

**KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KECEPATAN TERHADAP *DRIBBLE*
CLUB SEPAKBOLA DKI FC TAPUNG KABUPATEN KAMPAR**

SKRIPSI

*Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh
gelar Strata 1 pada Program Studi Pendidikan
Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*

Oleh:

**TOMMY KUADI WELAS
NPM. 166610486**

Pembimbing Utama

**Drs. Daharis, M.Pd.
NIDN. 196112311986021002**

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

PENGESAHAN SKRIPSI

KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KECEPATAN TERHADAP *DRIBBLE* *CLUB SEPAKBOLA DKI FC TAPUNG KABUPATEN KAMPAR*

Dipersiapkan oleh :

Nama : TOMMY KUADI WELAS
NPM : 166610486
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Jenjang Pendidikan : Strata Satu (S1)

Pembimbing Utama

Drs. Daharis, M.Pd.

NIDN. 196112311986021002

Mengetahui

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Leni Apriani, M.Pd

NPK. 15DK1102039

NIDN. 1005048901

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

Dra. Hj. Tity Hastuti, M.Pd

NIP. 195911091987032002

NIDN. 0011095901

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : TOMMY KUADI WELAS
NPM : 166610486
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap
Dribble Sepakbola Pemain Club DKI FC Tapung
Kabupaten Kampar

Disetujui Oleh :

Pembimbing Utama

Drs. Daharis, M.Pd.

NIDN. 196112311986021002

Mengetahui

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Islam Riau

Leni Apriani, M.Pd

NPK. 15DK1102039

NIDN. 1005048901

SURAT KETERANGAN

Kami pembimbing skripsi dengan ini menerangkan bahwa yang tersebut di bawah ini :

Nama : TOMMY KUADI WELAS
NPM : 166610486
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Jenjang Pendidikan : Strata Satu (S1)

Telah selesai menyusun Skripsi dengan judul :

Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap *Dribble* Sepakbola Pemain club DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

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

Disetujui Oleh :

Pembimbing Utama

Drs. Daharis, M.Pd.

NIDN. 196112311986021002

ABSTRAK

TOMMY KUADI WELAS, 2020. Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap *Dribble* Sepakbola Pemain club DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.

Masalah dalam penelitian ini adalah pemain masih kurang maksimal terutama dalam kelincahan, pemain tidak dapat melewati lawan dan menghindari lawan ini terlihat pada saat melakukan *dribble*, kemudian faktor lain yang mempengaruhi *dribble* sepakbola yaitu kecepatan, pemain kurang cepat ketika *dribble* bola sehingga dapat di kejar oleh lawan dan bola dapat direbut, pada koordinasi gerak kaki kurang maksimal dimana saat *dribbel* bola sering terlepas karena perkenaan kaki tidak baik. Penelitian ini untuk mengetahui Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap *Dribble* Sepakbola Pemain club DKI FC Tapung Kabupaten Kampar. Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional dengan teknik pengolahan data menggunakan tes kelincahan, kecepatan lari 40 meter dan *dribble* sepakbola. Selanjutnya teknik analisis data yang diperoleh dianalisis dengan korelasi *product moment* sederhana. Populasi dalam penelitian ini adalah Pemain club DKI FC Tapung Kabupaten Kampar yang berjumlah 19 orang. Sampel penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*, artinya seluruh populasi dijadikan sampel. Sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 19 orang putera. Berdasarkan analisis data diperoleh korelasi kelincahan terhadap *dribble* sepakbola sebesar 35,14%, korelasi kecepatan lari 40 meter terhadap sepakbola sebesar 26,33% dan kontribusi kelincahan dan kecepatan lari 40 meter terhadap *dribble* sepakbola sebesar 41,24%.

Kata kunci: Kelincahan. Kecepatan Lari 40 meter, Kemampuan *Dribbel* Sepakbola

ABSTRACT

TOMMY KUADI WELAS, 2020. The Contribution of Agility and Speed to the Football Dribble of the DKI FC Tapung Club, Kampar Regency.

The problem in this study is that the players are still not optimal, especially in agility, the players cannot pass the opponent and avoid this opponent when they do dribble, then other factors that affect football dribbling are speed, the player is not fast enough when dribbling the ball so that it can be chased by the opponent. and the ball can be grabbed, the coordination of footwork is less than optimal where when dribbling the ball is often released due to bad foot contact. This study was to determine the Contribution of Agility and Speed to the Football Dribble of DKI FC Tapung Club Players in Kampar Regency. This type of research is correlational research with data processing techniques using agility tests, running speed of 40 meters and football dribbles. Furthermore, the data analysis techniques obtained were analyzed with simple product moment correlation. The population in this study were players of the club DKI FC Tapung, Kampar Regency, amounting to 19 people. The research sample used total sampling technique, meaning that the entire population was sampled. So that the number of samples in this study were 19 sons. Based on the data analysis, the correlation between the agility and the dribble of football is 35.14%, the correlation between the 40 meter running speed and the football is 26.33% and the contribution of the agility and the 40 meter running speed to the football dribble is 41.24%.

Key words: Agility. Running Speed 40 meters, Football Dribble Ability

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Telah dilaksanakan Bimbingan Skripsi terhadap :

Nama : TOMMY KUADI WELAS
NPM : 166610486
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Pembimbing : Drs. Daharis., M. Pd
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap
Dribble Sepakbola Pemain club DKI FC Tapung
Kabupaten Kampar

Tanggal	Berita Bimbingan	Pembimbing
25-11-2019	Perbaikan Pada judul	
28-11-2019	Perbaikan daftar pustaka	
30-11-2019	Perbaikan definisi operasional dan hipotesis penelitian	
31-12-2019	Acc Poroposal	
05-12-2019	Perbaikan pada penulisan, batasan masalah dan tambah teori	
03-11-2020	Perbaikan abstrak dan lampiran	
07-11-2020	Perbaikan deskripsi data dan gambar, grafik	
09-11-2020	Perbaikan analisa data	
10-12-2020	Perbaikan pembahasan dan kesimpulan	
30-12-2020	Acc Skripsi dapat di seminarkan	

Pekanbaru, Desember 2020
Wakil Dekan Bidang Akademik

Dra. Hj. Tity Hastuti, M.Pd
NIP. 195911091987032002
NIDN. 0011095901

SURAT PERNYATAAN

Saya Yang Bertanda Tangan Dibawah ini:

Nama : TOMMY KUADI WELAS
NPM : 166610486
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau
Judul Skripsi : Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap *Dribble* Sepakbola Pemain club DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi yang saya buat sesuai dengan aturan penulisan skripsi tidak melakukan plagiat
2. Penulisan yang saya lakukan murni karya saya sendiri yang dibimbing oleh dosen yang telah ditunjuk oleh dekan FKIP Universitas Islam Riau
3. Jika ditemukan isi skripsi merupakan duplikat 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, Desember 2020
Mahasiswa yang menyatakan

TOMMY KUADI WELAS
NPM. 166610486

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, atas segala rahmat dan karuniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Skripsi ini, dengan judul **“Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap *Dribble* Sepakbola Pemain club DKI FC Tapung Kabupaten Kampar”**. 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. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
2. Drs. Daharis, M. Pd sebagai pembimbing utama yang sudah banyak membantu dan memberikan bimbingan beserta saran dalam pembuatan proposal.
3. Leni Apriani M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau merangkap
4. Refly Henjilito, M. Pd selaku Sekretaris Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.

5. Bapak/ Ibu Dosen 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. Kedua orang tua tercinta yang telah banyak memberikan dukungan baik secara materil maupun spritual

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, Desember 2020

TOMMY KUADI WELAS

DAFTAR ISI

	Halaman
PENGESAHAN SKRIPSI	i
HALAMAN 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	4
C. Pembatasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori	7
1. Hakikat Kelincahan.....	7
2. Hakikat Kecepatan Lari 40 meter	9
3. Hakikat Keterampilan <i>Dribble</i> Sepakbola	11
B. Kerangka Pemikiran.....	16
C. Hipotesis Penelitian.....	16

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	18
B. Populasi dan Sampel	18
C. Defenisi Operasional	19
D. Pengembangan Instrumen Penelitian	19

E. Teknik Pengumpulan Data	22
F. Teknik Analisa Data.....	23
BAB IV. ANALISIS DAN PEMBAHASAN	
A. Analisis Data.....	25
B. Pembahasan	34
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	40
B. Saran	40
DAFTAR PUSTAKA	42
DAFTAR LAMPIRAN	45

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Uji Normalitas menggunakan uji Liliefors	25
2. Hasil Rekapitulasi Kelincahan Terhadap Hasil <i>Dribble</i> sepakbola Pada <i>club</i> sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.....	26
3. Hasil Rekapitulasi Kecepatan Lari 40 Meter Terhadap <i>Dribble</i> sepakbola.....	27
4. Hasil Rekapitulasi Kelincahan dan Kecepatan Lari 40 Meter Terhadap Hasil <i>Dribble</i> sepakbola.....	28
5. Distribusi Frekuensi Data Hasil Kelincahan Terhadap <i>Dribble</i> Club Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.....	29
6. Klasifikasi Data Hasil Kelincahan Terhadap <i>Dribble</i> Club Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.....	29
7. Distribusi Frekuensi Data Hasil Kecepatan Terhadap <i>Dribble</i> Club Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.....	31
8. Klasifikasi Data Hasil Kecepatan Terhadap <i>Dribble</i> Club Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.....	31
9. Interval Data Hasil <i>dribble club</i> sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar	33
10. Klasifikasi Data Hasil <i>dribble club</i> sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar	33

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Menggiring bola menggunakan sisi kaki bagian dalam	14
2. Menggiring bola menggunakan sisi kaki bagian luar.....	14
3. Menggiring bola Menggunakan Kura-kura Kaki	15
4. <i>Dogging Run</i>	20
5. Arah Pelaksanaan Tes <i>Dribble</i> Sepakbola	22

