

***THE CORRELATION OF SPEED AND AGILITY ON DRIBBLING  
SKILL OF THE TEAM SMP NEGERI 40 PEKANBARU  
FOOTBALL***

Robby Kurniawan Zekri<sup>1</sup>, Drs. Ramadi, S.Pd, M.Kes, AIFO<sup>2</sup>, Aref Vai, S,Pd, M.Pd<sup>3</sup>  
r.kurniawanzekri@gmail.com,082384882858,mr.ramadi59@gmail.com,Arefvai@yahoo.co.id

Health Physical Education And Recreation Department  
Faculty of Teachers Training and Education  
Riau University

**Abstract:** *The purpose of this research was to find out the correlation between agility in dribbling, and to find out the correlation between speed and agility in dribbling in football team of SMPN 40 Pekanbaru. This research was correlational research. The population on this research was 20 students in football team of SMPN 40 Pekanbaru. To get the data, the researcher asked the students did sprint 40 yards test to know their speed, dodging run test to know their agility and dribbling test. The obtained data was analyzed with a simple product of moment correlation. Based on the analysis, the  $r(\text{count}) = 0,605 >$  from  $r(\text{table}) 0,444$ . Therefore,  $H_a$  was accepted and  $H_o$  was rejected. It can be concluded that there was a relationship between speed and agility in dribbling which can be determined from  $r(\text{count}) > r(\text{table})$  and significantly determined by the correlation between one to another variable.*

**Keywords:** *Speed, Agility, Dribble, Football*

## HUBUNGAN KECEPATAN DAN KELINCAHAN DENGAN KETERAMPILAN *DRIBBLING* DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA TIM SMP NEGERI 40 PEKANBARU

Robby Kurniawan Zekri<sup>1</sup>, Drs. Ramadi, S.Pd, M.Kes, AIFO<sup>2</sup>, Aref Vai, S,Pd, M.Pd<sup>3</sup>  
r.kurniawanzekri@gmail.com,082384882858,mr.ramadi59@gmail.com,Arefvai@yahoo.co.id

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

**Abstrak:** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kecepatan dengan kemampuan dribbling pada tim sepakbola SMPN 40 Pekanbaru, untuk mengetahui hubungan kelincahan dengan kemampuan dribbling pada tim sepakbola SMPN 40 Pekanbaru, untuk mengetahui hubungan kecepatan dan kelincahan dengan kemampuan dribbling pada tim sepakbola SMPN 40 Pekanbaru. Jenis penelitian ini adalah penelitian kolerasional. Populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah tim sepakbola SMP Negeri 40 Pekanbaru sebanyak 20 orang. Untuk mendapat data pada penelitian ini, digunakan tes sprint 40 yard untuk kecepatan, tes dodging run untuk kelincahan, dan tes keterampilan menggiring bola. Data yang diperoleh dianalisis dengan kolerasi product moment sederhana. Berdasarkan analisis data diperoleh koefisien kolerasi sebesar  $r_{hitung}=0,605 >$  dari  $r_{tabel}$  0,444. Dengan diterima  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. Artinya terdapat hubungan antara kecepatan dan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola, dimana ketentuan adanya kolerasi suatu variabel dengan variabel yang lain ditentukan dari  $r_{hitung} > r_{tabel}$  dan signifikan.

**Kata kunci:** Kecepatan(speed), kelincahan(*agility*), menggiring(*dribbling*), sepakbola(*football*)

## PENDAHULUAN

Dewasa ini telah terlihat bahwa olahraga merupakan salah satu unsur yang sangat berpengaruh dan sudah menjadi suatu kebutuhan dalam kehidupan manusia. Oleh karena itu, pembinaan dan pengembangan olahraga diharapkan mampu meningkatkan kualitas manusia, yang diarahkan pada kebugaran jasmani, pembentukan watak, kepribadian dan mental. Olahraga tidak hanya sekedar untuk mencapai kesegaran jasmani dan rohani, olahraga juga merupakan bentuk-bentuk kegiatan jasmani yang terdapat didalam permainan dan perlombaan dalam rangka memperoleh rekreasi, kemenangan dan prestasi yang optimal.

