



**HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN DAN KECEPATAN TERHADAP  
KEMAMPUAN MENDRIBEL BOLA PEMAIN  
PS. MESKOM KECAMATAN BENGKALIS**

**JURNAL**

**Oleh**

**HERMAN SUTRISNO  
1305188559**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS RIAU**

**2015**

# HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN DAN KECEPATAN TERHADAP KEMAMPUAN MENDRIBEL BOLA PEMAIN PS. MESKOM KECAMATAN BENGKALIS

Herman Sutrisno<sup>1</sup>, Drs. Slamet. M.Kes AIFO<sup>2</sup>, Ni Putu Nita Wijayanti S.Pd. M.Pd<sup>3</sup>  
hermansutrisno90@yahoo.com<sup>1</sup>, nitawijayanti87@yahoo.com<sup>3</sup>

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

**ABSTRACT**, Problems in this study originated from the observation of the author encountered in the field, that footballers PS. Meskom District of Bengkalis can not dribble the ball well when playing football. This is presumably due to a lack of agility and speed which is owned by the player PS. Meskom District of Bengkalis. The purpose of this study was to determine the relationship of the agility and speed of the ball on the player's ability to dribble the PS. Meskom District of Bengkalis. This type of research is correlational. The population in this study are players PS. Meskom District of Bengkalis, amounting to 62 people consisting of three (3) age group, sampling in this research is using purposive sampling technique namely the U.17 - U.22 year, which amounted to as many as 20 people. to obtain research data used zig-zag run, the test run 30 meters and the ability to dribble the ball. Data were analyzed with simple product moment correlation and multiple, Based on data analysis found that there is a significant relationship between agility on the ability to dribble the ball, which  $r_{tab}$  at significant level  $\alpha (0,05) = 0.444$  means  $r_{hitung} (0,482) > r_{tab} (0.444)$  . Then at speed with the ability to dribble the ball also a significant relationship, where  $r_{tab}$  at significant level  $\alpha (0,05) = 0.444$  means  $r_{hitung} (0.500) > r_{tab} (0.444)$ . And then there is also a significant relationship jointly between agility and speed of the ball on the player's ability to dribble the PS. Meskom District of Bengkalis, where  $r_{tab}$  at significant level  $\alpha (0,05) = 0.444$  means  $r_{hitung} (0.555) > r_{tab} (0.444)$ .

**Keywords :** *Agility, Speed, Ability of Dribbling*

# HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN DAN KECEPATAN TERHADAP KEMAMPUAN MENDRIBEL BOLA PEMAIN PS. MESKOM KECAMATAN BENGKALIS

Herman Sutrisno<sup>1</sup>, Drs. Slamet. M.Kes AIFO<sup>2</sup>, Ni Putu Nita Wijayanti S.Pd. M.Pd<sup>3</sup>  
hermansutrisno90@yahoo.com<sup>1</sup>, nitawijayanti87@yahoo.com<sup>3</sup>

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

**ABSTRAK**, Masalah dalam penelitian ini berawal dari observasi penulis temui di lapangan, bahwa pemain sepakbola PS. Meskom Kecamatan Bengkalis tidak dapat mendribel bola dengan baik saat bermain sepakbola. Hal ini diduga karena kurangnya kelincahan dan kecepatan yang dimiliki oleh pemain PS. Meskom Kecamatan Bengkalis. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kelincahan dan kecepatan terhadap kemampuan mendribel bola pada pemain PS. Meskom Kecamatan Bengkalis. Jenis penelitian adalah korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain PS. Meskom Kecamatan Bengkalis yang berjumlah 62 orang terdiri dari 3 (tiga) kelompok umur, penarikan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu kelompok U.17 – U.22 tahun, yang berjumlah sebanyak 20 orang. Untuk mendapatkan data penelitian digunakan *zig-zag run*, tes lari 30 meter dan kemampuan mendribel bola. Data yang diperoleh dianalisis dengan korelasi *product moment* sederhana dan ganda, Berdasarkan analisis data ditemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan terhadap kemampuan mendribel bola, dimana  $r_{\text{tab}}$  pada taraf signifikan  $\alpha$  (0,05) = 0,444 berarti  $r_{\text{hitung}}$  (0,482) >  $r_{\text{tab}}$  (0,444). Kemudian pada kecepatan dengan kemampuan mendribel bola juga terdapat hubungan yang signifikan, dimana  $r_{\text{tab}}$  pada taraf signifikan  $\alpha$  (0,05) = 0,444 berarti  $r_{\text{hitung}}$  (0,500) >  $r_{\text{tab}}$  (0,444). Dan selanjutnya juga terdapat hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara kelincahan dan kecepatan terhadap kemampuan mendribel bola pada pemain PS. Meskom Kecamatan Bengkalis, dimana  $r_{\text{tab}}$  pada taraf signifikan  $\alpha$  (0,05) = 0,444 berarti  $R_{\text{hitung}}$  (0,555) >  $r_{\text{tab}}$  (0,444).

