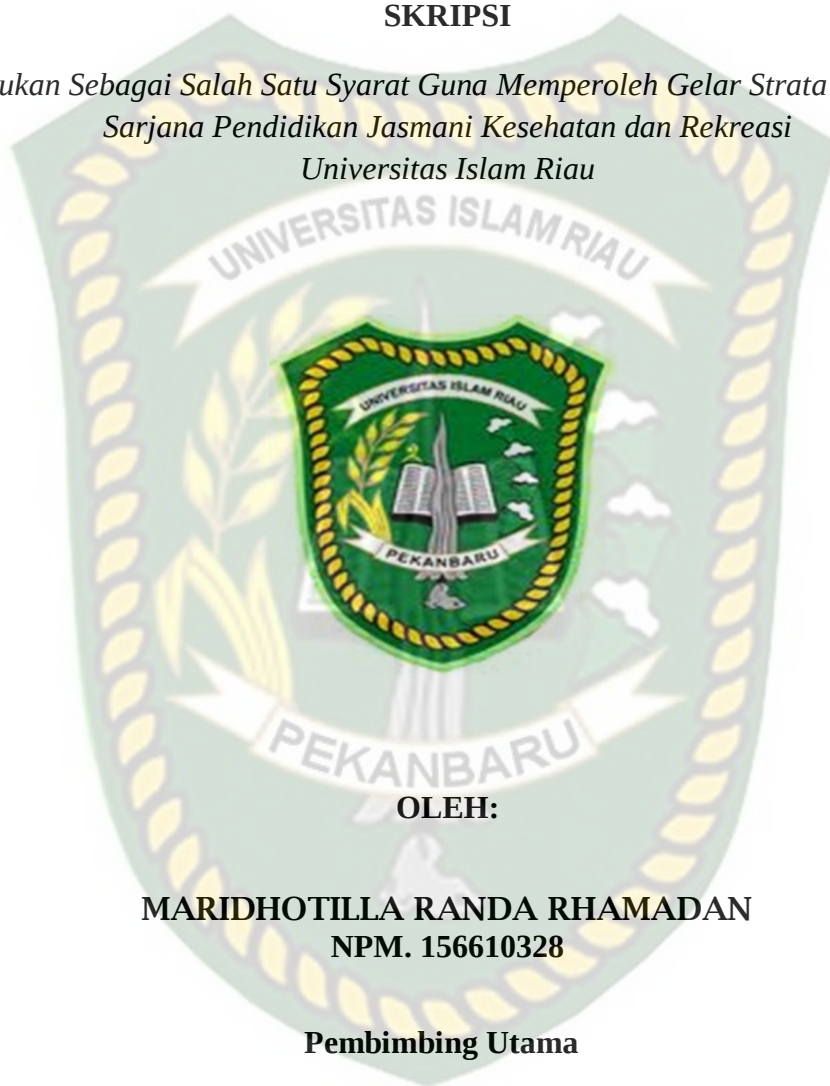


**KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KECEPATAN TERHADAP HASIL
DRIBBLING SEPA KBOLA CLUB THUNDER FC KAMPAR**

SKRIPSI

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



OLEH:

**MARIDHOTILLA RANDA RHAMADAN
NPM. 156610328**

Pembimbing Utama

Ricky Fernando, M.Pd
NIDN. 1027108701

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
PEKANBARU
2022**

PENGESAHAN SKRIPSI

KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KECEPATAN TERHADAP HASIL *DRIBBLING* SEPAKBOLA CLUB THUNDER FC KAMPAR

Dipersiapkan oleh :

Nama : MARIDHOTILLA RANDA RHAMADAN
NPM : 156610328
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Jenjang Pendidikan : Strata Satu (S1)

PEMBIMBING UTAMA

Ricky Fernando, M.Pd.
NIDN. 1027108701

Mengetahui

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Leni Apriani, M.Pd
NIDN. 1005048901

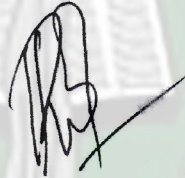
Skripsi ini Telah Diterima Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam Riau Wakil Dekan Bidang Akademik

Dr. Miranti Eka Putri. S. Pd, M.Ed
NIDN. 1005068201

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : MARIDHOTILLA RANDA RHAMADAN
NPM : 156610328
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Hasil *Dribbling* Sepakbola Club Thunder FC Kampar

Disetujui Oleh :
PEMBIMBING UTAMA



Ricky Fernando, M.Pd.
NIDN. 1027108701

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



Leni Apriani, M.Pd
NIDN. 1005048901

SURAT KETERANGAN

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

Nama : MARIDHOTILLA RANDA RHAMADAN
NPM : 156610328
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Telah selesai menyusun Skripsi dengan judul :

“Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Hasil *Dribbling* Sepakbola Club Thunder FC Kampar”

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

Disetujui Oleh :

PEMBIMBING UTAMA



Ricky Fernando, M.Pd.
NIDN. 1027108701

ABSTRAK

MARIDHOTILLA RANDA RHAMADAN, 2021. Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Hasil *Dribbling* Sepakbola Club Thunder FC Kampar.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Hasil *Dribbling* Sepakbola Club Thunder FC Kampar. Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional yaitu suatu alat statistik, yang dapat digunakan untuk membandingkan hasil pengukuran dua atau lebih variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel ini. Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian, populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain Club Thunder FC Kampar berjumlah 23 orang. Sampel penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*, artinya seluruh populasi dijadikan sampel. Sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 23 orang putera. Berdasarkan analisis data diperoleh a) Terdapat kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring Club Thunder FC Kampar sebesar 23.39%. dilihat dari nilai sebesar r hitung (0,484) > r tabel (0,413). b) Terdapat kontribusi kecepatan terhadap kemampuan menggiring Club Thunder FC Kampar sebesar 22.03%. dilihat dari nilai sebesar r hitung (0,469) > r tabel (0,413). c) Terdapat kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap kemampuan menggiring Club Thunder FC Kampar sebesar 36.18%. dilihat dari nilai sebesar r hitung (0,601) > r tabel (0,413).