Olahraga sangat erat hubungannya dengan pembangunan dan telah menjadi program pemerintah dalam upaya meningkatkan mutu kehidupan berbangsa bernegara, olahraga memegang peranan penting bagi bangsa Indonesia dalam pelaksanaan pembangunan, disamping itu olahraga dapat dijadikan supremasi keberadaan suatu negara. Tujuan olahraga bermacam-macam sesuai dengan olahraga yang dilakukan, tetapi olahraga secara umum meliputi memelihara dan meningkatkan kesegaran jasmani, memelihara dan meningkatkan kesehatan. Seperti yang dijelaskan dalam Undang-Undang Republik Indonesia no.3 tahun 2005 (2005:6) keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkokoh ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa. Tujuan manusia melakukan olahraga ada empat, seperti yang dikemukakan M. Sajoto (1995:1). Pertama, untuk rekreasi, yaitu mereka melakukan olahraga hanya untuk mengisi waktu senggang, dilakukan penuh kegembiraan. Kedua, untuk pendidikan, kegiatan yang dilakukan adalah formal, tujuannya guna mencapai sasaran pendidikan nasional melalui kegiatan olahraga yang disusun melalui kurikulum. Ketiga untuk mencapai tingkat kesegaran jasmani, dalam hal ini dimulai dari berbagai bidang ilmu pengetahuan yang ada kaitannya dengan manusia seperti pengetahuan kedokteran, social, ekonomi, lingkungan hidup, dan lain-lain. Keempat, untuk prestasi, hal ini ilmu-ilmu pengetahuan yang terkait mengenai manusia sebagai objek yang akan diolah prestasinya agar lebih baik.

Selain menjaga kebugaran tubuh, banyak cabang-cabang olahraga yang dijadikan ajang untuk meraih prestasi. Olahraga prestasi merupakan olahraga yang diperlombakan baik secara nasional maupun internasional yang diatur dengan seperangkat peraturan yang telah dibukukan. Olahraga prestasi semakin berkembang seiring dengan keinginan bangsa Indonesia untuk memajukan bidang olahraga. Salah satu cabang olahraga yang berprestasi di Indonesia adalah sepakbola, dimana Indonesia pernah memiliki prestasi yang terbilang cukup untuk membuat tim sepakbola negara ini disegani dikawasan Asia Tenggara. Tetapi saat ini prestasi sepakbola Indonesia mengalami keterpurukan, karenanya diharapkan kontribusi dari para ahli olahraga terutama dibidang sepakbola untuk mengangkat citra dan nama besar tim nasional bangsa ini melalui pengembangan usia dini, pelatihan diluar negeri dan memberi kesempatan kepada pemain muda untuk bermain.

sepakbola adalah olahraga menggunakan bola yang dimainkan oleh dua tim mencetak goal sebanyak-banyaknya dengan menggunakan bola kulit ke gawang lawan (Ibrahim (2013: 2). Cabang olahraga sepakbola adalah permainan olahraga yang disukai oleh banyak orang diseluruh dunia, bahkan olahraga ini paling banyak diminati dari anak-anak, dewasa hingga orang tua, laki-laki bahkan perempuan sehingga tidak salah

olahraga satu ini menjadi bagian dari gaya hidup (*live style*) masyarakat. Permainan sepakbola dengan nilai-nilai universal yang terkandung didalamnya mampu menyedot daya tarik masing-masing orang di seluruh permukaan bumi ini sehingga hampir semua orang pernah memainkannya. Permainan sepakbola modern saat ini telah mengalami banyak kemajuan perubahan serta perkembangan yang pesat, baik dari segi kondisi fisik, teknik, taktik, permainan maupun mental pemain itu sendiri. Kemajuan dan perkembangan tersebut dapat dilihat dalam siaran langsung maupun tidak langsung dari televisi yang menyiarkan pertandingan sepakbola baik domestik maupun Internasional. Dengan demikian untuk menjadikan individu menjadi pemain sepakbola yang berprestasi haruslah dimulai sedini mungkin dan pelajaran atau bimbingan haruslah diberikan secara berkala.