DAFTAR GRAFIK

	Halaman
1. Histogram Kelincahan Terhadap <i>Dribble Club</i> Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar	30
2. Histogram Hasil Kecepatan Terhadap <i>Dribble Club</i> Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar	32
3. Histogram Pengamatan Langsung <i>dribble club</i> sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar	34

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Hasil Kelincahan Terhadap <i>Dribble Club</i> Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar	45
2. Cara Mencari Distribusi Kelincahan Terhadap <i>Dribble Club</i> Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.....	46
3. Hasil Tes Kecepatan Terhadap <i>Dribble Club</i> Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar	47
4. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Kecepatan Terhadap <i>Dribble Club</i> Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.....	48
5. Data Hasil <i>Dribble Club</i> Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.....	49
6. Cara Mencari Distribusi Frekuensi <i>Dribble Club</i> Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar	50
7. Cara Pencarian T-Skor.....	51
8. Perhitungan Normalitas Data Mentah Tes Kelincahan (Variabel X1)	52
9. Perhitungan Normalitas Data Mentah Tes Kecepatan (Variabel X2).....	53
10. Perhitungan Normalitas Data Mentah Tes Dribbel sepakbola (Variabel Y)	54
11. Tabel Z	55
12. Tabel L untuk uji liliefors	56
13. Perhitungan Kontribusi Product Moment	57
14. Menghitung Nilai R	59
15. Menghitung R _{tabel}	61
16. Dokumentasi Penelitian	62

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pengembangan olahraga sebagai bagian dari usaha peningkatan kesehatan jasmani dan rohani. Seluruh masyarakat guna pembentukan watak, disiplin dan sportifitas dan pengembangan prestasi olahraga dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional. Dari pihak pemerintah dalam rangka menjamin kelangsungan olahraga di tanah air, telah memberikan perlindungan yang dijelaskan melalui undang-undang Republik Indonesia nomor 3 Pasal 21 Tahun 2005 Tentang sistem Keolahragaan Nasional pada ayat 25 pasal 6 mengatakan bahwa “Untuk menumbuh kembangkan prestasi olahraga di lembaga pendidikan, pada setiap jalur pendidikan dapat dibentuk unit kegiatan olahraga, kelas olahraga, pusat pembinaan dan pelatihan, sekolah olahraga, serta diselenggarakannya kompetisi olahraga yang berjenjang dan berkelanjutan”.

Pemerintah mengharapkan dalam meningkatkan olahraga dituntut adanya kerjasama yang baik antara lembaga pendidikan, organisasi olahraga dan masyarakat. Olahraga adalah suatu kegiatan fisik yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial. Dengan berolahraga dapat juga meningkatkan efisiensi fungsi tubuh, yang hasil akhirnya adalah meningkatkan kesegaran jasmani, sehingga dapat menunjang berbagai kegiatan dalam kehidupan sehari-hari. Sebagai bagian dari upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia, olahraga diarahkan pada peningkatan jasmani, mental dan rohani, serta ditujukan untuk membentuk watak dan

kepribadian, disiplin dan sportivitas yang tinggi serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional melalui pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani adalah pendidikan melalui aktivitas jasmani. Dengan berpartisipasi dalam aktivitas fisik, pemain dapat menguasai keterampilan dan pengetahuan, mengembangkan apresiasi estesis, mengembangkan keterampilan potensi diri serta nilai dan sikap yang positif, dan memperbaiki kondisi fisik untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani salah satunya dengan melakukan kegiatan olahraga sepakbola.

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang mendapat perhatian dari pemerintah. Salah satu usaha yang sudah dilakukan adalah pembinaan sepakbola sejak dini melalui sekolah-sekolah sepakbola. Pelatihan dan pengasahan teknik dasar serta taktik permainan diajarkan disekolah sepakbola ini, tujuannya untuk membentuk pemain-pemain sepakbola yang mempunyai kekuatan mental, penguasaan teknik dasar sepakbola dan mampu bekerja sama dalam permainan.

Dalam permainan sepakbola kualitas keterampilan teknik dasar bermain setiap pemain tidak lepas dari faktor-faktor kondisi fisik, dan taktik yang sangat menentukan tingkat permainan suatu kesebelasan sepakbola, dan mengiring bola merupakan salah satu teknik dasar dalam sepakbola. Makin baik tingkat penguasaan keterampilan teknik dasar bermain tiap-tiap pemainnya dalam memainkan dan menguasai bola, maka makin cepat dan cermat kerjasama kolektif akan tercapai. Dengan demikian kesebelasan akan mendapatkan keuntungan secara fisik dan taktik.

Dari sekian banyak teknik dasar sepakbola, teknik menggiring bola merupakan elemen yang sangat penting guna dikuasai seorang pemain sepakbola. Untuk menguasai lapangan permainan teknik menggiring bola yang baik sangat dibutuhkan. Untuk menguasai teknik menggiring bola yang baik, dibutuhkan keterampilan yang baik dalam penguasaan bola saat menggiring bola dan semua itu merupakan bagian dari koordinasi gerak tubuh saat menggiring bola. Bila berhadapan langsung dengan lawan, koordinasi gerak tubuh untuk melakukan gerakan tipuan sangat dibutuhkan agar dapat melewati lawan tanpa harus kehilangan bola yang digiring. Selain koordinasi gerak tubuh yang baik faktor lain yang tidak kalah penting untuk meningkatkan keterampilan *dribble* sepakbola adalah kelincahan.

Kelincahan sangat dibutuhkan oleh seorang pemain sepakbola dalam menghadapi situasi tertentu dan kondisi pertandingan yang menuntut unsur kelincahan dalam bergerak untuk menggiring bola maupun dalam bertahan untuk menghindari benturan yang mungkin terjadi. Kelincahan dapat dilatih secara bersama-sama, baik dengan bola maupun tanpa bola. Bagi seorang pemain sepakbola situasi yang berbeda-beda selalu dihadapi dalam setiap pertandingan, juga seorang pemain sepakbola menghendaki gerakan yang indah dan cepat yang didukung oleh unsur kelincahan. Dari uraian tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa olahraga sepakbola terutama pada saat menggiring bola memiliki hubungan yang erat sekali dengan kelincahan.

Dribble adalah usaha untuk menguasai permainan sepakbola dan diperlukan teknik serta komponen kondisi fisik lainnya seperti halnya kecepatan.

Kecepatan adalah hubungan harmonis dari hubungan saling berpengaruh di antara kelompok-kelompok otot selama melakukan kerja yang ditunjukkan dengan beberapa tingkat keterampilan. Faktor-faktor yang mempengaruhi *dribble* selain kelincahan juga pada kecepatan, daya ledak otot tungkai dan ketepatan.

Berdasarkan observasi yang peneliti lakukan pada Pemain club DKI FC Tapung Kabupaten Kampar pada saat dilapangan ditemukan beberapa fenomena yaitu pemain masih kurang maksimal terutama dalam kelincahan, pemain tidak dapat melewati lawan dan menghindari lawan ini terlihat pada saat melakukan *dribble*, kemudian faktor lain yang mempengaruhi *dribble* sepakbola yaitu kecepatan, pemain kurang cepat ketika *dribble* bola sehingga dapat di kejar oleh lawan dan bola dapat direbut, pada koordinasi gerak kaki kurang maksimal dimana saat *dribbel* bola sering terlepas karena perkenaan kaki tidak baik.

Dari keterangan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa *dribble* sepakbola pemain club DKI FC Tapung Kabupaten Kampar masih tergolong rendah. Oleh sebab itu penulis sangat tertarik untuk mengadakan sebuah penelitian yang berjudul: Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap *Dribble* Sepakbola Pemain club DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.

B. Identifikasi Masalah

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

1. Kurangnya pemberian bentuk latihan *dribble* sepakbola yang diberikan kepada pemain club DKI FC Tapung Kabupaten Kampar
2. Kurangnya kelincahan *dribble* sepakbola pada pemain club DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

3. Kurangnya kecepatan pemain putera dalam melakukan Dribbling sepakbola pada pemain club DKI FC Tapung Kabupaten Kampar
4. Kurangnya koordinasi mata dan kaki *dribble* sepakbola pada pemain club DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya masalah, terbatasnya kemampuan, waktu dan dana yang tersedia maka peneliti membatasi masalah yakni Apakah Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap *Dribble* Sepakbola Pemain Club DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan Berdasarkan latar belakang masalah dan pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: “Apakah Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap *Dribble* Sepakbola Pemain Club DKI FC Tapung Kabupaten Kampar”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan Penelitian ini dilakukan secara eksperimen dengan tujuan untuk mengetahui Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap *Dribble* Sepakbola Pemain club DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan permasalahan yang ditetapkan diatas maka hasil penelitian ini diharapkan berguna untuk:

1. Bagi pemain: meningkatkan keterampilan *dribble* sepakbola khususnya olahraga sepakbola.

2. Bagi Guru: sebagai bahan masukan perihal penggunaan sumber ajar dan bahan ajar lain sehingga kegiatan belajar mengajar dapat berjalan lebih optimal.
3. Bagi Kepala Sekolah, dapat meningkatkan prestasi pemain cabang olahraga sepakbola dan bagi peneliti yang akan datang, hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan acuan penelitian selanjutnya.
4. Bagi peneliti Sebagai persyaratan penyelesaian program studi penjasokesrek untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Kependidikan Universitas Islam Riau.
5. Bagi Fakultas: sebagai tambahan referensi dan memberikan sumbangan serta memperdalam pemahaman tentang faktor-faktor yang mempengaruhi *dribble* sepakbola Pemain Club DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Hakikat Kelincahan

a. Pengertian Kelincahan

Kelincahan sesuatu yang dibutuhkan dalam permainan sepakbola apabila ingin melepaskan diri dari kawalan lawan dengan menggiring bola, melewati lawan dengan menyerang untuk menciptakan suatu gol yang akan membawa pada kemenangan. Seorang pemain yang kurang lincah dalam melakukan suatu gerakan akan sulit untuk menghindari sentuhan-sentuhan perseorangan yang dapat mengakibatkan kesalahan perseorangan. Widiastuti (2011:17) mengatakan kelincahan adalah kemampuan mengubah arau atau posisi tubuh dengan cepat yang dilakukan bersama-sama dengan gerakan lainnya. Dapat diartikan bahwa kelincahan merupakan gerakan cepat dalam mengubah posisi tubuh beserta anggota tubuh lainnya.

