



**HUBUNGAN KELINCAHAN DENGAN *DRIBBLING* SEPAKBOLA
PADA TIM SMA 2 RAMBAH HILIR
KABUPATEN ROKAN HULU**

JURNAL

Oleh

**ASRI
1405166563**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS RIAU
2016**

AGILITY CORELATION WITH SOCCER DRIBBLING IN TEAM SMAN 2 RAMBAH HILIR ROKAN HULU DISTRICT

Asri¹, Drs. Slamet., M.Kes AIFO², Ni Putu Nita Wijayanti., S.Pd., M.Pd³
asri.aja#@yahoo.com¹ slamet.kepelatihan@yahoo.com², nitawijayanti87@yahoo.com³

**PHYSICAL EDUCATION HEALT AND RECREATION
TEACHERS TRAINING AND EDUCATION FACULTY
RIAU UNIVERSITY**

Abstract: Based on the researcher's observation on Football Team Of SMAN 2 Rambah Hilir Rokan Hulu District. Researcher found many student have deficiency of dribbling. Students often lose the ball, control of the ball was not good, stiil rigidity of movement in dribbling. The purpose of this research is to see how much the contrubution of the agility with dribbling of football team SMAN 2 Rambah Hilir Rokan Hulu Dsitric . Population in this research is all students in Football Team of SMAN 2 Rambah amount 25 people. Based on population that is not so large and within the limits the researchers set the whole population is used as a sample. The research sample as many as 25 people. Research instrument used dogging run test to agility and soccer dribbling test. Data were analyzed by product moment correlation. Based on research results, it can be concluded as follows : that is significant corelation between agility (X) with soccer dribbling (Y) , which shows correlation $r_{hitung} = 0,840 > r_{tabel} = 0,404$.

Key word: *Agility, Dribbling.*

HUBUNGAN KELINCAHAN DENGAN *DRIBBLING* SEPAKBOLA PADA TIM SMA 2 RAMBAH HILIR KAB ROHUL

Asri¹, Drs. Slamet., M.Kes AIFO², Ni Putu Nita Wijayanti., S.Pd., M.Pd³
asri.aja@yahoo.com¹ slamet.kepelatihan@yahoo.com² nitawijayanti87@yahoo.com³

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS RIAU

Abstrak: Berdasarkan observasi atau pengamatan secara langsung pada tim sepakbola SMA 2 Rambah Kab.Rohul, peneliti jumpai banyak siswa memiliki kekurangan dalam gerakan menggiring bola. sering kali siswa mudah kehilangan bola, penguasaan bola yang tidak baik, masih kakunya gerakan dalam menggiring bola. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk melihat seberapa besar Hubungan Kelincahan Dengan Keterampilan *Dribbling* Tim Sepakbola SMAN 2 Rambah Hilir Kabupaten Rokan Hulu. Populasi dalam penelitian ini adalah Seluruh tim sepakbola SMA 2 Rambah yang berjumlah 25 orang. Melihat populasi tidak begitu besar dan dalam batas kemampuan maka peneliti menetapkan seluruh populasi dijadikan sampel (*total sampling*). Dengan demikian sampel yang diteliti adalah tim sepakbola SMA 2 sebanyak 25 orang. Instrumen penelitian yang digunakan tes *dogging Run* untuk kelincahan dan tes menggiring bola. Data yang diperoleh di analisis dengan korelasi product moment,. Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan (X) dengan *dribbling* (Y) SMAN 2 Rambah Hilir Kabupaten Rokan Hulu, yang diperoleh $r_{hitung} = 0,840 > r_{tabel} = 0,404$.

Kata kunci: Kelincahan, *Dribbling*

PENDAHULUAN

Sepakbola merupakan salah satu olahraga permainan yang saat ini sangat populer di lingkungan masyarakat Indonesia. Hal ini disebabkan karena banyaknya kompetisi ataupun liga – liga, baik yang bersifat antar klub, sekolah, mahasiswa, nasional, Asia dan Internasional yang di laksanakan oleh organisasi masyarakat, mahasiswa dan induk organisasi dari masing – masing kometisi tersebut.

Darwis (1999) menjelaskan bahwa “ teknik dasar dalam sepakbola terdiri dari menendang, *Dribbling*, *heading*, melempar bola dan teknik penjaga gawang”. Berorientasi pada berbagai macam teknik dasar sepakbola, *dribbling* adalah salah satu teknik yang sangat penting dalam sepakbola. Danny Mielke (2007:1), mengemukakan “ *dribbling* di definisikan sebagai penguasaan bola dengan kaki saat bergerak di lapangan permainan”.

Untuk mendapatkan prestasi sepakbola yang baik, di samping usaha pembinaan yang teratur, terarah dan kontinu, hendaknya pembinaan tersebut diarahkan kepada pembinaan kondisi fisik, teknik, taktik dan mental. Sebab ke empat faktor ini lah modal untuk meraih prestasi. Keempat faktor tersebut merupakan suatu kesatuan yang saling terkait satu dengan lainnya dan tidak dapat di pisahkan.

Tanpa kondisi fisik yang baik tidak mungkin seseorang mampu menguasai teknik cabang olahraga”(Djezet,1984). Di samping itu latihan teknik juga memperbaiki kualitas kondisi fisik. Kondisi fisik dan teknik merupakan keterampilan yang sangat di butuhkan untuk taktik, taktik sulit di realisasikan bila belum memiliki kondisi fisik dan teknik yang baik. Selain itu, taktik juga membutuhkan mental yang baik, karena mental mempengaruhi taktik baik individual maupun kelompok.(Syafuruddin, 1999 : 25).

Berdasarkan uraian – uraian di atas dapat dikatakan bahwa faktor kondisi fisik, teknik, taktik dan mental memegang peranan penting dalam mencapai prestasi yang diinginkan. Bila salah satu unsur belum memiliki atau dikuasai, maka prestasi terbaik tidak akan tercapai. Cabang sepakbola memerlukan kondisi fisik yang baik untuk dikembangkan bagi atlet seperti yang dijelaskan Syafruddin (1999:36), komponen kondisi fisik tersebut seperti ”daya tahan (*endurance*), kekuatan (*strength*), daya ledak (*power*), kecepatan (*speed*), kelentukan (*flekibility*), kelincahan (*agility*), keseimbangan (*balance*) dan koordinasi (*coordination*)”. Berdasarkan kutipan dan penjelasan mengenai komponen kondisi fisik yang dikemukakan oleh Syafruddin di atas, maka peneliti dapat menjelaskan bahwa kondisi fisik merupakan unsur penting dalam cabang sepakbola.

Kelincahan pada saat mendribbling bola sangat dibutuhkan karena dengan adanya kelincahan yang baik maka seorang pemain dapat merubah arah dan posisi yang dikehendaki dengan cepat dan tepat sesuai dengan kondisi yang sedang dihadapi pada saat permainan. Kelentukan seseorang pada saat mendribbling bola juga sangat dibutuhkan karena dengan mempunyai kelentukan yang baik maka dapat melakukan suatu gerakan mendribbling bola dengan semaksimal mungkin. Pada saat melakukan dribbling dalam sepakbola kekuatan sangat dibutuhkan karena dengan adanya kekuatan yang baik maka pemain akan dengan mudah mendribbel bola dengan semaksimal mungkin.

Pada saat melakukan *dribbling* keseimbangan sangat dibutuhkan, karena dengan mempunyai keseimbangan yang baik maka pada saat melakukan dribbling seorang pemain tidak mudah kehilangan bola pada saat di ganggu pemain lawan. Dalam *dribbling* juga dibutuhkan kecepatan yang baik, karena dengan mempunyai kecepatan yang baik maka pada saat melakukan *dribbling* akan lebih mudah melakukan *dribbling* dengan cepat dari satu tempat dan tepat. Selain itu koordinasi dalam pelaksanaan *dribbling* juga perlu ini dikarenakan dengan mempunyai koordinasi yang baik maka seorang pemain akan mudah melakukan *dribbling* pada situasi apapun.

Keterampilan menguasai bola merupakan keterampilan seorang pemain dalam melakukan teknik–teknik dasar sepakbola salah satunya adalah menggiring bola (*dribbling*). Dribbling berguna dalam mengadakan serangan balik, menarik perhatian lawan, memindahkan daerah permainan, melewati lawan, memancing lawan untuk mendekati bola hingga daerah penyerangan terbuka, untuk memperlambat tempo permainan dan memberikan kesempatan kepada teman untuk mencetak gol ke gawang lawan.

Dalam kenyataannya dapat dilihat dari pemain kelas dunia yang bermain di liga–liga besar dunia, Piala Eropa, Piala Dunia. Dengan melakukan dribbling yang sempurna, mereka mampu melewati empat sampai lima pemain lawan. Proses ini dilakukan dari lapangan tengah dan hal ini bagi seorang pesepakbola sangatlah mustahil dilakukan bagi pemain yang tidak memiliki kelincahan dan kelentukan serta penguasaan bola yang sempurna, sehingga membuat para pemain lawan sulit membaca pergerakannya dan sulit merebut bola dari kakinya.

Dalam mencapai keberhasilan dalam cabang sepakbola, banyak faktor yang mempengaruhi dalam permainan sepakbola seperti yang dikutip dari

penjelasan Syafruddin mengenai kondisi fisik, seperti daya tahan (*endurance*), kekuatan (*strength*), daya ledak (*power*), kecepatan (*speed*), kelentukan (*flekibility*), kelincahan (*agility*), keseimbangan (*balance*) dan koordinasi (*coordination*), (Sajoto 1995:8).

Berdasarkan kutipan dan penjelasan mengenai komponen kondisi fisik yang di kemukakan sebelumnya, maka peneliti menduga bahwa kondisi fisik merupakan unsur penting dalam cabang olahraga sepakbola untuk mendapatkan keterampilan *dribbling* yang baik. Hal ini sangat bertolak belakang dari Pada Siswa Sepakbola tim SMAN 2 Rambah Hilir Kab Rohul yang mengikuti ekstrakurikuler pada cabang sepakbola saat melakukan *dribbling* sangat jauh dari yang di harapkan. Hal ini terlihat dari kurangnya kelincahansaat mendribel bola.

Berdasarkan pengamatan penulis ketika melihat latihan tim SMAN 2 Rambah Hilir Kab Rohul, banyak siswa memiliki kekurangan dalam gerakan menggiring bola. Penulis melihat sering kali siswa mudah kehilangan bola, penguasaan bola yang tidak baik, masih kakunya gerakan dalam menggiring bola. Maka dari itu penulis menarik sebuah judul yaitu Hubungan Kelincahan Dengan Keterampilan *Dribbling* Sepakbola Pada tim SMAN 2 Rambah Hilir Kab Rohul

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini bertempat di Lapangan Sepakbola tim SMAN 2 Rambah Hilir Kab Rohul. Waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 25 April 2016. Populasi dalam penelitian ini adalah tim Sepakbola SMAN 2 Rambah Hilir Kab Rohul sepakbola berjumlah 25 orang. Adapun Teknik sampel yang dipergunakan adalah *total sampling* Menurut Sugiyono (2013:85) *total sampling* adalah teknik penentuan sampel dimana keseluruhan populasi dijadikan sampel. Maka sampel dalam penelitian ini adalah tim sepakbola SMAN 2 Rambah Hilir Kab. Rohul yang berjumlah 25 orang.

Penelitian ini adalah merupakan penelitian korelasional dengan membandingkan hasil pengukuran dua variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel ini (Arikunto, 2006:273). Sebagai variabel bebas (X) adalah kelincahan sedangkan variabel terikat (Y) adalah *dribbling*. Instrumen dalam penelitian ini berupa tes diantaranya: Tes Kelincahan dengan menggunakan *dodging run* dan tes *dribbling* dengan menggiring bola.

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data

Dari hasil pengukuran kelincahan (X) dengan *dribbling* (Y) sebagai variabel terikat. Selanjutnya akan diuraikan hasil penelitian sebagai berikut.

1. Kelincahan

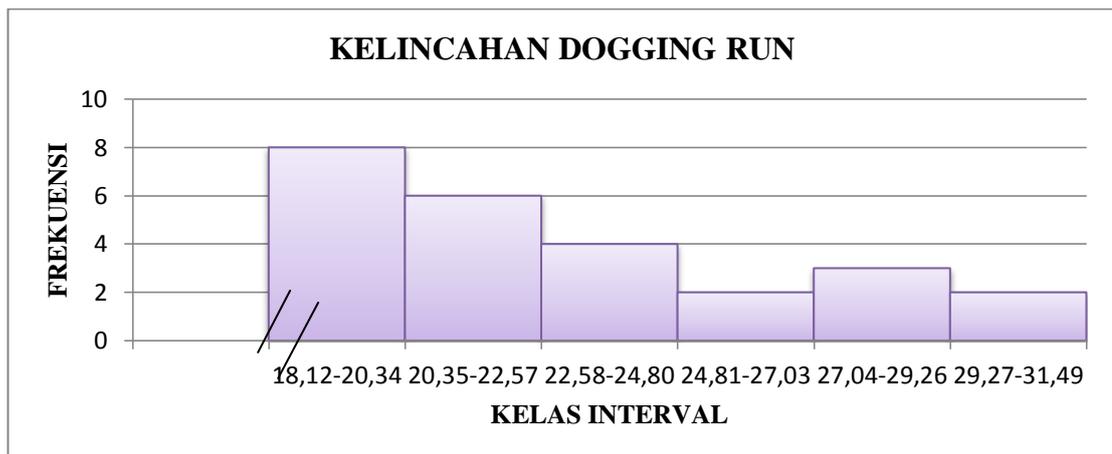
Dari hasil pengukuran kelincahan yang dilakukan terhadap 25 orang Siswa Ektrakurikuler Sepakbola SDN 020 Rambah Hilir Kab Rohul, skor yang diambil 3 kali pengulangan yang tertinggi angkanya dalam

skor tertinggi 18,12 dan skor terendah 30,62, berdasarkan data kelompok tersebut rata-rata hitung (mean) 22,86 dan simpangan baku (standar deviasi) 3,69. Selanjutnya distribusi kategori kelincahan Pada Siswa Ektrakurikuler Sepakbola SDN 020 Rambah Hilir Kab Rohul dilihat pada table di bawah ini;

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kategori Kelincahan

Kelas Interval	Fa	Fr %
18,12-20,34	8	32
20,35-22,57	6	24
22,58-24,80	4	16
24,81-27,03	2	8
27,04-29,26	3	12
29,27-31,49	2	8
Jumlah	25	100

Pada tabel di atas dapat terlihat bahwa dari 25 orang Siswa Ektrakurikuler Sepakbola SDN 020 Rambah Hilir Kab Rohul sebanyak 8 orang siswa (32%) memiliki kategori nilai 18,12-20,34 dan 6 orang siswa (24%) memiliki kategori nilai 20,35-22,57 dan 4 orang siswa (16%) memiliki kategori nilai 22,58-24,80 dan masing-masing 2 orang siswa (8%) memiliki kategori nilai 24,81-27,03 dan 29,27-31,49, dan 3 orang siswa (12%) memiliki kategori nilai 27,04-29,26. Untuk lebih jelasnya lagi dapat dilihat pada grafik berikut:



Gambar 1. Histogram Distribusi Skor Variabel Kelincahan

2. Kemampuan *dribbling*

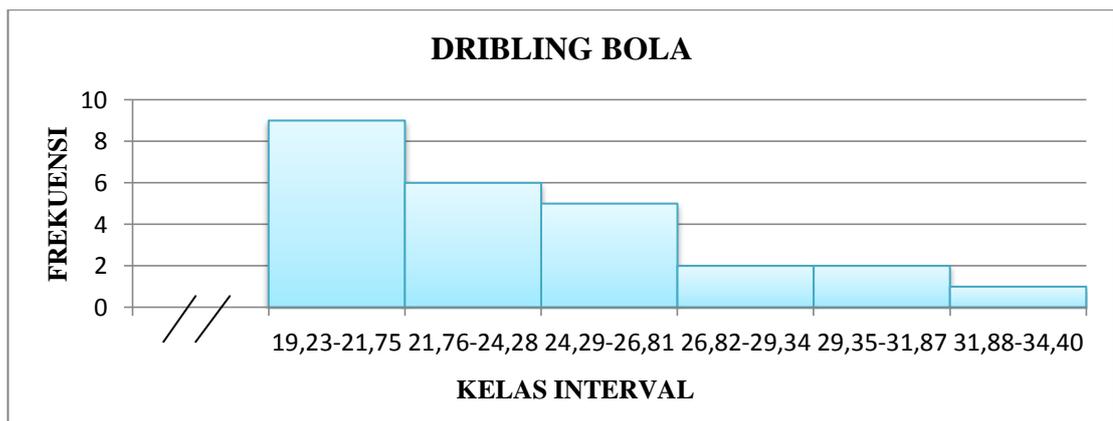
Dari hasil pengukuran *dribbling* yang dilakukan terhadap 25 orang Siswa Ektrakurikuler Sepakbola SDN 020 Rambah Hilir Kab Rohul, skor yang diambil

3 kali pengulangan dengan skor tertinggi 19,24 dan skor terendah 33,42, berdasarkan data kelompok tersebut rata-rata hitung (mean) 23,79 dan simpangan baku (standar deviasi) 3.82. Selanjutnya distribusi kategori *dribbling* Siswa Ektrakurikuler Sepakbola SDN 020 Rambah Hilir Kab Rohul dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kategori *dribbling*

Kelas Interval	Fa	Fr %
19,23-21,75	9	36
21,76-24,28	6	24
24,29-26,81	5	20
26,82-29,34	2	8
29,35-31,87	2	8
31,88-34,40	1	4
Jumlah	25	100

Pada tabel di atas dapat terlihat bahwa dari 25 orang siswa Ektrakurikuler Sepakbola SDN 020 Rambah Hilir Kab Rohul, 9 orang siswa (36%) memiliki kategori nilai 19,23-21,75, dan 6 orang siswa (24%) memiliki kategori nilai 21,76-24,28, dan 5 orang siswa (20%) memiliki kategori nilai 24,29-26,81, dan masing-masing 2 orang siswa (8%) memiliki kategori nilai 26,28-29,34 dan 29,31-31,87, dan 1 orang siswa (4%) memiliki kategori nilai 31,88-34,40 untuk kelas interval 24.30-26.60. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram berikut:



Gambar 2. Histogram Distribusi Skor Variabel *dribbling*

B. Uji Persyaratan Analisis dengan Uji Normalitas Data

Sebelum melakukan pengujian terhadap hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, maka terlebih dahulu dilakukan uji persyaratan analisis data, yaitu uji normalitas data.

Hasil uji normalitas data masing-masing variabel disajikan dalam tabel dibawah ini.

Tabel 3. Uji Normalitas Data

No.	Variabel	Lo	Lt (0,05)	Keterangan
1	Kelincahan (X)	0.160	0.173	Normal
2	<i>dribbling</i> (Y)	0.135	0.173	Normal

Tabel di atas menunjukkan bahwa hasil pengujian untuk kelincahan (X) skor Lo = 0,160 dengan n = 25 sedangkan Lt = pada taraf pengujian signifikan $\alpha = 0,05$ diperoleh 0,173 yang lebih besar dari Lo sehingga dapat disimpulkan bahwa skor yang diperoleh dari kelincahan populasi berdistribusi normal. Kemudian pengujian kemampuan *dribbling* (Y) skor Lo = 0.135 dengan n = 25 sedangkan Lt = pada taraf pengujian signifikan $\alpha = 0,05$ diperoleh 0,173 yang lebih besar dari Lo sehingga dapat disimpulkan bahwa skor yang diperoleh dari *dribbling* populasi berdistribusi normal.

C. Uji Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang berarti antara kelincahan dengan *dribblingsiswa* Ektrakurikuler Sepakbola SDN 020 Rambah Hilir Kab Rohul. Berdasarkan analisis data didapat $r_{hitung} = 0,840$. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat rangkuman analisis.

Tabel 4. Rangkuman Hasil Analisis Kelincahan dengan *dribbling*

Variabel	r_{hitung}	r_{tabel}	Kesimpulan
X dan Y	0,840	0,404	Hubungan

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa r_{hitung} lebih besar daripada r_{tabel} , dimana $r_{hitung} = 0.840 > r_{tabel} = 0,404$ berarti terdapat hubungan antara kelincahan dengan *dribbling*. untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada lampiran.

D. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis yang dikemukakan di atas ternyata hipotesis alternatif yang diajukan diterima kebenarannya, selanjutnya akan dikemukakan pembahasan yang lebih rinci sehubungan dengan diterimanya hipotesis tersebut. Penelitian yang telah dilakukan di peroleh hubungan Kelincahan dengan kemampuan *dribblingsiswa* Ektrakurikuler Sepakbola SDN 020 Rambah Hilir Kab Rohul Hal ini terbukti dari analisis yang sudah di peroleh. Di mana hasil pengujian hipotesis antara kelincahan (X) dengan *dribbling* (Y) terdapat hubungan $r_{xy} = 0,840$.

Melihat dari hasil penelitian tersebut, maka untuk meningkatkan *dribbling* dalam olahraga sepakbola, siswa perlu meningkatkan kelincahan sesuai dengan tingkat hubungannya. Dari pengujian hipotesisi ternyata

menunjukkan hasil adanya hubungan yang terjadi pada kelincahan dengan *dribbling*. Dari pengujian hasil hipotesis, menunjukkan adanya hubungan kelincahan dengan *dribbling*, hal ini menggambarkan bahwa *dribbling* dipengaruhi oleh beberapa faktor yang salah satunya adalah kelincahan yang dibutuhkan untuk mendukung saat melakukan *dribbling* tersebut tanpa mengabaikan faktor-faktor yang lain. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dengan memiliki kelincahan yang baik dapat memberikan hasil yang lebih maksimal pada *dribbling*.

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan pada bab terdahulu dapat dikemukakan kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan (X) dengan *dribbling* (Y) siswa Ektrakurikuler Sepakbola SDN 020 Rambah Hilir Kab Rohul, yang diperoleh $r_{hitung} = 0,840 > r_{tabel} = 0,404$.

Rekomendasi

Berdasarkan pada kesimpulan di atas maka penulis dapat memberikan saran-saran yang dapat membantu mengatasi masalah yang ditemui dalam pelaksanaan *dribbling* dalam olahraga sepakbola yaitu:

1. Berdasarkan pada hasil penelitian ini, maka disarankan kepada para pelatih serta para pembina olahraga sepakbola, untuk memperhatikan unsur-unsur gerak seperti kelincahan dalam meningkatkan *dribbling*.
2. Setiap pelaksanaan pengetesan yang mempergunakan alat tes perlu memperlihatkan prosedur pemakaian alat tes agar tidak terjadi kesalahan dalam penggunaan.
3. Diharapkan pada penelitian yang lain agar dapat melihat beberapa faktor lain yang belum diperhatikan dalam penelitian ini,
4. Dalam penelitian ini karena sampel penelitian masih terbatas maka disarankan kepada peneliti lain, yang ingin meneliti hal yang sama, agar memperbanyak sampelnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta. Rineka cipta.
- Darwis, Ratus. 1991. *Sejarah Sepak Bola*. Padang : FPOK IKIP Padang.
- Djezet, Zulfar. 1985. *Buku Pelajaran Sepak Bola*. FPOK IKIP Padang
- Harsono. 1988. *Coaching Dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Choaching..* Jakarta: CV. Tambak Kusuma.
- Ismaryati. 2008. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta. UNS Press.
- Jaya, Asmar. 2008. *Futsal; Gaya Hidup, Peraturan dan Tips Permainan*. Yogyakarta; Pustaka Timur.
- Kosasih, Engkos. 1993. *Olahraga Teknik dan Program Latihan*. Jakarta: Akapress.

- Mukholid. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Surakarta. Yulistira.
- Nurhasan. 2001. *Tes Dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta. Depdiknas.
- Sajoto. 1995. *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Prize.
- Sugiyono, 2005. *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung Alfabeta.
- , 2009. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung;Alfa Beta.
- Syafruddin. 1999. *Dasar – Dasar Keplatihan Olahraga*. Padang : FPOK IKIP Padang
- Soekatamsi. 1992. *Materi Pokok Permaian Besar I (sepakbola)*. Jakarta. Universitas Terbuka.