

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE AGILITY WITH DRIBBLING SKILLS IN LEADING THE BALL AT CLUB FOOTBALL OF GEMPA FC PANGEAN DISTRICTS KUANTAN SINGINGI

Gusti Randa, Drs. Saripin, M.Kes, AIFO, Kristi Agust, S.Pd, M.Pd,
Gustiranda1212@yahoo.com, 081268309591, Kristi.agust@yahoo.com, saripin88@yahoo.com

**Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Univesitas Riau**

Abstract: *This study aims to determine whether there is a relationship the between Agility With Dribbling Skills on team Football club gempu Fc. Pangean districts Kuantan Singingi. The Forms of this research is a correlation study, the population in this study is the club Gempu Fc Pangean districts Kuantan Singingi, and the sample in this study is the club Gempu Fc. Pangean districts Kuantan Singingi numbered 18 people. In the Calculation of the correlation analysis of X and Y, where r_{tab} at significant level $\alpha (0,05) = 0.639$ means $r_{arithmetic} (0.639) > r_{tab} (0,482)$, which means that the hypothesis is accepted and there is a meaningful relationship the between agility with dribbling skills on the club Gempu Fc. Pangean districts Kuantan Singingi, then it can be concluded that the relationship between the (X) premises Y or agility relationship with dribbling skills Football club Gempu Fc. districts Pangean Kuantan Singingi is significant Thus the dribbling skills Football club Gempu Fc. Pangean districts Kuantan Singingi predicted by their agelity.*

Keywords: *, agility and dribbling skills*

HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN DENGAN KETERAMPILAN *DRIBBLING* PADA *CLUB* SEPAKBOLA GEMPA FC KECAMATAN PANGEAN KABUPATEN KUANTAN SINGINGI

Gusti Randa, Drs. Saripin, M.Kes, AIFO, Kristi Agust, S.Pd, M.Pd,
Gustiranda1212@yahoo.com, 081268309591, Kristi.agust@yahoo.com, saripin88@yahoo.com

**Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Univesitas Riau**

Abstrak: Penelitian ini bertujuan mengetahui apakah terdapat Hubungan Kelincahan Dengan Keterampilan *Dribbling* pada *club* Sepakbola Gempa Fc. Kecamatan Pangean Kabupaten Kuantan Singingi. Bentuk penelitian ini adalah penelitian korelasi, populasi dalam penelitian ini adalah *club* Gempa Fc. Kecamatan Pangean Kabupaten Kuantan Singingi, sampel dalam penelitian ini adalah *club* Gempa Fc. Kecamatan Pangean Kabupaten Kuantan Singingi berjumlah 18 orang. Dari perhitungan analisis korelasi X dan Y, dimana r_{tab} pada taraf signifikan $\alpha (0,05) = 0,639$ berarti $r_{\text{hitung}} (0,639) > r_{\text{tab}} (0,482)$, artinya hipotesis diterima dan terdapat hubungan yang berarti antara kelincahan dengan keterampilan *dribbling* pada *club* Gempa Fc. Kecamatan Pangean Kabupaten Kuantan Singingi, Maka dapat di simpulkan bahwa hubungan antara (X) dengan Y atau Hubungan Kelincahan dengan Keterampilan *dribbling club* Sepakbola Gempa Fc. Kecamatan Pangean Kabupaten Kuantan Singingi adalah signifikan. Dengan demikian bahwa Keterampilan *dribbling club* Sepakbola Gempa Fc. Kecamatan Pangean Kabupaten Kuantan Singingi di prediksi dengan adanya kelincahan.

Kata Kunci: Kelincahan dan Keterampilan menggiring bola

PENDAHULUAN

Pembangunan nasional bangsa Indonesia tidak terlepas dari peran serta olahraga di Tanah Air, di mana olahraga dijadikan landasan dalam pembentukan dan pembinaan jiwa masyarakat yang sehat fisik dan mental. Sehingga melahirkan individu-individu (sumberdaya manusia) yang berkualitas dan berdaya guna sehat jasmani dan rohani. Olahraga merupakan salah satu kebutuhan pokok yang perlu mendapat perhatian setiap individu manusia, karena olahraga merupakan aktivitas fisik manusia dalam upaya pembentukan manusia seutuhnya yang sehat jasmani dan rohani serta memiliki mental yang baik. Aktivitas olahraga dapat dilakukan dalam berbagai bentuk, yang terpenting adalah konsekuensi dari olahraga itu sendiri, yang mampu memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat.

Olahraga mengambil peranan yang sangat penting dalam kehidupan masyarakat maupun dikalangan pelajar karena olahraga merupakan kegiatan jasmani untuk mendorong mengembangkan pembinaan fisik, mental dan rohani yang diperlukan dalam kehidupan manusia untuk mencapai kehidupan yang sehat. Menurut Engkos kosasih (1993:3) olahraga adalah bentuk-bentuk kegiatan jasmani yang terdapat didalam permainan, perlombaan dan kegiatan jasmani yang intensif dalam rangka memperoleh rekreasi, kemenangan dan prestasi optimal. Oleh karena itu pembinaan setiap cabang olahraga harus diarahkan untuk meningkatkan prestasi yang nantinya akan mengharumkan nama bangsa. Pembinaan dan pengembangan ini dapat dicapai bila ditunjang oleh pengembangan ilmu-ilmu yang berkaitan dengan olahraga.

Salah satu cabang olahraga yang ikut mendapat pembinaan dari tingkat pusat sampai ke daerah bahkan sampai kepedesaan adalah cabang olahraga sepakbola, usaha-usaha yang di lakukan untuk perkembangan, pembinaan dan peningkatan prestasi olahraga indonesia, terutama melalui wadah Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia (PSSI). Provinsi Riau khususnya Kabupaten Kuantan Singingi untuk pembinaan dan perkembangan olahraga sepakbola melalui pengurus cabang PSSI, maka semakin berkembangnya wadah sepakbola tersebut, maka banyak bermunculan klub-klub sepakbola yang merupakan salah satu sarana dan wadah yang efektif untuk membina dan mengembangkan potensi yang di miliki pemain sepakbola yang ada di lingkungan masyarakat.

Pemerintah Kabupaten Kuantan Singingi membangun sarana penunjang berupa stadion Sport Center yang digunakan untuk melaksanakan turnamen sepakbola dalam rangka menggali bakat para atlet sepakbola di Kuantan Singingi. Selanjutnya melalui Dinas Kebudayaan, Pariwisata, Pemuda dan Olahraga (Disbudparpora) membuat kebijakan membangun lapangan sepakbola di setiap kecamatan yang bisa di jadikan pusat kegiatan di kecamatan masing-masing, salah satunya pada Klub Gempa FC Yang tedapat kecamatan pangean, merupakan salah satu Klub dari sekian banyaknya Club Sepakbola yang ada di Kabupaten kuantan singingi. Club Gempa FC ini merupakan Club sepakbola andalan masyarakat Pangean, dengan di pimpin seorang pelatih yang berpengalaman di bidang sepakbola yaitu Suwardi Lasmana Club Sepakbola Gempa FC menjadi salah satu klub yang di perhitungkan di Kabupaten Kuantan Singingi. Sepakbola merupakan olahraga permainan yang sangat populer bahkan dinikmati hampir sebagian masyarakat indonesia dan dunia umumnya. Daya tarik sepakbola secara umum sebenarnya bukan di sebabkan olahraga ini mudah dimainkan atau bisa dicontohkan dan dimainkan siapa saja yang mau, tetapi di dasari oleh kenyataan bahwa

sepakbola lebih banyak menuntut keterampilan seseorang pemain dalam memainkan bola hingga mencetak gol dibandingkan jenis olahraga lainnya.

Sepakbola adalah permainan yang menantang secara fisik dan mental karena pemain harus melakukan gerakan yang terampil dan mampu menghadapi tekanan-tekanan yang terjadi dalam pertandingan dalam waktu yang terbatas, serta lawan tanding yang tangguh. Disinilah di butuhkan kelincahan pemain dan penguasaan teknik maupun taktik bermain sepakbola yang baik, sehingga akhirnya dapat memenangkan pertandingan dengan mencetak gol. Menurut (Luxbacher,2004:1) Dalam permainan sepakbola kemenangan hanya dapat diraih dengan membuat gol ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mencegah jangan sampai lawan berbuat hal yang sama terhadap gawang sendiri. Hal ini mengandung pengertian bahwa seorang pemain sepakbola harus memiliki dan menguasai teknik bermain yang baik. Untuk dapat bermain sepakbola dengan baik dibutuhkan penguasaan bermacam-macam teknik. Mutu permainan suatu kesebelasan ditentukan penguasaan teknik dasar sepakbola secara terampil.

Dengan demikian jelas bahwa untuk berprestasi optimal seseorang harus menguasai teknik dasar di dalam permainan sepakbola. Dengan menguasai teknik dasar yang baik maka seseorang dapat melakukan permainan sepakbola dengan baik. Apabila memiliki kondisi fisik yang baik maka akan lebih mudah dalam pencapaian prestasi yang maksimal, jadi salah satu faktor penentu dalam pencapaian prestasi olahraga adalah terpenuhinya faktor kondisi fisik. menurut Muhyi, Ade Rahman (2010:17) para pemain membutuhkan tujuh komponen kondisi fisik yaitu kecepatan gerak reaksi, kekuatan, daya tahan, keseimbangan, kelenturan, kelincahan, koordinasi. yang menjadi perhatian di sini adalah kelincahan seseorang dalam permainan sepakbola, karena kelincahan tentunya mempengaruhi teknik dasar permainan sepak bola itu sendiri sehingga seorang pemain sepakbola dapat menciptakan permainan yang bagus serta pencapaian prestasi yang gemilang di cabang olahraga sepakbola.

Selanjutnya diperlukan juga kelincahan, Ismaryanti (2008: 41) mengatakan kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara cepat dan tepat. Kelincahan merupakan salah satu syarat yang harus di miliki oleh seorang pemain sepakbola. Dalam permainan sepakbola setiap pemain di tuntut mampu bergerak dengan cepat kesegalah arah agar dapat melewati lawan. M. Sajoto (1995 : 9) mengatakan, Kelincahan adalah kemampuan seseorang mengubah posisi di area tertentu . seseorang yang mampu mengubah satu posisi yang berbeda dalam kecepatan tinggi dengan koordinasi yang baik berarti kelincahannya cukup tinggi. Dalam permainan sepakbola kelincahan sangat di butuhkan semua pemain sepakbola agar dapat menghindari kejaran lawan yang akan menghadang.

Harsono (2001 :21) mengatakan bahwa Kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuh. Kelincahan mempengaruhi keterampilan bermain sepakbola. Artinya, jika pemain ingin menjadi pemain yang lincah dan tangguh di lapangan hijau, maka seorang pemain harus benar-benar menguasai teknik dasar dalam bermain sepak bola yang baik dan keterampilan dasar bermain sepak bola yang baik. Harsono (2001 : 22) juga mengatakan bentuk-bentuk latihan kelincahan (agilitas) untuk mengembangkan agilitas tentunya adalah bentuk-bentuk latihan untuk mengembangkan agilitas untuk bergerak cepat dan mengubah arah dengan lincah. Dalam melakukan aktivitas tersebut juga tidak boleh kehilangan keseimbangan dan harus pula sadar akan posisi tubuhnya. Manuver-manuver

demikian sering diperlukan dalam banyak cabor, terutama dalam cabor-cabor permainan seperti voli, basket dan sepakbola.

Keterampilan dasar yang harus dikuasai seorang pemain sepakbola Danny Mielke, (2007: 1) adalah menggiring bola (*dribbling*), menghentikan bola (*traping*), mengoper bola (*passing*), menyundul bola (*heading*), menahan bola (*controlling*) dan menendang bola kearah gawang (*shooting*). Keseluruhan teknik dasar bermain sepak bola memang seyogyanya dikuasai oleh setiap pemain agar permainan yang dilakukan di lapangan meningkatkan prestasi yang lebih baik. Selanjutnya teknik yang di perlukan di dalam permainan sepak bola adalah teknik keterampilan menggiring atau *dribbling* bola. Menggiring bola (*Dribbling*) adalah salah satu bagian teknik yang penting untuk mencapai suatu prestasi. Pada saat melakukan menggiringbola, pemain dituntut untuk mampu menguasai bola dalam berbagai posisi dengan seluruh bagian tubuh, kecuali tangan. Gerakan menggiring bola dilakukan dengan sangat cepat karena pemain memiliki waktu dan ruang yang terbatas.

Seokatamsi (1992:273) menyatakan menggiring bola adalah gerakan lari menggunakan kaki mendorong bola agar terus menerus di atas tanah, menggiring bola tidak hanya membawa bola menyusur tanah lurus kedepan, melainkan menghadapi lawan yang jaraknya sangat dekat dan rapat. Hal ini menuntut seorang pemain untuk memiliki keterampilan menggiring bola (*dribbling*) yang baik. Sangat penting bagi seorang pemain untuk meningkatkan keterampilan yang diperlukan dalam menggiring bola. Pengolahan menggiring memungkinkan seseorang pemain menciptakan ruang, mempertahankan penguasaan bola, melewati pemain belakang lawan.

Kelincahan mempengaruhi keterampilan dalam bermain sepakbola. Artinya, jika pemain ingin menjadi pemain yang lincah dan tangguh di lapangan hijau, maka seorang pemain harus benar-benar menguasai teknik dasar dalam bermain sepakbola yang baik dan keterampilan dasar bermain sepakbola yang baik. Pengembangan kualitas teknik bermain sepakbola mengacu pada tingkat teknik dasar pada awalnya. Karena itu penguasaan teknik dasar dalam bermain sepakbola mestinya sudah sejak dini mendapatkan perhatian dari pembina maupun pelatih sepakbola.

Keterampilan bermain sepakbola yang baik jelas dipengaruhi oleh kelincahan yang telah terpupuk melalui berbagai latihan sehingga permainan sepak bola menjadi lebih asyik dan indah. Artinya setiap pemain seharusnya mampu dan terampil dalam memainkan bola dengan penuh kelincahan dan aksi individu yang indah baik ketika mengoper bola, menggiring bola, menyundul bola, dan memasukkan bola ke gawang lawan. Dalam permainan sepakbola setiap pemain harus bisa menggiring bola dengan baik dan benar agar dapat menguasai bola dengan baik pada setiap langkah dan usahakan bola tetap dalam penguasaan kawan dan berusaha agar bola tidak di rebut oleh lawan. Selanjutnya bola di bawah kedaerah lawan dengan cara menggiring bola serta memiliki kecepatan yang maksimal dalam menekan kedaerah lawan untuk memasukan bola ke gawang lawan sebanyak banyaknya dengan tujuan untuk memenangkan tim.

Berdasarkan pengamatan dan observasi peneliti di lapangan pada *club* sepakbola Gempa FC Kecamatan Pangean, pada saat sesi latihan, turnamen Andi Cup dan Ajang turnamen kampung yang ada di Kabupaten Kuantan Singgingi terdapat beberapa masalah yang ditemukan seperti saat melakukan menggiring bola yaitu bola sering lepas kontrol dari penguasaan, sulit dalam menerobos pertahanan lawan, kehilangannya keseimbangan dalam menggiring, sering kehilangan bola saat merubah arah, kurangnya koordinasi gerak pada saat menggiring bola ke area lawan. Permasalahan ini terlihat dari babak pertama hingga selesai pertandingan, baik pemain tengah, penyerang dan

pemain bertahan. Permasalahan ini diduga karena elemen kondisi fisik yang berhubungan dengan menggiring bola yaitu kelincahan dalam menggiring bola dalam permainan sepakbola sesuai dengan teori Harsono, (2001 :22).

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan judul :“ **Hubungan Kelincahan dengan Keterampilan *Dribbling Club* Sepakbola Gempa Fc Kecamatan Pangean Kabupaten Kuantan Singingi**”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian korelasi dengan melibatkan hubungan kelincahan dengan keterampilan *dribbling* pada *club* sepakbola Gempa FC Kecamatan Pangean Kabupaten Kuantan Singingi. Adapun variabel bebas adalah kelincahan dan variabel terikat adalah keterampilan *dribbling* pada *club* sepakbola Gempa FC Kecamatan Pangean Kabupaten Kuantan Singingi. Sesuai dengan jenis penelitian ini maka penelitian korelasi (*correlation research*) yaitu untuk menemukan ada tidaknya hubungan dan apabila ada, berapa eratnya hubungan serta berarti atau tidaknya hubungan itu (Arikunto, 2006:270). Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan atlet sepakbola Gempa FC Kecamatan Pangean Kabupaten Kuantan Singingi sebanyak 18 orang. Mengingat jumlah sampel yang sedikit yaitu kurang dari 30 orang maka dalam penelitian ini peneliti menggunakan sampling yaitu seluruh atlet sepakbola Gempa FC Kecamatan Pangean Kabupaten Kuantan Singingi. Instrumen penelitian yang di gunakan dalam penelitian ini adalah : untuk mengukur kelincahan di gunakan tes *Dogging Run* (Ismaryati, 2008:43), dan untuk mengukur keterampilan menggiring bola di gunakan Tes keterampilan menggiring bola (Nurhasan, 2001:160). Rancangan yang di gunakan dalam penelitian ini adalah *korelation product moment*. Berdasarkan pada hipotesis yang diajukan, analisis data yang dilakukan dengan menggunakan statistik analisis *Korelasional Product Moment*. Analisis korelasi digunakan untuk membuktikan penelitian yang diajukan ada atau tidaknya hubungan antara kelincahan dan keterampilan *dribbling* pada *club* sepakbola Gempa FC Kecamatan Pangean Kabupaten Kuantan Singingi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data yang diperoleh sebagai hasil penelitian adalah data kualitatif melalui serangkaian tes dan pengukuran terhadap 18 sampel yang merupakan atlet sepakbola Gempa FC Kecamatan Pangean Kabupaten Kuantan Singingi. Variabel-variabel yang ada pada penelitian ini yaitu kelincahan dilambangkan dengan X sebagai variabel bebas, dan keterampilan menggiring bola dilambangkan dengan Y sebagai variabel terikat.

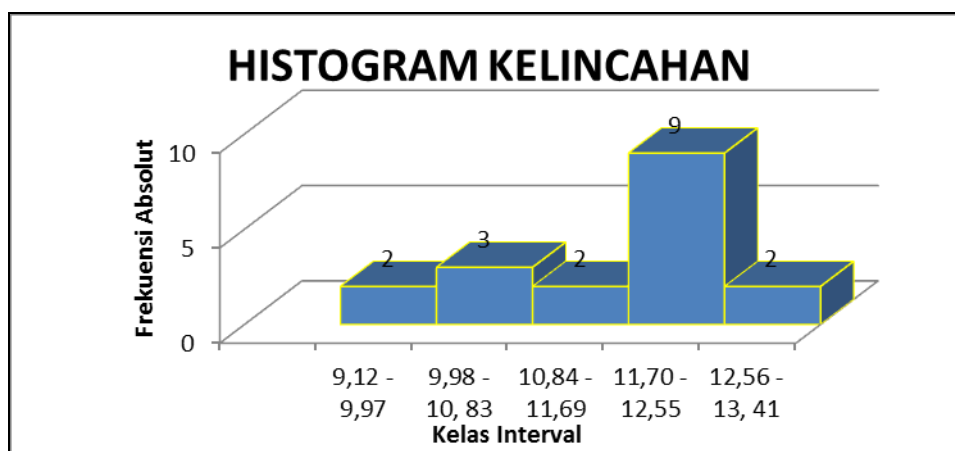
1. Kelincahan

Pengukuran kelincahan dilakukan dengan tes *dongging run* terhadap 18 orang sampel, didapat skor tercepat 9,12 detik, skor terlambat 13,38 detik, rata-rata (mean) 11,20 detik, simpangan baku (standar deviasi) 1,03, dari data hasil tes ini dapat dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Variabel Kelincahan(X)

No	Kelas interval	Frekuensi absolute (Fa)	Frekuensi relative (Fr)
1	9,12 – 9,97	2	11
2	9,98 – 10,83	3	17
3	10,84 – 11,69	2	11
4	11,70 – 12,55	9	50
5	12,56 – 13,41	2	11
		18	100%

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 18 sampel, ternyata ada 2orang sampel (11%) memiliki hasil kelincahan dengan rentangan nilai 9,12-9,97, kemudian ada 3 orang sampel (17%) memiliki hasil kelincahan dengan rentangan nilai 9,98-10,83, selanjutnya ada 2 orang sampel (11%) memiliki hasil kelincahan dengan rentangan nilai10,84-11,69, sedangkan 9 orang sampel (50%) memiliki hasil kelincahan dengan rentangan nilai 11,70-12,55, dan 2 orangsampel (11%) memiliki hasil kelincahan dengan rentangan nilai 12,56-13,41, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram:



Gambar 5. Histogram Kelincahan

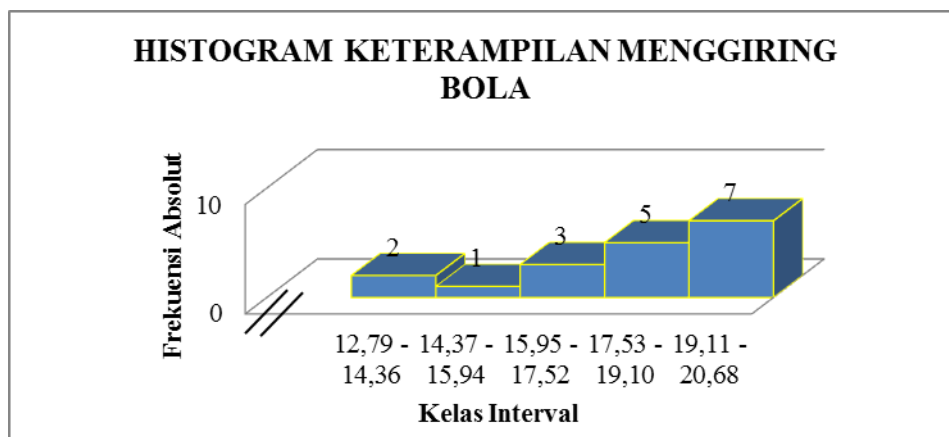
2. Keterampilan Menggiring Bola

Pengukuran keterampilan menggiring bola dilakukan dengan menggunakan stop wath terhadap 18orang sampel, didapat skor tercepat 16,73 detik, skor terlambat 20,90 detik, rata-rata (mean) 15,13 detik, simpangan baku (standar deviasi) 1,76, dari data hasil tes ini dapat dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 5.Distribusi Frekuensi Variabel Keterampilan Menggiring Bola (Y)

No	Kelas interval	Frekuensi absolute (Fa)	Frekuensi relative (Fr)
1	12,79-14 ,36	2	11 %
2	14,37-15,94	1	5 %
3	15,95-17,52	3	17 %
4	17,53-19, 10	5	28 %
5	19,11-20,68	7	39 %
		18	100%

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 18 sampel, ternyata 2 orang sampel (11%) memiliki hasil keterampilan menggiring bola dengan rentangan nilai 12,79-14,36, kemudian 1 orang sampel (5%) memiliki hasil keterampilan menggiring bola dengan rentangan nilai 14,37-15,94, selanjutnya 3 orang sampel (17%) memiliki hasil keterampilan menggiring bola dengan rentangan nilai 15,95-17,52, sedangkan 5 orang sampel (28%) memiliki hasil keterampilan menggiring bola dengan rentangan nilai 17,53-19,10, dan 7 orang sampel (39%) memiliki hasil keterampilan menggiring bola dengan rentangan nilai 19,11-20,68, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram berikut.



Gambar 6. Histogram Keterampilan Menggiring Bola

B. Pengujian Persyaratan Analisis

1. Uji Normalitas Data

Analisis uji normalitas data dilakukan dengan uji lilliefors. Hasil analisis uji normalitas masing-masing variabel di sajikan dalam bentuk tabel di bawah ini, dan perhitungan lengkapnya dapat dilihat pada lampiran.

Tabel 6. Uji normalitas data dengan uji lilliefors

No	Variabel	Lo	Lt	Keterangan
1	Kelincahan	0,1176	0,200	Normal
2	Menggiring bola	0,1943	0,200	Normal

Pada tabel di atas dapat dilihat bahwa hasil Lo variabel keterampilan menggiring bola dan kelincahan lebih kecil dari Lt, maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

2. Perhitungan Koefisien Korelasi Sederhana

Hasil perhitungan koefisien korelasi sederhana dapat dilihat dari Hasil hitung koefisien korelasi nilai X terhadap Y adalah 0,639

C. Pengujian Hipotesis

1. Penguji Hipotesis

Pengujian hipotesis pertama yaitu terdapat hubungan antara kelincahan dengan hasil keterampilan menggiring bola. Berdasarkan analisis dilakukan, maka didapat rata-rata keterampilan menggiring bola sebesar 18,09 detik, dengan simpangan baku 2,37. Untuk skor rata-rata kelincahan didapat 11,20 detik dengan simpangan baku 1,03. Dari keterangan di atas diperoleh analisis korelasi antara kelincahan dan keterampilan menggiring bola, dimana r_{tab} pada taraf signifikan $\alpha (0,05) = 0,482$ berarti $r_{hitung}(0,639) > r_{tab} (0,482)$, artinya hipotesis diterima dan terdapat hubungan yang berarti antara kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola pada *club* sepakbola Gempa Fc Kecamatan Pangean Kabupaten Kuantan Singingi. Untuk lebih jelasnya bisa dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel7. Analisis Korelasi Antara Kelincahan Dengan Keterampilan Menggiring Bola(X-Y)

dk (N-1)	r_{hitung}	r_{tabel} $\alpha = 0.05$	Kesimpulan
17	0,639	0,482	Ha diterima

Ket: dk = derajat kebebasan

Hasil analisis korelasi menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$.

PEMBAHASAN

1. Kelincahan

Dalam permainan sepakbola kondisi kelincahan diperlukan untuk mengontrol bola, mendribble bola, saat melewati lawan dan berbalik dalam waktu yang singkat untuk mengatasi rampasan bola dari lawan. Pemain sepakbola yang memiliki kelincahan baik cenderung memiliki koordinasi gerakan yang lancar, karena koordinasi merupakan kerjasama antara system syaraf pusat dan otot-otot yang dipergunakan dalam melakukan gerakan. Dalam permainan sepakbola akan kelihatan koordinasi gerakan yang baik, jika seorang pemain dapat bergerak ke arah bola yang datang sambil melakukan gerakan menahan bola, menendang dan merubah arah sesuai dengan keinginan saat bermain.

Dari hasil analisis yang sudah ditemukan maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada club sepakbola Gempa Fc Kecamatan Pangean Kabupaten Kuantan Singingi. Tingkat kelincahan yang dimiliki pemain tentu akan lebih baik apabila tidak mengabaikan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi keterampilan menggiring bola.

Berdasarkan hasil yang diperoleh setelah data di analisis dari kemampuan pemain, jelas lah bahwa dengan memperbaiki kemampuan kondisi fisik seperti kelincahan maka secara tidak langsung juga akan menambah keterampilan menggiring bola pemain. Hal ini terbukti dari hubungan yang diberikan oleh kelincahan untuk menunjang keterampilan menggiring. Walaupun masih banyak faktor penentu untuk meningkatkan keterampilan menggiring bola.

2. Kelincahan dengan Hasil Keterampilan Menggiring Bola

Salah satu teknik yang di perlukan di dalam permainan sepakbola adalah teknik menggiring atau menggiring bola. Menggiring bola adalah salah satu bagian teknik yang penting untuk mencapai suatu prestasi, pada saat menggiring bola pemain dituntut untuk menguasai bola dalam berbagai posisi dengan seluruh bagian tubuh kecuali tangan, gerakan menggiring bola dilakukan dengan sangat cepat karena pemain memiliki waktu

dan ruang yang terbatas. Menggiring bola tidak hanya membawa bola menyusur tanah lurus ke depan, melainkan menghadapi lawan yang jaraknya sangat dekat dan rapat, hal ini menuntut seorang pemain memiliki keterampilan menggiring bola yang baik. Soedjono (1985) Lebih lanjut menjelaskan menggiring bola adalah membawa bola dengan kaki dengan tujuan melewati lawan, di samping tujuan tersebut menggiring bola juga berguna untuk mencari kesempatan memberikan umpan kepada kawan (Aang Witarsa, 1979)

Beberapa faktor yang sangat menentukan keterampilan mendribel bola yaitu kecepatan, daya tahan, kelincahan, kelentukan, koordinasi gerak, mental pemain, program latihan, sarana prasarana. Diduga faktor yang paling mempengaruhi keterampilan menggiring bola adalah kelincahan dan kelentukan. Dari hasil analisis yang sudah ditemukan maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada club sepakbola Gempa Fc Kecamatan Pangean Kabupaten Kuantan Singingi. Tingkat kelincahan yang dimiliki pemain tentu akan lebih baik apabila tidak mengabaikan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi keterampilan menggiring bola.

Artinya semua yang dapat meningkatkan keterampilan menggiring bola, seperti kelincahan. Akan tetapi peneliti hanya menghubungkan bentuk kondisi fisik itu saja. Sebenarnya masih banyak yang dapat meningkatkan keterampilan menggiring bola seperti kelentukan.

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Kesimpulan

Berdasarkan pengolahan dan analisis data dengan memakai prosedur statistik penelitian terhadap 18 sampel, variabel-variabel yang ada dalam penelitian ini yaitu kelincahan (X) sebagai variabel bebas sedangkan keterampilan menggiring bola (Dribbling) sebagai variabel terikat, maka dapat disimpulkan bahwa hubungan variabel X terhadap variabel Y diperoleh koefisien korelasi sebesar $r_{hitung} = (0,639) > r_{tab} = (0,482)$ pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$. Dengan kata lain terdapat hubungan yang berarti antara kelincahan (X) dengan keterampilan menggiring bola (Y). Dengan demikian dapat dikatakan H_a diterima dan H_o ditolak.

Sehingga terdapat Hubungan yang berarti antara Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring bola (Dribbling) pada Club Sepakbola Gempa Fc Kecamatan Pangean Kabupaten Kuantan Singingi.

Rekomendasi

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti dapat memberikan rekomendasi kepada:

1. Pelatih/guru dapat memperhatikan kelincahan untuk menghasilkan keterampilan menggiring bola yang baik bagi pada club sepakbola Gempa Fc Kecamatan Pangean Kabupaten Kuantan Singingi.
2. Pelatih/guru dapat mengarahkan latihan yang dapat mempengaruhi keterampilan menggiring bola.

3. Atlet/pemain agar dapat memperhatikan dan menerapkan latihan kelincahan untuk menunjang keterampilan menggiring bola.
4. Bagi para peneliti disarankan untuk dapat mengkaji faktor-faktor lain yang berhubungan dengan keterampilan menggiring bola.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. PT Rineka Cipta. Jakarta.
- Depdiknas, 2000. *Pedoman dan modul pelatihan olahraga bagi pelatih olahragawan pelajar*. Jakarta. Departemen pendidikan nasional
- Harsono. 2001. *Latihan Kondisi Fisik*. CV. Tambak Kusuma Pendidikan (LPP). Jakarta
- Irawadi, Drs. Hendri, M.Pd. 2014. *kodisi fisik dan pengukurannya*. UNP Press
- Ismaryati. 2008. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. UNS Press. Lembaga Pengembangan. Surakarta
- Kokasih Engkos. 1993. *Olahraga teknik dan program latihan*. Akademika Pressindo. Jakarta.
- Koger, R., 2007. *Latihan Dasar Handal Sepak Bola Remaja*. PT. Sakra Mitra. Klaten
- Luxbacher A.J., Edisi Kedua 2004. *Sepak Bola*. PT. Raja Grafindo Persada. Jakarta
- Millius Ma'u, S.H. & J. Santoso. 2014. *teknik dasar bermain sepak bola*. Cakrawala. Yogyakarta
- Mielke, Danny., 2007. *Dasar-Dasar Sepak Bola*. Intan Sejati. Bandung
- Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukurandalam pendidikan jasmani*. Direktorat jenderal olahraga, Depdiknas. Jakarta
- Ritonga, Zulfan. 2007. *Statistik Untuk Ilmu-Ilmu Sosial*. Cendikia Insani. Pekanbaru
- Sajoto, M., 1995. *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik*. Dahara Prize. Semarang:
- Seokatamsi. 1992. *Pernainan Bola Besar 1 (Sepak Bola)*. Depdiknas: Jakarta