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 relatif singkat dan cepat. Menurut Harsono (2001:21) berpendapat kelincahan merupakan kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan tepat pada waktu sedang bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan

posisi tubuhnya. Kelincahan dapat diartikan yaitu perpindahan posisi anggota tubuh dengan cepat dan perubahan arah yang cepat..

Lebih lanjut, kelincahan sangat penting untuk jenis olahraga yang membutuhkan kemampuan adaptasi yang tinggi terhadap perubahan-perubahan situasi dalam pertandingan. Ismaryati (2008:41) 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 kecepatan gerak dan teknik olahraga, terutama gerakan-gerakan yang membutuhkan koordinasi gerak.

Kelincahan sangat dibutuhkan oleh seseorang dalam segenap kegiatan olahraga baik saat latihan maupun waktu pertandingan guna mencapai prestasi secara maksimal. Ambarukmi (2007:38) kelincahan merupakan keterampilan dalam merubah arah gerakan tubuh atau bagian tubuh secara tiba-tiba dengan meibatkan penekanan yang lebih besar pada perubahan arah dan kecepatan. Bahwa kelincahan merupakan keterampilan bergerak berubah arah dan posisi tergantung pada situasi dan kondisi yang dihadapi dalam waktu yang relatif singkat dan cepat.

Dalam melakukan kelincahan tubuh sangat berperan begitu juga dengan otot-otot dan sendi. (Syafuruddin, 2011: 120) mengatakan bahwa dengan adanya kelincahan yang kompleks berdasarkan tiga kemampuan koordinatif yaitu:

- 1) Dapat mengkoordinasi gerakan-gerakan yang berganda
- 2) Mempermudah penguasaan teknik-teknik tinggi,
- 3) Gerakan-gerakan yang dilakukan dapat efisien, efektif dan ekonomis,
- 4) Mempermudah orientasi terhadap lawan dan lingkungan

Untuk menkoordinasikan gerakan-gerakan berganda atau stimulan, mempermudah penguasaan teknik-teknik tinggi, gerakan-gerakan efisien, efektif dan ekonomis serta mempermudah orientasi terhadap lawan dan lingkungan. Kelincahan yang dilakukan oleh pemain sepakbola saat berlatih maupun bertanding tergantung pula oleh kemampuan mengkoordinasikan sistem gerak tubuh dengan respon terhadap situasi dan kondisi yang dihadapi.

2. Hakikat Kecepatan

a. Pengertian Kecepatan

Pada dunia olahraga kecepatan merupakan komponen yang esensial, kecepatan menjadi faktor penentu dalam cabang olahraga *sprint*, tinju, sepakbola, *dribble* sepakbola dan dalam banyak cabang olahraga permainan. Menurut Harsono (2001:36) kecepatan adalah kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan yang sejenis secara berturut-turut dalam waktu yang sesingkat-singkatnya atau kemampuan untuk menempuh suatu jarak dalam waktu yang cepat.

Dalam ilmu fisika kecepatan didefinisikan sebagai jarak persatuan waktu, dimana kecepatan merupakan salah satu unsur penting pada beberapa cabang olahraga tertentu, seperti: atlet pada nomor lari, sepakbola, renang dan sebagainya. Menurut Bafirman (2008:99) kecepatan adalah kemampuan untuk melangkah dari suatu tempat ketempat lainnya dalam waktu sesingkat mungkin.

Syafruddin (2011:86-87) 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 kemapuan 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 basil dari pengaruh kekuatan terhadap tubuh yang bergerak dimana kekuatan dapat: mempercepat gerakan tubuh.

Sedangkan kecepatan gerakan bagian tubuh adalah kemampuan anggota tubuh (kaki dan tangan) untuk melakukan gerakan dengan cepat seperti dalam olahraga tinju, karate, silat, dan lain sebagainya. Pada kecepatan aksi ini tidak terjadi perpindahan atau pergeseran tubuh secara ruang (*space*), akan tetapi gerakan anggota tubuh tangan dan atau kaki dapat diamati dan diukur dalam dimensi ruang dan waktu karena gerakan tersebut menggunakan ruang yang dapat diukur.

Di dalam Widiastuti (2011:114) dipaparkan bahwa terdapat dua jenis kecepatan yang sangat dibutuhkan dalam olahraga, yaitu kecepatan reaksi dan kecepatan bergerak. Kecepatan reaksi adalah kualitas yang memungkinkan memulai suatu jawaban kinetis secepat mungkin setelah menerima suatu rangsang dan kecepatan bergerak adalah kualitas yang memungkinkan orang bergerak atau melaksanakan gerakan-gerakan yang sama atau tidak sama secepat mungkin.

Kecepatan reaksi juga dapat diartikan sebagai suatu kemampuan organisme alat untuk menjawab suatu rangsangan secepat mungkin dalam mencapai hasil yang sebaik-baiknya. Sedangkan kecepatan bergerak adalah kemampuan organisme pemain untuk bergerak secepat mungkin dalam suatu gerakan yang tidak berputar, artinya kecepatan merupakan satu komponen fisik

yang sangat penting dalam olahraga, atau sesuatu kapasitas untuk berpindah tempat dengan cepat.

Berdasarkan teori di atas maka dapat disimpulkan bahwa kecepatan adalah kecepatan merupakan kemampuan seseorang untuk melakukan reaksi, dengan bergerak secepat-cepatnya ke arah sasaran yang telah ditetapkan adanya respon.

3. Hakikat Keterampilan *Dribble* sepakbola

a. Pengertian *Dribble*

Dapat kita ketahui *dribble* bola merupakan salah satu teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepakbola. Karena dengan kemampuan ini seorang pemain dapat mendekati jarak sasaran, melewati lawan dan menghambat pemain. Teknik membawa atau menggiring bola (*dribble*) terdiri dari: 1) Menggiring bola dengan kaki muka penuh, 2) menggiring bola dengan kaki bagian dalam dari kura-kura kaki, dan 3) Menggiring bola dengan kaki bagian dalam atau bagian luar.

Menurut Jaya (2008:66) mengemukakan menggiring bola adalah “menendang bola terputus putus atau pelan-pelan. Menggiring bola bertujuan untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan”. Kemudian menggiring bola adalah menendang (menyentuh, mendorong) bola secara perlahan sambil berjalan atau berlari. Adapun tujuan Menggiring bola antara lain, membawa bola ke arah gawang lawan, melewati lawan dalam memperlambat atau mengatur irama permainan. Hal senada juga yang disampaikan Ariesbowo (2008:17) *dribble* merupakan keahlian seorang pemain

bergerak bersama bola yang memungkinkan untuk memberikan umpan atau menendangnya secara langsung.

Dribble salah satu keterampilan individu yang mesti dikuasai oleh setiap pemain sepakbola. Karena sangat erat hubungannya dengan penguasaan bola dilapangan, karena bola harus selalu berada dalam penguasaan kita. Menggiring bola harus mampu dilakukan baik tanpa lawan maupun melewati lawan dengan berbagai teknik penguasaan bola.

Mielke (2003:1) mengemukakan bahwa “*dribble* dalam permainan sepakbola didefinisikan sebagai penguasaan bola dengan kaki saat kamu bergerak dilapangan permainan. *dribble* adalah keterampilan dasar dalam sepakbola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau tembakan. Ketika pemain telah menguasai kemampuan *dribble* secara efektif, sumbangan mereka di dalam pertandingan akan sangat besar”.

Olahraga sepakbola telah dikenal sejak ribuan tahun yang lalu. Bukti ilmiah memperlihatkan, di Cina sejak Dinasti Han ada semacam sepakbola yang disebut “tsu chu” untuk melatih fisik tentaranya. Yaitu latihan menendang bola kulit dan memasukannya kedalam jaring kecil yang diikatkan dibambu panjang. Pemain hanya boleh menggunakan kaki, dada, punggung, serta bahu sambil menahan serangan lawan. (Husni, 2003:366). “Permainan sepakbola mengalami perubahan seiring perkembangan zaman yang telah moderen begitu juga dengan permainannya namun konsep dari permainan sepakbola itu sendiri tidak berubah”.

Sepakbola dimainkan diatas lapangan rumput yang rata, berbentuk empat persegi panjang dimana lebar dan panjangnya lebih kurang berbanding tiga dengan empat. Pada kedua garis batas lebar lapangan ditengah-tengahnya masing-masing didirikan sebuah gawang yang saling berhadapan. Permainan dipimpin

oleh seorang wasit yang dibantu oleh dua orang penjaga garis. Pada pertandingan berskala besar biasanya dilaksanakan didalam stadion. Dimana di tengah-tengah stadion tersebut terdapat sebuah lapangan sepakbola dan dikelilingi oleh tribun penonton.

b. Teknik *Dribble* Sepakbola

Dalam permainan sepakbola, terdapat beberapa teknik yang harus dikuasai seorang pemain sepakbola. Menurut Faruq (2008:68) Teknik dasar menggiring adalah cara membawa bola dengan menggunakan kaki yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan, melewati lawan, menyelamatkan bola dari penguasaan kontrol bola oleh pemain lawan. Pada umumnya menggiring bola bisa dilakukan dengan cepat dan bisa juga dalam keadaan lambat yang disesuaikan dengan kebutuhan atau strategi yang diterapkan, dengan memiliki kemampuan menggiring dan mengontrol bola yang baik pemain dapat melewati tiga atau empat pemain.