Kata kunci: Kelincahan , Kecepatan, Kemampuan *Dribbling* Sepak Bola

ABSTRACT

MARIDHOTILLA RANDA RHAMADAN, 2021. Contribution of Arm Muscle Strength and Eye and Hand Coordination to *Forehand* Blow Ability at Class XI Table Tennis Games of Negri 1 Rimba High School Melintang Rokan Hilir Regency

This study aims to determine the contribution of agility and speed to the results of dribbling soccer club Thunder FC Kampar. This type of research is correlational research, which is a statistical tool, which can be used to compare the measurement results of two or more different variables in order to determine the level of relationship between these variables. The population is the entire research subject, the population in this study are all 23 players of Club Thunder FC Kampar. The sample of this study used a total sampling technique, meaning that the entire population was sampled. So the number of samples in this study were 23 boys. Based on the analysis of the data obtained a) There is a contribution of agility to the ability to dribble Club Thunder FC Kampar by 23.39%. seen from the value of r arithmetic (0.484) $>$ r table (0.413). b) There is a contribution of speed to Club Thunder FC Kampar's dribbling ability of 22.03%. seen from the value of r arithmetic (0.469) $>$ r table (0.413). c) There is a contribution of agility and speed to Club Thunder FC Kampar's dribbling ability of 36.18%. seen from the value of r arithmetic (0.601) $>$ r table (0.413).

Keywords: Football Agility, Speed, Dribbling Ability



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 GENAP TA 2021/2022

NPM : 156610328
Nama Mahasiswa : MARIDHOTILLA RANDA R
Dosen Pembimbing : 1. RICKY FERNANDO S.Pd., M.Pd 2.
Program Studi : PENDIDIKAN OLAH RAGA (PENJASKESREK)
Judul Tugas Akhir : Kontribusi Kelincahan Dan Kecepatan Terhadap Hasil Dribbling Sepakbola Club Thunder Fc
Judul Tugas Akhir (Bahasa Inggris) : The Contribution of Agility and Speed to Football Dribbling Results Club Thunder Fc.
Lembar Ke : 1

NO	Hari/Tanggal Bimbingan	Materi Bimbingan	Hasil / Saran Bimbingan	Paraf Dosen Pembimbing
1	22 Mei 2019	Proposal Bab I	Memperbaiki judul	
2	27 Mei 2019	Proposal Bab I	Memperbaiki cover dan lampiran	
3	3 Februari 2020	Proposal Bab II	Memperbaiki Halaman dan Penulisan	
4	26 Februari 2020	Proposal Bab II-III	Memperbaiki tulisan dan melengkapi Teori	
5	13 Januari 2021	Proposal Bab I-III	Mengganti tempat penelitian	
6	20 April 2021	Proposal Bab I-III	Penambahan Teori	
7	8 Agustus 2021	Skripsi Bab IV	Melengkapi Data dan Tabel	
8	11 November 2021	Skripsi Bab V	Memperbaiki Bahasa Penulisan dan Teori	



Pekanbaru, 12 Mei 2022
Wakil Dekan I/Ketua Departemen/Ketua Prodi

Dr. Miranti Eka Putri, M.Ed
NIDN. 1005068201

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 Dibawah ini:

Nama : MARIDHOTILLA RANDA RHAMADAN
NPM : 156610328
Agama : Islam
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Judul Skripsi : Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Hasil
Dribbling Sepakbola Club Thunder FC 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 yang merupakan duplikat dari skripsi orang lain, maka saya menerima sanksi pencabutan gelar dan ijazah yang telah saya terima dan saya bersedia dituntut sesuai dengan peraturan dan perundang-undangan yang berlaku.

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

Pekanbaru, Desember 2021
Mahasiswa yang menyatakan



MARIDHOTILLA RANDA RHAMADAN
NPM. 156610328

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 Hasil *Dribbling* Sepakbola Club Thunder FC 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. Leni Apriani M.Pd Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
3. Dr. Raffly Henjilito, M. Pd sebagai Sektretaris Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
4. Ricky Fernando, M.Pd sebagai pembimbing utama yang sudah banyak membantu dan memberikan bimbingan beserta saran dalam pembuatan skripsi

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. Kepada Pelatih Club Thunder FC Kampar yang telah membantu dan mengizinkan penulis melakukan penelitian.
7. Kedua orang tua tercinta yang telah banyak memberikan dukungan baik secara materiil maupun spritual.
8. Teman-teman seperjuangan, kerabat, teman dekat, dan semua pihak yang telah banyak membantu dalam penyusunan Skripsi ini.

