

**KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KECEPATAN LARI TERHADAP
KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA SISWA *UIR SOCCER
SCHOOL* U17 PEKANBARU**

SKRIPSI

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



OLEH:

**KHAIRUDIN
146610113**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN
REKREASIFAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
PEKANBARU
2020**

**KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KECEPATAN LARI TERHADAP
KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA SISWA *UIR SOCCER
SCHOOL* U17 PEKANBARU**

SKRIPSI

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



OLEH:

KHAIRUDIN
146610113

Pembimbing Utama

ROMI CENDRA, M.Pd
NIDN. 1016058703

Pembimbing Pendamping

RICKY FERNANDO, M.Pd
NIDN: 1027108701

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN
REKREASIFAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
PEKANBARU
2020**

PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Khairudin
NPM : 146610113
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Judul Skripsi : **KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KECEPATAN LARI
TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA
SISWA UIR SOCCER SCHOOL U17 PEKANBARU**

Disetujui
PEMBIMBING



Romi Cendra, M.Pd
NIDN : 1016058703



Ricky Fernando, M.Pd
NIDN : 1027108701

Mengetahui

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan



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

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

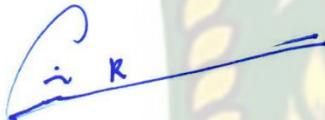
JUDUL :

**KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KECEPATAN LARI TERHADAP
KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA SISWA *UIR SOCCER
SCHOOL* U17 PEKANBARU**

Dipersiapkan oleh :

Nama : **KHAIRUDIN**
NPM : 146610113
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Pembimbing Utama



Romi Cendra, S.Pd., M.Pd

NIDN. 1016058703

Pembimbing Pendamping



Ricky Fernando, M.Pd

NIDN. 1027108701

Mengetahui

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



Leni Apriani, M.Pd

NIDN. 1005048901

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

Dekan



Dr. Sri Annah S, S.Pd., M.Si

NIP. 19701007 1998032002

NIDN. 0007107005

SURAT KETERANGAN

Kami Pembimbing skripsi ini, dengan menerangkan bahwa mahasiswa di bawah ini :

Nama : Khairudin
NPM : 146610113
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jenjang Pendidikan : Strata Satu (S1)

Telah selesai menyusun skripsi ini :

“KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KECEPATAN LARI TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA SISWA UIR *SOCCER SCHOOL* U17 PEKANBARU”

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pembimbing



Romi Cendra, M.Pd
NIDN : 1016058703



Ricky Fernando, M.Pd
NIDN : 1027108701

ABSTRAK

Khairudin, 2020. Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Lari Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Siswa UIR Soccer School U17 Pekanbaru.

Tujuan penelitian ini adalah (1) untuk mengetahui kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa UIR Soccer School U17 Pekanbaru. (2) untuk mengetahui kontribusi kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa UIR Soccer School U17 Pekanbaru. (3) untuk mengetahui kontribusi kelincahan dan kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa UIR Soccer School U17 Pekanbaru. Jenis penelitian ini adalah korelasi. Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa UIR Soccer School U17 yang berjumlah 20 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling* sehingga jumlah sampel pada penelitian ini ada 20 orang. Instrumen tes yang digunakan adalah tes kelincahan dodging run, tes lari 50 meter dan tes menggiring bola (dribbling). Teknik analisa data yang digunakan adalah uji r. Berdasarkan hasil perhitungan maka dapat diketahui bahwa (1) Terdapat kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa UIR Soccer School U17 Pekanbaru dengan nilai $r_{hitung} = 0,589$ dengan nilai kontribusi sebesar 34,72%. (2) Terdapat kontribusi kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa UIR Soccer School U17 Pekanbaru dengan nilai $r_{hitung} = 0,560$ dengan nilai kontribusi sebesar 31,38%. (3) Terdapat kelincahan dan kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa UIR Soccer School U17 Pekanbaru dengan nilai $r_{hitung} = 0,813$ atau dengan nilai kontribusi sebesar 66,19%.

Kata kunci: Kelincahan, Kecepatan Lari, Menggiring Bola

ABSTRACT

Khairudin, 2020. Contribution of Agility and Running Speed to Dribbling Skills Ability in Students of UIR Soccer School U17 Pekanbaru.

The purpose of this study was (1) to determine the contribution of Agility to Dribbling Skills Ability in Students of UIR Soccer School U17 Pekanbaru . (2) to find out the contribution of Running Speed to Dribbling Skills Ability in Students of UIR Soccer School U17 Pekanbaru. (3) to determine the contribution of Agility and Running Speed to Dribbling Skills Ability in Students of UIR Soccer School U17 Pekanbaru. This type of research is correlation. The population in this study were Students UIR Soccer School U17 totaling 20 people. The sampling technique used was total sampling so that the number of samples in this study were 20 people. The test instruments used were dogging run, 50-meter running test and dribbling test. The data analysis technique used is the r test. Based on the results of the calculation, it can be seen that (1) There is a contribution of agility to dribbling skill ability in students of UIR Soccer School U17 Pekanbaru with a calculated value of 0.589 with a contribution value of 34,72%. (2) There is a contribution of running speed to dribbling akill ability in students of UIR Soccer School U17 Pekanbaru with a calculated value = 0.580 with a contribution value of 31,38%. (3) There is a contribution of agility and eye and running speed to the ability of dribbling skill ability in students of UIR Soccer School U17 Pekanbaru with a calculated value = 0.813 or with a contribution value of 66,19%.

Keywords: Agility, Running Speed, dribble



YAYASAN LEMBAGA PENDIDIKAN ISLAM (YLPI) RIAU
UNIVERSITAS ISLAM RIAU

F.A.3.10

Jalan Kahrudin Nasution No. 113 P. Marpoyan Pekanbaru Riau Indonesia – Kode Pos: 28284
 Telp. +62 761 674674 Fax. +62 761 674834 Website: www.uir.ac.id Email: info@uir.ac.id

KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR
SEMESTER GANJIL TA 2020/2021

NPM : 146610113
 Nama Mahasiswa : KHAIRUDIN
 Dosen Pembimbing : 1. ROMI CENDRA S.Pd., M.Pd 2. RICKY FERNANDO S.Pd., M.Pd
 Program Studi : PENDIDIKAN OLAHRAGA (PENJASKESREK)
 Judul Tugas Akhir : Kontribusi kelincahan dan kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring pola pada siswa UIR Soccer School U-17 Kota Pekanbaru Riau
 Judul Tugas Akhir (Bahasa Inggris) : The contribution of agility and running speed to the ability to dribble the UIR Soccer School U-17 students in Pekanbaru, Riau
 Lembar Ke :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

NO	Hari/Tanggal Bimbingan	Materi Bimbingan	Hasil / Saran Bimbingan	Paraf Dosen Pembimbing
1	Senin, 14/01/2019	Perbaikan Latar Belakang Identifikasi Masalah	Baik dan Sudah di Perbaiki	
2	Selasa, 12/02/2019	Perbaikan Daftar Pustaka Perbaiki Penulisan	Baik dan Sudah di Perbaiki	
3	Rabu, 22/05/2019	Ujian Seminar Proposal Ganti Judul	Baik dan Sudah di Perbaiki	
4	Rabu, 12/06/2020	Perbaiki Proposal/Revisi	Baik dan Sudah di Perbaiki	
5	Jumat, 06/03/2020	Perbaikan Kata Pengantar Perbaiki Daftar isi, Tambah Jurnal	Sudah di Perbaiki	
6	Kamis, 02/04/2020	Penelitian	Baik dan Sudah di Perbaiki	
7	Kamis, 16/07/2020	Revisi	Baik dan Sudah di Perbaiki	
8	Senin, 16/11/2020	ACC Skripsi	Baik dan Sudah di Perbaiki	

Pekanbaru,.....
 Wakil Dekan I/Ketua Departemen/Ketua Prodi

(Dr. Hj. Sri Amnah, M.Si)



OGHWSGRLTWWFTT2ZCEPSCNF2M

Catatan :

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



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 Email: info@uir.ac.id

KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR
SEMESTER GANJIL TA 2020/2021

NPM : 146610113
 Nama Mahasiswa : KHAIRUDIN
 Dosen Pembimbing : 1. ROMI CENDRA S.Pd., M.Pd 2. RICKY FERNANDO S.Pd., M.Pd
 Program Studi : PENDIDIKAN OLAHRAGA (PENJASKESREK)
 Judul Tugas Akhir : Kontribusi kelincahan dan kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring pola pada siswa UIR Soccer School U-17 Kota Pekanbaru Riau
 Judul Tugas Akhir (Bahasa Inggris) : The contribution of agility and running speed to the ability to dribble the UIR Soccer School U-17 students in Pekanbaru, Riau
 Lembar Ke :

NO	Hari/Tanggal Bimbingan	Materi Bimbingan	Hasil / Saran Bimbingan	Paraf Dosen Pembimbing
1	Senin, 14/01/2019	Perbaiki Latar Belakang Identifikasi Masalah	Baik dan Sudah di Perbaiki	
2	Selasa, 12/02/2019	Perbaiki Daftar Pustaka Perbaiki Penulisan	Baik dan Sudah di Perbaiki	
3	Rabu, 22/05/2019	Ujian Seminar Proposal Ganti Judul	Baik dan Sudah di Perbaiki	
4	Rabu, 12/06/2020	Perbaiki Proposal/Revisi	Baik dan Sudah di Perbaiki	
5	Jumat, 06/03/2020	Perbaiki Kata Pengantar Perbaiki Daftar isi, Tambah Jurnal	Sudah di Perbaiki	
6	Kamis, 02/04/2020	Penelitian	Baik dan Sudah di Perbaiki	
7	Kamis, 16/07/2020	Revisi	Baik dan Sudah di Perbaiki	
8	Senin, 16/11/2020	ACC Skripsi	Baik dan Sudah di Perbaiki	

Pekanbaru,.....
 Wakil Dekan I/Ketua Departemen/Ketua Prodi

(Dr. Hj. Sri Amnah, M.Si)



OGHWSGRLTWVFTT2CEPSCNF2M

Catatan :

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

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **KHAIRUDIN**
NPM : **146610113**
Fakultas : Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Judul Skripsi : Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Lari Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Siswa UIR *Soccer School* U17 Pekanbaru

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini saya buat sesuai dengan aturan penulisan skripsi dan tidak melakukan plagiat.
2. Penulisan yang saya lakukan murni karya saya sendiri yang dibimbing oleh dosen pembimbing yang telah ditunjuk oleh Dekan FKIP Universitas Islam Riau.
3. Jika ditemukan isi skripsi yang merupakan duplikat dari skripsi orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar dan ijazah yang telah saya pegang 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, 26 Januari 2021

Yang Menyatakan




KHAIRUDIN
146610113

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT, atas segala rahmat dan karuniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul **“Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Lari Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Siswa UIR Soccer School U17 Pekanbaru”**.

Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada pihak yang telah membantu dalam penyelesaian penulisan skripsi ini yaitu :

1. Bapak Romi Cendra, S.Pd., M.Pd sebagai pembimbing utama yang telah banyak memberi arahan-arahan positif dalam penulisan skripsi ini.
2. Bapak Ricky Fernando, M.Pd sebagai pembimbing pendamping yang telah banyak memberi arahan-arahan dan masukan dalam penulisan skripsi ini
3. Bapak Drs. Daharis, M.Pd sebagai Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FKIP UIR.
4. Ibu Merlina Sari, S.Pd, M.Pd sebagai Sektretaris Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Pada FKIP UIR.
5. Bapak Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
6. Bapak/ Ibu Dosen Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau yang telah memberikan pengajaran dan berbagai disiplin Ilmu kepada selama penulis belajar di Universitas Islam Riau.

7. Kedua orangtua yang telah memberikan cinta dan kasihnya dan juga motivasi yang tak terhingga, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
8. Rekan-rekan angkatan 2014 yang telah memberikan semangat dan motivasi hingga akhirnya penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.

Penulis sangat mengharapkan agar skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada 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, Maret 2020
Penulis,

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
PENGESAHAN SKRIPSI	i
PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
SURAT KETERANGAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI	vi
SURAT PERNYATAAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR GRAFIK	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Pembatasan Masalah.....	4
D. Perumusan Masalah.....	4
E. Tujuan Penelitian.....	4
F. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori.....	7
1. Hakikat Kelincahan.....	7
a. Pengertian Kelincahan.....	7
b. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kelincahan.....	8
2. Hakikat Kecepatan Lari.....	9
a. Pengertian Kecepatan Lari.....	9
3. Hakikat Kemampuan Menggiring Bola.....	10
B. Kerangka Pemikiran.....	20
C. Hipotesis Penelitian.....	20
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	22

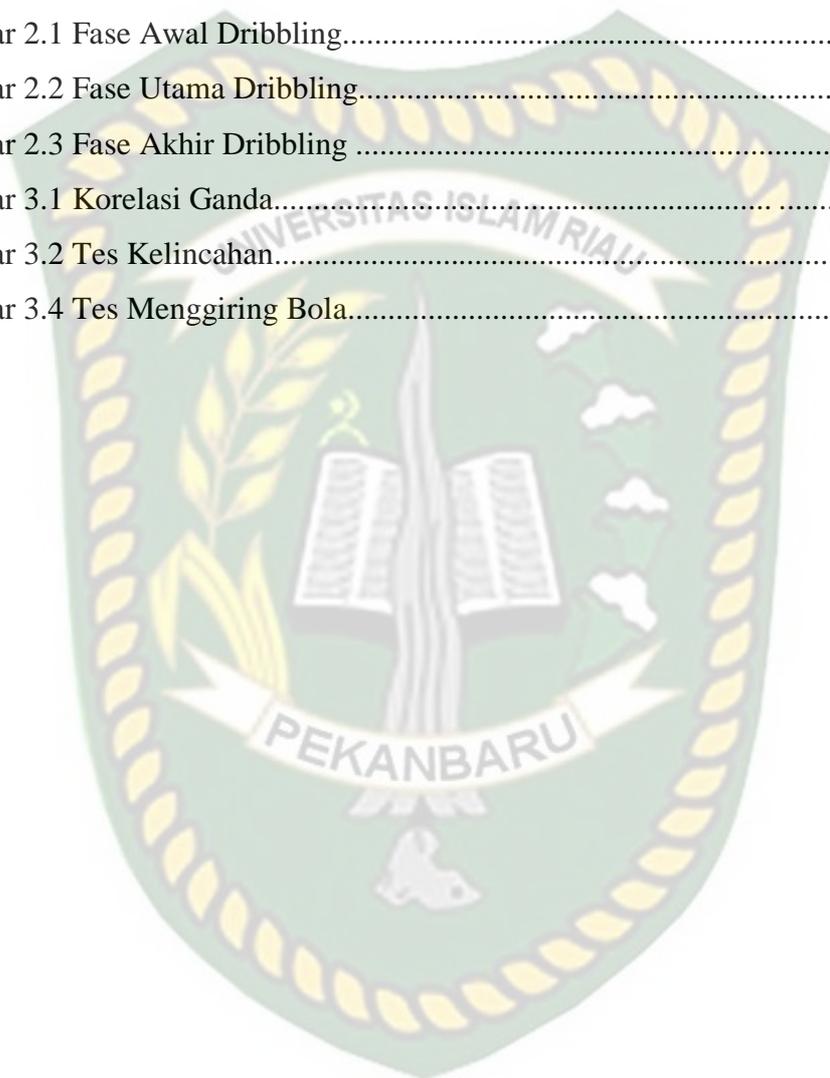
B. Populasi dan Sampel Penelitian	22
1. Populasi	22
2. Sampel	23
C. Defenisi Operasional	23
D. Pengembangan Instrumen	24
E. Teknik Pengumpulan Data	28
F. Teknik Analisis Data	29
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	32
1. Kelincahan (X ₁) pada Siswa UIR Soccer School U17	32
2. Kecepatan Lari(X ₂) pada Siswa UIR Soccer School U17	34
3. Kemampuan Menggiring Bola (Y) Pada siswa UIR Soccer Scholl U17	36
B. Analisa Data	37
C. Pembahasan	40
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	42
B. Saran	42
DAFTAR PUSTAKA	44

DAFTAR TABEL

	Halaman
3.1. Kategori Nilai Korelasi	30
4.1 Distribusi Frekuensi Kelincahan (X_1) Siswa UIR Soccer School U17.....	33
4.2 Distribusi Frekuensi Kecepatan Lari (X_2) Siswa UIR Soccer School U17.....	35
4.3 Distribusi Frekuensi Kemampuan Menggiring Bola (Y) Siswa UIR Soccer School U17	36
4.4 Analisis Korelasi Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola Pada Siswa UIR Soccer School U17	38
4.5 Analisis Korelasi Kecepatan lari dengan Kemampuan Menggiring Bola pada Siswa UIR soccer School U17.....	38
4.6 Analisis Korelasi Kelincahan dan kecepatan Lari Pada siswa UIR Soccer School U17.....	39
4.7 Analisis Korelasi Kelincahan dan Kecepatan Lari dengan Kemampuan menggiring Bola Pada Siswa UIR Soccer School U17	40

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Fase Awal Dribbling.....	18
Gambar 2.2 Fase Utama Dribbling.....	19
Gambar 2.3 Fase Akhir Dribbling	19
Gambar 3.1 Korelasi Ganda.....	22
Gambar 3.2 Tes Kelincahan.....	25
Gambar 3.4 Tes Menggiring Bola.....	27



DAFTAR GRAFIK

	Halaman
4.1 Histogram Sebaran Data Kelincahan (X_1) pada Siswa UIR Soccer School U17	34
4.2 Histogram Frekuensi Data Kecepatan Lari (X_2) Pada Siswa UIR Soccer School U17.....	35
4.3 Histogram Distribusi Frekuensi Kemampuan Menggiring Bola..	37



DAFTAR GRAFIK



Dokumen ini adalah Arsip Miik :
Perpustakaan Universitas Islam Riau

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepakbola adalah salah satu olahraga yang sangat populer di dunia, termasuk juga Indonesia. Dalam pertandingan, olahraga ini dimainkan oleh dua kelompok yang saling berlawanan yang masing-masing berjuang untuk memasukkan bola ke dalam gawang kelompok lawan. Dalam sepakbola dibutuhkan keahlian khusus seperti keahlian menggiring bola, kecepatan lari, kelincahan, dan kecerdasan agar bisa lolos dari hadangan lawan. Teknik sepakbola yang sering diajarkan hanya sebatas gerak-gerak dasar seperti, menendang bola, menggiring bola, menyundul bola, dan istilah-istilah dalam permainan sepakbola.

Salah satu cabang olahraga yang sangat digemari oleh berbagai lapisan masyarakat khususnya di Indonesia adalah sepakbola, baik di desa maupun di kota. Tidak hanya kaum laki-laki saja yang bermain bola, bahkan saat ini sepakbola sudah banyak dimainkan oleh perempuan. Dalam permainan sepakbola tentunya ada batasan usia yang berbeda-beda, sebagai contoh ada pertandingan untuk anak usia 10 tahun, 12 tahun, 15 tahun, dan sampai senior di tingkat daerah maupun nasional. Oleh karena itu pembinaan sepakbola seharusnya diprioritaskan sejak usia anak-anak tujuannya untuk meningkatkan dan mencapai prestasi alangkah baiknya semenjak anak-anak telah mendapatkan pendidikan olahraga dan khususnya olahraga sepakbola secara benar, teratur, dan terarah.

Dari observasi awal yang ditemui di lapangan yakni penguasaan teknik *menggiring bola* dalam permainan sepakbola siswa belum baik dan optimal, ini

terlihat disaat siswa menggiring bola bola jauh dari jangkauan kaki. Dalam melakukan menggiring bola siswa terlihat bosan dan monoton (kaku) karena kelemahan tersebut bola tidak dapat dikuasai dengan baik serta kurangnya keseriusan dalam melakukan latihan. Selain itu juga, pada saat gerakan menggiring bola siswa belum mahir dan terampil dalam melakukan teknik menggiring bola.

Beberapa faktor yang menentukan dalam menggiring bola antara lain : keseimbangan, kelincahan, kekuatan fisik, kecepatan, koordinasi, kekuatan dan daya tahan, namun disini peneliti hanya akan fokus meneliti tentang kontribusi kecepatan lari dan kelincahan dalam menggiring bola. Hal ini dikarenakan butuh waktu yang lama untuk meneliti unsur-unsur yang lain, sehingga peneliti tidak mungkin untuk meneliti faktor-faktor yang lain dalam menggiring bola. Menggiring bola tidak hanya membawa bola menyusuri tanah dan lurus kedepan, melainkan menghadapi lawan yang jaraknya dekat, hal ini menuntut siwa untuk memiliki kemampuan menggiring bola dengan baik.