Mielke (2003:2-6) Teknik dasar menggiring di bagi beberapa bentuk. Ada menggiring menggunakan kaki bagian luar, ada menggiring dengan menggunakan kaki bagian dalam, ada pula menggiring menggunakan kaki bagian punggung kaki. Dalam buku dasar-dasar sepakbola menjelaskan tentang macam-macam *dribble*, yaitu:

a. *Dribble* menggunakan sisi kaki bagian dalam

1) sentuhla bola dengan sisi kaki bagian dalam, 2) posisikan kaki secara tegak lurus terhadap bola, 3) bola tetap berdekatan dengan kaki, 4) kepala tetap tegak dan mata terpusat ke lapangan di depan dan jangan terpaku pada kaki. Terlihat pada gambar 1 di bawah ini.



Gambar 1. Menggiring bola menggunakan sisi kaki bagian dalam (Mielke, 2003:2)

b. *Dribble* dengan sisi kaki bagian luar

1) Melangkah kesamping atau bergerak kesamping, 2) menghadap ke depan, 3) bergerak menyamping dengan tetap menjaga keseimbangan tubuh dan mengerakkan kaki, 4) tidak menyilangkan kaki ketika sedang bergerak 5) gunakan lengan untuk membantu menjaga keseimbangan. Terlihat pada gambar 2 berikut ini.



Gambar 2. Menggiring bola menggunakan sisi kaki bagian luar (Mielke, 2003:4)

c. *Dribble* bola dengan kura-kura kaki

1) Saat berlari, ujung jari kaki biasanya menghadap ke depan, 2) kaki bergerak ke depan, 3) turunkan sedikit ujung jari kaki, 4) sentuhlah bola menggunakan kura-kura kakimu. Terlihat pada gambar 3 di bawah ini.



Gambar 3. Menggiring bola Menggunakan Kura-kura Kaki
(Mielke, 2003:5)

Menggiring bola merupakan salah satu teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepakbola. Karena dengan kemampuan ini seorang pemain dapat mendekati jarak sasaran, melewati lawan dan menghambat pemain. Mukholid (2007:8) Adapun tujuan dari menggiring bola yaitu: 1) membawa bola ke arah gawang, 2) melewati lawan, 3) memperlambat atau mengatur irama permainan.

Teknik dasar dalam permainan sepakbola dibagi menjadi 4, dan salahsatunya adalah menggiring bola. Menggiring bola pada sepakbola modern dilakukan dengan keterampilan lari dan operan bola dilakukan dengan gerakan-gerakan yang sederhana, dengan kecepatan dan ketepatan. Menggiring bola

diartikan dengan gerakan kaki menggunakan bagian kaki mendorong bola agar bergulir terus-menerus di atas tanah. Menggiring bola hanya dilakukan pada saat menguntungkan saja, yaitu bebas dari lawan.

B. Kerangka Pemikiran

Kelincahan biasanya dapat dilihat dari Kemampuan bergerak mengubah arah dan posisi tergantung pada situasi dan kondisi yang dihadapi dalam waktu yang relatif singkat dan cepat. Kelincahan merupakan salah satu komponen kesegaran jasmani yang sangat diperlukan pada semua aktivitas yang membutuhkan kecepatan perubahan posisi tubuh dan bagian-bagiannya.

Dribble dalam permainan sepakbola didefinisikan sebagai penguasaan bola dengan kaki saat kamu bergerak dilapangan permainan. *Dribble* adalah keterampilan dasar dalam sepakbola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau tembakan. Ketika pemain telah menguasai kemampuan *dribble* secara efektif, sumbangan mereka di dalam pertandingan sangat besar”.

Koordinasi merupakan kemampuan biomotorik yang sangat kompleks erat hubungan dengan kecepatan, kekuatan, daya tahan dan fleksibilitas. Dengan demikian semakin baik kelincahan seseorang maka semakin baik pula keterampilan *dribble* sepakbolanya.

C. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan perumusan masalahnya, maka peneliti mengajukan hipotesis sebagai berikut:

1. Terdapat kontribusi kelincahan terhadap *dribble* sepakbola Pemain club DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.
2. Terdapat kontribusi kecepatan terhadap *dribble* sepakbola Pemain club DKI FC Tapung Kabupaten Kampar
3. Terdapat kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap *dribble* sepakbola Pemain club DKI FC Tapung Kabupaten Kampar



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasi. Sebagaimana menurut Arikunto (2006:273) menyebutkan bahwa korelasional yaitu suatu alat statistik, yang dapat digunakan untuk membandingkan hasil pengukuran dua variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel ini. Dalam hal ini sebagai variabel bebas (X1) adalah kelincahan, dan (X2) adalah kecepatan sebagai variabel terikat (Y) adalah *dribble* sepakbola.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Arikunto (2006:3) “Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian.” apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, Populasi dalam penelitian ini adalah Pemain club DKI FC Tapung Kabupaten Kampar yang berjumlah 19 orang putera.

2. Sampel

Adapun teknik sampling yang dipergunakan adalah sampel jenuh, dimana semua populasi dijadikan sampel (Sugiyono, 2010:96). Hal ini sering dilakukan bila jumlah populasi relatif kecil, dimana semua anggota populasi dijadikan sampel. Jadi, sampel yang diambil dalam penelitian ini berjumlah 19 orang putera.

C. Definisi Operasional

Untuk menghindari salah pengertian terhadap judul penelitian ini maka penulisan menjelaskan sebagai berikut:

Supaya tidak terjadi penafsiran dan persepsi yang salah serta menghindari penyimpangan yang mungkin terjadi mengenai permasalahan yang dibicarakan maka perlu penjelasan dan penegasan istilah-istilah sebagai berikut:

1) Kelincahan

Kelincahan adalah kemampuan untuk melangkah dari suatu tempat ketempat lainnya dalam waktu sesingkat mungkin.

2) Kecepatan

Koordinasi merupakan kemampuan biomotorik yang sangat kompleks erat hubungan dengan kecepatan, kekuatan, daya tahan dan fleksibilitas

3) Keterampilan *dribble* sepakbola

Dribble bola adalah kemampuan dalam menendang (menyentuh, mendorong) bola secara perlahan sambil berjalan atau berlari. Adapun tujuan melakukan *dribble* bola antara lain, membawa bola ke arah gawang lawan, melewati lawan dalam memperlambat atau mengatur irama permainan.

D. Pengembangan Instrumen Penelitian

Adapun intstumen penelitian Untuk mengetahui kelincahan dan kecepatan terhadap *dribble* sepakbola pemain club DKI FC Tapung Kabupaten Kampar, maka dilakukan tes kelincahan, kelincahan dan tes keterampilan *dribble* sepakbola.

1) Tes Kelincahan (Ismaryati, 2008:43)

Tes *Dogging Run*, dilakukan untuk memperoleh data berkaitan kecepatan perubahan posisi gerak (Ismaryati, 2008:43).

Tujuan : Mengukur Kemampuan merubah arah berlari (berlari *zig zag*)

Sasaran : Pemain club DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

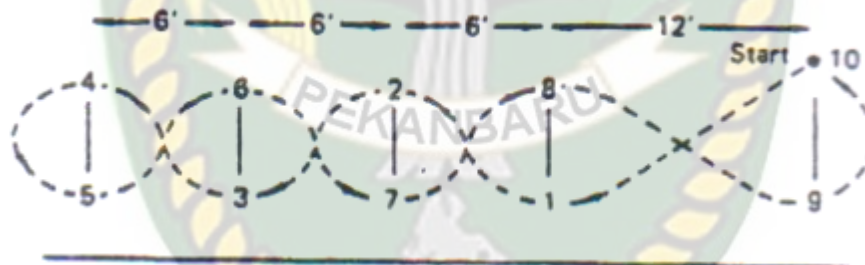
Perlengkapan : - *Stopwatch*, pita atau isolasi berwarna untuk membuat garis *start*

- Cat atau kapur untuk membuat arah berlari

- Lembing atau benda lain untuk dijadikan rintangan

Pelaksanaan : Testi berdiri sedekat mungkin di belakang garis *start*, kemudian berlari secepatnya menurut arah yang ditentukan

Penilaian : Catat waktu yang ditempuh mulai dari *start* hingga *finish*



Gambar 4. *Dogging Run*
Ismaryati (2008:43)

2) Kcepatan (Widiastuti, 2011:115)

Tujuan:

Tes ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan lari dengan cepat dan mengetahui kemampuan kecepatan seseorang pemain

Alat dan Perlengkapan:

- 1) *Stopwatch*
- 2) Kerucut pembatas atau kayu.

- 3) Lintasan lari 40 meter yang lurus dan datar.

Prosedur

- 1) Berilah tandam lintasan lari sepanjang 40 meter dengan kerucut pembatas ditempatkan pada tiap interval 10 meter.
- 2) Tiap testi melakukan start dengan posisi berdiri dan kaki di depan tepat berada di atas garis star.
- 3) Pemberi tanda waktu berdiri pada garis *finish*, meneriakkan aba-aba “ya” dan mengayunkan bendera untuk memberi tanda start pada testi. Pada saat lengan di ayunkan, pemberi tanda waktu secara bersamaan mulai menghidupkan *stopwatch* yang dipegang.
- 4) Hentikan *stopwatch* pada saat dada testi telah melewati garis finish
- 5) Tekankan kepada testi agar lari secepat mungkin
- 6) Testi diperbolehkan melakukan dua kali

Penilaian

Catatlah waktu yang diperlukan pada pelaksanaan yang paling cepat dengan ketelitian 0,1 detik yang terdekat.