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

Pekanbaru, Desember 2021

MARIDHOTILLA RANDA RHAMADAN

DAFTAR ISI

	Halaman
PENGESAHAN SKRIPSI.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
SURAT KETERANGAN.....	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
BERITA ACARA BIMBINGAN	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.....	4
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	9
3. Hakikat Hasil <i>Dribbling</i> Sepakbola	11
a. Pengertian <i>Dribbling</i>	11
b. Teknik <i>Dribbling</i> Sepakbola	13
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 HASIL PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Hasil Penelitian	25
B. Analisan Data	30
C. Pembahasan.....	32
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	35
B. Saran.....	35
DAFTAR PUSTAKA	36
DAFTAR LAMPIRAN	37

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Distribusi Frekuensi Data Hasil Kelincahan Pada Atlet Club Thunder FC Kampar	25
2. Klasifikasi Data Hasil Kelincahan Pada Atlet Club Thunder FC Kampar.....	26
3. Distribusi Frekuensi Data Hasil Kecepatan Pada Atlet Club Thunder FC Kampar	27
4. Klasifikasi Data Hasil Kecepatan Pada Atlet Club Thunder FC Kampar.....	27
5. Distribusi Frekuensi Data Hasil Kemampuan menggiring Pada Atlet Club Thunder FC Kampar	29
6. Klasifikasi Data Hasil Kemampuan Menggiring Pada Atlet Club Thunder FC Kampar	29
7. Hasil Rekapitulasi Kecepatan Terhadap Kemampuan menggiring pada Atlet Club Thunder FC Kampar	31
8. Hasil Rekapitulasi Kelincahan Terhadap Kemampuan menggiring pada Atlet Club Thunder FC Kampar	31
9. Hasil Rekapitulasi Kecepatan dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Pada Atlet Club Thunder FC Kampar	32

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>Dribbling</i> Sepakbola.....	22



DAFTAR GRAFIK

	Halaman
1. Histogram Hasil Kelincahan Pada Atlet Club Thunder FC Kampar	26
2. Histogram Hasil Kecepatan Pada Atlet Club Thunder FC Kampar.....	28
3. Histogram Hasil Kemampuan Menggiring Pada Atlet Club Thunder FC Kampar.....	30



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Hasil Penelitian Kelincahan	37
2. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Kelincahan Pada Pemain Atlet Club Thunder FC Kampar	38
3. Hasil Penelitian Kecepatan	39
4. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Kecepatan Pada Pemain Atlet Club Thunder FC Kampar	40
5. Hasil Penelitian Kemampuan <i>Dribbling</i>	41
6. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Kelincahan Pada Pemain Atlet Club Thunder FC Kampar	42
7. Perhitungan Kontribusi <i>Product Moment</i>	43
8. Menghitung Nilai R.....	46
9. Tabel R _{tabel}	49
10. Dokumentasi Penelitian	50

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, siswa 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 *dribbling* 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.

Dribbling 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 *dribbling* selain kelincahan juga pada kecepatan, daya ledak otot tungkai dan ketepatan.

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

Dari keterangan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa keterampilan *dribbling* Sepakbola Club Thunder FC Kampar masih tergolong rendah. Oleh sebab itu penulis sangat tertarik untuk mengadakan sebuah penelitian yang berjudul: Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Hasil *Dribbling* Sepakbola Club Thunder FC Kampar.

B. Identifikasi Masalah

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

1. Kurangnya pemberian bentuk latihan *dribbling* sepakbola yang diberikan kepada Sepakbola Club Thunder FC Kampar
2. Kurangnya kelincahan *dribbling* sepakbola pada Sepakbola Club Thunder FC Kampar

3. Kurangnya kecepatan siswa putera dalam melakukan Dribbling sepakbola pada Sepakbola Club Thunder FC Kampar
4. Kurangnya koordinasi mata dan kaki *dribbling* sepakbola pada Sepakbola Club Thunder FC Kampar

C. Pembatasan Masalah

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

1. Apakah Kontribusi Kelincahan Terhadap Hasil *Dribbling* Sepakbola Club Thunder FC Kampar?
2. Apakah Kontribusi Kecepatan Terhadap Hasil *Dribbling* Sepakbola Club Thunder FC Kampar?
3. Apakah Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Hasil *Dribbling* Sepakbola Club Thunder FC 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 Hasil *Dribbling* Sepakbola Club Thunder FC Kampar”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan sebelumnya, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Hasil *Dribbling* Sepakbola Club Thunder FC Kampar

F. Manfaat Penelitian

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

1. Bagi atlet: meningkatkan hasil *dribbling* sepakbola khususnya olahraga sepakbola.
2. Bagi pelatih: sebagai bahan masukan perihal penggunaan sumber ajar dan bahan ajar lain sehingga kegiatan belajar mengajar dapat berjalan lebih optimal.
3. Bagi pemilik club: dapat meningkatkan prestasi siswa 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 penjas kesrek 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 hasil *dribbling* sepakbola Club Thunder FC Kampar.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Hakikat Kelincahan

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.

Kelincahan juga diperlukan dalam membebaskan 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 arah 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.

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 siswa atau 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

Pada dunia olahraga kecepatan merupakan komponen yang esensial, kecepatan menjadi faktor penentu dalam cabang olahraga *sprint*, tinju, sepakbola, lompat jauh 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: siswaik 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 siswa 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 Hasil *Dribbling* sepakbola

a. Pengertian *Dribbling*

Dapat kita ketahui *dribbling* 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 (*dribbling*) 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) *dribbling* merupakan keahlian seorang pemain bergerak bersama bola yang memungkinkan untuk memberikan umpan atau menendangnya secara langsung.