Menggiring bola memerlukan kemampuan yang baik dan unsur unsur kondisi fisik yang yang baik pula seperti kecepatan lari dan kelincahan dapat memberikan kemampuan gerak lebih cepat, dengan metode mengulang yang banyak maka kemampuan menggiring bola yang lincah dan cepat dapat dicapai dan ditampilkan dalam bermain sepak bola. Menggiring bola adalah membawa bola kaki untuk tujuan melewati lawan untuk mencari kesempatan memberi umpan kepada kawan dan menahan bola tetap pada penguasaan. Kecepatan lari dan kelincahan sebagai salah satu unsur fisik yang mendukung penguasaan teknik bermain sepak bola mempunyai peranan di dalam pencapaian prestasi yang

optimal. Siswa yang mempunyai kecepatan lari dan kelincahan yang baik tidak akan mengalami kesulitan dalam melakukan serangan maupun pertahanan dan mengecoh lawan. Oleh karena itu kecepatan lari dan kelincahan harus dimiliki oleh setiap siswa.

Berdasarkan uraian di atas, untuk mengetahui lebih mendalam tentang kegiatan tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul **Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Lari terhadap Kemampuan Menggiring bola Permainan Sepakbola Siswa Uir Soccer school U17 Pekanbaru.**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut :

- 1) Kurangnya pemahaman siswa uir *soccer school* U17 yang mengikuti latihan sepak bola terhadap teknik dasar gerakan dalam sepak bola.
- 2) Kurangnya pemahaman siswa uir *soccer school* U17 yang mengikuti latihan sepak bola akan pentingnya unsur kecepatan lari dan kelincahan dalam bermain sepak bola, khususnya dalam hal menggiring bola.
- 3) Terdapat beberapa siswa yang mempunyai kemampuan kecepatan lari dan kelincahan yang baik namun kemampuan menggiring bolanya terlihat biasa.
- 4) Terdapat beberapa siswa yang mempunyai kemampuan menggiring bola yang baik namun kemampuan kecepatan lari dan kelincahannya terlihat biasa.

- 5) Belum diketahuinya kontribusi antara kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada ekstrakurikuler sepak bola di uir *soccer school* U17 pekanbaru.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, agar pembahasan tidak terlalu luas dan fokus maka perlu adanya pembatasan masalah. Dalam penelitian ini peneliti hanya akan membahas tentang “kontribusi kelincahan dan kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa uir *soccer school* U17 Kota Pekanbaru”.

D. Rumusan Masalah

Sesuai dengan batasan masalah diatas dapat diambil rumusan masalah yaitu :

- 1) Adakah kontribusi kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa sepak bola uir *soccer school* U17 Kota Pekanbaru.
- 2) Adakah kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa sepak bola uir *soccer school* U17 Kota Pekanbaru.
- 3) Adakah kontribusi antara kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa sepak bola uir *soccer school* U17 Kota Pekanbaru.

E. Tujuan Penelitian

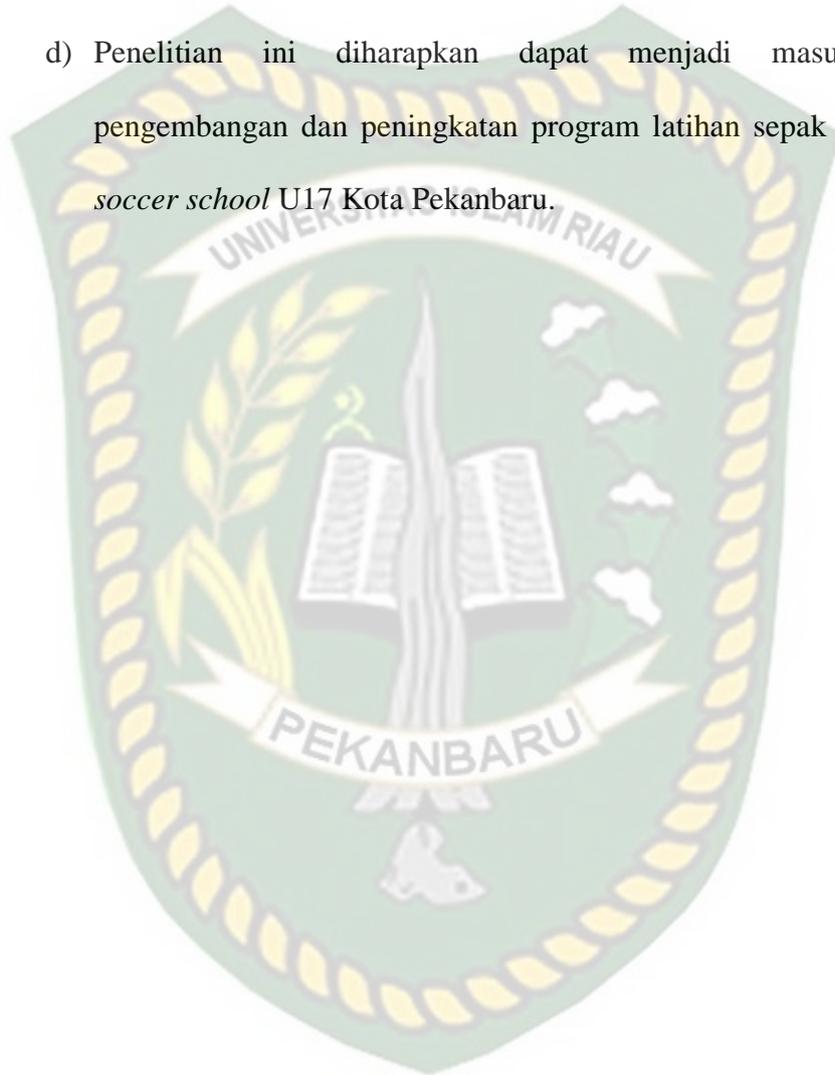
- 1) Untuk mengetahui kontribusi kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa sepak bola uir *soccer school* U17 Kota Pekanbaru.

- 2) Untuk mengetahui kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa sepak bola uir *soccer school* U17 Kota Pekanbaru.
- 3) Untuk mengetahui kontribusi antara kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa sepak bola uir *soccer school* U17 Kota Pekanbaru.

F. Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis
 - a) Hasil penelitian bisa digunakan sebagai informasi ilmiah dalam pelatihan cabang sepak bola.
 - b) Hasil penelitian juga harapannya bisa memberikan sumbangan positif bagi proses belajar mengajar dan latihan khususnya sepak bola.
2. Secara praktis
 - a) Bagi peneliti Akan didapatkan suatu masukan mengenai kontribusi antara kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa sepak bola uir *soccer school* U17 Kota Pekanbaru.
 - b) Bagi para Siswa Bagi para siswa dapat digunakan sebagai bahan pengetahuan yang menunjang dalam program latihan sehingga bisa lebih berprestasi dalam olahraga khususnya sepak bola.

- c) Bagi pelatih dapat menjadi sumber referensi sehingga bisa meningkatkan hasil kualitas pengajaran olahraga khususnya sepak bola.
- d) Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi pengembangan dan peningkatan program latihan sepak bola di uir *soccer school* U17 Kota Pekanbaru.



BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Deskripsi Teoritik

a. Hakekat Kelincahan

1). Pengertian Kelincahan

Kelincahan berasal dari kata lincah, menurut kamus bahasa Indonesia Lincah berarti selalu bergerak, tidak dapat diam, dan tidak tenang. Kelincahan (agility) adalah kemampuan untuk mengganti petunjuk dengan tepat dan cepat saat bergerak dengan cepat. Sedangkan Nurhasan, dkk (2005:20), menyatakan kelincahan merupakan kemampuan bergerak dengan berubah-ubah arah secara cepat dan tepat tanpa kehilangan keseimbangan. kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara tepat dan cepat.

Cecep Abdurrahman (2015:44) Mengatakan “Kelincahan sangat penting bagi permainan sepak bola karena kelincahan sangat erat kaitannya dalam melewati lawan secara cepat dan fleksibel dengan demikian kelincahan sangat baik di terapkan di berbagai kalangan untuk pelatihan dimana dalam kasus tersebut bisa di kaitkan dengan fleksibilitas permainan sepak bola khususnya pada atlet-atlet prestasi”

kelincahan diartikan sebagai kemampuan tubuh untuk mengubah posisi tubuh dan tujuan dengan sikap yang tepat. Latihan kelincahan (agility) merupakan unsur penting di dalam olahraga dan perlu untuk dilatih. Kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk bergerak dengan cepat dan mengubah arah dengan tangkas tanpa kehilangan keseimbangan dan sadar akan posisi tubuhnya.

Kelincahan merupakan salah satu komponen fisik yang banyak dipergunakan dalam berbagai olahraga. Kelincahan pada umumnya didefinisikan sebagai kemampuan untuk mengubah arah secara efektif, cepat dan tepat, sambil berlari hampir dalam keadaan penuh (dengan sekuat tenaga).

M. Adam Mappaompo (2011:97) mengatakan “Kelincahan adalah suatu bentuk gerakan yang mengharuskan seorang atau pemain untuk bergerak dengan cepat dan mengubah arah serta tangkas”. Kelincahan merupakan salah satu komponen fisik yang banyak dipergunakan dalam sepakbola. Kelincahan dalam permainan sepakbola pada umumnya didefinisikan sebagai kemampuan mengubah arah secara efektif dan cepat, sambil berlari menghindari lawan. Kelincahan biasanya dapat dilihat dari kemampuan bergerak dengan cepat, mengubah arah dan posisi, menghindari benturan antara pemain dan kemampuan berkelit dari pemain di lapangan. Kemampuan bergerak mengubah arah dan posisi tergantung pada situasi dan kondisi yang dihadapi dalam waktu yang singkat dan cepat seperti halnya menghindari lawan.