- 3) Tes keterampilan *dribble*

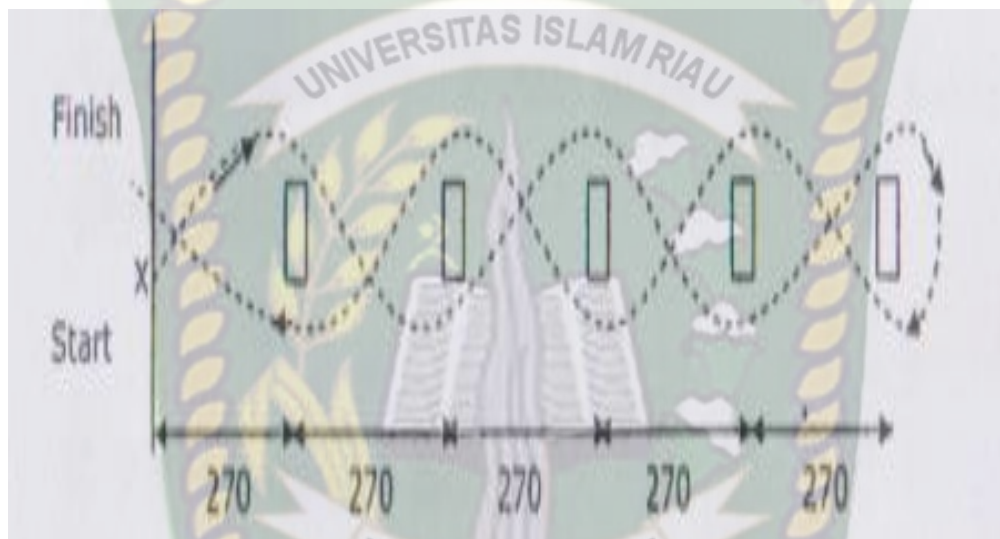
Adapun tes yang digunakan untuk mengukur kemampuan *dribble* sepakbola menurut Arsil (2010: 127) dapat dijelaskan sebagai berikut:

Tujuan: Mengetahui kemampuan dan keterampilan peserta tes dalam mendribel bola

Peralatan: Lapangan dengan panjang 13,5 meter dan jarak antara satu rintangan dengan rintangan berikutnya 2,7 meter.

Pelaksanaan: Peserta tes berdiri dibelakang garis *start* dengan sebuah bola di garis *start*. Pada aba-aba “ya” peserta tes menDribble bola secepat mungkin melewati semua rintangan *zig-zag* sampai garis *finish*.

Penilaian: Pencatatan hasil diambil dari lama waktu tempuh dari *start* sampai *finish*.



Gambar 5. Arah Pelaksanaan Tes *Dribble* Sepakbola
Arsil (2010:127)

E. Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan yang dipergunakan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Observasi, adalah teknik penelitian yang digunakan apabila penelitian berkenaan dengan perilaku manusia, proses kerja, dan juga bila responden yang diamati tidak terlalu besar (Sugiyono, 2010:166).
2. Studi kepustakaan, digunakan untuk mencari literatur atau referensi-referensi yang berhubungan dengan penelitian ini.

3. Tes dan Pengukuran

Untuk mengetahui kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap *dribble* sepakbola Pemain club DKI FC Tapung Kabupaten Kampar, maka dilakukan tes kelincahan dan tes *dribble* bola.

F. Teknik Analisa Data

Teknik analisis korelasi yang dipergunakan adalah korelasi *product moment* yang dikemukakan oleh Pearson dalam Sugiyono (2010:222). Teknik ini termasuk teknik statistik parametrik yang menggunakan data interval dan ratio dengan persyaratan tertentu. Misalnya data dipilih secara acak (random) dan datanya berdistribusi normal, data yang dihubungkan berpola linier dan data yang dihubungkan mempunyai pasangan yang sama.

Rumus Korelasi Ganda:

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

Keterangan:

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

r_{yx_1} = Korelasi *Product Moment* antara X_1 dengan Y

r_{yx_2} = Korelasi *Product Moment* antara X_2 dengan Y

$r_{x_1x_2}$ = Korelasi *Product Moment* antara X_1 dengan X_2

Untuk melihat besarnya nilai presentase kontribusi kelincahan dan koordinasi mata dan kaki dengan melihat koefisien determinasi dengan rumus: $KD = r^2 \times 100$. Sedangkan memberikan interpretasi besarnya kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap *dribble* sepakbola pemain club DKI FC

Tapung Kabupaten Kampar yaitu berpedoman pada pendapat Sugiyono (2009:214) sebagai berikut:

Sama dengan 0,00	: Tidak dihitung
Kurang dari 0,01-0,199	: Sangat rendah
Antara 0,20-0,399	: Rendah
Antara 0,40-0,599	: Sedang
Antara 0,60-0,799	: Kuat
Antara 0,80-1,000	: Sangat kuat



BAB IV

ANALISIS DAN PEMBAHASAN

A. Analisis Data

Penelitian ini bertujuan menganalisis kontribusi antara dua variabel bebas (*independent*) yaitu kelincahan (X1), Kecepatan lari 40 meter (X2), dan satu variabel terikat (*dependent* variabel) yaitu *dribbling* sepakbola (Y) Pada Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap *Dribble Club* Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.

1. Uji Normalitas

Salah satu asumsi yang harus dipenuhi agar statistik parametrik dapat digunakan dalam penelitian adalah data harus mengikuti sebaran normal. Untuk mengetahui sebaran tingkat Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap *Dribble* Sepakbola Pemain club DKI FC Tapung Kabupaten Kampar, maka dilakukan uji normalitas data dengan menggunakan uji liliefors. Hasil analisis normalitas data dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 1. Uji Normalitas menggunakan uji Liliefors

No	Variabel	LoMax	Ltabel	Keterangan
1	Kelincahan	0,136	0,195	Berdistribusi Normal
2	Kecepatan	0,140	0,195	Berdistribusi Normal
3	<i>Dribbel</i> sepakbola	0,179	0,195	Berdistribusi Normal

Tabel di atas menunjukkan bahwa dari hasil pengujian normalitas data dengan menggunakan uji liliefors menunjukkan hasil: kelincahan = LoMax 0,136 sedangkan data kecepatan lari 40 meter = LoMax 0,140 dan data hasil kemampuan dribble sepakbola = LoMax 0,179 dengan Ltabel untuk keduanya

adalah = 0,195. Berdasarkan hal tersebut maka diketahui bahwa $L_{\text{max}} < L_{\text{tabel}}$ dengan demikian maka dapat dikatakan data berdistribusi normal.

2. Kontribusi Kelincahan (X1) Dengan *Dribble* sepakbola (Y)

Untuk menguji kelincahan (X1) Dengan *dribble* sepakbola (Y) menggunakan hipotesis sebagai berikut:

Ho : Tidak terdapatnya kelincahan (X1) Dengan Hasil *dribble* sepakbola (Y)

Ha : Terdapatnya kontribusi kelincahan (X1) Dengan Hasil *dribble* sepakbola (Y)

Dari hasil perhitungan kemudian dapat dibuat suatu persamaan $0,593 > 0,456$ pada taraf signifikan 5 %. Berarti korelasi atau hubungan yang positif kelincahan dengan hasil *dribble* sepakbola, sedangkan berapa besar sumbangan tersebut maka perlu dilakukan koefisien determinasi setelah dilakukan perhitungan maka didapatkan hasil koefisien determinasi (r^2) sebesar 35.14 %. Jadi dapat diartikan bahwa sumbangan atau kontribusi Kelincahan dengan hasil *dribble* sepakbola adalah 35.14%. Sedangkan sisanya 64.86% dipengaruhi oleh faktor lain. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Hasil Rekapitulasi Kelincahan Terhadap Hasil *Dribble* sepakbola Pada club sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

Variabel	Keterangan	N	R_{x1y}	R_{tabel}	Kesimpulan
X1	Kelincahan	19	0,593	0,456	Berkontribusi
Y	<i>Dribble</i> sepakbola				

3. Kontribusi Kecepatan Lari 40 Meter (X2) Dengan Hasil *Dribble* sepakbola (Y)

Untuk menguji kontribusi Kecepatan Lari 40 Meter (X2) Dengan Hasil *Dribble* sepakbola (Y) menggunakan hipotesis sebagai berikut:

Ho : Tidak terdapatnya kontribusi Kecepatan Lari 40 Meter (X2) Dengan Hasil *Dribble* sepakbola (Y)

Ha : Terdapatnya kontribusi Kecepatan Lari 40 Meter (X2) Dengan Hasil *Dribble* sepakbola (Y)

Dari hasil perhitungan kemudian dapat dibuat suatu persamaan $0,514 > 0,456$ pada taraf signifikan 5 %. Berarti korelasi atau hubungan yang positif kecepatan lari 40 Meter (X2) dengan hasil *dribble* sepakbola (Y), sedangkan untuk mengetahui berapa besar sumbangan tersebut maka perlu dilakukan koefisien determinasi setelah dilakukan perhitungan maka didapatkan hasil koefisien determinasi (r^2) sebesar 26.33 %. Jadi dapat diartikan bahwa sumbangan atau kontribusi kecepatan lari 40 Meter (X2) dengan hasil *dribble* sepakbola (Y) adalah 26.33%. Sedangkan sisanya 73.67% dipengaruhi oleh faktor lain. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. Hasil Rekapitulasi Kecepatan Lari 40 Meter Terhadap *Dribble* sepakbola

Variabel	Keterangan	N	R _{x1y}	R _{tabel}	Kesimpulan
X2	Kecepatan Lari 40 meter	19	0,513	0,456	Berkontribusi
Y	<i>Dribble</i> sepakbola				