Dribbling 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 “*dribbling* dalam permainan sepakbola didefinisikan sebagai penguasaan bola dengan kaki saat kamu bergerak dilapangan permainan. *dribbling* 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 *dribbling* 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 memasukkannya 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 *Dribbling* 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 *dribbling*, yaitu:

a. *Dribbling* 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. *Dribbling* 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. *Dribbling* 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.

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. Dengan demikian semakin baik kelincahan seseorang maka semakin baik pula Hasil *dribbling* sepakbolanya.

Dribbling dalam permainan sepakbola didefinisikan sebagai penguasaan bola dengan kaki saat kamu bergerak dilapangan permainan. *Dribbling* adalah keterampilan dasar dalam sepakbola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau tembakan.

Dengan adanya kemampuan yang baik dari segi kelincahan, kecepatan dan *dribbling* maka akan baik pula hasil yang didapat kemudian pemain telah menguasai kemampuan baik kelincahan, kecepatan maupun *dribbling* sehingga

secara efektif gerakannya memberikan sumbangan dalam pertandingan sangatlah besar”.

C. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan perumusan masalahnya, maka peneliti mengajukan hipotesis sebagai berikut:

1. Terdapat kontribusi kelincahan terhadap Hasil *dribbling* Sepakbola Club Thunder FC Kampar.
2. Terdapat kontribusi kecepatan terhadap Hasil *dribbling* Sepakbola Club Thunder FC Kampar
3. Terdapat kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap Hasil *dribbling* Sepakbola Club Thunder FC Kampar

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 *dribbling* 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 Sepakbola Club Thunder FC Kampar yang berjumlah 23 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 23 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 mengubah arah posisi tubuh dengan kecepatan dan ketetapan yang tinggi

2) Kecepatan

Kecepatan merupakan Kemampuan menempuh jarak dalam waktu sesingkat-singkatnya

3) Hasil *dribbling* sepakbola

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

D. Pengembangan Instrumen Penelitian

Adapun instrumen penelitian Untuk mengetahui kelincahan dan kecepatan terhadap Hasil *dribbling* Sepakbola Club Thunder FC Kampar, maka dilakukan tes kelincahan, kelincahan dan tes Hasil *dribbling* 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 : Sepakbola Club Thunder FC Kampar

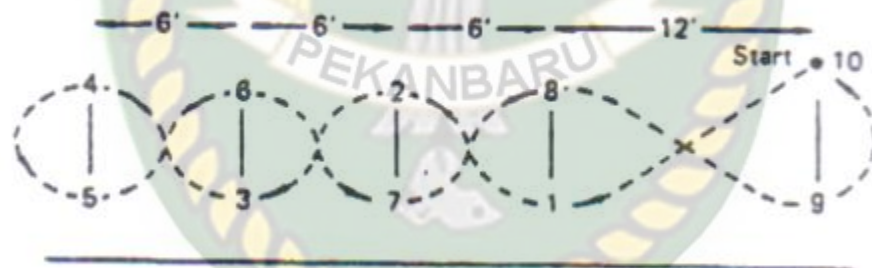
Perlengkapan : - *Stopwatch*, pita atau isolasi berwarna untuk membuat garis

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) Kecepatan (Widiastuti, 2011:115)

Tujuan:

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

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 Hasil *dribbling*

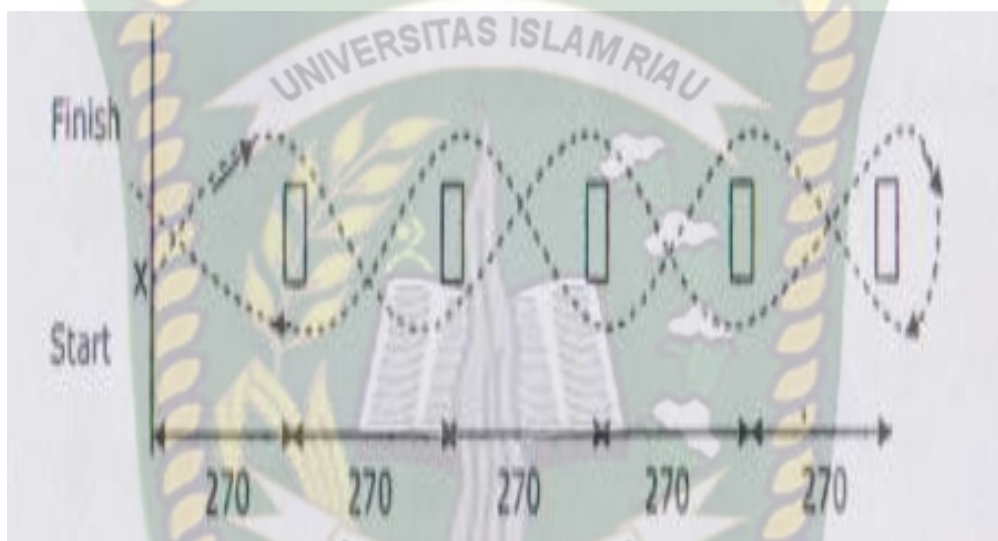
Adapun tes yang digunakan untuk mengukur kemampuan *dribbling* sepakbola menurut Arsil (2010: 127) dapat dijelaskan sebagai berikut:

Tujuan: Mengetahui kemampuan dan Hasil 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 *Dribbling* 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 Hasil *dribbling* Sepakbola Club Thunder FC Kampar, maka dilakukan tes kelincahan dan tes *dribbling* 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:

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

Keterangan:

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

ryx_1 = Korelasi *Product 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

Untuk melihat besarnya nilai presentase kontribusi kelincahan dan kecepatan dengan melihat koefisien determinasi dengan rumus: $KD = r^2 \times 100$. Sedangkan memberikan interpretasi besarnya kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap Hasil *dribbling* Sepakbola Club Thunder FC 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



Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Hasil Kelincahan Club Thunder FC Kampar (Variabel X1)

Pengukuran Setelah melakukan pengukuran hasil kecepatan pada Club Thunder FC Kampar didapatkan distribusi frekuensinya sebanyak 5 kelas interval dengan panjang kelas intervalnya adalah 7,84. Pada kelas pertama dengan rentang 26.85-34.69 terdapat 2 orang dengan presentase 9%, pada kelas kedua dengan rentang 34.70-42.53 terdapat 3 orang dengan presentase 13%, pada kelas ketiga dengan rentang 42.54-50.37 terdapat 7 orang atau pada presentase 30%, pada kelas keempat dengan rentang 50.38-58.21 terdapat 6 orang atau presentase 26%, pada kelas kelima dengan rentang 58.22-66.06 terdapat 5 orang atau presentase 22%, Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Data Hasil Kelincahan Pada Club Thunder FC Kampar

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	26.85-34.69	2	9%
2	34.70-42.53	3	13%
3	42.54-50.37	7	30%
4	50.38-58.21	6	26%
5	58.22-66.06	5	22%
Jumlah		23	100%

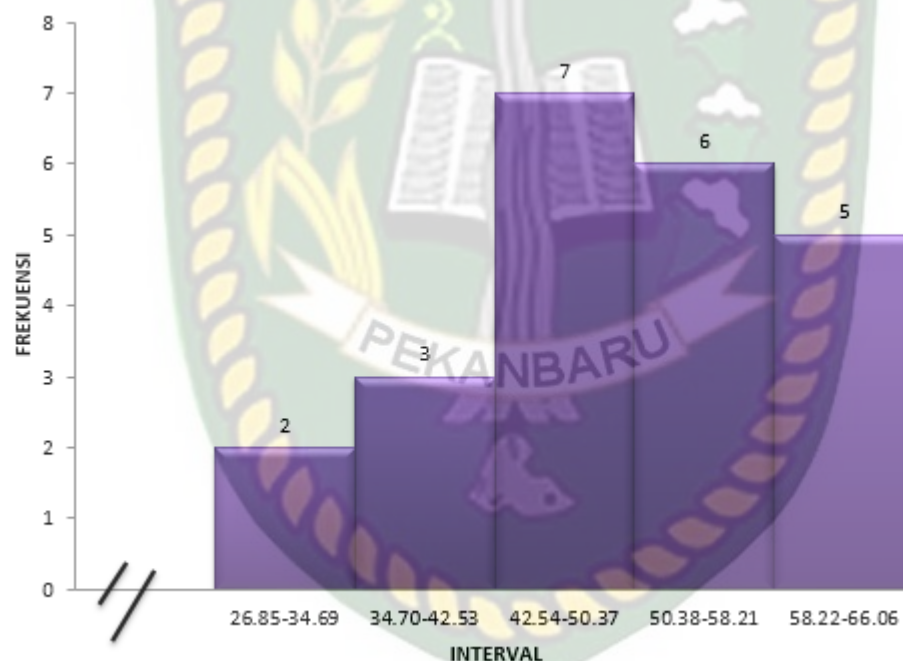
Kemudian dari data pengukuran hasil kelincahan pada Club Thunder FC Kampar bahwa dari 23 sampel didapat jumlah data keseluruhan sebanyak 249.49 dengan rata-rata (*mean*) sebesar 10.85, nilai tertinggi (*maximal*) sebesar 12.65, nilai terendah (*minimal*) dalah 8.25, serta nilai standar deviasinya (*Stdev*) adalah

1.12. Nilai yang sering muncul (*modus*) sebanyak tidak ada dan nilai tengah (*median*) adalah 10.87. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 2. Klasifikasi Data Hasil Kelincahan Pada Club Thunder FC Kampar

N (Sampel)	Jumlah	Rata-Rata (Mean)	Nilai Tertinggi (Maximal)	Nilai Terendah (Minimal)	Standar Deviasi (Stdev)	Nilai sering Muncul (Modus)	Nilai Tengah (Median)
23	1150.00	50.00	66.06	26.85	10.00	-	50.20

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



Grafik 1. Histogram Hasil Kelincahan Pada Club Thunder FC Kampar

2. Hasil Kecepatan Club Thunder FC Kampar (Variabel X2)

Setelah melakukan pengukuran hasil kecepatan pada Club Thunder FC Kampar didapatkan distribusi frekuensinya sebanyak 5 kelas interval dengan panjang kelas intervalnya adalah 8.81. Pada kelas pertama dengan rentang 34.07-

42.88 terdapat 7 orang dengan presentase 30%, pada kelas kedua dengan rentang 42.89-51.69 terdapat 6 orang dengan presentase 26%, pada kelas ketiga dengan rentang 51.70-60.51 terdapat 7 orang atau pada presentase 30%, pada kelas keempat dengan rentang 60.52-69.32 terdapat 2 orang atau presentase 9%, pada kelas kelima dengan rentang 69.33-78.14 terdapat 1 orang atau presentase 4%.

Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Data Hasil Kecepatan Pada Club Thunder FC Kampar

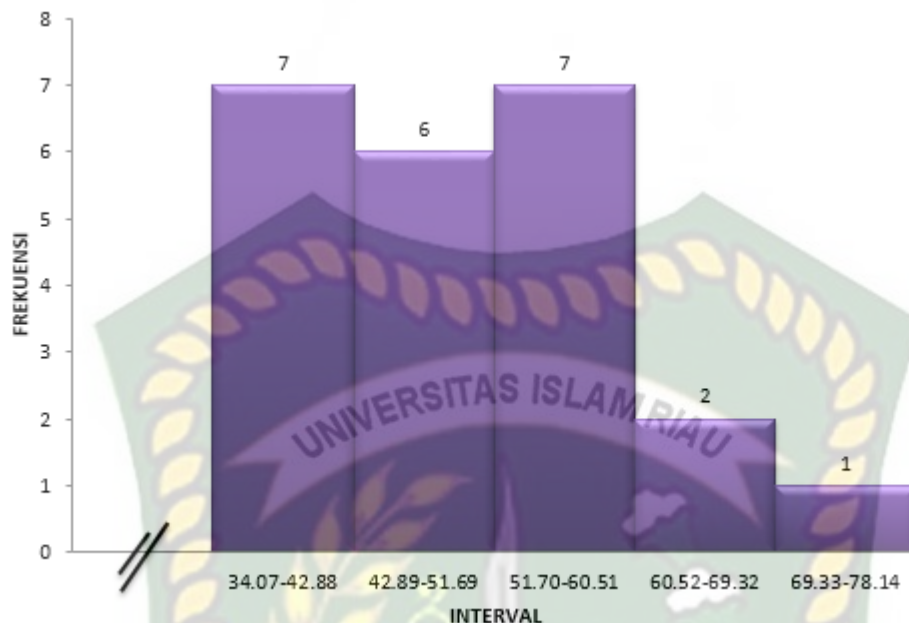
No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	34.07-42.88	7	30%
2	42.89-51.69	6	26%
3	51.70-60.51	7	30%
4	60.52-69.32	2	9%
5	69.33-78.14	1	4%
Jumlah		23	100%

Kemudian dari data pengukuran hasil kecepatan pada Club Thunder FC Kampar bahwa dari 23 sampel didapat jumlah data keseluruhan sebanyak 141.32 dengan rata-rata (*mean*) sebesar 6.14, nilai tertinggi (*maximal*) sebesar 7.23, nilai terendah (*minimal*) adalah 5.53, serta nilai Standar Deviasinya (*Stdev*) adalah 0.39. Nilai yang sering muncul (*modus*) adalah tidak ada dan nilai tengah (*median*) adalah 6.17. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada table di bawah ini:

Tabel 4. Klasifikasi Data Hasil Kecepatan Pada Club Thunder FC Kampar

N (Sampel)	Jumlah	Rata-Rata (Mean)	Nilai Tertinggi (Maximal)	Nilai Terendah (Minimal)	Standar Deviasi (Stdev)	Nilai sering Muncul (Modus)	Nilai Tengah (Median)
23	1150.00	50.00	78.14	34.07	10.00	54.81	50.67

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



Grafik 2. Histogram Hasil Kecepatan Pada Club Thunder FC Kampar.

3. Hasil Kemampuan Menggiring Pada Club Thunder FC Kampar (Variabel Y)

Setelah melakukan pengukuran hasil kemampuan menggiring Pada Club Thunder FC Kampar didapatkan distribusi frekuensinya sebanyak 5 kelas interval dengan panjang kelas intervalnya adalah 7.25. Pada kelas pertama dengan rentang 30.80-38.05 terdapat 2 orang dengan presentase 9%, pada kelas kedua dengan rentang 38.06-45.30 terdapat 5 orang dengan presentase 22%, pada kelas ketiga dengan rentang 45.31-52.55 terdapat 7 orang dengan presentase 30%, pada kelas keempat dengan rentang 52.56-59.81 terdapat 5 orang atau presentase 22%, pada kelas kelima dengan 59.82-67.06 terdapat 4 orang atau presentase 17%, Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Data Hasil Kemampuan menggiring Pada Club Thunder FC Kampar

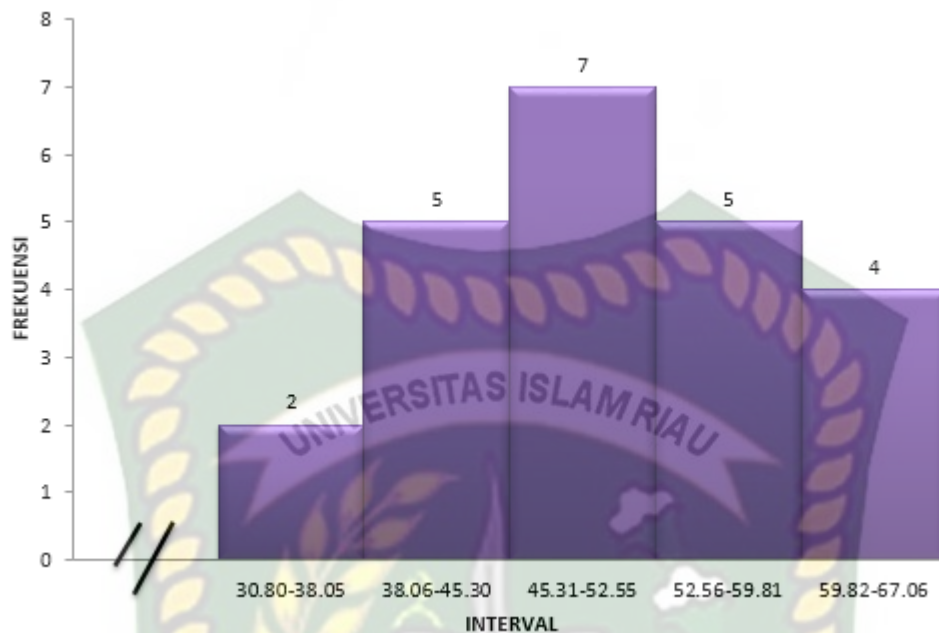
No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	30.80-38.05	2	9%
2	38.06-45.30	5	22%
3	45.31-52.55	7	30%
4	52.56-59.81	5	22%
5	59.82-67.06	4	17%
Jumlah		23	100%