2) Faktor- Faktor Mempengaruhi Kelincahan

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kelincahan menurut Nurhasan (2005: 78) adalah

a. Tipe tubuh

Seperti yang telah dijelaskan dalam pengertian kelincahan diatas, bahwa gerakan kelincahan menuntut terjadinya pengurangan dan pemacuan tubuh secara bergantian dimana momentum sama dengan massa dikalikan kecepatan. Jika

dihubungkan dengan tipe tubuh, maka orang yang tergolong mesomorfi dan mesoektomorfi lebih tangkas dari sektomorf dan endomorf.

a. Usia

Kelincahan pada seseorang akan meningkat sampai kira-kira usia 12 tahun.

b. Jenis kelamin

Anak laki-laki menunjukkan kelincahan sedikit lebih baik dari pada anak perempuan sebelum mencapai usia pubertas, setelah pubertas perbedaan terlihat mencolok.

c. Status gizi

Anak dapat bergerak dengan lincah bila tidak mengalami kelebihan berat badan maupun kekurangan berat badan yang semestinya. Anak yang mengalami gangguan status gizinya akan mengalami gangguan kemampuan dalam melakukan aktifitas fisik

d. Kelelahan

Mengurangi kelincahan terutama karena menurunnya koordinasi. Sehubungan dengan hal itu penting untuk memelihara daya tahan kardiovaskuler dan otot agar kelelahan tidak mudah timbul.

b. Hakekat Kecepatan Lari

1). Pengertian Kecepatan Lari

Kecepatan merupakan kemampuan seseorang untuk mengerjakan gerakan yang berkesinambungan dalam bentuk yang sama dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Ismaryati (2006:57), mendefinisikan kecepatan adalah kemampuan bergerak dengan kemungkinan kecepatan tercepat. Kecepatan merupakan

gabungan dari tiga elemen, yakni : waktu reaksi, frekuensi gerakan per unit waktu, dan kecepatan menempuh suatu jarak. Kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk melakukan gerakan ke depan dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Sedangkan menurut Harsono (2015:126), mengatakan kecepatan lari adalah kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan sejenis secara berturut-turut dalam waktu yang sesingkat-singkatnya atau kemampuan untuk menempuh suatu gerakan dalam waktu yang sesingkat-singkatnya.

Dengan demikian dari beberapa pendapat di atas maka peneliti menyimpulkan bahwa kecepatan adalah kemampuan untuk mengerjakan suatu aktivitas yang sama berulang-ulang serta berkesinambungan dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Kecepatan merupakan gabungan dari tiga elemen, yakni : waktu reaksi, frekuensi gerakan per unit waktu, dan kecepatan menempuh suatu jarak. Kecepatan lari dalam permainan sepakbola merupakan kemampuan seorang pemain sepakbola untuk melakukan reaksi, dengan bergerak secepatcepatnya ke arah sasaran yang telah ditetapkan dengan membawa bola.

c. Hakikat Kemampuan Menggiring Bola

1). Pengertian Menggiring Bola

Kemampuan berasal dari kata mampu yang berarti kuasa (bisa, sanggup) melakukan sesuatu, sedangkan kemampuan berarti kesanggupan, kecakapan, kekuatan (kamus besar bahasa Indonesia (1989, 552). Kemampuan adalah kapasitas seseorang individu untuk melakukan beragam tugas dalam suatu pekerjaan. Menurut Lumintuarso (2013 : 47) Mengatakan “ Setiap atlet merupakan individu yang unik dan tidak ada dua yang tepat sama di dunia ini.

Muhammad In'aam, dkk *dribble* mengatakan “keterampilan dasar dalam sepakbola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, bersiap melakukan operan atau tembakan”. Ketika pemain telah menguasai keterampilan *dribble* secara efektif, sumbangan mereka dalam pertandingan sangat besar. Revanno Fitradha, slamet dkk. *Dribble* mengatakan “metode menggerakkan bola dari satu titik ke titik lain dilapangan dengan menggunakan kaki, bola harus selalu dekat dengan kaki agar mudah dikontrol, pemain tidak boleh terus terus melihat bola kebawah, mereka juga harus melihat di sekeliling dengan kepala tegak agar dapat mengamati situasi lapangan dan mengawasi gerak gerak pemain lawan”.

Salah satu hal penting yang kedua dari tiga teknik dasar sepakbola adalah *dribbling* yang di gunakan dalam sebuah pertandingan sepakbola dengan cara membawa bola sendiri sejauh mungkin untuk mencapai tujuan tertentu. Menurut Koger (2005:51) mengatakan “*Dribbling is the method used to move the soccer ball from one place on the field to another with the feet. The ball must stay close to your feet so you can maintain control. It is very important to not continuously watch the soccer ball. You must keep your head up so you can see the field and your teammates.*”

Menguasai kemampuan *dribbling* merupakan suatu hal yang paling utama dan sebuah keharusan dalam diri seorang atlet sepakbola untuk dapat bermain dengan baik di lapangan sebagai atlet sepakbola. Tanpa kemampuan *dribbling* yang baik dalam sebuah pertandingan, maka seorang atlet akan terlihat biasa saja dan seperti terlihat baru bermain sepakbola. Kemampuan *dribbling* bola dengan

berbagai bentuk gaya dan caranya sehingga terlihat sebagai hal yang berbeda saat atlet yang satu melaksanakan jika dibandingkan dengan atlet lain.

Situasi seorang atlet harus mampu mengambil sebuah keputusan penting apakah melakukan *dribbling* atau *shooting* saat berhadapan dengan gawang dan seorang penjaga gawang. Mielke (2007 : 1) mengatakan *Dribbling* merupakan kemampuan dasar dalam sepakbola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak atau bersiap melakukan operan atau tembakan. sejalan dengan Mielke, Garland (2014 : 34) mengatakan “*dribbling means applying controlled touches to the ball, using various surfaces of the foot, so that the ball remains within playing distance of the dribbler.*”

Harapan kepada atlet agar mampu menggunakan ruang kosong, dan memanfaatkan *dribbling* dalam rangka menyusun serangan. *Dribbling* yang baik dan efektif di mulai ketika tim yang sedang berada pada lokasi yang lebih menguasai bola, mendapatkan ruang di antara lawan. *Dribbling* bola harus di laksanakan dalam keadaan yang tepat untuk menentukan gerak langkah berikutnya. Dalam permainan sepakbola *dribbling* yang merupakan suatu kemampuan yang harus di kuasai agar mampu mencapai prestasi yang maksimal.

Koger (2005 : 61) mengemukakan bahwa “*dribbling* adalah metode menggerakkan bola dari satu titik ke titik lain di lapangan dengan menggunakan kaki”. Menggiring bola harus di sertai dengan kemampuan membebaskan diri dari hadangan lawan, melindungi bola sambil melakukan gerakan lari serta gerakan maju dan tipuan, namun bola tetap dalam penguasaannya. Senada dengan koger

dalam Janje J Sapulate (2012: 109) Mengatakan “Menggiring bola dalam situasi bermain artinya membawa bola dari satu lini ke lini yang lainnya dengan cara mengontrol dari kaki ke kaki bila ruang sempit, karena lawan menutup daerahnya”.

Kemampuan *dribbling* merupakan suatu hal yang lebih dari hanya sebuah kemampuan, akan tetapi merupakan nilai seni dalam suatu gerak. Komponen yang penting untuk membuat gerakan yang di lakukan menjadi lebih indah adalah keefisienan gerak dalam sebuah pelaksanaan kemampuan *dribbling*, ini akan berguna untuk penggunaan energi yang di lakukan dalam setiap gerakan menjadi lebih hemat.

Kemampuan yang baik juga dapat membantu dalam segi penggunaan waktu dalam setiap gerakan. Orang yang memiliki kemampuan yang lebih baik akan lebih cepat dalam mencapai tujuan dari suatu gerakan di bandingkan dengan orang yang kemampuannya kurang baik dalam melakukan sebuah gerakan. Garland (2014 : 35) mengatakan “*Improved dribbling skills will enable players to keep the ball longer, penetrate the defense, create spaces for passing and shooting, and relive defensive pressure.*”. Teknik dasar sepakbola merupakan salah satu pondasi untuk seseorang dapat menguasai permainan sepakbola, karena mutu permainan ditentukan oleh teknik dasar yang lebih baik tentang sepakbola. Teknik dasar sepakbola merupakan segala sesuatu tindakan yang diperlukan agar pemain dapat bermain sepakbola. Sedangkan anjuran menggunakan teknik *dribbling* bola untuk menahan diri melewati lawan di sepertiga daerah pertahanan sendiri yang dekat dengan gawang kita sendiri.

Luxbacher (2011 : 47) *Dribbling* yang dilakukan di sepertiga gawang sendiri, Jika bola lepas di daerah tersebut, lawan dengan mudah untuk mencetak gol. Malkianus Udam (2017:63) Mengatakan “Dribbling atau menggiring dalam permainan sepak bola didefinisikan sebagai penguasaan bola dengan kaki pada saat kamu bergerak di lapangan permainan”. Oleh karena itu gunakan kemampuan *dribbling* dalam mendapatkan keuntungan di sepertiga daerah lawan yang dekat dengan gawang lawan. Jika melewati lawan di daerah tersebut kemungkinan kesempatan menciptakan gol untuk tim”.

Teknik *dribbling* dapat di lakukan dengan menggunakan berbagai permukaan bagian kaki (kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki, telapak kaki). Kunci untuk sukses seseorang saat *dribbling* bola agar bola tetap terkontrol ada tiga fase yaitu:

- (1) fase persiapan: lutut ditekuk, posisi berjongkok, titik berat badan rendah, badan di atas bola, kepala tegak jika mungkin, (2) fase pelaksanaan: fokus ke bola, gunakan gerak tipu badan dan tipuan gerak kaki, kontrol bola dengan permukaan kaki yang cocok, rubah kecepatan, arah atau keduanya, (3) fase lanjutan: pertahankan kontrol yang rapat, tambah kecepatan menjauhi lawan, pandangan luas dan lihat lapangan (Luxbacher (2011 : 48)

Berdasarkan kutipan di atas, dapat di simpulkan bahwa *dribbling* adalah di gunakan dalam beberapa situasi yang tepat dan terkadang membuat keuntungan dan juga kerugian bagi sebuah tim sehingga seorang atlet harus dapat menggunakannya dengan baik. Kemampuan dalam memindahkan bola dari suatu tempat ke tempat lain dengan menggunakan sentuhan kaki dan menggulirkan bola secara terus menerus ini di laksanakan dengan berbagai kecepatan, guna mempertahankan bola dari rebutan lawan terhadap bola, dan untuk melewati

lawan, serta untuk mencari kesempatan memberikan umpan ke teman agar bisa mencetak gol.

Koger (2005 : 61) mengatakan Seorang pemain harus dapat memahami dulu konsep dasar yang harus di kuasai: 1.) Ketika menggiring bola, usahakan agar bola terus berada di dekat kaki, 2.) Menggiring bola dengan kepala tetap tegak, 3.) Jika bergerak ke arah musuh, perhatikan pinggang dan arah kaki musuh. Adapun tujuan dari *dribbling* dalam sepakbola antara lain : 1. Memindahkan daerah permainan. 2. Melewati lawan, 3. Memancing lawan untuk mendekati bola sehingga daerah penyerangan terbuka. 4. Memperlambat tempo permainan.

