribbling Bola Pada Tim Futsal SMA YP UNILA Bandar Lampung.
- Fajri, M. (2016). Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai, Kecepatan Lari, dan Percaya Diri Terhadap Keterampilan Mendribbling Bola Pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal SMP DAAR EL SALAM. *Jurnal Lentera, STKIP-PGRI Bandar Lampung*, 2(1) .
- Gunawan, Y. R., & Suherman, A. (2016). Hubungan Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling Bola Futsal Pada Atlet O2SN Kecamatan Sumedang Utara. *Sportive*, 1(1), 1-11.
- Iman, I. (2013). Hubungan Kelincahan dan Kecepatan Terhadap hasil Mendribbling Bola. *Jurnal*. Universitas Tanjung Pura.
- Irawadi, H. (2011). *Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. Padang: Jurusan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan.UNP.
- Ismaryati. (2006). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: UNS Press.
- Jaya, A. (2008). *Futsal; Gaya Hidup, Peraturan dan Tips Permainan*. Yogyakarta: Pustaka Timur.

- Kusumawati, M. (2015). *Penelitian Penjasorkes Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Bandung. Alfabeta.
- Koger, R. (2010). *Latihan Dasar Andal Sepak Bola Remaja*. Klaten. Macana Jaya Cemerlang
- Luxbacher, J, A. (2012). *Sepakbola*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Mappaompo, M, A. (2011). Kontribusi Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Mendribbling Bola Dalam Permainan Sepakbola Club Bilopa Kabupaten Sinjai. *Jurnal ILARA*, 2(1), 96-101.
- Mielke, D. (2003). *Seri Dasar-Dasar Olahraga Dasar-Dasar Sepakbola*. USA. Pakar Raya Pakarnya Pustaka.
- Mulyono, A. (2017). *Buku Pintar Futsal*. Jakarta. Anugrah.
- Mylsidayu, A. (2015). *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Bandung. Alfabeta.
- Riduwan. 2005. *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru-Karyawan dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta.
- Sapulete, J, J. (2012). Hubungan Kelincahan dan Kecepatan Dengan Kemampuan Mendribbling Bola Pada Permainan Sepakbola Siswa SMK Kesatuan Samarinda. *Jurnal ILARA*, 3(1), 108-114.
- Saputra, M., & Perdima, F. E. (2020). Hubungan Kecepatan terhadap Keterampilan Dribbling pada Permainan Futsal di Akademi Dehasen Kota Bengkulu. *Journal Of Dehasen Educational Review*, 1(1), 38-43.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Adiministrasi*. Bandung. Alfabeta.
- Syafruddin. (2011). *Ilmu Kepelatihan Olahraga Teori dan Aplikasinya Dalam Olahraga*. UNP Press. Padang.