**Kata kunci:** *Kelincahan, Kecepatan, Kemampuan Mendribel*

## PENDAHULUAN

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang mendapat perhatian pembinaan baik dari tingkat pusat maupun tingkat rendah. Olahraga ini sangat populer di masyarakat dan dimainkan oleh seluruh lapisan masyarakat baik kalangan atas, menengah maupun bawah, baik kaum tua maupun kaum muda. Jika ditinjau dari perkembangannya sepakbola dari tahun ke tahun berkembang dengan pesat, dan semakin menuntut kemampuan yang sempurna dari seorang pemain sepakbola. Di Indonesia saat ini, prestasi sepakbola sangat jauh tertinggal dari negara-negara lain adalah masalah pembinaan, sarana dan prasarana, kejuaraan-kejuaraan yang minim dan kompetisi yang tidak teratur.

Salah satu usaha yang dilakukan oleh PSSI sebagai organisasi olahraga sepakbola untuk mengejar ketinggalan dari negara lain dapat dibuktikan dengan membuat beberapa macam tingkatan kompetisi baik regional, nasional, maupun keikutsertaan Indonesia di tingkat internasional. Kemudian PSSI bekerja sama dengan dinas pendidikan PPLP, kemudian juga dilihat banyaknya berdiri klub-klub perserikatan di seluruh wilayah Indonesia mulai dari kelompok usia 12 Tahun kebawah, kelompok 12 sampai 14 Tahun, kelompok usia 17 sampai 19 tahun, kelompok usia 23 Tahun ke atas dan kelompok senior yang sesuai dengan ketentuan PSSI seperti memiliki pelatih, memiliki sertifikat diakui oleh FIFA, AFC dan PSSI sendiri, di samping itu juga memiliki wasit dan inspektur pertandingan.

Dalam pencapaian prestasi yang baik dalam sepakbola dipengaruhi oleh banyak faktor diantaranya faktor internal seperti kemampuan fisik, teknik, dan mental atlet, sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang timbul dari luar diri atlet seperti, pelatih, sarana dan prasarana, keluarga, iklim dan cuaca, makanan yang bergizi. (Syafuddin, 1999:22)

Faktor internal, kondisi fisik adalah salah satu yang mempengaruhi prestasi seorang pemain sepakbola, kondisi fisik adalah kemampuan tubuh untuk melakukan penyesuaian (adaptasi) terhadap pembebanan fisik yang diberikan kepadanya tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti, Seperti daya tahan, kelincahan, kecepatan, dan kekuatan yang sangat dibutuhkan untuk menghasilkan kemampuan *dribbling* yang bagus.

Selain penguasaan teknik dasar permainan sepakbola yang baik, untuk menjadi pemain yang handal seorang pemain sepakbola juga harus memiliki kondisi fisik yang baik pula. Muchtar (1992: 54) menjelaskan “untuk dapat pandai bermain sepakbola, faktor fisik dan penguasaan keterampilan teknik dasar merupakan suatu keharusan. Agar fisik dan penguasaan keterampilan teknik dasar di kuasai perlu latihan yang sungguh-sungguh dan di rencanakan dengan baik.”

Selain kondisi fisik, teknik juga merupakan suatu pondasi bagi seorang untuk dapat bermain sepakbola. Darwis (1999:9) menjelaskan bahwa “teknik dasar dalam bermain sepakbola dikelompokkan atas dua teknik yaitu teknik dengan bola dan teknik tanpa bola. Teknik dengan bola di antaranya terdiri dari menendang bola, menggiring bola, menyundul bola, melempar bola, dan teknik penjaga gawang sedangkan teknik tanpa bola terdiri atas lari, lompat, tackling”. Jadi dalam permainan sepakbola, seorang pemain sepakbola harus dapat menguasai teknik dengan bola dan teknik tanpa bola dengan benar sehingga pemain akan mudah menguasai permainan dalam bermain sepakbola.