2. Teknik Menggiring Bola

Dalam permainan sepakbola terdapat berbagai teknik-teknik dasar yang harus diperhatikan. Teknik dasar permainan sepakbola dapat dibagi menjadi beberapa jenis yaitu :

a. Teknik dasar dribble bola dengan kaki bagian dalam

Teknik dasar menggiring bola dalam sepakbola yang pertama adalah menggiring bola dengan kaki bagian dalam. Kelebihan menggiring bola dengan kaki bagian dalam adalah lebih mudah mengecoh lawan karena posisi bola kita kuasai dan dapat dengan mudah kita manipulasi. Sedangkan kekurangannya adalah pergerakannya menjadi lebih lamban, serta tidak dapat menggiring secara cepat atau melakukan sprint.

Adapun teknik dasar menggiring bola dengan kaki bagian dalam menurut Luxbacher (2011 : 60) adalah sebagai berikut:

1. Berdiri dengan pandangan kearah depan sebagai sikap awalan
 2. Kedua tangan agak membuka (menciptakan jarak tangan dengan tubuh)
 3. Dorong atau giring bola menggunakan kaki bagian dalam kearah depan dengan posisi badan sedikit condong kedepan dan kaki sedikit terangkat ke tanah
 4. Tumpukan berat badan pada salah satu kaki yang tidak digunakan untuk menggiring bola
- b. Teknik dasar menggiring bola dengan kaki bagian luar

Teknik dasar ini sangat populer digunakan karena memiliki kelebihan tersendiri. Adapun kelebihan menggiring bola dengan kaki bagian luar adalah mudah mengecoh lawan dari samping kiri apabila kita menggiring menggunakan kaki bagian kanan. Namun kekurangannya adalah sulit untuk mengecoh lawan dari sisi kanan apabila kita menggunakan kaki kanan untuk menggiring dan sebaliknya. Adapun teknik menggiring bola dengan kaki bagian luar menurut Luxbacher (2011 : 61) adalah sebagai berikut:

1. Berdiri dan arahkan pandangan kedepan sebagai sikap awalan
 2. Buka sedikit lengan hingga membentuk sudut 30 derajat
 3. Putar kedalam dan kunci penggelangan kaki anda sebagai gerakan dasar menggiring bola dengan kaki bagian luar
 4. Dorong atau giring bola dengan kaki bagian luar kedepan.
 5. Tumpukan berat badan pada salah satu kaki yang tidak digunakan untuk menggiring bola.
- c. Teknik dasar menggiring bola dengan punggung kaki

Teknik menggiring bola dengan punggung kaki sangat populer digunakan karena memiliki kelebihan khusus yang berbeda dengan kedua teknik dasar lainnya. Kelebihan menggiring bola dengan punggung kaki adalah dapat menggiring dengan cepat ke arah depan apabila tidak ada musuh. Namun kekurangan menggiring bola dengan punggung kaki adalah sangat tidak efektif digunakan untuk mengecoh lawan baik dari kanan maupun kiri. Adapun teknik menggiring bola dengan punggung kaki menurut Luxbacher (2011 : 61) adalah sebagai berikut:

1. Berdiri dengan pandangan mengarah kedepan sebagai awalan
2. Renggangkan kedua tangan kesamping
3. Putar dan kunci pergelangan kaki ke bawah
4. Dorong atau giring bola dengan punggung kaki kedepan.
5. Tumpukan berat badan salah satu kaki yang tidak digunakan untuk menggiring.
 - A. Fase awal
 - a. Kaki tumpu berada sedikit di depan bola
 - b. Kaki utama yang akan membawa bola berada di belakang bola dengan jarak kurang lebih 50 cm dari bola
 - c. Tangan sebagai penyeimbang



Gambar 2.1 fase awal *dribbling* (Joseph A. Luxbacher, (2011: 62)

- B. Fase utama
 - a. Kaki tumpu sebagai sumbu
 - b. Kaki utama yang membawa bola dari belakang kaki tumpu melewati kaki tumpu dan ke depan,
 - c. Tangan sebagai penyeimbang



Gambar 2.2 Fase utama *dribbling* (Joseph A. Luxbacher (2011: 63)

- C. Fase akhir
 - a. Kaki tumpu langsung berpindah gerak ke depan untuk persiapan *dribbling* selanjutnya
 - b. Kaki utama mendorong kedepan
 - c. Tangan penyeimbang



Gambar 2.3 Fase akhir *dribbling* (Joseph A. Luxbacher, (2011: 63)

B. Kerangka Pemikiran

Dengan memiliki kemampuan dribbling yang baik maka setiap siswa/atlet Uir *Soccer School* U17 dapat meningkatkan permainan sepakbola yang lebih baik lagi. Karena teknik kemampuan dribbling sangat besar sekali pengaruhnya terhadap permainan sepakbola seseorang.

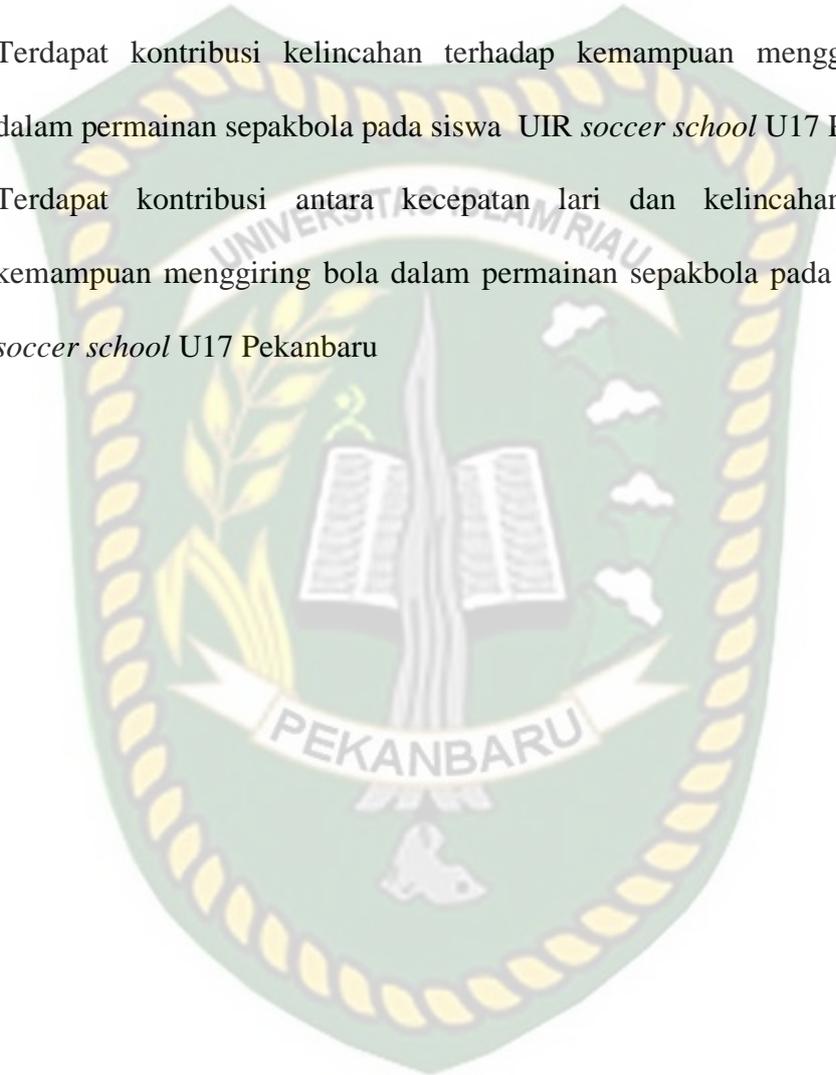
Berdasarkan landasan teori di atas maka dapat dijadikan suatu kerangka berfikir bahwa dalam suatu olahraga sepakbola kecepatan dan kelincuhan sangat erat hubungannya dengan kemampuan *dribble* bola, dengan banyaknya sumbangan yang diberikan oleh kecepatan dan kelincuhan dengan kemampuan mendribble bola, maka diharapkan seorang pemain dapat menghasilkan mutu yang maksimal. Sehingga kemampuan siswa dalam melakukan kemampuan *dribble* bola bisa lebih efektif dan efisien.

Dan tidak hanya kelincuhan dan kecepatan lari yang mempengaruhi kemampuan *dribbling* masih banyak factor lainnya yang mempengaruhi kemampuan menggiring bola atlet menjadi lebih baik lagi. Seperti halnya koordinasi mata-kaki, kekuatan otot tungkai dan lain sebagainya juga mempengaruhi kemampuan menggiring bola.

C. Hipotesis Penelitian

Berdasar kajian pustaka dan kerangka berfikir maka hipotesis penelitian adalah sebagai berikut :

1. Terdapat kontribusi Kecepatan Lari terhadap Kemampuan Menggiring Bola dalam permainan sepak bola pada siswa Uir *soccer school* U17 di Pekanbaru.
2. Terdapat kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa UIR *soccer school* U17 Pekanbaru.
3. Terdapat kontribusi antara kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa UIR *soccer school* U17 Pekanbaru

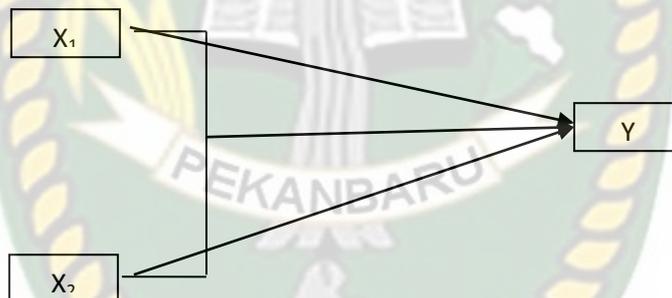


BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Adapun jenis penelitian ini dengan menggunakan metode korelasional yaitu membandingkan hasil pengukuran dua variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel ini (Arikunto, 2010:271). Menurut Sugiyono (2010:228) teknik korelasi digunakan untuk mencari hubungan dan akan membuktikan hipotesis hubungan 2 variabel atau lebih tersebut adalah sama. Dalam hal ini sebagai variabel bebas (X_1) adalah kelincahan dan (X_2) adalah kecepatan lari sebagai variabel terikat (Y) adalah menggiring bola.



Gambar : 3.1 Korelasi Ganda (Sugiyono, 2010:234)

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek yang di jadikan sebagai bahan untuk di teliti permasalahannya dalam ruang lingkup penelitian yang dilakukan. Arikunto (2010:90). Maka populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang ikut latihan bersama USS U17 yang berjumlah 20 orang.