4. Kontribusi Kelincahan (X1) dan Kecepatan Lari 40 Meter (X2) dengan Hasil *dribble* sepakbola (Y)

Untuk menguji kontribusi kelincahan (X1) dan kecepatan lari 40 meter (X2) dengan Hasil *dribble* sepakbola (Y) menggunakan hipotesis sebagai berikut:

Ho : Tidak terdapatnya kontribusi kelincahan (X1) dan kecepatan lari 40 meter (X2) dengan Hasil *dribble* sepakbola (Y)

Ha : Terdapatnya kontribusi kelincahan (X1) dan kecepatan lari 40 meter (X2) dengan Hasil *dribble* sepakbola (Y)

Dari hasil perhitungan kemudian dapat dibuat suatu persamaan $0,642 > 0,456$ pada taraf signifikan 5 %. Berarti korelasi atau hubungan yang positif Kelincahan (X1) dan kecepatan lari 40 Meter (X2) dengan Hasil *dribble* sepakbola (Y), sedangkan untuk mengetahui berapa besar sumbangan tersebut maka perlu dilakukan koefisien determinasi setelah dilakukan perhitungan maka didapatkan hasil koefisien determinasi (r^2) sebesar 41.24%. Jadi dapat diartikan bahwa sumbangan atau kontribusi Kelincahan (X1) dan kecepatan lari 40 meter (X2) dengan Hasil *dribble* sepakbola (Y) adalah 41.24%. Sedangkan sisanya 58.76% dipengaruhi oleh faktor lain. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Hasil Rekapitulasi Kelincahan dan Kecepatan Lari 40 Meter Terhadap Hasil *Dribble* sepakbola

Variabel	Keterangan	N	R _{x1y}	R _{tabel}	Kesimpulan
X1	Kelincahan	19	0,642	0,456	Berkontribusi
X2	Kecepatan 40 Meter				
Y	<i>Dribble</i> sepakbola				

1. Hasil Kelincahan Pada Club Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar (Variabel X1)

Setelah melakukan pengukuran kelincahan terhadap *dribble* club sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar didapatkan distribusi frekuensinya sebanyak 5 kelas interval dengan panjang kelas intervalnya adalah 5.80. Pada

distribusi frekuensi pertama dengan rentang 35.57-41.37 terdapat 5 sample besar persentase 26.32 %, distribusi frekuensi kedua 41.38-47.14 terdapat 2 sample besar persentase 10.53%, pada distribusi frekuensi ketiga 47.18-52.98 terdapat 4 orang atau pada persentase 21.05%, pada distribusi frekuensi keempat 52.99-58.78 terdapat 3 orang atau persentase 15.79%, pada distribusi frekuensi kelima 58.79-64.59 terdapat 5 orang atau distribusi frekuensi 26.32%, Penjabaran yang sudah dikemukakan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Data Hasil Kelincahan Terhadap *Dribble Club* Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

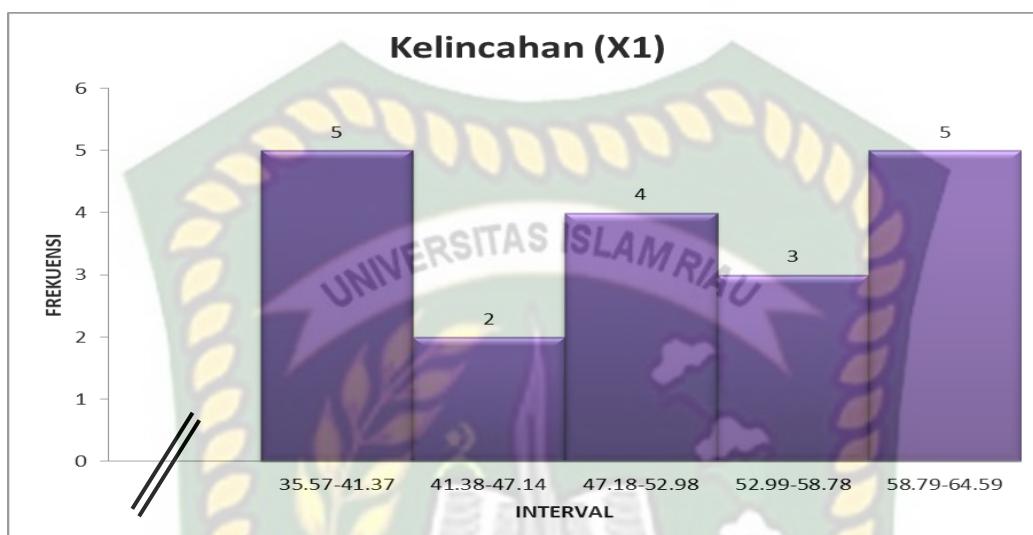
No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	35.57-41.37	5	26.32%
2	41.38-47.14	2	10.53%
3	47.18-52.98	4	21.05%
4	52.99-58.78	3	15.79%
5	58.79-64.59	5	26.32%
Jumlah		19	100%

Kemudian dari data pengukuran hasil Kelincahan Terhadap *Dribble Club* Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar bahwa dari 19 sampel didapat jumlah data keseluruhan sebanyak 950 dengan rata-rata (*mean*) sebesar 50, nilai tertinggi (*maximal*) sebesar 64.59, nilai terendah (*minimal*) adalah 35.57, serta nilai Standar Deviasinya (*Stdev*) adalah 10. Nilai yang sering muncul (*modus*) sebanyak 60.54 dan nilai tengah (*median*) adalah 51.81. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 6. Klasifikasi Data Hasil hasil Kelincahan Terhadap *Dribble Club* Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

Maximal (Nilai Tertinggi)	Minimal (Nilai Terkecil)	Mean (Rata-Rata)	Median (Nilai Tengah)	Modus (Nilai Sering Muncul)	Standar Deviasi (Simpangan Baku)	N (Sampel)
64.59	35.57	50.00	51.81	60.54	10.00	19

Data yang tertuang pada tabel di atas juga digambarkan dalam bentuk grafik histogram berikut ini.



Grafik 1. Histogram Kelincahan Terhadap *Dribble Club* Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

2. Hasil Kecepatan Lari 40 Meter Pada Club Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar (Variabel X2)

Setelah melakukan pengukuran hasil Kecepatan Terhadap *Dribble Club* Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar, didapatkan distribusi frekuensinya sebanyak 5 kelas interval dengan panjang kelas intervalnya adalah 7.11. Pada kelas pertama dengan rentang 25.38-32.48 terdapat 2 sample besar persentase 10.53%, pada kelas kedua dengan rentang 32.49-39.60 tidak ada, pada kelas ketiga dengan rentang 39.61-46.71 terdapat 3 sample besar persentase 15.79%, pada kelas keempat dengan rentang 46.72-53.83 terdapat 4 orang atau persentase 21.05%, pada kelas kelima dengan rentang 53.84-60.95 terdapat 10 orang atau persentase 52.63%. Penjabaran yang sudah dikemukakan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Data Hasil Kecepatan Terhadap *Dribble Club* Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

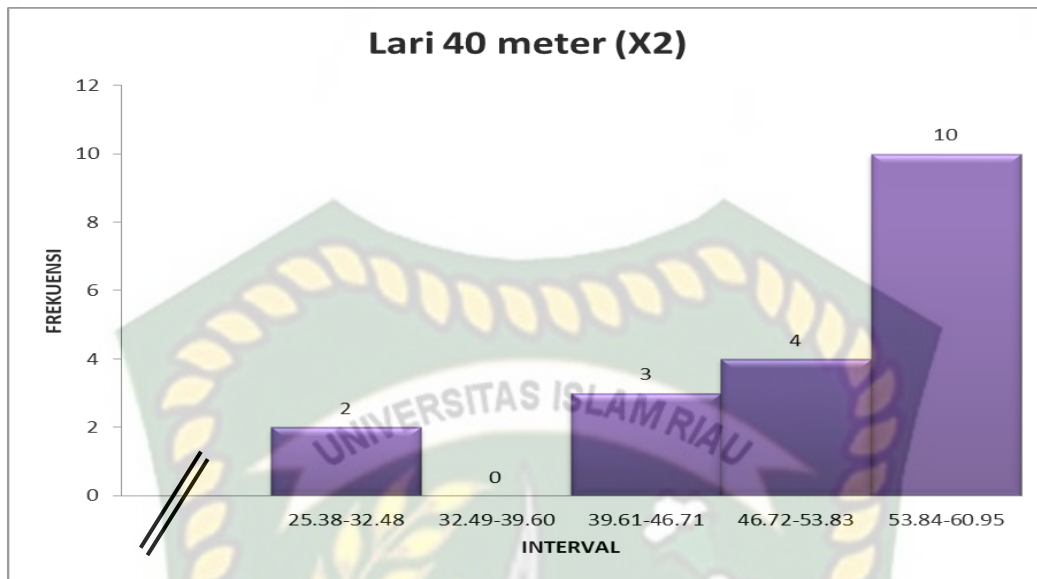
No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	25.38-32.48	2	10.53%
2	32.49-39.60	0	0.00%
3	39.61-46.71	3	15.79%
4	46.72-53.83	4	21.05%
5	53.84-60.95	10	52.63%
Jumlah		19	100%

Kemudian dari data pengukuran hasil kecepatan terhadap *dribble club* sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar bahwa dari 19 *sampel* didapat jumlah data keseluruhan sebanyak 950 dengan rata-rata (*mean*) sebesar 50, nilai tertinggi (*maximal*) sebesar 60.95, nilai terendah (*minimal*) adalah 25.38, serta nilai Standar Deviasinya (*Stdev*) adalah 10. Nilai yang sering muncul (*modus*) adalah tidak ada dan nilai tengah (*median*) adalah 54.89. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 8. Klasifikasi Data Hasil Kecepatan Terhadap *Dribble Club* Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

Maximal (Nilai Tertinggi)	Minimal (Nilai Terkecil)	Mean (Rata-Rata)	Median (Nilai Tengah)	Modus (Nilai Sering Muncul)	Standar Deviasi (Simpangan Baku)	N (Sampel)
60.95	25.38	50.00	53.91	-	10.00	19

Data yang tertuang pada tabel di atas juga digambarkan dalam bentuk grafik histogram berikut ini.