Menurut Djezet (1999) “teknik dalam sepakbola di bagi menjadi dua, teknik badan (tanpa bola) yang meliputi cara lari dan merubah arah, cara melompat dan gerak tipu tanpa bola, dan teknik dengan bola meliputi menendang bola, menerima bola, menyundul bola, menggiring bola, melempar bola, gerak tipu dan teknik menjaga gawang.

Dalam permainan sepakbola bila kita amati, *dribbling* merupakan gerakan yang sering dilakukan oleh permainan sepakbola. Menurut A. Sarumpaet (1992: 24) menyatakan bahwa “*dribbling* merupakan teknik dalam usaha memindahkan bola dari suatu daerah ke daerah lain pada saat permainan. Sedangkan tujuan dari *dribbling* adalah: 1) memindahkan permainan, 2) untuk melewati lawan, 3) untuk memancing lawan, 4) untuk memperlambat permainan.”

Berdasarkan pendapat di atas teknik *dribbling* merupakan salah satu teknik yang sangat penting dalam sepakbola untuk menjadi seorang pemain yang berprestasi. Danny Mielke (2007:1), mengemukakan “*dribbling* di defenisikan sebagai penguasaan bola dengan kaki saat bergerak dilapangan permainan”.

Untuk mencapai tujuan dari *dribbling* ada beberapa faktor yang mempengaruhi *dribbling* seorang pemain, di antaranya adalah kelincahan dan kecepatan. Pentingnya kelincahan dalam permainan sepakbola di ungkap oleh Suhendro (2002:4) bahwa “Hampir semua bentuk permainan memerlukan kelincahan termasuk dalam permainan sepakbola”.

Berdasarkan pengamatan peneliti di lapangan bersama pelatih bahwa pemain sepakbola PS. Meskom Kecamatan Bengkalis tidak dapat *dribbling* bola dengan baik saat bermain sepakbola. Hal ini diduga karena kurangnya kelincahan dan kecepatan yang dimiliki oleh pemain PS. Meskom Kecamatan Bengkalis. Disamping itu diduga fungsi dan tugas pengurus kurang berjalan dengan baik, sarana dan prasarana latihan belum mencukupi, latihan yang kurang terprogram ,kordinasi gerakan belum baik, kurang kelentukan ,kelincahan, kekuatan otot tungkai, kecepatan, dan keseimbangan.

Oleh sebab itu penelitian tertarik untuk membuktikan melalui penelitian secara ilmiah dengan judul : Hubungan Antara Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Sepakbola Pemain PS. Meskom Kecamatan Bengkalis. Dengan penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan koreksi dan antisipasi bagi pemain sepakbola PS. Meskom Kecamatan Bengkalis pada masa-masa yang akan datang.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian tergolong pada jenis penelitian korelasional yang dilanjutkan dengan menghitung besarnya hubungan variabel bebas yaitu kelincahan ( $X_1$ ) dan kecepatan ( $X_2$ ), sedangkan variabel terikatnya yaitu kemampuan *dribbling* pemain Sepakbola PS. Meskom Kecamatan Bengkalis (Y). Dalam penelitian ini yang dijadikan populasi adalah pemain sepakbola PS. Meskom Kecamatan Bengkalis yang berjumlah sebanyak 62 orang terdiri dari 3 (tiga) kelompok umur. Menurut Riduan (2005:63) teknik *purposive sampling* adalah teknik sampling yang digunakan peneliti mempunyai pertimbangan-pertimbangan tertentu di dalam pengambilan sampelnya atau penentuan sampel untuk tujuan tertentu”. Berdasarkan uraian di atas, maka penarikan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik *purposive sampling* dengan pertimbangan program latihannya telah mengacu kepada kebutuhan kondisi fisik sepakbola. Maka yang dijadikan sampel dalam

penelitian ini adalah kelompok U.17 – U.22 tahun, yang berjumlah sebanyak 20 orang pemain sepakbola PS. Meskom Kecamatan Bengkalis