Kemudian dari data pengukuran hasil kemampuan menggiring Pada Club Thunder FC Kampar bahwa dari 23 sampel didapat jumlah data keseluruhan sebanyak 1150 dengan rata-rata (*mean*) sebesar 50, nilai tertinggi (*maximal*) sebesar 67.07, nilai terendah (*minimal*) adalah 30.80, serta nilai Standar Deviasinya (*Stdev*) adalah 10. Nilai yang sering muncul (*modus*) adalah tidak ada dan nilai tengah (*median*) adalah 51.41. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 6. Klasifikasi Data Hasil Kemampuan Menggiring Pada Club Thunder FC Kampar

N (Sampel)	Jumlah	Rata-Rata (Mean)	Nilai Tertinggi (Maximal)	Nilai Terendah (Minimal)	Standar Deviasi (Stdev)	Nilai sering Muncul (Modus)	Nilai Tengah (Median)
23	1150.00	50.00	67.07	30.80	10.00	-	51.41

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



Grafik 3. Histogram Hasil Kemampuan Menggiring Pada Club Thunder FC Kampar

B. Analisa Data

1. Kontribusi Kelincahan (X1) Dengan Kemampuan Menggiring (Y)

Dari hasil perhitungan kemudian dapat dibuat suatu persamaan $0,484 > 0,413$ pada taraf signifikan 5 %. Berarti korelasi atau hubungan yang positif kelincahan terhadap kemampuan menggiring, sedangkan untuk mengetahui berapa besar sumbangan tersebut maka perlu dilakukan koefisien determinasi setelah dilakukan perhitungan maka didapatkan hasil koefisien determinasi (r^2) sebesar 23.39%. Jadi dapat diartikan bahwa sumbangan atau kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring adalah 23.39%. Sedangkan sisanya 76.61% dipengaruhi oleh faktor lain. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 7. Hasil Rekapitulasi Kelincahan Terhadap Kemampuan menggiring pada Club Thunder FC Kampar

Variabel	Keterangan	N	R_{x_1y}	Rtabel	Kesimpulan
X1	Kelincahan	23	0,484	0,413	Berkontribusi
Y	Menggiring				

2. Kontribusi Kecepatan (X2) Dengan Kemampuan menggiring (Y)

Dari hasil perhitungan kemudian dapat dibuat suatu persamaan $0,469 > 0,413$ pada taraf signifikan 5 %. Berarti korelasi atau hubungan yang positif kecepatan terhadap kemampuan menggiring, sedangkan untuk mengetahui berapa besar sumbangan tersebut maka perlu dilakukan koefisien determinasi setelah dilakukan perhitungan maka didapatkan hasil koefisien determinasi (r^2) sebesar 22.03%. Jadi dapat diartikan bahwa sumbangan atau kontribusi kecepatan terhadap kemampuan menggiring adalah 22.03%. Sedangkan sisanya 77.97% dipengaruhi oleh faktor lain. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 8. Hasil Rekapitulasi Kecepatan Terhadap Kemampuan menggiring pada Club Thunder FC Kampar

Variabel	Keterangan	N	R_{x_1y}	Rtabel	Kesimpulan
X2	Kecepatan	23	0,469	0,413	Berkontribusi
Y	Menggiring				

3. Kontribusi Kelincahan (X1) dan Kecepatan (X2) dengan Kemampuan menggiring (Y)

Dari hasil perhitungan kemudian dapat dibuat suatu persamaan $0,601 > 0,413$ pada taraf signifikan 5 %. Berarti korelasi atau hubungan yang positif kelincahan dan kecepatan terhadap kemampuan menggiring, sedangkan untuk mengetahui berapa besar sumbangan tersebut maka perlu dilakukan koefisien determinasi setelah dilakukan perhitungan maka didapatkan hasil koefisien determinasi (r^2) sebesar 36.18%. Jadi dapat diartikan bahwa sumbangan atau kontribusi kecepatan terhadap kemampuan menggiring adalah 36.18%. Sedangkan

sisanya 63.82% dipengaruhi oleh faktor lain. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 9. Hasil Rekapitulasi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Kemampuan Menggiring Pada Club Thunder FC Kampar

Variabel	Keterangan	N	R_{x_1y}	R_{tabel}	Kesimpulan
X1	Kelincahan	23	0,601	0,413	Berkontribusi
X2	Kecepatan				
Y	Menggiring				

C. Pembahasan

1. Kontribusi Kelincahan (X_1), Kecepatan (X_2) Terhadap Kemampuan Menggiring (Y)

Berdasarkan pengolahan data dan analisis data yang dilakukan, maka dapat dijelaskan bahwa terdapat kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap hasil kemampuan menggiring pada Club Thunder FC Kampar. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil tes dan pengukuran kecepatan yang menggunakan tes kelincahan dan kecepatan terhadap kemampuan menggiring pada Club Thunder FC Kampar.