Grafik 2. Histogram Hasil Kecepatan Terhadap *Dribble Club* Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.

3. Hasil *Dribble* sepakbola Pada Club Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar (Variabel Y)

Setelah melakukan pengukuran hasil *dribble club* sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar didapatkan distribusi frekuensinya sebanyak 5 kelas interval dengan panjang kelas intervalnya adalah 8.03. Pada kelas pertama dengan rentang 25.11-33.13 terdapat 2 sample besar persentase 10.53%, pada kelas kedua dengan rentang 33.14-41.17 tidak ada, pada kelas ketiga dengan rentang 41.18-49.20 terdapat 5 sample besar persentase 26.32%, pada kelas keempat dengan rentang 49.21-57.23 terdapat 8 orang atau presentase 42.11%, pada kelas kelima dengan 57.24-62.92 terdapat 4 orang atau presentase 21.05%, Penjabaran yang sudah dikemukakan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 9. Interval Data Hasil *dribble club* sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

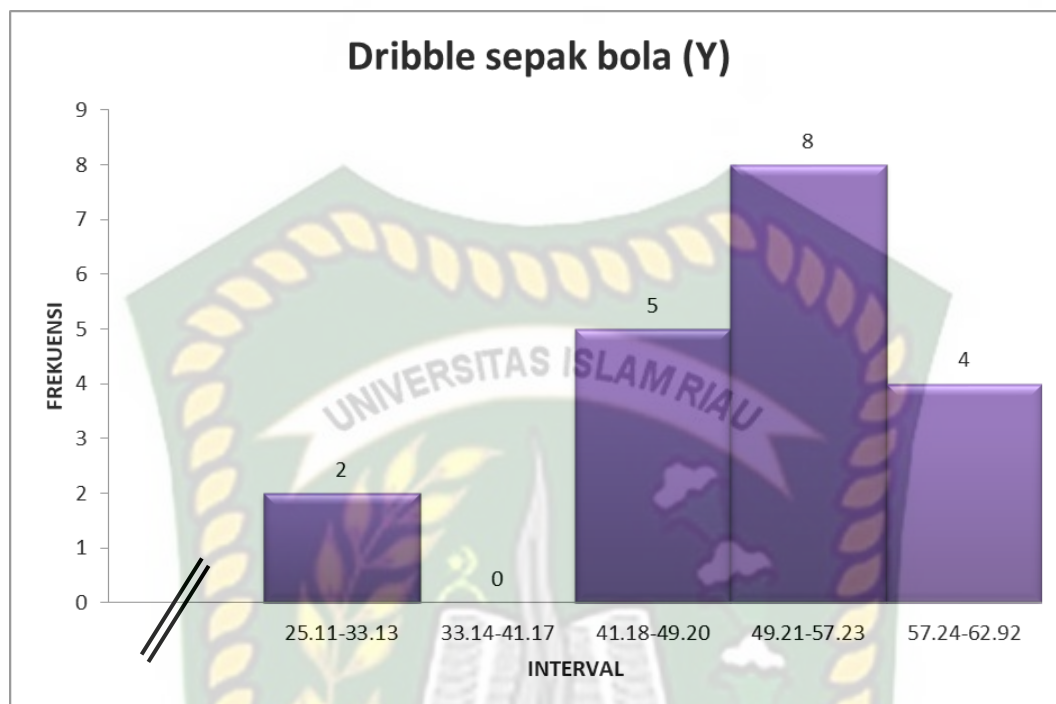
No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	25.11-33.13	2	10.53%
2	33.14-41.17	0	0.00%
3	41.18-49.20	5	26.32%
4	49.21-57.23	8	42.11%
5	57.24-62.92	4	21.05%
Jumlah		19	100%

Kemudian dari data pengukuran pengamatan langsung *dribble club* sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar bahwa dari 19 *sampel* didapat jumlah data keseluruhan sebanyak 950 dengan rata-rata (*mean*) sebesar 50, nilai tertinggi (*maximal*) sebesar 65.27, nilai terendah (*minimal*) adalah 25.11, serta nilai Standar Deviasinya (*Stdev*) adalah 10. Nilai yang sering muncul (*modus*) adalah 51.81 dan nilai tengah (*median*) adalah 51.81. Penjabaran yang sudah dikemukakan dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 10. Klasifikasi Data Hasil *dribble club* sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

Maximal (Nilai Tertinggi)	Minimal (Nilai Terkecil)	Mean (Rata-Rata)	Median (Nilai Tengah)	Modus (Nilai Sering Muncul)	Standar Deviasi (Simpangan Baku)	N (Sampel)
65.27	25.11	50.00	51.81	51.81	10.00	19

Data tersebut di atas dapat digambarkan dan dijelaskan dalam bentuk grafik histogram berikut ini.



Grafik 3. Histogram Pengamatan Langsung *dribble club* sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

B. Pembahasan

Berdasarkan pengolahan data dan analisis data yang dilakukan, maka dapat dijelaskan bahwa kecepatan dan kelincahan dribble sepakbola. Kebutuhan unsur fisik yang relevan merupakan suatu perkembangan skill-skill pemain sehingga didalam melakukan keterampilan atau teknik dasar dalam bermain sepakbola tidak nampak kaki dan tidak terjadi pemborosan tenaga.

Mardhika (2017:7) Kelincahan adalah salah satu bentuk kemampuan dasar biomotorik yang diperlukan dalam setiap cabang olahraga. Kelincahan adalah kemampuan otot untuk menjawab rangsang dalam waktu sesingkat mungkin. Kelincahan merupakan laju gerakan otot dalam waktu yang singkat. Hal ini berlaku baik untuk bagian-bagian tubuh (lengan, tangan, dan tungkai)

Womsiwor (2014: 13) Kelincahan adalah kemampuan tubuh atau bagian tubuh untuk mengubah arah gerakan secara mendadak dalam kecepatan tinggi dan sebagai kemampuan tubuh untuk mengubah arah dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak, tanpa kehilangan posisi tubuh, serta sadar akan posisi tubuh.

Dalam keterampilan kelicahan pada permainan sepakbola unsur kecepatan merupakan komponen fisik yang esensial. Hal ini terjadi pada saat seorang pemain akan melewati lawan sehingga dapat mengancam pertahanan lawan dan membuat lawan lemah dalam pertahanan.

Marjana (2014:6) Kelincahan adalah kemampuan mengubah secara cepat arah tubuh atau bagian tubuh tanpa gangguan pada keseimbangan. Mengubah arah gerakan tubuh secara berulang-ulang seperti halnya lari bolak-balik memerlukan kontraksi secara bergantian pada kelompok otot tertentu.

Kelincahan merupakan salah satu komponen kesegaran motorik yang sangat diperlukan untuk semua aktivitas yang membutuhkan kecepatan perubahan posisi tubuh dan bagian-bagiannya. Disamping itu kelincahan merupakan prasyarat untuk mempelajari dan memperbaiki keterampilan gerak dan teknik olahraga terutama gerakan-gerakan yang membutuhkan koordinasi gerakan.

Daryanto (2015:205) Kelincahan merupakan kemampuan untuk mengubah posisi tubuh atau arah gerakan tubuh dengan cepat ketika sedang bergerak cepat tanpa kehilangan keseimbangan atau kesadaran terhadap posisi tubuh dan sangat penting untuk nomor yang membutuhkan kemampuan adaptasi yang tinggi terhadap perubahan-perubahan situasi dalam pertandingan.

Untuk mencari dan menentukan seorang atlet sepakbola yang baik, maka perlu diketahui tentang kriteria-kriteria yang dapat dijadikan pintu untuk menentukan seorang pemain yang baik. Telah diketahui bahwa kekuatan dan kecepatan merupakan kriteria yang paling penting.

Bismar (2019: 104) Kelincahan adalah suatu bentuk gerakan yang mengharuskan seseorang atau pemain untuk bergerak dengan cepat dan mengubah arah serta tangkas. Pemain yang lincah adalah pemain yang bergerak tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya

Dalam bermain sepakbola kecepatan digunakan untuk menggiring bola menerobos ke daerah pertahanan lawan. Selain itu pemain dapat mengejar lawan yang menggagalkan strategi permainannya dengan kembali ke posisi awalnya atau beradu lari untuk menutup ruang gerak lawannya dengan cepat.

Andriansyah (2020:13) Kecepatan merupakan kemampuan seseorang untuk mengerjakan gerak-gerakan yang berkesinambungan dalam waktu yang singkat dan melakukan perubahan posisi ke berbagai arah yang dituju sehingga dapat memasuki daerah pertahanan lawan.

Teknik didalam permainan sepakbola adalah salah satu bagian yang penting dan paling sulit untuk dipelajari. Untuk itu perlu waktu yang banyak dan ketekunan dari para pemain untuk berlatih dengan penuh kesungguhan dalam mempelajarinya.

Sapulete (2012:109) Kecepatan merupakan kemampuan untuk bergerak dalam waktu yang sesingkat-singkatnya dengan mengerahkan kecepatan

maksimal yang dimiliki, untuk mengukur kecepatan digunakan alat ukur berlari dengan jarak tempuh 30 meter.

Kecepatan hubungannya dengan cepat tidaknya seorang pemain membawa bola kearah depan, sedangkan kelentukan hubungannya dengan bagaimana keluwesan seorang pemain mengolah bola dengan kakinya dan bagaimana keluwesan dalam melalui rintangan, serta kelincahan hubungannya dengan kecepatan mengubah arah untuk menghindari rintangan.