2. Sampel

Sampel adalah bagian atau wakil dari populasi yang di teliti. Dinamakan penelitian sampel apabila penelitian dimaksud untuk menggeneralisasikan hasil penelitian sampel. Arikunto (2010:174) dalam menentukan jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling* dimana sample di ambil semua. berjumlah 20 orang.

C. Defenisi Operasional

Untuk menghindari kesalahan pengertian atau penafsiran, maka peneliti memberikan penjelasan terhadap istilah-istilah penting dalam penelitian ini, diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Kelincahan merupakan kemampuan mengubah arah dengan cepat dan tepat, selagi tubuh bergerak dari satu tempat ketempat lain, seseorang yang mampu merubah satu posisi ke posisi yang berbeda dengan kecepatan tinggi dan koordinasi gerak yang baik, berarti kelincahannya cukup baik dalam penelitian ini dapat di ukur dengan menggunakan alat ukur tes kelincahan.
2. Kecepatan adalah kemampuan seseorang dalam memindahkan tubuhnya dari satu tempat ketempat lain dengan secepat-cepatnya.
3. Menggiring bola adalah suatu gerakan membawa bola dengan menggunakan kaki untuk daerah pertahanan lawan dan untuk menghindari dari penjagaan lawan.

D. Pengembangan Instrumen

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah di olah (Arikunto, 2010:160)

Penelitian ini berbentuk metode korelasi digunakan untuk mencari hubungan dan membuktikan hipotesis hubungan dua variabel bila data kedua variabel berbentuk interval atau ratio, dan sumber data dari dua variabel atau lebih tersebut adalah sama.

1. Tes dan Pengukuran

Tes adalah serentetan pertanyaan atau latihan serta alat yang lain yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan intelegensi, kemampuan atau bakat yang dimiliki individu atau kelompok (Arikunto, 2010:150)

a. Tes kelincahan Tes *Dodging Run*

Tujuan mengukur kemampuan merubah arah berlari

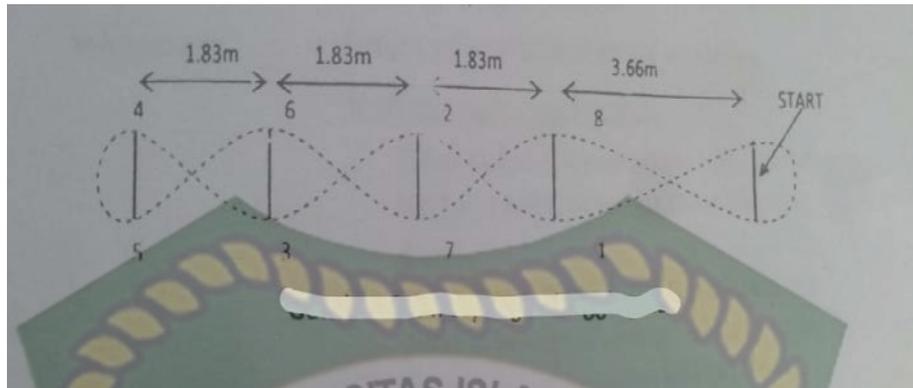
Peralatan : Stopwatch, pita atau isolasi berwarna untuk membuat garis star, cat, atau kapur untuk membuat tanda arah lari, kun.

Pelaksanaan:

Testee berdiri sedekat mungkin dibelakang garis star, kemudian berlari secepat cepat mungkin ke arah yang di tentukan.

Penilaian

Catat waktu yang di tempuh dari star sampai dengan finish.



Gambar : 3.2 Tes kelincahan (Winarno (2010:44))

b. Tes kecepatan lari (tes lari 50 meter)

Tujuan

Tes ini bertujuan untuk mengukur kecepatan

Alat dan fasilitas terdiri dari :

- a. Lintasan lurus, datar, rata, tidak licin, berjarak 50 meter dan masih mempunyai lintasan lanjutan
- b. Bendera star
- c. Peluit
- d. Tiang pancang
- e. *Stopwacht*
- f. Tali rafia
- g. Alat tulis

Petugas tes :

- A. Petugas awal
- B. Pengukur waktu merangkap pencatat hasil

Pelaksanaan :

a. Sikap permulaan

Peserta berdiri di belakang garis star

b. Gerakan

1. Pada aba-aba “siap” peserta mengambil sikap star berdiri, siap untuk berlari
2. Pada aba-aba “Ya” peserta lari secepat mungkin menuju garis finish, menempuh jarak 50 meter.

c. Tes Menggiring bola (menggiring bola)

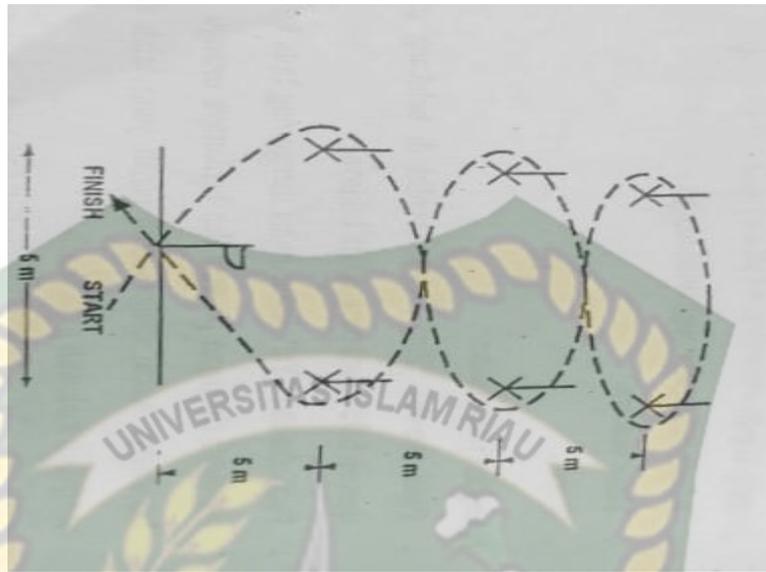
Alat dan perlengkapan

- a. Bola
- b. *Stop watch*
- c. 6 buah rintangan (tongkat/lembing)
- d. tiang bendera
- e. kapur

Petugas :

- a. Pengambilan waktu 1 orang
- b. Pengawan merangkap pencatat 1 orang

3. Pelaksanaan Tes



Gambar : 3.4. Bentuk Tes menggiring bola. (Nurhasan (2000:152-153)

- a. Permulaan menggiring bola tanpa aba-aba
- b. Pada saat bola menyentuh garis start yang terdapat pada rintangan pertama, *stopwatch* di hidupkan.
- c. Selanjutnya pemain menggiring bola sesuai arah tonggak atau kun
- d. Pada rintangan ke tiga bola harus dilewatkan ke sebelah kiri rintangan dan pemain harus lewat sebelah kanan rintangan dan selanjutnya kembali mengikuti arah.
- e. Pada rintangan berikutnya bola harus dilewatkan ke sebelah kanan rintangan dan pemain lewat sebelah kiri rintangan, selanjutnya mengikuti arah kun sampai bolabola tersebut melewati garis finish.
- f. Garis finish terletak pada rintangan terakhir, dan *stopwatch* dimatikan.
- g. Salah jalan harus diperbaiki dimana terjadi kesalahan *menggiring bola* dan selama itu *stopwatch* harus tetap hidup.

- h. Waktu yang dicatat ialah waktu yang dicapai dari permulaan sampai bola dan pemain telah melewati garis finish.

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

Teknik ini digunakan untuk mendapatkan informasi tentang penjelasan – penjelasan teori yang berhubungan dengan masalah yang di teliti sehingga dapat menunjang dan mendukung landasan teori dalam penelitian ini.

3. Tes dan Pengukuran

Tes adalah serentetan pertanyaan atau latihan serta alat yang lain yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan intelegensi, kemampuan atau bakat yang dimiliki individu atau kelompok (Arikunto, 2010:150)

Adapun tes dan pengukuran yang dilakukan dalam penelitian ini adalah tes kelincahan, tes kecepatan dan tes menggiring bola

F. Teknik Analisa Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis korelasi yang dipergunakan adalah korelasi ganda dua variabel Sugiyono 2010:233 dengan rumus:

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

Keterangan :

r_{x_1y} = koefisien korelasi antara variabel x_1 dengan variabel y

r^2 = kontribusi

$\sum X_1$ = jumlah data X

$\sum Y$ = jumlah data Y

N = jumlah data (sampel)

r = Korelasi

2. mencari kontribusi kecepatan (X_2) terhadap menggiring bola (Y)

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

r_{x_1y} = koefisien korelasi antara variabel x_1 dengan variabel y

r^2 = kontribusi

$\sum X_1$ = jumlah data X

$\sum Y$ = jumlah data Y

N = jumlah data (sampel)

r = Korelasi

3. mencari kontribusi kelincahan (X_1) kecepatan (X_2) terhadap menggiring bola (Y)

$$R_{y.x_1.x_2} = \sqrt{\frac{ryx_1^2 + ryx_2^2 - 2ryx_1 ryx_2 rx_1x_2}{1 - rx_1x_2}}$$

Keterangan

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

ryx_1 = korelasi purduct moment antara x_1 dengan Y

ryx_2 = korelasi product moment antara x_2 dengan y

rx_1x_2 = korelasi product moment antara x_1 dengan x_2

Sedangkan memberikan interpretasi besarnya kontribusi kelincahan terhadap menggiring bola yaitu berpedoman pada pendapat Sugiyono (2010:214) sebagai berikut:

Tabel 3.1 interprestasi koefisien korelasi nilai r

No	Interval koefisien	Tingkat hubungan
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	Kuat sekali

Sugiyono (2010 : 214)

4. Rumus uji t

Data yang dianalisa pada penelitian ini adalah data deskriptif untuk memudahkan analisa data, maka setiap data dihitung dala bentuk frekuensi. Untuk memudahkan menganalisa dan mengumpulkan data, maka setiap data dilihat dalam bentuk presentase guna menjelaskan kedudukan tiap-tiap masalah yang penulis teliti. Selanjutnya penelitian ini setelah di persentase kan, kemudian

disajikan dalam bentuk tabel supaya masalah yang diuraikan jelas dan nyata dikumpulkan melalui analisa data statistik deskriptif data, maka setiap data dihitung dalam bentuk t-test.