Dengan menggunakan rumus korelasi *product moment* didapatkan hasil hubungan atau korelasi sebesar 0,601, jika dilihat pada tabel dapat diperoleh nilai sebesar 0,413 pada taraf signifikan 5 % sehingga dapat digambarkan melalui persamaan $r_{hitung} > r_{tabel}$ ($0,601 > 0,413$) dan dapat disimpulkan memiliki hubungan yang positif.

Setelah melalui perhitungan *product moment* langkah selanjutnya adalah menentukan kontribusi atau sumbangan dari kelincahan dan kecepatan terhadap hasil kemampuan menggiring dengan menggunakan rumus $KD = 0,601^2 \times 100\% = 36.18 \%$, sedangkan 63.82% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yaitu faktor kondisi terutama keadaan fisik (dalam hal ini menggambarkan pada

keadaan fisik seorang pemain sepakbola) dan ketepatan (biasanya seseorang yang memiliki ketepatan yang baik akan dapat lebih jauh penguasaan permainan sepakbola).

2. Kontribusi Kelincahan (X1) Terhadap Kemampuan Menggiring (Y)

Berdasarkan pengolahan data dan analisis data yang dilakukan, maka dapat dijelaskan bahwa terdapat kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring pada Club Thunder FC Kampar. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil tes dan pengukuran kelincahan yang menggunakan tes *dogging run* terhadap kemampuan menggiring pada Club Thunder FC Kampar.

Dengan menggunakan rumus korelasi *product moment* didapatkan hasil hubungan atau korelasi sebesar 0,484, jika dilihat pada tabel dapat diperoleh nilai sebesar 0,413 pada taraf signifikan 5 % sehingga dapat digambarkan melalui persamaan $r_{hitung} > r_{tabel}$ ($0,484 > 0,413$) dan dapat disimpulkan memiliki hubungan yang positif.

Setelah melalui perhitungan *product moment* langkah selanjutnya adalah menentukan kontribusi atau sumbangan dari kelincahan terhadap hasil kemampuan menggiring dengan menggunakan rumus $KD = 0,484^2 \times 100\% = 23.39\%$, sedangkan 76.61% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yaitu faktor kondisi terutama keadaan fisik (dalam hal ini menggambarkan pada keadaan fisik seorang pemain sepakbola) dan ketepatan (biasanya seseorang yang memiliki ketepatan yang baik akan dapat lebih jauh penguasaan bolanya).

3. Kontribusi Kecepatan (X2) Terhadap Kemampuan menggiring (Y)

Berdasarkan pengolahan data dan analisis data yang dilakukan, maka dapat dijelaskan bahwa terdapat kontribusi kecepatan terhadap kemampuan menggiring pada Club Thunder FC Kampar. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil tes dan pengukuran kecepatan yang menggunakan tes lari 40 meter terhadap kemampuan menggiring pada Club Thunder FC Kampar.

Dengan menggunakan rumus korelasi *product moment* didapatkan hasil hubungan atau korelasi sebesar 0,469, jika dilihat pada tabel dapat diperoleh nilai sebesar 0,413 pada taraf signifikan 5 % sehingga dapat digambarkan melalui persamaan $r_{hitung} > r_{tabel}$ ($0,469 > 0,413$) dan dapat disimpulkan memiliki hubungan yang positif.

Setelah melalui perhitungan *product moment* langkah selanjutnya adalah menentukan kontribusi atau sumbangan dari kecepatan terhadap hasil kemampuan menggiring dengan menggunakan rumus $KD = 0,469 \times 100\% = 22.03\%$, sedangkan 77.97% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yaitu faktor kondisi keadaan fisik (dalam hal ini menggambarkan pada keadaan fisik seorang pemain sepakbola) dan ketepatan (biasanya seseorang yang memiliki ketepatan yang baik akan dapat lebih jauh penguasaan permainan sepakbola).

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Terdapat kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola Club Thunder FC Kampar sebesar 23.39%. dilihat dari nilai sebesar r hitung (0,484) $>$ r tabel (0,413).
2. Terdapat kontribusi kecepatan terhadap kemampuan menggiring bola Club Thunder FC Kampar sebesar 22.03%. dilihat dari nilai sebesar r hitung (0,469) $>$ r tabel (0,413).
3. Terdapat kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap kemampuan menggiring bola Club Thunder FC Kampar sebesar 36.18%. dilihat dari nilai sebesar r hitung (0,601) $>$ r tabel (0,413).

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 pemain yang mempunyai kelincahan dan kecepatan 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 pemain dapat peningkatan prestasi.

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.
- 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
- Ismaryati. 2008. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: UNS Press.
- Jaya, Asmar. 2008. *Futsal, Gaya Hidup, Peraturan Dan Tips-Tips Permainan*. Yokyakarta: Pustaka Timur.
- Mielke, Danny. 2003. *Seri Dasar-Dasar Olahraga Dasar-Dasar Sepakbola*. USA: Pakar Raya Pakarnya Pustaka.
- 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.
- 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