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Deskripsi Data

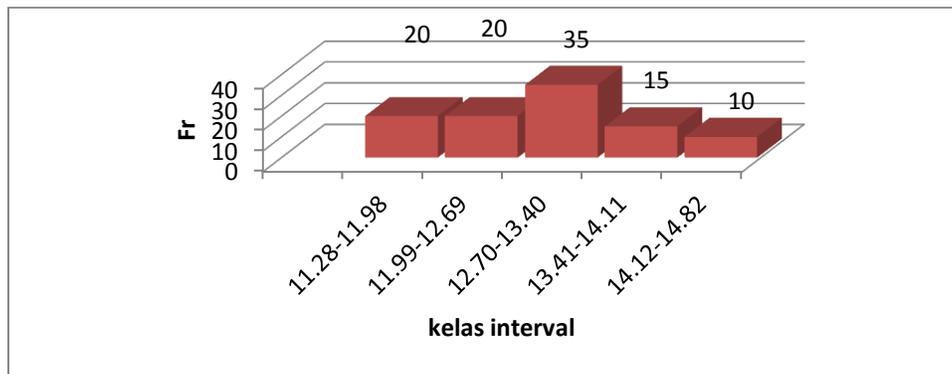
#### 1. Kelincahan

Pengukuran kelincahan dilakukan dengan tes *zig-zag run* terhadap 20 orang sampel, didapat skor tertinggi 14,37, skor terendah 11,28, rata-rata (mean) 12,88 dan simpangan baku (standar deviasi) 0,95, dari data hasil tes ini dapat dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Variabel kelincahan**

No	Kelas interval	Frekuensi absolute (Fa)	Frekuensi relative (Fr)
1	11.28-11.98	4	20
2	11.99-12.69	4	20
3	12.70-13.40	7	35
4	13.41-14.11	3	15
5	14.12-14.82	2	10
		20	100

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 20 sampel, ternyata 4 orang sampel (20%) memiliki hasil kelincahan dengan rentangan 1,28-11,98, kemudian terdapat 4 orang sampel lagi (20%) memiliki hasil kelincahan dengan rentangan 11,99-12,69, selanjutya sebanyak 7 orang sampel (35%) memiliki hasil kelincahan dengan rentangan 12,70-13,40, sedangkan sebanyak 3 orang sampel (15%) memiliki hasil kelincahan dengan rentangan 13,41-14,11 dan sisanya 2 orang sampel (10%) memiliki hasil kelincahan dengan rentangan 14,12-14,82, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram:



**Gambar . Histogram Kelincahan**

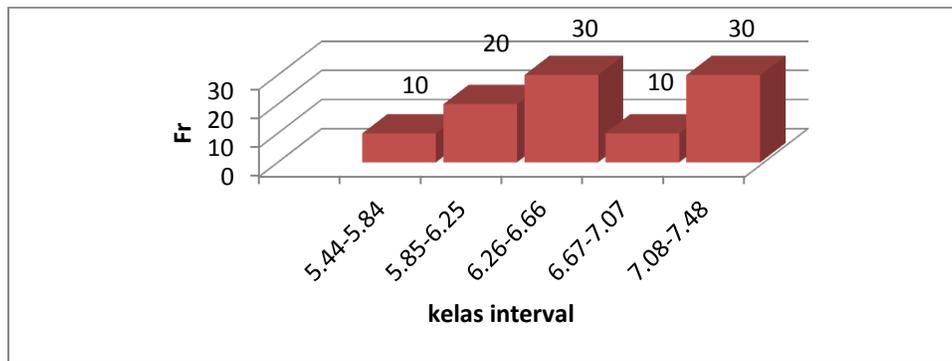
## 2. Kecepatan

Pengukuran kecepatan dilakukan dengan tes lari 30 meter terhadap 20 orang sampel, didapat skor tertinggi 7,29, skor terendah 5,44, rata-rata (mean) 6,54 dan simpangan baku (standar deviasi) 0,55 dari data hasil tes ini dapat dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

**Tabel . Distribusi Frekueasi Variabel kecepatan**

No	Kelas interval	Frekuensi absolute (Fa)	Frekuensi relative (Fr)
1	5.44-5.84	2	10
2	5.85-6.25	4	20
3	6.26-6.66	6	30
4	6.67-7.07	2	10
5	7.08-7.48	6	30
		20	100

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 20 sampel, ternyata sebanyak 2 orang sampel (10%) memiliki hasil kecepatan dengan rentangan 5,44-5,84, kemudian 4 orang sampel (20%) memiliki hasil kecepatan dengan rentangan 5,85-6,25, sedangkan sebanyak 6 orang sampel (30%) memiliki hasil kecepatan dengan rentangan 6,26-6,66, selanjutnya ada sebanyak 2 orang sampel (10%) memiliki hasil kecepatan dengan rentangan 6,67-7,07, dan sisanya 6 orang sampel (30%) memiliki hasil kecepatan dengan rentangan 7,08-7,48, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram :



**Gambar . Histogram kecepatan**

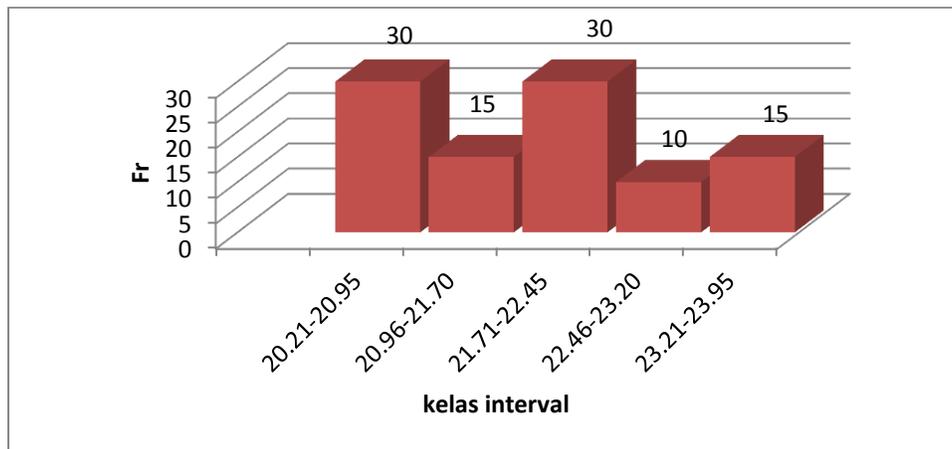
### 3. Kemampuan mendribel bola

Pengukuran kemampuan mendribel bola dilakukan dengan mendribel bola terhadap 20 orang sampel, didapat skor tertinggi 23,93, skor terendah 20,21, rata-rata (mean) 21,75 dan simpangan baku (standar deviasi) 1,12, dari data hasil tes ini dapat dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

**Tabel . Distribusi Frekuensi Variabel Kemampuan mendribel bola**

No	Kelas interval	Frekuensi absolute (Fa)	Frekuensi relative (Fr)
1	20.21-20.95	6	30
2	20.96-21.70	3	15
3	21.71-22.45	6	30
4	22.46-23.20	2	10
5	23.21-23.95	3	15
		20	100

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 20 sampel, ternyata 6 orang sampel (30%) memiliki hasil kemampuan mendribel bola dengan rentangan 20,21-20,95, kemudian 3 orang sampel (15%) memiliki hasil kemampuan mendribel bola dengan rentangan 20,96-21,70, sedangkan 6 orang sampel lagi (30%) memiliki hasil kemampuan mendribel bola dengan rentangan 21,71-22,45, selanjutnya sebanyak 2 orang sampel (10%) memiliki hasil kemampuan mendribel bola dengan rentangan 22,46-23,20, dan sisanya 3 orang sampel (15%) memiliki hasil kemampuan mendribel bola dengan rentangan 23,21-23,95, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram berikut.



**Gambar . Histogram Kemampuan mendribel 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 7. Uji normalitas data dengan uji lilliefors**

No	Variabel	Lo	Lt	Keterangan
1	Kelincahan	0,1564	0,190	Normal
2	Kecepatan	0,1496	0,190	Normal
3	Mendribel bola	0,1229	0,190	Normal

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

### 2. Perhitungan Koefisien Korelasi Sederhana

Hasil perhitungan koefisien korelasi sederhana dapat dilihat sebagai berikut:

- Hasil hitung koefisien korelasi nilai  $X_1$  terhadap Y adalah 0,482
- Hasil hitung koefisien korelasi nilai  $X_2$  terhadap Y adalah 0.500

## C. Pengujian Hipotesis

### 1. Penguji Hipotesis Satu

Pengujian hipotesis pertama yaitu terdapat hubungan antara kelincahan dengan hasil kemampuan mendribel bola. Berdasarkan analisis dilakukan, maka didapat rata-rata kemampuan mendribel bola sebesar 21,75, dengan simpangan baku 1,12. Untuk

skor rata-rata kelincahan didapat 12,88 dengan simpangan baku 0,95. Dari keterangan di atas diperoleh analisis korelasi antara kelincahan dan kemampuan mendribel bola, dimana  $r_{tab}$  pada taraf signifikan  $\alpha (0,05) = 0,444$  berarti  $r_{hitung} (0,482) > r_{tab} (0,444)$ , artinya hipotesis diterima dan terdapat hubungan yang berarti antara kelincahan terhadap kemampuan mendribel bola pada pemain PS. Meskom Kecamatan Bengkalis. Uji signifikan variabel  $X_1$  dengan Y