5. Rumus kontribusi

Koefisien detreminasi (membedakan) adalah suatu hubungan yang dinyatakan dalam bentuk persentase mengenai sumbangan variabel X1 (kelincahan) X2 (kecepatan) terhadap variabel Y (menggiring bola). Untuk mengetahui sumbangan antara variabel X terhadap Y di gunakan rumus:

$$\text{Koefisien determinasi} = r^2 \times 100$$

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi kelincahan dan kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa *UIR Soccer School U17* 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 menggiring bola, sedangkan variabel bebas pertama (X_1) adalah kelincahan dan variabel bebas kedua (X_2) adalah kecepatan. Jumlah subjek penelitian yang telah memenuhi syarat untuk dianalisis yaitu Siswa *UIR Soccer School U17* yang berjumlah 20 orang. Untuk memperoleh gambaran mengenai karakteristik sampel dilakukan melalui deskripsi data dari subyek penelitian untuk masing-masing variabel. Untuk itu berikut ini disajikan nilai rata-rata, simpangan baku, median, modus, distribusi frekuensi, dan histogram data tunggal.

1. Kelincahan (X_1) Pada Siswa *UIR Soccer School U17*

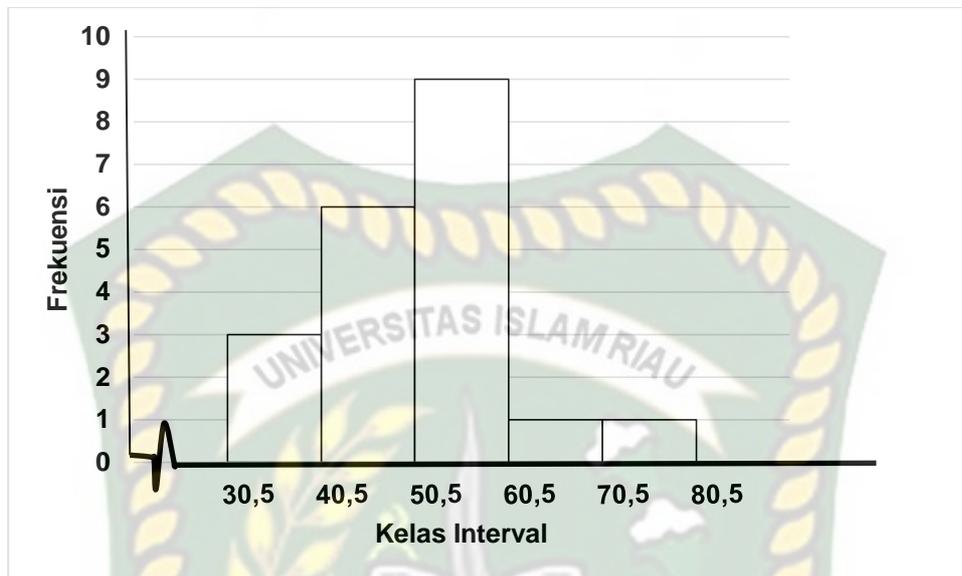
Berdasarkan hasil tes kelincahan terhadap Siswa *UIR Soccer School U17*. Diperoleh kelincahan terendah yang dicapai siswa adalah 31 dan kelincahan tertinggi adalah 72, nilai rata-rata = 50, simpangan baku atau $stdv = 10$, median atau nilai tengah = 53 dan modus atau nilai yang sering muncul = 55.

Sebaran data kelincahan Siswa *UIR Soccer School U17* disajikan dalam daftar distribusi frekuensi dengan jumlah kelas sebanyak 5 dan panjang kelas yaitu 9 pada kelas interval pertama pada rentang 31 - 40 terdapat 3 orang atau 15%, pada kelas interval kedua pada rentang 41 - 50 terdapat 6 orang atau 30%, pada kelas interval ketiga pada rentang 51 - 60 terdapat 9 orang atau 45%, pada kelas interval keempat pada rentang 61 -70 terdapat 1 orang atau 5%, pada kelas interval kelima pada rentang 71 – 80 terdapat 1 orang atau 5%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Kelincahan (X_1) Pada Siswa *UIR Soccer School U17*

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	31 - 40	3	15%
2	41 - 50	6	30%
3	51 - 60	9	45%
4	61 - 70	1	5%
5	71 - 80	1	5%
Jumlah		20	100%

Penyebaran distribusi frekuensi dari kelincahan Siswa *UIR Soccer School U17* dapat ditunjukkan pada gambar berikut



Grafik 4.1 Histogram Sebaran Data Kelincahan (X_1) Pada Siswa *UIR Soccer School U17*

2. Kecepatan Lari (X_2) Pada Siswa *UIR Soccer School U17*

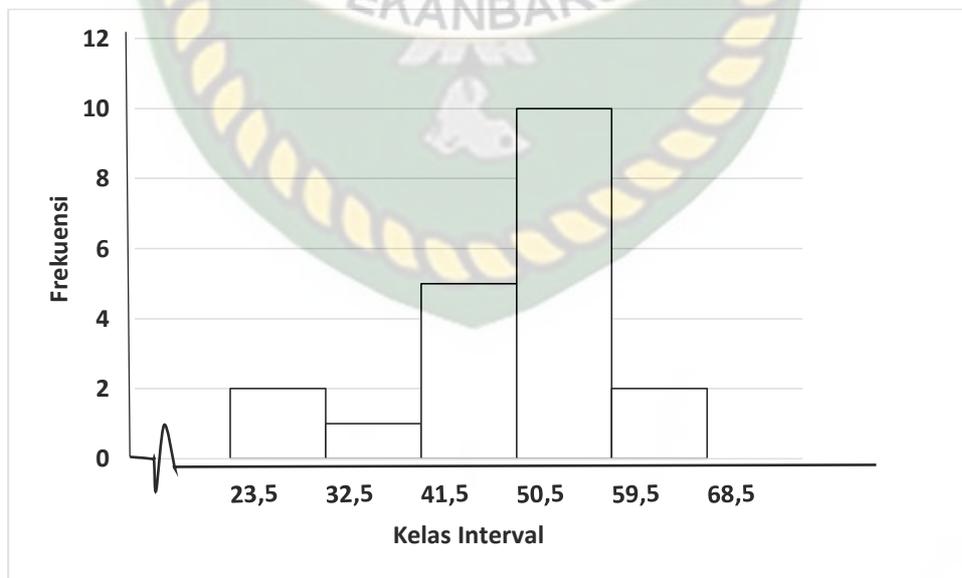
Pengukuran terhadap kecepatan lari, diperoleh kecepatan lari terendah yang dicapai adalah 24 dan kekuatan otot lengan maksimal adalah 65 dengan nilai rata-rata = 55, simpangan baku = 10, median atau nilai tengah = 51 dan modus atau nilai yang sering muncul = 51.

Data hasil penelitian dimasukkan ke dalam tabel dengan banyak kelas 5, panjang kelas adalah 8 yaitu pada kelas interval pertama pada rentang 24 - 32 terdapat 2 orang atau 10%, pada kelas interval kedua pada rentang 33- 41 terdapat 1 orang atau 5%, pada kelas interval ketiga pada rentang 42 - 50 terdapat 5 orang atau 25%, pada kelas interval keempat pada rentang 51- 59 terdapat 10 orang atau 50%, pada kelas interval kelima pada rentang 60 - 68 terdapat 2 Orang atau 10%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kecepatan Lari (X_2) Pada Siswa *UIR Soccer School U17*

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	24 - 32	2	10%
2	33 - 41	1	5%
3	42 - 50	5	25%
4	51 - 59	10	50%
5	60 - 68	2	10%
Jumlah		20	100%

Penyebaran distribusi frekuensi dari kecepatan lari dapat ditunjukkan pada gambar berikut.



Grafik 4.2 Histogram Frekuensi Data Kecepatan Lari (X_2) Pada Siswa *UIR Soccer School U17*

3. Kemampuan Menggiring Bola (Y) Pada Siswa *UIR Soccer School U17*

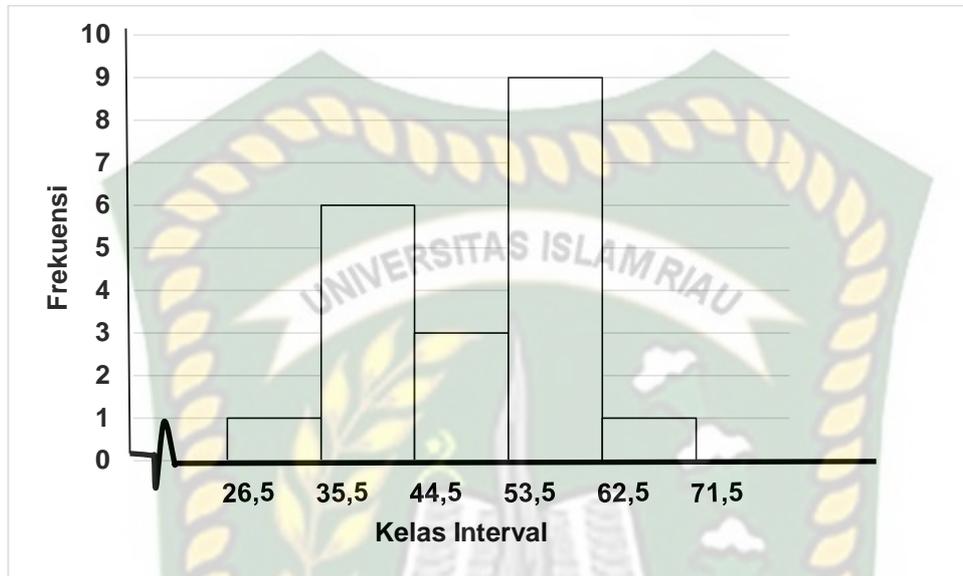
Berdasarkan hasil perhitungan terhadap kemampuan menggiring bola, nilai terendah yang diperoleh siswa adalah 27 dan nilai tertinggi adalah 69 dengan nilai rata-rata = 50,35, simpangan baku = 10,09, median atau nilai tengah = 54, dan modus atau nilai yang sering muncul = 55.