Seorang atlet sepakbola profesional jika ingin menguasai permainan sepakbola dengan baik maka diperlukan penguasaan teknik dasar yang baik seperti teknik menendang, mengumpan, mengontrol, menggiring (*Dribbling*), menyundul (*heading*), lemparan kedalam (*throw in*). Salah satu teknik dasar yang cukup berpengaruh adalah teknik menggiring bola (*dribbling*). Keterampilan menggiring bola (*dribbling*) adalah kecepatan menggiring bola (*dribbling*) dengan melewati rintangan yang telah ditentukan (Yasriuddin, 2012: 65). Lebih lanjut M. Adam Mappaompo (2011:97) menjelaskan *Dribbling* adalah mengolah bola yang digerakkan terhadap salah satu kaki dari satu tempat ketempat yang lain tetap dalam penguasaan. Selain dari faktor kemampuan dan teknik dasar ada hal yang lebih penting bagi seorang pemain agar bisa berhasil dalam permainan sepakbola yaitu kondisi fisik, karna kemampuan yang bagus harus diiringi dengan kondisi fisik yang mumpuni dan bagus pula. Salah satu unsur atau faktor penting untuk meraih suatu prestasi dalam olahraga adalah komponen kemampuan fisik, disamping teknik, taktik dan kemampuan mental. Komponen kemampuan fisik adalah satu kesatuan tubuh dan komponen kesegaran jasmani. Komponen-komponen kesegaran jasmani yang berhubungan dengan keterampilan adalah: kelincahan, keseimbangan, koordinasi, kecepatan, power, dan waktu reaksi (Ismaryati, 2008:39).

Dengan demikian keterampilan *dribbling* dalam permainan sepakbola jelas membutuhkan unsur-unsur kemampuan fisik, dan kemampuan fisik yang dianggap dapat memberikan hubungan terhadap keterampilan *dribbling* dalam permainan sepakbola diantaranya adalah kecepatan dan kelincahan. Menurut ismaryati (2008:57) kecepatan adalah salah satu kemampuan biomotorik yang penting untuk melakukan aktivitas olahraga. Kelincahan adalah suatu bentuk gerakan yang mengharuskan seseorang atau pemain untuk bergerak dengan cepat dan mengubah arah serta tangkas. Sepakbola sangat membutuhkan kelincahan tubuh dan pergerakan anggota badan untuk menampilkan pola permainan yang lebih baik (M. Adam Mappaompo, 2011:97).

Berdasarkan pengamatan yang telah dilakukan di lapangan pada saat peneliti melaksanakan program PPL ditemui ternyata kemampuan *dribbling* pada pemain tim sepakbola SMPN 40 Pekanbaru masih sangat kurang baik. Dikarenakan pada saat melakukan *dribbling*, bola terlalu jauh dari kaki dan pemain terlalu fokus dengan apa yang ada di depannya. Hal ini juga terlihat dari beberapa kali pertandingan pemain selalu kalah saat melakukan duel dan tidak mampu melewati lawan pada saat *dribbling* bola. Terlihat jelas kemampuan *dribbling* tidak diiringi dengan kecepatan dan kelincahan yang memadai.

Berdasarkan beberapa masalah yang peneliti temui dalam pengamatan tersebut peneliti ingin mengetahui lebih lanjut tentang hubungan komponen-komponen tersebut, peneliti perlu mengadakan penelitian lebih lanjut maka, dari itu peneliti mengangkat

judul penelitian ini “**Hubungan Kecepatan dan Kelincahan dengan Keterampilan *Dribbling* dalam Permainan Sepakbola pada Tim SMPN 40 Pekanbaru**”.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kolerasi dengan melihat hubungan kecepatan dan kelincahan dengan keterampilan *dribbling* dalam permainan sepakbola pada tim SMP Negeri 40 Pekanbaru. Ada pun variabel bebas adalah kecepatan dan kelincahan, variabel terikatnya adalah keterampilan *dribbling*. Sesuai dengan jenis penelitian ini, maka penelitian kolerasi (*colrrrelation research*) yaitu penelitian kolerasi untuk menemukan ada tidaknya hubungan dan apabila ada, berapa eratnya hubungan serta berarti atau tidak hubungan itu (suharsimi Arikunto, 2013:3133). Populasi dalam penelitian ini adalah tim sepakbola SMP Negeri 40 Pekanbaru sebanyak 20 orang. Mengingat jumlah sampel yang sedikit yaitu kurang dari 30 orang maka dalam penelitian ini peneliti menggunakan *total sampling* yaitu seluruh tim sepakbola SMP Negeri 40 Pekanbaru yang berjumlah 20 orang. Instrument penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah untuk mengukur kecepatan digunakan tes lari *sprint* 40 yard (Sajoto, 1995:21), untuk mengukur kelincahan digunakan tes *dodging run* (Ismaryati, 2008:41) dan untuk mengukur keterampilan menggiring bola digunakan tes *dribbling* (Nurhasan, 2001:160-161).

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Data yang diperoleh sebahai hasil penelitian adalah data kuantitatif melalui serangkaian tes dan pengukuran terhadap 20 orang sampel yang merupakan tim sepakbola SMP Negeri 40 Pekanbaru. Variabel-variabel yang ada pada penelitian ini yaitu kecepatan dilambangkan dengan  $X_1$ , kelincahan dilambangkan dengan  $X_2$  dan keterampilan *dribbling* dilambangkan dengan Y sebagai variabel terikat.

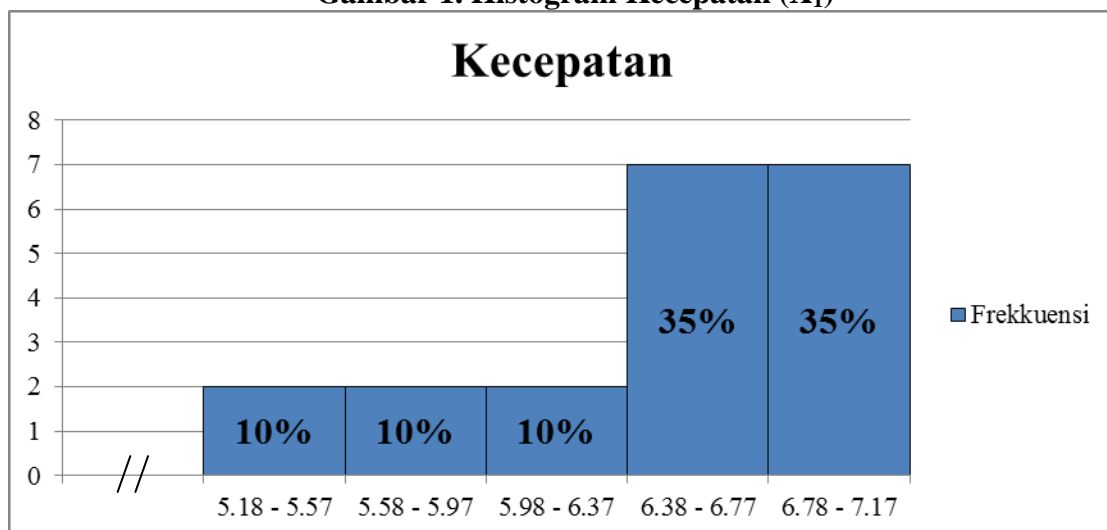
### **1. Kecepatan ( $X_1$ )**

Data yang diperoleh dari variable kecepatan ( $X_1$ ) diukur dengan menggunakan tes *sprint* 40 yard atau 36,6 meter yang dilakukan oleh sampel sebanyak 20 orang, setelah ditentukan frekuensi tiap-tiap data maka dapat disimpulkan kecepatan tercepat adalah 7,13M/s dan kecepatan terlambat adalah 5,18 M/s, standar deviasi adalah 0,56. Dari data hasil tes ini dapat dibuat table distribusi frekuensi sebagai berikut:

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kecepatan ( $X_1$ )**

No	Kelas Interval	Frekuensi	
		Absolut	Relatif %
1	5.18 - 5.57	2	10%
2	5.58 - 5.97	2	10%
3	5.98 - 6.37	2	10%
4	6.38 - 6.77	7	35%
5	6.78 - 7.17	7	35%
Jumlah		20	100%

Berdasarkan table distribusi frekuensi hasil kecepatan dari 20 sampel terdapat 2 orang sampel (10%) yang memiliki skor dengan interval 5,18 – 5,57 termasuk kategori sedang, terdapat 2 orang sampel (10%) yang memiliki skor dengan interval 5,58 – 5,97 termasuk kategori kurang sekali, terdapat 2 orang sampel (10%) yang memiliki skor dengan interval 5,98 – 6,37 termasuk kategori kurang sekali, terdapat 7 orang sampel (35%) yang memiliki skor dengan interval 6,38 – 6,77 termasuk kategori kurang sekali dan terdapat 7 orang sampel (35%) yang memiliki skor dengan interval 6,78 – 7,15 termasuk kategori kurang sekali. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram berikut:

**Gambar 1. Histogram Kecepatan ( $X_1$ )**

## 2. Kelincahan ( $X_2$ )

Data yang diperoleh dari variable kelincahan ( $X_2$ ) diukur dengan menggunakan tes *dogging run* yang diikuti oleh sample sebanyak 20 orang, setelah ditentukan frekuensi tiap-tiap data maka dapat disimpulkan waktu terlambat adalah 7,25 detik dan waktu tercepat adalah 5,89 detik. Distribusi skor menghasilkan rata-rata (mean) adalah 6,59

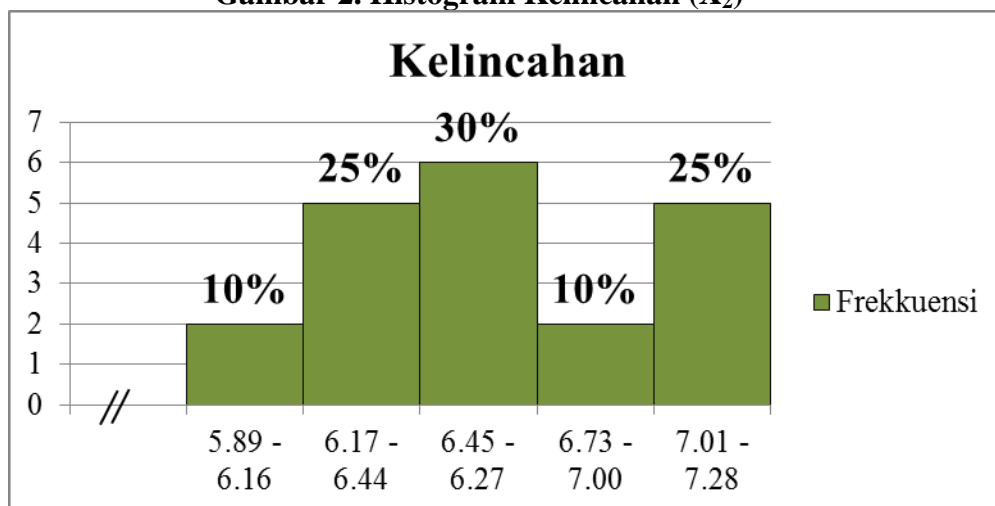
dan standar deviasi adalah 0,40. Untuk lebih jelasnya penyebaran skor kelincahan ini dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kelincahan**

No	Kelas Interval	Frekuensi	
		Absolut	Relatif %
1	5.89 - 6.16	2	10%
2	6.17 - 6.44	5	25%
3	6.45 - 6.27	6	30%
4	6.73 - 7.00	2	10%
5	7.01 - 7.28	5	25%
Jumlah		20	100%

Berdasarkan tabel di atas dari 20 sampel, ternyata terdapat 2 orang sampel (10%) yang memiliki skor interval 5,89 – 6,16 termasuk kategori baik sekali, terdapat 5 orang sampel (25%) yang memiliki skor interval 6,17 – 6,44 termasuk kategori baik sekali, terdapat 6 orang sampel (30%) yang memiliki skor interval 6,45 – 6,27 termasuk kategori baik sekali, terdapat 2 orang sampel (10%) yang memiliki skor interval 6,73 – 7,00 termasuk kategori baik sekali dan terdapat 5 orang sampel (25%) yang memiliki skor interval 7,01 – 7,28 termasuk kategori baik sekali. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram berikut:

**Gambar 2. Histogram Kelincahan (X<sub>2</sub>)**



### 3. Dribbling (Y)

Data yang diperoleh dari variabel *dribbling* (Y) diukur dengan tes *dribbling* bola melewati rintangan yang telah ditentukan yang diikuti oleh sampel sebanyak 20 orang, setelah ditentukan frekuensi tiap-tiap data maka dapat disimpulkan waktu terlambat

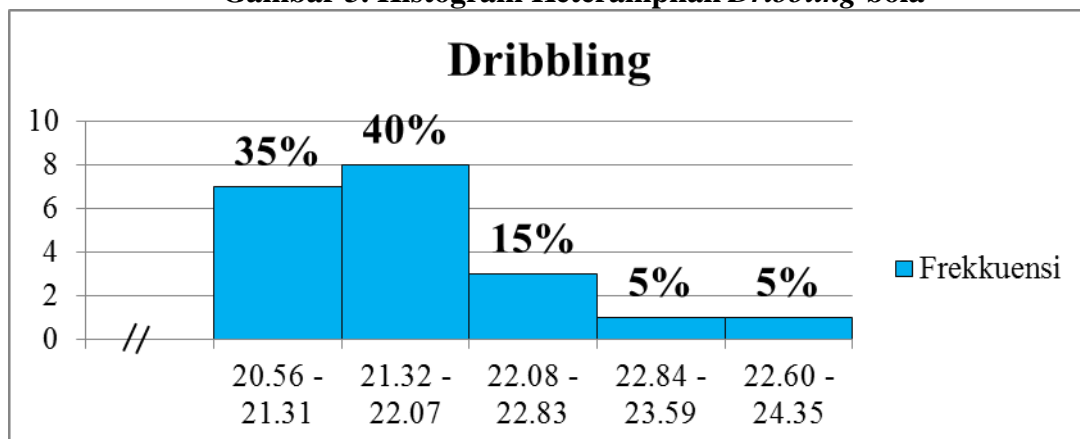
adalah 24,32 detik dan waktu tercepat adalah 20,56 detik. Distribusi skor menghasilkan rata-rata (mean) 21,73detik dan standar deviasi adalah 0,88. Untuk lebih jelasnya skor kemampuan *dribbling* bola dapat dilihat pada table berikut:

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi keterampilan *dribbling* (Y)**

No	Kelas Interval	Frekuensi	
		Absolut	Relatif %
1	20.56 - 21.31	7	35%
2	21.32 - 22.07	8	40%
3	22.08 - 22.83	3	15%
4	22.84 - 23.59	1	5%
5	22.60 - 24.35	1	5%
Jumlah		20	100%

Berdasarkan distribusi table keterampilan *dribbling* bola dari 20 sampel, terdapat 7 orang sampel (35%) yang memiliki skor interval 20,56 – 21,31 termasuk kategori baik, terdapat 8 orang sampel (40%) yang memiliki skor interval 21,32 – 22,07 termasuk kategori sedang, terdapat 3 orang sampel (15%) yang memiliki skor interval 22,08 – 22,83 termasuk kategori kurang, terdapat 1 orang sampel (5%) yang memiliki skor interval 22,84 – 23,59 termasuk kategori baik dan terdapat 1 orang sampel (5%) yang memiliki skor interval 22,60 – 24,35 termasuk kategori kurang baik. Untuk lebih jelasnya distribusi keterampilan *dribbling* bola dapat dilihat pada histogram berikut:

**Gambar 3. Histogram Keterampilan *Dribbling* bola**



### Pengujian Persyaratan Analisis

#### Uji Normalitas Data

Hasil analisis uji normalitas data masing-masing variabel di sajikan dalam tabel di bawah ini :



**Tabel 4. Uji Normalitas Data dengan Uji Liliefors**

No	Variabel	$L_o$	$L_{tabel}$	Keterangan
1	Kecepatan	0.133	0.190	Normal
2	Kelincahan	0.146	0.190	Normal
3	Keterampilan <i>dribbling</i>	0.188	0.190	Normal

Berdasarkan table diatas, variable Kecepatan ( $X_1$ ) pada taraf signifikan 0,05 diperoleh  $L_{o_{max}} 0,133 < L_{tabel} 0,190$ , variable kelincahan ( $X_2$ ) pada taraf signifikan 0,05 diperoleh  $L_{o_{max}} 0,146 < L_{tabel} 0,190$  dan variable keterampilan *dribbling* bola (Y) diperoleh  $L_{o_{max}} 0,188 < L_{tabel} 0,190$ . pada taraf signifikan 0,05 jika  $L_{o_{max}}$  lebih kecil dari  $L_{tabel}$  berarti populasi berdistribusi normal.

### Pengujian Hipotesis

Setelah data diperoleh dari hasil analisis, selanjutnya adalah menguji Hipotesis penelitian yang diajukan sesuai dengan masalah yang telah dikemukakan. Berdasarkan analisis data yang diperoleh koefisien korelasi  $X_1$  dengan Y sebesar  $r_1 = 0,365$ ,  $X_2$  dengan Y sebesar  $r_2 = 0,589$  dan  $X_1$  dan  $X_2$  secara bersamaan dengan Y sebesar  $R = 0,605$  dimana untuk mengetahui hubungan korelasi  $X_1$  dengan Y dan  $X_2$  dengan Y membandingkan dengan  $r_{tabel}$ , dan hasilnya adalah  $r_{X_1Y} (0,365) < r_{tabel} (0,444)$ ,  $r_{X_2Y} (0,589) > r_{tabel} (0,444)$  dan  $R_{X_1X_2Y} (0,605) > r_{tabel} (0,444)$ .

**Tabel 5. Uji Signifikan Korelasi  $X_1$ ,  $X_2$  dengan Y**

Kolerasi antara	Nilai		Keterangan
	$r_{hitung}$	$r_{tabel}$	
$X_1$ dengan Y	0.365	0.444	Ha ditolak
$X_2$ dengan Y	0.589		Ha diterima
$X_1$ dan $X_2$ dengan Y	0.605		Ha diterima

Kesimpulan : Hipotesis diterima pada taraf signifikan  $\alpha = 0,05$  dengan kata lain : Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan ( $X_1$ ) dengan keterampilan *dribbling* bola (Y) pada tim SMP Negeri 40 Pekanbaru. Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan ( $X_2$ ) dengan keterampilan *dribbling* bola (Y) pada tim SMP Negeri 40 Pekanbaru. Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan ( $X_1$ ) dan Kecepatan ( $X_2$ ) dengan keterampilan *dribbling* (Y) pada tim SMP Negeri 40 Pekanbaru.

### PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara kecepatan dengan keterampilan *dribbling* pada tim SMP

Negeri 40 Pekanbaru. Tidak terdapatnya hubungan tersebut mungkin disebabkan oleh beberapa hal diantaranya faktor kelelahan akibat baru selesai berlatih. Dan diduga ada faktor lain yang lebih berpengaruh besar terhadap keterampilan *Dribbling* seperti koordinasi mata kaki, karena dilihat pada aplikasinya koordinasi mata kaki lebih memiliki kontribusi dominan dibandingkan dengan kecepatan dalam keterampilan *Dribbling* bola. Berdasarkan penelitian dan analisis perolehan data yang telah dilakukan menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan keterampilan *dribbling* bola padatim SMP Negeri 40 Pekanbaru. Dengan perolehan nilai  $r_{hitung} = 0,589$  lebih besar dari  $r_{tabel}$  pada  $\alpha =$  yaitu  $0,444$ . Untuk mengetahui hubungan dari dua variable atau lebih digunakan rumus korelasi ganda. Dari hasil perhitungan diperoleh koefisien korelasi ganda (uji R) didapat  $R_{hitung} = 0,605$  sedangkan  $r_{tabel}$  diperoleh sebesar  $0,444$ , jadi  $R_{hitung} > r_{tabel}$ , artinya terdapat hubungan secara bersama-sama antara kecepatan (X1) dan kelincahan (X2) dengan keterampilan *dribbling* (Y).

Berdasarkan uraian diatas salah satu faktor tersebut dapat mempengaruhi keterampilan *dribbling* bola yang dilakukan seseorang tanpa mengabaikan kecepatan. Semakin baik kecepatan dan kelincahan seseorang maka kemungkinan besar semakin baik juga keterampilan *dribbling* bola yang dilakukannya

## SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Berdasarkan hasil analisis data interpretasi yang dilakukan maka dalam batas-batas penelitian ini dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: Berdasarkan pengamatan yang telah dilakukan di lapangan pada saat peneliti melaksanakan program PPL ditemui ternyata kemampuan *dribbling* pada pemain tim sepakbola SMPN 40 Pekanbaru masih sangat kurang baik. Dikarenakan pada saat melakukan *dribbling*, bola terlalu jauh dari kaki dan pemain terlalu fokus dengan apa yang ada di depannya. Hal ini juga terlihat dari beberapa kali pertandingan pemain selalu kalah saat melakukan duel dan tidak mampu melewati lawan pada saat *dribbling* bola. Terlihat jelas kemampuan *dribbling* tidak diiringi dengan kecepatan dan kelincahan yang memadai.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kolerasional. Kolerasional adalah suatu penelitian yang dirancang untuk menentukan tingkat hubungan variabel-variabel yang berbeda dalam populasi dan bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi antara variable bebas dengan variable terikat. Variabel bebas adalah kecepatan dan kelincahan, sedangkan variable terikat adalah keterampilan *dribbling*. Adapun yang dijadikan populasi dalam penelitian ini adalah tim sepakbola SMP Negeri 40 Pekanbaru yang berjumlah 20 orang. Dan untuk instrument yang digunakan dalam penelitian ini yaitu, a). Tes Kecepatan (X1) lari *sprint* 40 yard (Sajoto,1995:21), b). Tes Kelincahan (X2) *dodging run* (Ismaryati, 2008:41), c). Tes keterampilan *dribbling* bola (Y) (Nurhasan, 2001:160-161). Untuk teknik analisis data hasil tes kecepatan (X1) dan kelincahan (X2) terhadap keterampilan *dribbling* bola (Y) pada tim sepakbola SMP Negeri 40 pekanbaru, digunakan teknik analisis data yaitu analisis kolerasi sederhana dan kolerasi ganda.