$$th = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

$$th = \frac{0,482\sqrt{20-2}}{\sqrt{1-(0,482)^2}}$$

$$th = \frac{2,045}{0,876}$$

$$t_h = 2,334$$

Dengan  $\alpha = 0,05$  dan  $dk = n - 2$ , diperoleh nilai  $t_{tabel} = 1,734$ , yaitu dari  $1-\alpha$  atau 0,95 sebagai  $dk$  pembilang dan  $n-2$  (18) sebagai  $dk$  penyebut. Kriteria pengujian adalah: jika  $t_{hitung} > t_{tabel}$ ,  $H_0$  yang menyatakan tidak terdapat hubungan antara variabel ditolak.

Sebaliknya jika  $t_{hitung} < t_{tabel}$   $H_0$  diterima, Oleh karena  $t_{hitung} (2,334) > t_{tabel} (1,734)$  maka  $H_0$  ditolak, dan  $H_a$  diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Dengan kata lain terdapat hubungan yang berarti kelincahan terhadap kemampuan mendribel bola pada pemain PS. Meskom Kecamatan Bengkalis.

$$\text{Uji } t_h \longrightarrow t_h = 2,334 \qquad t_{tab}(\alpha=0.05)=1,734$$

Jadi  $t_h > t_{tab}$ , maka  $H_0$  ditolak ( $H_a$  di terima)

**Tabel . Analisis Korelasi Antara Kelincahan Terhadap Kemampuan mendribel bola ( $X_1$ -Y)**

dk (N-2)	$r_{hitung}$	$r_{tabel}$ $\square = 0.05$	$t_{hitung}$	$t_{tabel}$ $\square = 0.05$	Kesimpulan
18	0,482	0,444	2,334	1,734	Signifikan

Ket:  $dk$  = derajat kebebasan

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

## 2. Penguji Hipotesis Kedua

Pengujian hipotesis kedua yaitu terdapat hubungan antara kecepatan dengan hasil kemampuan mendribel bola. Berdasarkan analisis dilakukan, maka didapat rata-rata kemampuan mendribel bola 21,75 dengan simpangan baku 1,12. Untuk skor rata-rata kecepatan didapat 6,58 dengan simpangan baku 0,55. Dari keterangan di atas diperoleh analisis korelasi antara kecepatan dan kemampuan mendribel bola, dimana  $r_{tab}$

pada taraf signifikan  $\alpha$  (0,05) = 0,444 berarti  $r_{hitung}$  (0,500) >  $r_{tabel}$  (0,444), artinya hipotesis diterima dan terdapat hubungan yang berarti antara kecepatan terhadap kemampuan mendribel bola pada pemain PS. Meskom Kecamatan Bengkalis.

Uji signifikan variabel  $X_2$  dengan Y

$$t_h = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

$$t_h = \frac{0.500\sqrt{20-2}}{\sqrt{1-(0.500)^2}}$$

$$t_h = \frac{2,121}{0,866}$$

$$t_h = 2,449$$

Dengan  $\alpha = 0,05$  dan  $dk = n - 2$ , diperoleh nilai  $t_{tabel} = 1,734$ , yaitu dari  $1-\alpha$  atau 0,95 sebagai  $dk$  pembilang dan  $n-2$  (18) sebagai  $dk$  penyebut. Kriteria pengujian adalah: jika  $t_{hitung} > t_{tabel}$ ,  $H_0$  yang menyatakan tidak terdapat hubungan antara variabel ditolak.

Sebaliknya jika  $t_{hitung} < t_{tabel}$   $H_0$  diterima, Oleh karena  $t_{hitung}$  (2,449) >  $t_{tabel}$  (1,734) maka  $H_0$  ditolak, dan  $H_a$  diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Dengan kata lain terdapat hubungan yang berarti kecepatan terhadap kemampuan mendribel bola pada pemain PS. Meskom Kecamatan Bengkalis.

$$\text{Uji } t_h \rightarrow t_h = 2,449 \quad t_{tab}(\alpha=0.05)=1,734$$

Jadi  $t_h > t_{tab}$ , maka  $H_0$  di tolak ( $H_a$  di terima)

**Tabel . Analisis Korelasi Antara Kecepatan Terhadap Kemampuan mendribel bola ( $X_2$ -Y)**

dk (N-2)	$r_{hitung}$	$r_{tabel}$ $\alpha = 0.05$	$t_{hitung}$	$t_{tabel}$ $\alpha = 0.05$	Kesimpulan
18	0,500	0,444	2,449	1,734	Signifikan

Ket:  $dk$  = derajat kebebasan

Hasil analisis korelasi menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan dengan kemampuan mendribel bola pada taraf signifikan  $\alpha = 0.05$ .