Data hasil penelitian dimasukkan ke dalam tabel dengan banyak kelas 5 dan panjang kelas 8 yaitu pada kelas interval pertama pada rentang 27 - 35 terdapat 1 orang atau 5%, pada kelas interval kedua pada rentang 36 - 44 terdapat 6 orang atau 30%, pada kelas interval ketiga pada rentang 45 - 53 terdapat 3 orang atau 15%, pada kelas interval keempat pada rentang 54-62 terdapat 9 orang atau 45%, pada kelas interval kelima pada rentang 63-71 terdapat 1 orang atau 5%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Kemampuan Menggiring Bola (Y) Pada Siswa *UIR Soccer School U17*

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	27 - 35	1	5%
2	36 - 44	6	30%
3	45 - 53	3	15%
4	54 - 62	9	45%
5	63 - 71	1	5%
Jumlah		20	100%

Penyebaran distribusi frekuensi dari kemampuan Menggiring Bola dapat ditunjukkan pada gambar berikut:



Grafik 4.3 Histogram Distribusi Frekuensi Kemampuan Menggiring Bola (Y) Pada Siswa *UIR Soccer School U17*

B. Analisa Data

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

1) Kontribusi Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola pada Siswa *Uir Soccer School U17 Pekanbaru*

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pada Siswa *UIR Soccer School U17* didapat nilai $r_{hitung} = 0,589 > r_{tabel} = 0,443$ masuk pada kategori sedang dengan nilai kontribusi sebesar 34,72%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut

ini:

Tabel 4.4 Analisis Korelasi Kelincahan Dengan Kemampuan Menggiring Bola pada Siswa Uir Soccer School U17

Variabel	Rx1y	Rtabel	KD	Kategori	Keterangan
X1 ke Y	0,589	0.443	34,72%	Sedang	Signifikan

2) Kontribusi Kecepatan Lari Terhadap Kemampuan Menggiring Bola pada Siswa Uir Soccer School U17 Pekanbaru

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan kecepatan lari dengan kemampuan menggiring bola pada Siswa *UIR Soccer School U17* didapat nilai $r_{hitung} = 0,560 > r_{tabel} = 0.443$ masuk pada kategori sedang dengan nilai kontribusi sebesar 31,38%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.5 Analisis Korelasi Kecepatan Lari Dengan Kemampuan Menggiring Bola pada Siswa Uir Soccer School U17

Variabel	Rx2y	Rtabel	KD	Kategori	Keterangan
X2 ke Y	0.560	0.443	31,38%	sedang	Signifikan

3) Kontribusi Kelincahan Terhadap Kecepatan Lari pada Siswa Uir Soccer School U17 Pekanbaru

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan kelincahan dan kecepatan lari pada Siswa *UIR Soccer School U17* didapat nilai $r_{hitung} = 0,487 > r_{tabel} = 0.443$ masuk pada kategori sedang dengan nilai kontribusi

sebesar 23,74%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.6 Analisis Korelasi Kelincahan dan Kecepatan Lari pada Siswa Uir Soccer School U17

Variabel	R _{x1x2}	R _{tabel}	KD	Kategori	Keterangan
X1 ke X2	0,487	0.443	23,74%	Sedang	Signifikan

4) Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Lari Terhadap Kemampuan Menggiring Bola pada Siswa Uir Soccer School U17 Pekanbaru

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan kelincahan dan kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola pada Siswa *UIR Soccer School U17* secara simultan adalah 0,796. 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 $r_{hitung} = 0,813$. Pada taraf signifikan 5% didapati $r_{tabel} = 0,443$. dengan demikian $r_{hitung} > r_{tabel}$ atau $0,813 > 0,443$. Hal ini menunjukkan adanya korelasi antara variabel X_1 dan X_2 ke variabel Y atau ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dan kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola pada Siswa *UIR Soccer School U17*. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.7 Analisis Korelasi Kelincahan dan Kecepatan Lari Dengan Kemampuan Menggiring Bola pada Siswa Uir Soccer School U17

Variabel	Rx1x2y	Rtabel	KD	Kategori	Keterangan
X1,X2 ke Y	0,813	0.443	66,19%	Kuat sekali	Signifikan

C. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelincahan dan kecepatan lari seorang siswa mempengaruhi kemampuannya dalam menggiring bola, ini menandakan bahwa kelincahan dan Kecepatan lari mempunyai kontribusi yang baik terhadap kemampuan menggiring bola pada Siswa *UIR Soccer Schoo* U17. Kelincahan dan kecepatan lari akan memaksimalkan kemampuan seorang siswa sewaktu menggiring bola.

Dari analisis data yang telah dikemukakan sebelumnya diketahui bahwa kelincahan dan kecepatan lari mempunyai kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola dengan $KD = 66,19\%$. Nilai kontribusi ini cukup besar untuk mempengaruhi kemampuan menggiring bola siswa, walaupun masih ada faktor lain yang mempengaruhi kemampuan menggiring bola namun faktor kelincahan dan kecepatan lari ini merupakan faktor penting yang harus dimiliki secara maksimal oleh seorang pesepakbola.

Berdasarkan hasil dari penelitian ini sudah terbukti bahwa terdapat kontribusi yang signifikan dari kelincahan dan kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola. Kontribusi tersebut ada sewaktu siswa menggiring bola, ketika melihat ke arah bola yang akan di dribbling kemudian syaraf pusat

memberikan stimulus terhadap kaki yang langsung berkontraksi dengan cepat sehingga menghasilkan gerakan menggiring bola dengan maksimal.

Dari penjelasan di atas, diketahui bahwa kelincahan dan kecepatan lari yang dimiliki oleh siswa secara bersamaan menghasilkan gerakan kemampuan menggiring bola yang cepat dan efisien sehingga hasil yang maksimal. Selain kelincahan dan kecepatan lari, kemampuan Menggiring bola juga dipengaruhi oleh faktor lain seperti kekuatan otot kaki dan koordinasi mata-kaki.

Dari pemaparan di atas, didukung juga oleh hasil penelitian yang telah dilakukan, bahwa dengan $r_{hitung} = 0,813$. Lebih besar dari $r_{tabel} = 0,443$, ini membuktikan bahwa adanya nilai kontribusi yang terkandung dari kelincahan dan kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola dengan nilai kontribusi KD sebesar 66,19% dan sisanya sebesar 33,89% dipengaruhi oleh faktor lainnya seperti kekuatan otot kaki dan koordinasi mata-kaki. Ini berarti bahwa semakin baik kelincahan dan kecepatan lari siswa maka akan semakin baik pula kemampuan menggiring bolanya.

Dalam permainan sepakbola diharapkan setiap siswa yang mengikuti permainan sepakbola dapat lebih giat lagi dalam meningkatkan kemampuannya, untuk itu maka sebaiknya dilakukan latihan-latihan yang berguna untuk menunjang permainan sepakbola tersebut, seperti latihan kelincahan dan latihan-latihan kecepatan lari.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

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

1. Terdapat kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola Siswa *UIR Soccer School* U17 dengan nilai $r_{hitung} = 0,589$ dengan nilai kontribusi sebesar 34,72%.
2. Terdapat kontribusi kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola Siswa *UIR Soccer School* U17 dengan nilai $r_{hitung} = 0,560$ dengan nilai kontribusi sebesar 31,38%.
3. Terdapat kontribusi kelincahan dan kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola Siswa *UIR Soccer School* U17 dengan nilai $r_{hitung} = 0,813$ atau dengan nilai kontribusi sebesar 66,19%.

Berdasarkan hasil perhitungan maka dapat diketahui bahwa terdapat kontribusi kelincahan dan kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola Siswa *UIR Soccer School* U17 sebesar = 66,19%.

B. Saran

1. Kepada siswa diharapkan lebih giat lagi dalam melakukan latihan fisik, melalui latihan kelincahan dan latihan kecepatan lari agar kemampuan menggiring bola dapat terus ditingkatkan.
2. Bagi pelatih, disamping melatih teknik juga diimbangi dengan latihan fisik seperti latihan kelincahan agar kemampuan menggiring bola siswa semakin

baik.

3. Kepada pengurus club sepakbola agar dapat lebih melengkapi sarana dan prasarana latihan sepakbola, seperti bola yang diperbanyak, garis- garis batas lapangan yang harus diperjelas dan lain-lain.
4. Kepada peneliti selanjutnya agar meneliti lebih dalam lagi tentang faktor-faktor yang lain yang mempengaruhi kemampuan menggiring bola



DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2010, *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Garland, Jim. 2014. *Youth soccer Drills, Third Edition*. United States: Human Kinetics
- Harsono, 2015. *Teori dan Metodologi Kepeleatihan Olahraga*. Bandung PT Remaja Rosda karya.
- Ismaryati. 2006. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta : UNS Press.
- In'Aam, Muhammad, Kumbul Slamet dkk, 2015. *Pengaruh Latihan Dribble Menggunakan Satu Kaki Dominan dan Dua Kaki Bergantian Terhadap Kecepatan Dribbling*. Jurnal Pendidikan dan Kepeleatihan Olahraga Semarang UNS. Vol 4 nomor 2.
- Juita, Ardiah, Revanno Fitradha. 2016. *Pengaruh Latihan Dribble Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Siswa Ekstrakurikuler SepakBola SMA Negeri 8 Pekanbaru*. Jurnal Pendidikan Kepeleatihan Olahraga Universitas Riau. Vol 4 No 1.
- KBBI. 2016. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Pusat Bahasa Kementerian Pendidikan Nasional.
- Koger, Robert. 2005. *101 Great Youth Soccer Drills*. United States: McGraw-Hill.
- Mappaampo, M. Adam. 2012 *Kontribusi Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan terhadap Keterampilan Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola Club Bilopa Kabupaten Sinjai Jurusan Pendidikan Olahraga FIK Universitas Negeri Makassar*
- Mielke, Danny. 2007. *Dasar- Dasar Sepakbola*. Bandung: Pakar Raya.
- Lumintuarso, Ria. 2013. *Teori Kepeleatihan Olahraga*. Jakarta: Langkor
- Luxbacher, Joseph A, 2011. *Sepak Bola*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.
- Nurhasan. 2000. *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani Prinsip-Prinsip dan Penerapannya*. Bandung : FIK UPI.

- Sandi, Cecep Abdurrahman Kurnia dkk, 2015 *Pengaruh Metode Latihan Kelincahan terhadap Keterampilan Dribbling Bola pada Permainan Sepakbola* Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang.
- Sapulate, Janje J. 2011 *Hubungan Kelincahan dan Kecepatan dengan Kemampuan Menggiring Bola pada Permainan Sepakbola Siswa smk Kesatuan Samarinda*. Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FKIP Universitas Mulawarman Samarinda.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Udam, Melkianus. 2017 *Pengaruh Latihan Shuttle-run dan Zig-zag Terhadap Kemampuan Dribbling Bola pada Siswa Sekolah Sepakbola (ssb) Imanuel Usia 13-15 di Kabupaten Jayapura*. Jurnal Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Jilid 3 Nomor 1,
- Widiastuti. 2015. *Tes Pengukuran Olahraga*. Jakarta: Raja Grafindo Persada