Berdasarkan hasil penelitian dan pengolahan data dengan memakai prosedur statistik penelitian maka disimpulkan bahwa:

1. Tidak terdapat hubungan antara variabel  $X_1$  dengan Y karena  $r_{hitung} (0,365) < r_{tabel} (0,444)$  (**tidak terdapat hubungan yang signifikan**), Sehingga  $H_a$  ditolak pada  $\alpha = 0,05$ .

2. Terdapat hubungan antara variabel  $X_2$  dengan  $Y$  karena  $r_{hitung} (0,589) > r_{tabel} (0,444)$  (**terdapat hubungan yang signifikan**), Sehingga  $H_a$  diterima pada  $\alpha = 0,05$ .
3. Terdapat hubungan antara variabel  $X_1$  dan  $X_2$  dengan  $Y$ , dengan nilai  $R = 0,605$  sedangkan  $r_{tabel} = 0,444$  sehingga dapat disimpulkan  $R_{hitung} > r_{tabel}$  (**terdapat hubungan yang signifikan**),  $H_a$  diterima pada  $\alpha = 0,05$ .

### Rekomendasi

Berdasarkan uraian diatas, bahwa kecepatan dan kelincahan mempunyai hubungan yang signifikan dengan keterampilan *dribbling* bola, maka peneliti mengajukan saran-saran sebagaiberikut:

1. Diharapkan pelatih dapat memperhatikan kecepatan dan kelincahan dengan keterampilan *dribbling* bola pada tim sepakbola SMP Negeri 40 Pekanbaru
2. Atlet dapat memperhatikan dan meningkatkan latihan kecepatan dan kelincahan dengan keterampilan *dribbling* .
3. Diharapkan ada penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan masalah ini dengan tujuan sampel yang lebih besar dan professional, alat tes dan alokasi waktu yang lebih tepat lagi demi meningkatkan prestasi olahraga yang nanti dapat dijadikan referensi serta bahan pertimbangan bagi pembinaan selanjutnya.

### DAFTAR PUSTAKA

- Agung TH, dan EkoSujatmiko. 2012. *Kamus Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Surakarta: PT Aksara Sinergi Media.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Pelitian suatu pendekata npraktek*. PT Jakarta: Renika Cipta.
- Bompa, TO. 1993. *Periodization of strength*. Toronto: Veritas Publishing Inc.
- Fadel dan Rizal Harun. 2016. *Ensiklopedia Mini Olahraga*. Jakarta: Rexa Pustaka.
- Ismaryati. 2008. *Tes dan Pengukuran*. Jawa Tengah: Lembaga Pendidikan (LPP) dan UPT Penerbitan dan percetakan UNS (UNS Press).
- Mampaompo, M. Adam. 2011. *Kontribusi Mata Kaki dan Kelincahan terhadap Keterampilan Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola Club Bilopa Kabupaten Sinjai*. Jurnal ILARA, Volume II, Nomor I, Juni 2011, diambil dari: universitas Negeri makassar-digilib-unm-madammapa-342-1-12.adam-k.pdf

- Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta Pusat: Direktorat Jendral Olahraga.
- Sajoto. 1995. *Peningkatan dan Kekuatan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Prize.
- Sangadji, Etta mamang dan Sopiah. 2010. *Metedologi Penelitian*. Yogyakarta: C.V ANDI OFFSET
- Sutanto, Teguh. 2016. *Buku Pintar Olahraga*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Yarsuddin. 2012. *Survey Keterampilan BermainSepak Bola SMA Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa*. Jurnal ILARA, Volume III, Nomor 2, Juli-Desember 2012. Universitas Negeri makassar-digilib-unm-yasriuddin-453-1-9.yasri-k.pdf.