### 3. Penguji Hipotesis Tiga

Pengujian hipotesis tiga yaitu terdapat hubungan antara kelincahan dan kecepatan terhadap kemampuan mendribel bola. Berdasarkan analisis dilakukan, maka diperoleh analisis korelasi siganda antara kelincahan dan kecepatan terhadap kemampuan mendribel bola sebagai berikut:

$$\text{Uji } F_0 \rightarrow F_{hit} = 3,683 \quad F_t(\alpha = 0.05) = 3,59$$

Jadi  $t_h > t_{tab}$ , maka  $H_0$  ditolak ( $H_a$  diterima)

**Tabel . Analisis korelasi antara kelincahan dan kecepatan terhadap kemampuan mendribel bola ( $X_1, X_2-Y$ )**

dk (N-2)	$R_{hitung}$	$R_{table}$ $\alpha = 0.05$	$F_{hitung}$	$F_{table}$ $\alpha = 0.05$	Kesimpulan
17	0.555	0,444	3,683	3,59	Signifikan

Ket: dk = derajat kebebasan

Hasil analisis korelasi menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dan kecepatan terhadap kemampuan mendribel bola pada taraf signifikan  $\alpha = 0.05$ .

Dari keterangan di atas diperoleh analisis korelasi antara kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan mendribel bola, dimana  $r_{tab}$  pada taraf signifikan  $\alpha (0,05) = 0,444$  berarti  $R_{hitung} (0,555) > r_{tab} (0,444)$ , artinya hipotesis diterima dan terdapat hubungan yang berarti antara kelincahan dan kecepatan terhadap kemampuan mendribel bola pada pemain PS. Meskom Kecamatan Bengkalis tanpa mengabaikan oleh faktor-faktor lain.

## D. Pembahasan

### 1. Kelincahan

Menurut pendapat Poerwadarminto (1986) kelincahan berasal dari suku kata lincah yang berarti gesit atau cekatan. Lebih dijelaskan Sajoto (1988: 60) kelincahan adalah kemampuan seseorang dalam merubah arah dari satu posisi ke posisi yang lain di area tertentu, atau seseorang yang mampu merubah satu posisi yang berbeda dengan kecepatan tinggi dan koordinasi gerak yang baik.

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. Siswa 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 siswa 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 kemampuan mendribel bola pada pemain PS. Meskom Kecamatan Bengkalis, artinya tingkat kelincahan yang dimiliki atlet tentu akan lebih baik apabila tidak mengabaikan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kemampuan mendribel bola.

## 2. Kecepatan

Kecepatan adalah suatu kemampuan bersyarat untuk menghasilkan gerakan tubuh dalam waktu yang sesingkat mungkin. Kecepatan diukur dengan satuan jarak dibagi suatu kemampuan untuk menghasilkan gerakan tubuh dalam waktu yang sesingkat mungkin. Disamping itu kecepatan didefinisikan sebagai laju gerak, dapat berlaku untuk tubuh secara keseluruhan atau bagian tubuh.

Menurut Syafruddin,(1999) mengatakan "kecepatan dibatasi oleh faktor seperti: kekuatan otot, tegangan otot, kecepatan reaksi, kecepatan kontraksi, dan kordinasi." Dengan demikian Atlet yang memiliki kecepatan yang baik akan mampu melakukan *dribbling* bola dengan cepat sambil melewati lawan, dan dapat merebut bola dengan cepat. Kecepatan juga tergantung dengan kekuatan karena tanpa kekuatan, kecepatan tidak dapat berkembang dan meningkat. Kecepatan yang di peroleh tergantung dari kecepatan tubuh sendiri.

Dari hasil analisis yang sudah ditemukan maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan dengan kemampuan mendribel bola pada pemain PS. Meskom Kecamatan Bengkalis, artinya tingkat kecepatan yang dimiliki atlet tentu akan lebih baik apabila tidak mengabaikan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kemampuan mendribel bola.