Irawan (2019:223) Kecepatan merupakan kemampuan untuk bergerak dalam waktu yang sesingkat-singkatnya dengan mengerahkan kecepatan maksimal yang sering kali merupakan hal yang essensi bagi semua pemain sayap di olahraga permainan sepak bola.

Sedangkan rangsangan optik merupakan rangsangan atau stimulus yang diterima melalui indera penglihatan (mata), misalnya seseorang beraksi atau bergerak dengan memperhatikan gerakan tangan pelatuhnya dan mengikuti arah gerakan tersebut dengan bergerak maju, mundur, ke samping kanan dan kiri. Bisa juga melalui rangsangan cahaya, warna, bola dan lain-lain. Sementara rangsangan taktil adalah rangsangan yang diterima melalui indera peraba kulit (taktil), misalnya dengan sentuhan pada kulit. Cahyo (20129:18) kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengerjakan gerakan yang berkesinambungan dalam bentuk yang sama dalam waktu yan sesingkat singkatnya

Keterlibatan antara teknik tanpa bola dan teknik dengan bola dilakukan menurut kebutuhan dalam permainan. Penampilan seorang pemain sepakbola akan terlihat baik jika kedua teknik dasar tersebut dikuasai. Keterampilan menggiring

bola merupakan salah satu teknik yang sangat besar peranannya dalam permainan sepakbola.

Efendi (2017:55) Drible sepakbola adalah gerakan lari dengan menggunakan kaki mendorong bola agar tergulir terus menerus di atas tanah dan diartikan seni dalam menggunakan beberapa kaki yang menyentuh atau menggulingkan bola terus-menerus di atas tanah sambil berlari.

Permainan sepakbola masa kini pemain dituntut untuk dapat menguasai bola lebih baik, sehingga peluang untuk menciptakan gol cukup besar. Salah satu teknik dalam permainan sepakbola yang sering digunakan dan merupakan teknik yang paling penting adalah *dribbling*.

Mubarok (2020:29) *Dribbling* dalam permainan sepakbola merupakan suatu upaya mendorong bola secara terputus-putus dan posisi bola tidak jauh dari kaki, diharuskan bergerak dengan lincah dan eksplosif guna mendukung strategi sebuah tim dalam melaksanakan variasi serangan maupun bertahan.

Efendi (2018:2) menyatakan bahwa menggiring bola adalah menendang bola terputus-putus atau pelan-pelan. Teknik dasar menggiring harus dikuasai dengan baik karena dalam situasi tertentu menggiring sangat menentukan melewati hadangan beberapa pemain lawan untuk dapat menerobos pertahanan lawan.

salah satu keterampilan dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepakbola adalah keterampilan menggiring bola. Keterampilan menggiring bola dalam cabang olahraga sepakbola harus dikuasai oleh setiap pemain khususnya

posisi penyerang, karena merupakan senjata ampuh dalam upaya menyusun serangan ke daerah atau gawan lawan.

Mappaompo (2017:97) Dribel sepakbola merupakan membawa bola dari dari satu lini ke lini lainnya dengan cara mengontrol dari kaki ke kaki bila ruang gerak sempit, karena lawan menutup daerahnya serta mengolah bola yang digerakkan terhadap salah satu kaki dari satu tempat ke tempat yang lain terhadap teteap dalam penguasaan.

Mariyono (2017:6) *dribbling* merupakan salah satu teknik atau keterampilan yang paling penting yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepakbola. Bola merupakan teknik dalam permainan sepakbola yang di mana dalam teknik tersebut pemain dituntut melindungi, mengerakan bola ke arah depan, samping, belakang, dan teknik tersebut merupakan perpaduan beberapa kompenen kondisi fisik yaitu kecepatan, kelincahan, keseimbangan, kekuatan dan kelentukan.

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Adapun Kesimpulan yang didapat yaitu:

1. Terdapat Kelincahan Terhadap *Dribble* sepakbola pada *club* sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar sebesar 35,14%. dilihat dari nilai sebesar rhitung (0,593) > rtabel (0,456).
2. Terdapat Kecepatan Lari 40 meter Terhadap *Dribble* sepakbola Pada *club* sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar sebesar 26,33%. dilihat dari nilai sebesar rhitung (0,513) > rtabel (0,456).
3. Terdapat Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Lari 40 meter Terhadap Hasil *Dribble* sepakbola Pada *club* sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar sebesar 41,24%. dilihat dari nilai sebesar rhitung (0,642) > rtabel (0,456).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, kesimpulan dan implikasi penelitian seperti yang dipaparkan sebelumnya, maka pada bagian ini perlu diberikan saran kepada pihak-pihak yang terkait dengan penelitian ini.

1. Kepada pelatih dan pembina khususnya dapat memilih atlet yang mempunyai kelenturan dan koordinasi mata tangan yang baik.
2. Bagi peneliti sendiri, kiranya penelitian ini dapat dilanjutkan dalam permasalahan yang lebih luas dengan jumlah *sampel* yang lebih besar, sehingga dapat memberikan sumbangan pikiran kepada pelatih, pembina maupun atlet dapat peningkatan prestasi.

3. Kepada pemain sekiranya dapat menjadi pembelajaran agar menjadi lebih baik dan berlatih dengan sungguh-sungguh guna mendapatkan prestasi yang baik.
4. Kepada pemain *club* sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar untuk lebih meningkatkan power otot tungkai dan meningkatkan koordinasi mata kaki dalam meningkatkan hasil *dribble* sepakbola.



DAFTAR PUSTAKA

- Ambarukmi, Dwi Hatmisari, dkk. 2007. *Pelatihan Pelatih Fisik Level 1*. Jakarta: Kemenegpora RI.
- Ariesbowo, Fekum. 2008. *Menjadi Pemain Sepakbola yang Tangguh*. Jakarta: Be Champion.
- Arsil & Aryadi Adnan, 2010. *Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Malang: Wineka Media.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Yogyakarta: Rineka Cipta.
- Adriansyah, Faris. 2020. Hubungan Antara Kecepatan, Kelincahan Dan Koordinasi Dengan Keterampilan Dribbling Siswa Akademi Arema U-14, Volume 2 Nomor 1 Juni 2020 halaman 13
- Bismar, Ahmad. 2019. Hubungan Kelincahan, Kelentukan, Kecepatan Dan Koordinasi Dengan Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola, Volume 11 Nomor 3 Oktober 2019 halaman 104.
- Cahyo, B Johan. 2012 Pengaruh Latihan Lompat Kijang Terhadap Kecepatan Lari, Volume 1 Nomor 1 Agustus 2012 halaman 18
- Daryanto, Zusyah. 2015. Pengaruh Latihan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola, Volume 4 Nomor 2 Desember 2015 halaman 205.
- Efendi, Awang. 2017. Peningkatan Pembelajaran Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola Menggunakan Modifikasi Bola Plastik, Volume 6 Nomor 1 Juni 2017 halaman 55.
- Efendi, Awang. 2018. Pengaruh latihan kelincahan terhadap kemampuan menggiring dalam permainan sepakbola mahasiswa UKM sepakbola IKIP PGRI Pontianak, Volume 7 Nomor 1 Juni 2018 halaman 2.
- Faruq, Muhyi. 2008. *Meningkatkan Kebugaran Tubuh Melalui Permainan dan Olahraga Sepakbola*. Surabaya: Grasindo.
- Harsono. 2001. *Latihan Kondisi Fisik*. Jakarta: Dedikbud, Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi
- Husni, Agusta dkk. 2003. *Buku pintar olahraga*. Jakarta: CV Mawar Gempita

Irawan, angga. 2019. Hubungan antara Kecepatan dan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring bola, Volume 1 Nomor 3 Desember 2019 halaman 223.

Ismaryati. 2008. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: UNS Press.

Jaya, Asmar. 2008. *Futsal, Gaya Hidup, Peraturan Dan Tips-Tips Permainan*. Yokyakarta: Pustaka Timur.

Mappaompo, adam. 2017. Kontribusi Koordinasi Mata Kaki Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Club Bilopa Kabupaten Sinjai, Volume 9 Nomor 1 Juni 2017 halaman 97.

Mardhika, Riga. 2017. Pengaruh Latihan Pyometric dan Resistance terhadap Power Otot Tungkai dan Kelincahan pada Pemain Futsal, Volume 68 Nomor 1 Juni 2017 halaman 7.

Mariyono. 2017. Metode Latihan Kelincahan dan Fleksibilitas pergelangan kaki terhadapp keterampilan menggiring bola, Volume 6 Nomor 1 Maret 2017 halaman 6.

Marjana, Wayan. 2014. Pengaruh pelatihan *shuttle run* Terhadap kecepatan dan kelincahan, Volume 2 Nomor 1 Maret 2014 halaman 6.

Mielke, Danny. 2003. *Seri Dasar-Dasar Olahraga Dasar-Dasar Sepakbola*.USA: Pakar Raya Pakarnya Pustaka.

Mubarok, Zakky. 2020. Pengaruh Latihan Small Sided Games Terhadap Peningkatan Keterampilan Dribling Pemain Sepakbola, Volume 9 Nomor 1 Juni 2020 halaman 29.

Sapulete, Janje. 2012. Hubungan Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola, Volume 3 Nomor 1 Juni 2012 halaman 109

Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung: Alfabeta.

Syafruddin. 2011. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang: UNP.

Undang-Undang Republik Indonesia No 3 Tahun 2005 Tantang Sistem Keolahragaan Nasional. Kemegpora.

Womsiwor, Daniel. 2014. Pelatihan lari sirkuit haluan kiri lebih baik daripada haluan Kanan untuk meningkatkan kelincahan pemain sepak bola Siswa smk x denpasar, Volume 2 Nomor 1 Maret 2014 halaman 13.

Widiastuti, 2011. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT. Timur Jaya.

Winarno. 2006. *Tes Keterampilan Olahraga*. Malang. Laboratorium Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau