



**HUBUNGAN KELINCAHAN DENGAN KETEPATAN MENGGIRING  
BOLA PADA SISWA KELAS VIII SMP MUHAMMADIYAH KUOK**

**JURNAL**

**Oleh**

**DEDI FRIYONTONI  
1405166547**

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

# AGILITY CORRELATION WITH DRIBBLING BALL ACCURACY OF STUDENTS CLASS VII SMP MUHAMADIYAH KUOK

Dedi friyontoni<sup>1</sup>, Drs. Slamet., M.Kes AIFO<sup>2</sup>, Ni Putu Nita Wijayanti<sup>3</sup>  
[dedifriyontoni@yahoo.com](mailto:dedifriyontoni@yahoo.com)<sup>1</sup>, [slamet.kepelatihan@yahoo.com](mailto:slamet.kepelatihan@yahoo.com)<sup>2</sup>, [nitawijayanti87@yahoo.com](mailto:nitawijayanti87@yahoo.com)<sup>3</sup>

PHYSICAL EDUCATION HEALT AND RECREATION  
FACULTY OF TEACHER TRAINING AND EDUCATION  
RIAU UNIVERSITY

**Abstract** : Based on the researcher's observation of student in class VII SMP Muhammadiyah Kuok. Researcher found many student have deficiency of dribbling, visible when the student dribble imperfect, as the ball away from the feet. The purpose of this research is to the correlation of agility and accuracy dribbling ball of student in class VII SMP Muhammadiyah Kuok. Population in this research is all students in class VII SMP Muhammadiyah Kuok 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 dribbling ball test. Data were analyzed by product moment correlation. Based on research results, it can be concluded as follows : Shows that there is correlation agility and accuracy dribbling ball of male students class VII SMP Muhammadiyah Kuok, which shows  $r_{hitung} = 0,587 > r_{tab} 0,576$ . there is correlation agility and accuracy dribbling ball of female student in grade VII Muhammadiyah Kuok Junior High School, which shows  $r_{hitung} = 0,709 > r_{tab} 0,602$ .

**Key word** : Agility, Dribbling.

# HUBUNGAN KELINCAHAN DENGAN KETEPATAN MENGGINGIRING BOLA PADA SISWA KELAS VIII SMP MUHAMMADIYAH KUOK

Dedi friyontoni<sup>1</sup>, Drs. Slamet., M.Kes AIFO<sup>2</sup>, Ni Putu Nita Wijayanti., M.Pd<sup>3</sup>  
[dedefriyontoni@yahoo.com](mailto:dedefriyontoni@yahoo.com)<sup>1</sup>, [slamet.kepelatihan@yahoo.com](mailto:slamet.kepelatihan@yahoo.com)<sup>2</sup>, [nitawijayanti87@yahoo.com](mailto:nitawijayanti87@yahoo.com)<sup>3</sup>

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

**Abstrak:** Berdasarkan observasi yang telah penulis lakukan pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah Kuok, maka penulis menemukan bahwa dribbling siswa belum begitu baik, terlihat dari pembelajaran yang diberikan. Hal ini terlihat dari pembelajaran yang diberikan bola selalu lepas dari jangkauan. tujuan yang hendak di capai pada penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan kelincahan dengan ketepatan menggiring bola pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah Kuok. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah Kuok yang berjumlah 25 orang. Adapun Teknik sampling yang dipergunakan adalah sampel jenuh, dimana semua populasi dijadikan sampel. Instrumen penelitian ini adalah tes *Dogging Run* dan tes keterampilan *Dribble* bola. Sedangkan teknik analisis data yang digunakan menggunakan korelasi sederhana. Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan pada bab terdahulu dapat dikemukakan kesimpulan bahwa; Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan (X) dengan *dribbling* (Y) siswa putra kelas VIII SMP Muhammadiyah Kuok, yang diperoleh  $r_{hitung} = 0,587 > r_{tabel} = 0,576$ . Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan (X) dengan *dribbling* (Y) siswa putri kelas VIII SMP Muhammadiyah Kuok, yang diperoleh  $r_{hitung} = 0,709 > r_{tabel} = 0,602$ .

**Kata kunci:** Kelincahan, *Dribbling*

## PENDAHULUAN

Hakekat olahraga merupakan kegiatan fisik yang mengandung sifat permainan dan berisi perjuangan melawan diri sendiri atau dengan orang lain atau konfrontasi dengan unsur-unsur alam. Kegiatan olahraga meliputi gaya pertandingan, maka kegiatan itu harus dilaksanakan dengan semangat atau jiwa sportif. Pada olahraga kelompok mendorong manusia saling bertanding dalam suasana kegembiraan dan kejujuran. Olahraga memberi kemungkinan pada tercapainya rasa saling mengerti dan menimbulkan solidaritas serta tidak mementingkan diri sendiri. Olahraga juga dapat dijadikan alat pemersatu. Salah satu olahraga yang dapat pemersatu antar bangsa adalah sepakbola.

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

Sepakbola tidak saja dimainkan oleh laki-laki namun perempuan juga dapat memainkannya. Di tingkat pendidikan sekolah, olahraga merupakan salah satu mata materi pelajaran yang diajarkan kepada siswa. Pada materi sepakbola diajarkan teknik dasar sepakbola, kerja sama dalam permainan, strategi dalam permainan, pembinaan mental dan lain-lain yang dibutuhkan seorang pemain sepakbola.

Undang-Undang No 3 tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 18 ayat 2 menyiratkan bahwa “Olahraga pendidikan dilaksanakan baik pada jalur pendidikan formal maupun nonformal melalui kegiatan intrakurikuler atau ekstrakurikuler”. Salah satu cabang olahraga yang dilakukan pembinaan yaitu sepakbola. Sepakbola sebagai cabang olahraga paling populer di dunia. Karena banyak diminati seluruh kalangan mulai dari usia anak-anak, remaja, dewasa bahkan orang tua.

Dalam upaya membina prestasi yang baik maka pembinaan harus dimulai dari pembinaan usia muda dan atlet muda berbakat sangat menentukan menuju tercapainya mutu prestasi optimal dalam cabang olahraga sepak bola. Bibit atlet yang unggul perlu pengolahan dan proses kepelatihan secara ilmiah, barulah muncul prestasi atlet semaksimal mungkin pada umur-umur tertentu. Atlet berbakat yang umurnya muda dapat ditemukan di sekolah-sekolah, *club*, organisasi pemuda dan kampung-kampung.

Dalam peningkatan kecakapan permainan sepak bola, keterampilan dasar erat sekali hubungannya dengan kelincahan, postur tubuh, taktik dan mental. Keterampilan dasar harus benar-benar dikuasai dan dipelajari lebih awal untuk mengembangkan mutu permainan yang merupakan salah satu faktor yang menentukan menang atau kalahnya suatu kesebelasan dalam suatu pertandingan.

Berbicara tentang teknik, ada beberapa teknik didalam permainan sepakbola, sesuai yang dijelaskan Kurniawan (2010:50) teknik dalam permainan sepakbola yaitu *shooting*, *passing* dan kontrol bola, *dribbling*, *heading*, *throwing*.

Dari sekian banyak teknik dasar sepakbola, teknik mendribel bola merupakan elemen yang sangat penting guna dikuasai seorang pemain sepakbola. Untuk menguasai lapangan permainan teknik dribel yang baik sangat dibutuhkan. Untuk menguasai teknik mendribel bola yang baik, dibutuhkan kondisi fisik yang baik, salah satunya adalah kelincahan dalam mendribel bola. Dimana ketika atlet berhadapan langsung dengan lawan, kelincahan digunakan untuk melakukan gerakan tipuan dan ini sangat dibutuhkan agar dapat melewati lawan tanpa harus kehilangan bola yang digiring.

Ismayati (2008: 41) menyatakan kelincahan adalah kemampuan untuk merubah arah dan posisi tubuh atau bagian bagiannya secara tepat dan cepat. Kelincahan merupakan salah satu syarat yang harus di miliki oleh seorang pemain sepak bola yang baik. Dalam bermain sepakbola setiap pemain di tuntut mampu bergerak dengan cepat kesegala arah agar dapat melewati lawan. Kelincahan juga bisa di artikan sebagai suatu ketangkasan dalam melakukan gerakan yang relatif singkat, dengan kata lain kelincahan (agelitas) kemampuan untuk merubah arah dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak tanpa kehilangan posisi tubuh, serta sadar akan posisi tubuh. Salah satu bentuknya adalah ketika pemain sedang menggiring bola, pemain di tuntut untuk memiliki kelincahan sehingga bola tersebut tidak dapat di rebut ataupun pemain dapat melewati lawan.

Berdasarkan observasi yang telah penulis lakukan pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah Kuok, maka penulis menemukan bahwa dribbling siswa belum begitu baik, terlihat dari pembelajaran yang diberikan. Hal ini terlihat dari pembelajaran yang diberikan bola selalu lepas dari jangkauan. Dan juga pada saat menggiring mudah di ambil oleh lawan. Karna dalam pembelajaran, selain mengajarkan teknik, beberapa kali melakukan game. Dari situlah terlihat bahwa kemampuan menggiring bola siswa sangat lemah.

Beberapa faktor yang mungkin dapat meningkatkan kemampuan menggiring bola yaitu di duga pada kelincahan. kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat tanpa mengalami kelelahan yang berarti.

Berdasarkan permasalahan di atas, maka penulis melakukan pengkajian lebih lanjut dengan judul: Hubungan Kelincahan Dengan Ketepatan Menggiring Bola Pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah Kuok.

## **METODOLOGI PENELITIAN**

Penelitian ini bertempat di Lapangan SMP Muhammadiyah Kuok. Waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 26 April 2016. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan rancangan penelitian korelasional. Korelasional adalah suatu alat statistik, yang dapat digunakan untuk membandingkan hasil pengukuran dua variable yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel ini, (Arikunto, 2006:273). Menurut Suharsini Arikunto (2006: 130) menyatakan bahwa “populasi adalah keseluruhan objek penelitian”. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah Kuok yang berjumlah 25 orang. Adapun Teknik sampling yang dipergunakan adalah sampel jenuh, dimana semua populasi dijadikan sampel. Hal

di atas sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Sugiyono (2005:96) sampling jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Hal ini sering dilakukan bila jumlah populasi relatif kecil, dimana semua anggota populasi dijadikan sampel. Maka sampel dalam penelitian ini berjumlah 25 orang.

Instrumen dalam penelitian ini berupa tes yang diberikan kepada sampel penelitian guna mengetahui hubungan kelincahan dengan kecepatan menggiring bola pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah Kuok. Adapun instrumen yang dipergunakan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut: Tes *Dogging Run* dan Tes keterampilan *dribble* bola.

## HASIL PENELITIAN

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

### 1. Kelincahan Siswa Putra

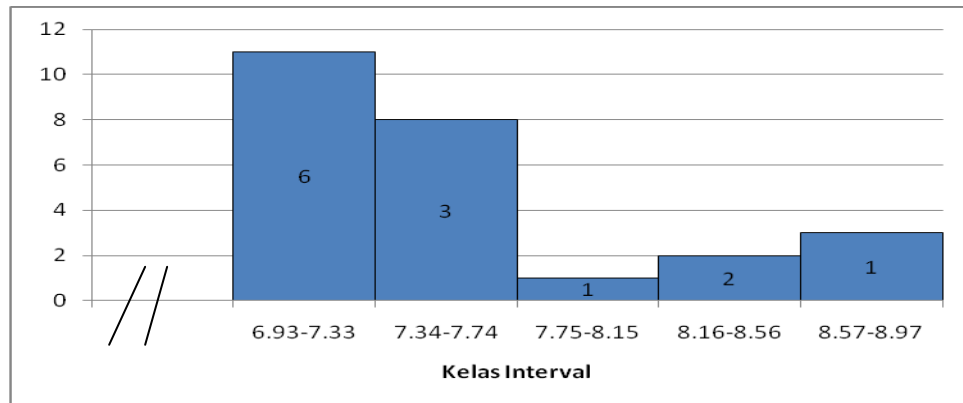
Dari hasil pengukuran kelincahan yang dilakukan terhadap 13 orang pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah Kuok, skor yang diambil 3 kali pengulangan yang tertinggi angkanya dalam skor tertinggi 6.93 dan skor terendah 8.72, berdasarkan data kelompok tersebut rata-rata hitung (mean) 7.62 dan simpangan baku (standar deviasi) 0.579. Selanjutnya distribusi kategori kelincahan pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah Kuok dilihat pada table di bawah ini;

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kategori Kelincahan**

| No     | Kelas Interval | Frekuensi Absolut | Frekuensi Relatif (%) |
|--------|----------------|-------------------|-----------------------|
| 1      | 6.93-7.33      | 6                 | 46,15                 |
| 2      | 7.34-7.74      | 3                 | 23,08                 |
| 3      | 7.75-8.15      | 1                 | 7,69                  |
| 4      | 8.16-8.56      | 2                 | 15,38                 |
| 5      | 8.57-8.97      | 1                 | 7,69                  |
| Jumlah |                | 13                | 100%                  |

Pada tabel di atas dapat terlihat bahwa dari 13 orang pada siswa putra kelas VIII SMP Muhammadiyah Kuok sebanyak 6 orang siswa (46,15%) memiliki kategori nilai 6.93-7.33 dan 3 orang siswa (23,08%) memiliki kategori nilai 7.34-7.74 dan 1 orang siswa (7,69%) memiliki kategori nilai 7.75-8.15 dan 2 orang siswa (15%) memiliki kategori nilai 8.16-8.56, dan 1 orang siswa (7,69%) memiliki kategori nilai 8.57-8.97. Untuk lebih jelasnya lagi dapat dilihat pada grafik

berikut:



**Gambar 1. Histogram Distribusi Variabel Kelincahan Siswa Putra**

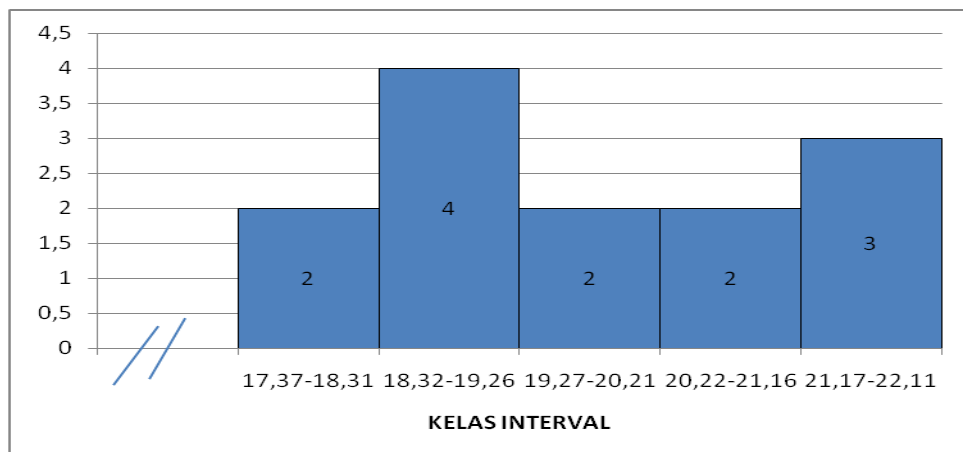
## 2. Kemampuan *Dribbling* Siswa Putra

Dari hasil pengukuran *dribbling* yang dilakukan terhadap 13 orang pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah Kuok, skor yang diambil 3 kali pengulangan dengan skor tertinggi 17,37 dan skor terendah 22,06, berdasarkan data kelompok tersebut rata-rata hitung (mean) 19,85 dan simpangan baku (standar deviasi) 1,49. Selanjutnya distribusi kategori *dribbling* pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah Kuok dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kategori *dribbling***

| No     | Kelas Interval | Frekuensi Absolut | Frekuensi Relatif |
|--------|----------------|-------------------|-------------------|
| 1      | 17,37-18,31    | 2                 | 15,38             |
| 2      | 18,32-19,26    | 4                 | 30,77             |
| 3      | 19,27-20,21    | 2                 | 15,38             |
| 4      | 20,22-21,16    | 2                 | 15,38             |
| 5      | 21,17-22,11    | 3                 | 23,08             |
| Jumlah |                | 13                | 100%              |

Pada tabel di atas dapat terlihat bahwa dari 13 orang pada siswa putra kelas VIII SMP Muhammadiyah Kuok, masing-masing 2 orang siswa (15,38%) memiliki kategori nilai 17.37-18,31, 19,27-20,21 dan 20,22-21,16, kemudian 4 orang siswa (30,77%) memiliki kategori nilai 18,32-19,26, dan 3 orang siswa (23,08%) memiliki kategori nilai 21.17-22,11, untuk kelas interval 24.30-26.60. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram berikut:



**Gambar 2. Histogram Distribusi Skor Variabel *dribbling* Siswa Putra**

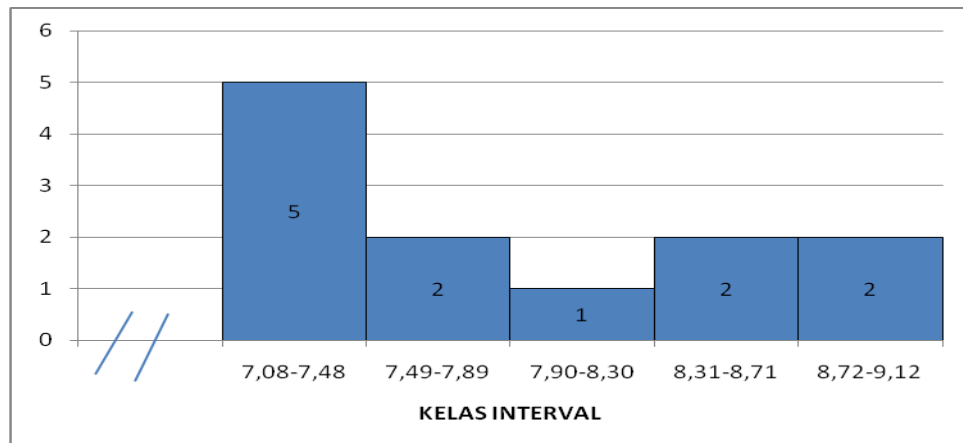
### 3. Kelincahan Siswa Putri

Dari hasil pengukuran kelincahan yang dilakukan terhadap 13 orang pada siswa putri kelas VIII SMP Muhammadiyah Kuok, skor yang diambil 3 kali pengulangan yang tertinggi angkanya dalam skor tertinggi 7,08 dan skor terendah 8,93, berdasarkan data kelompok tersebut rata-rata hitung (mean) 7.87 dan simpangan baku (standar deviasi) 0.676. Selanjutnya distribusi kategori kelincahan pada siswa putri kelas VIII SMP Muhammadiyah Kuok dilihat pada table di bawah ini;

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kategori Kelincahan**

| No     | Kelas Interval | Frekuensi Absolut | Frekuensi Relatif (%) |
|--------|----------------|-------------------|-----------------------|
| 1      | 7,08-7,48      | 5                 | 41,67                 |
| 2      | 7,49-7,89      | 2                 | 16,67                 |
| 3      | 7,90-8,30      | 1                 | 8,33                  |
| 4      | 8,31-8,71      | 2                 | 16,67                 |
| 5      | 8,72-9,12      | 2                 | 16,67                 |
| Jumlah |                | 12                | 100%                  |

Pada tabel di atas dapat terlihat bahwa dari 12 orang pada siswa putri kelas VIII SMP Muhammadiyah Kuok sebanyak 5 orang siswa (41,67%) memiliki kategori nilai 7,08-7,48 dan masing-masing 2 orang siswa (16,67%) memiliki kategori nilai 7.49-7.89, 8,31-8,71 dan 8,72-9,12 dan 1 orang siswa (8,33%) memiliki kategori nilai 7.90-8.30. Untuk lebih jelasnya lagi dapat dilihat pada grafik berikut:



**Gambar 3. Histogram Distribusi Variabel Kelincahan Siswa Putri**

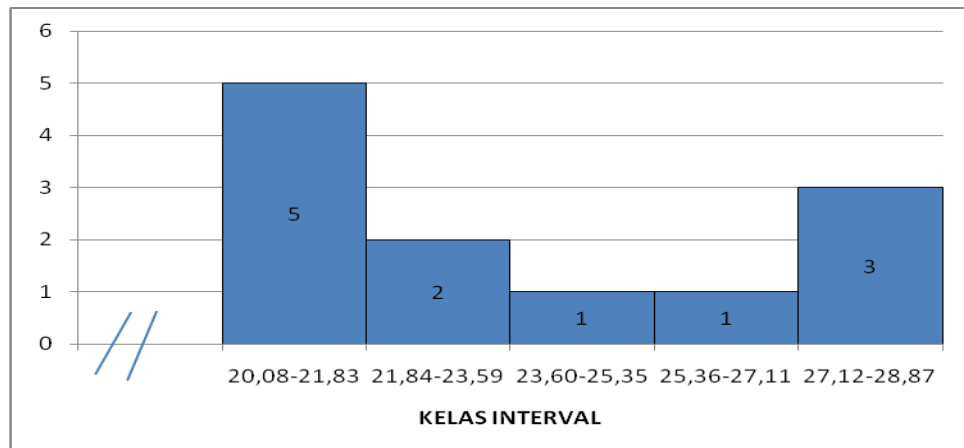
#### 4. Kemampuan *Dribbling* Siswa Putri

Dari hasil pengukuran *dribbling* yang dilakukan terhadap 12 orang pada siswa putri kelas VIII SMP Muhammadiyah Kuok, skor yang diambil 3 kali pengulangan dengan skor tertinggi 20,08 dan skor terendah 28,83, berdasarkan data kelompok tersebut rata-rata hitung (mean) 23,74 dan simpangan baku (standar deviasi) 3,202. Selanjutnya distribusi kategori *dribbling* pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah Kuok dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kategori *dribbling***

| No     | Kelas Interval | Frekuensi Absolut | Frekuensi Relatif |
|--------|----------------|-------------------|-------------------|
| 1      | 20,08-21,83    | 5                 | 41,67             |
| 2      | 21,84-23,59    | 2                 | 16,67             |
| 3      | 23,60-25,35    | 1                 | 8,33              |
| 4      | 25,36-27,11    | 1                 | 8,33              |
| 5      | 27,12-28,87    | 3                 | 25                |
| Jumlah |                | 12                | 100%              |

Pada tabel di atas dapat terlihat bahwa dari 12 orang pada siswa putri kelas VIII SMP Muhammadiyah Kuok, masing-masing 1 orang siswa (8,33%) memiliki kategori nilai 23,60-25,35 dan 25,36-27,11, kemudian 5 orang siswa (41,67%) memiliki kategori nilai 20,08-21,83 dan 3 orang siswa (25%) memiliki kategori nilai 27,12-28,87. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram berikut:



**Gambar 4. Histogram Distribusi Skor Variabel *dribbling* Siswa Putri**

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 5. Uji Normalitas Data Putra**

| No. | Variabel             | Lo    | Lt (0,05) | Keterangan |
|-----|----------------------|-------|-----------|------------|
| 1   | Kelincahan (X)       | 0.200 | 0.234     | Normal     |
| 2   | <i>dribbling</i> (Y) | 0.138 | 0.234     | Normal     |

Tabel di atas menunjukkan bahwa hasil pengujian untuk kelincahan (X) skor Lo = 0,200 dengan n = 13 sedangkan Lt = pada taraf pengujian signifikan  $\alpha = 0,05$  diperoleh 0,234 yang lebih besar dari Lo sehingga dapat disimpulkan bahwa skor yang diperoleh dari kelincahan populasi berdistribusi normal. Kemudian pengujian kemampuan *dribbling* (Y) skor Lo = 0.138 dengan n = 13 sedangkan Lt = pada taraf pengujian signifikan  $\alpha = 0,05$  diperoleh 0,234 yang lebih besar dari Lo sehingga dapat disimpulkan bahwa skor yang diperoleh dari *dribbling* populasi berdistribusi normal.

**Tabel 6. Uji Normalitas Data Putri**

| No. | Variabel             | Lo    | Lt (0,05) | Keterangan |
|-----|----------------------|-------|-----------|------------|
| 1   | Kelincahan (X)       | 0.046 | 0.242     | Normal     |
| 2   | <i>dribbling</i> (Y) | 0.191 | 0.242     | Normal     |

Tabel di atas menunjukkan bahwa hasil pengujian untuk kelincahan (X) skor Lo = 0,046 dengan n = 12 sedangkan Lt = pada taraf pengujian signifikan  $\alpha = 0,05$  diperoleh 0,242 yang lebih besar dari Lo sehingga dapat disimpulkan bahwa skor yang diperoleh dari kelincahan populasi berdistribusi normal. Kemudian pengujian kemampuan *dribbling* (Y) skor Lo = 0.191 dengan n = 12 sedangkan Lt = pada taraf pengujian signifikan  $\alpha = 0,05$  diperoleh 0,242 yang lebih besar dari Lo sehingga

dapat disimpulkan bahwa skor yang diperoleh dari *dribbling* populasi berdistribusi normal.

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang berarti antara kelincahan dengan *dribbling* siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah Kuok. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat rangkuman analisis.

**Tabel 7. Rangkuman Hasil Analisis Kelincahan dengan dribbling putra**

| Variabel | $r_{hitung}$ | $r_{tabel}$ | Kesimpulan  |
|----------|--------------|-------------|-------------|
| X dan Y  | 0,587        | 0,576       | Ha diterima |

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa  $r_{hitung}$  lebih besar daripada  $r_{tabel}$ , dimana  $r_{hitung} = 0.587 > r_{tabel} = 0,576$  berarti terdapat hubungan antara kelincahan dengan *dribbling*. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada lampiran.

**Tabel 8. Rangkuman Hasil Analisis Kelincahan dengan dribbling putri**

| Variabel | $r_{hitung}$ | $r_{tabel}$ | Kesimpulan  |
|----------|--------------|-------------|-------------|
| X dan Y  | 0,709        | 0,602       | Ha diterima |

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa  $r_{hitung}$  lebih besar daripada  $r_{tabel}$ , dimana  $r_{hitung} = 0.709 > r_{tabel} = 0,602$  berarti terdapat hubungan antara kelincahan dengan *dribbling*. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada lampiran.

## 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.

Berdasarkan penelitian yang telah di lakukan di peroleh hubungan Kelincahan dengan kemampuan *dribbling* pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah Kuok. Hal ini terbukti dari analilis yang sudah di peroleh. Di mana hasil pengujian hipotesis antara kelincahan (X) dengan *dribbling* (Y) terdapat hubungan baik itu untu siswa putra maupun untuk siswa putri.

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 factor-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;

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan (X) dengan *dribbling* (Y) siswa putra kelas VIII SMP Muhammadiyah Kuok, yang diperoleh  $r_{hitung} = 0,587 > r_{tabel} = 0,576$ .
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan (X) dengan *dribbling* (Y) siswa putri kelas VIII SMP Muhammadiyah Kuok, yang diperoleh  $r_{hitung} = 0,709 > r_{tabel} = 0,602$ .

### **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.
- Jaya, Asmar. 2008. *Futsal; Gaya Hidup, Peraturan dan Tips Permainan*.Yogyakarta; Pustaka Timur.
- Mukholid. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Surakarta. Yudistira.

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.