## 3. Hubungan kelincahan dan kecepatan terhadap hasil kemampuan mendribel bola

Salah satu teknik yang di perlukan di dalam permainan sepakbola adalah teknik menggiring atau mendribel bola. Mendribel bola adalah salah satu bagian teknik yang penting untuk mencapai suatu prestasi, pada saat mendribel bola pemain dituntut untuk menguasai bola dalam berbagai posisi dengan seluruh bagian tubuh kecuali tangan, gerakan mendribel bola dilakukan dengan sangat cepat karena pemain memiliki waktu dan ruang yang terbatas. Mendribel 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 kemampuan mendribel bola yang baik. Soedjono (1985) Lebih lanjut menjelaskan mendribel bola adalah membawa bola dengan kaki dengan tujuan melewati lawan, di samping tujuan tersebut mendribel bola juga berguna untuk mencari kesempatan memberikan umpan kepada kawan (Aang Witarsa, 1979)

Beberapa faktor yang sangat menentukan kemampuan mndribel bola yaitu kekuatan, daya tahan, kelincahan, kelentukan, koordinasi gerak, mental atlet, program latihan, sarana prasarana. Diduga faktor yang paling mempengaruhi kemampuan mendribel bola adalah kelincahan dan kecepatan. Dari hasil analisis yang sudah ditemukan maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dan kecepatan terhadap kemampuan mendribel bola pada pemain PS. Meskom Kecamatan Bengkalis tanpa mengabaikan oleh faktor-faktor lain, tingkat kelincahan dan kecepatan yang dimiliki atlet tentu akan lebih baik apabila tidak mengabaikan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan mendribel bola, sebagai mana yang terdapat pada identifikasi masalah.

## SIMPULAN DAN REKOMENDASI

### Simpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah penulis uraikan pada bab terdahulu, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincuhan terhadap kemampuan mendribel bola, dimana  $r_{tab}$  pada taraf signifikan  $\alpha$  (0,05) = 0,444 berarti  $r_{hitung}$  (0,482) >  $r_{tab}$  (0,444). Terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan terhadap kemampuan mendribel bola, dimana  $r_{tab}$  pada taraf signifikan  $\alpha$  (0,05) = 0,444 berarti  $r_{hitung}$  (0,500) >  $r_{tab}$  (0,444). Terdapat hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara kecepatan dan kelincuhan terhadap kemampuan mendribel bola pada pemain PS. Meskom Kecamatan Bengkalis, dimana  $r_{tab}$  pada taraf signifikan  $\alpha$  (0,05) = 0,444 berarti  $R_{hitung}$  (0,555) >  $r_{tab}$  (0,444).

### Rekomendasi

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti dapat memberikan saran-saran sebagai berikut: Pelatih dapat memperhatikan kecepatan maupun kelincuhan untuk menghasilkan kemampuan mendribel bola yang baik bagi pemain PS. Meskom Kecamatan Bengkalis. Pelatih dapat mengarahkan latihan yang dapat mempengaruhi kemampuan mendribel bola yaitu pada kelincuhan dan kecepatan tanpa mengabaikan faktor-faktor yang lainnya. Atlet agar dapat memperhatikan dan menerapkan latihan kecepatan dan kelincuhan untuk menunjang kemampuan mendribel bola. Bagi para peneliti disarankan untuk dapat mengkaji faktor-faktor lain yang berhubungan dengan kemampuan mendribel bola.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 1995. Manajemen Penelitian. Jakarta : PT.Bineka Cipta.  
Mielke, Danny. 2007. *Dasar-Dasar Sepakbola*. Prakarya : Bandung.  
Nurhasan. 1984. *Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*. Bandung : FPOK IKIP Bandung.  
Sarumpaet, dkk. 1992. Permainan Besar. Depdikbud. Dirjen Dikti.  
Sajoto, M. 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik dan Olahraga*. Semarang: Depdikbut.  
Soedjono. 1985. *Olahraga dan Umur*. Jakarta: Fakultas kedokteran Universitas Indonesia.  
Sudjana. 1992. *Metode Statistik*. Bandung : Tarsito  
Syafuruddin. 1999. *Dasar-dasar Kepelatihan Olahraga*. Padang: FIK UNP.  
Undang-undang Republik Indonesia No 3 Tahun 2005 *Tentang Sistem Keolahragaan Nasional*. Jakarta: Citra Umbara.