

CONTRIBUTION OF AGILITY AND SPEED ON SKILLS DRIBBLING ON THE FUTSAL TEAM SMA AL-HUDA PEKANBARU

M. Agung Wiguna¹, Dr. Zainur M.Pd², Aref Vai, S.Pd. M.Pd³

Email : m.agungwiguna@gmail.com. Dr.zainurunri@gmail.com.

Aref.vai@lecturer.unri.ac.id

*Health Physical Education And Recreation
Faculty Of Teachers Training And Education
Riau University*

Abstract: *The purpose of this study was to determine how much the contribution of agility, and speed to dribbling skills on the futsal team SMA Al-Huda Pekanbaru. In this research, Pearson product moment correlation technique is used, namely the two intervals scale variables. The population in this study were all students who participated in futsal extracurricular activities at the SMA Al-Huda Pekanbaru, which numbered 15 people. In this research using total sampling. From the results of the calculation of the correlation between agility with the ability to herd obtained r count 1.00 while rtable at a significant level $\alpha = 0.05$ is 0.525. Then there is a relationship between agility to dribble futsal players SMA Al-Huda Pekanbaru. Speed has a significant relationship with the ability to dribble futsal players SMA Al-Huda Pekanbaru, marked by the results obtained are obtained rcount (0.9357) > rtable (0.525). There is a significant correlation together between agility and speed with the ability to dribble futsal players SMA Al-Huda Pekanbaru. This is indicated by the results obtained by Fcount 14.32 > Ftable 3.34.*

Key words: *Agility, Speed, Dribbling*

KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KECEPATAN TERHADAP KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA PADA TIM FUTSAL SMA AL-HUDA PEKANBARU

M. Agung Wiguna¹, Dr. Zainur M.Pd², Aref Vai, S.Pd. M.Pd³
Email : m.agungwiguna@gmail.com. Dr.zainurunri@gmail.com.
Aref.vai@lecturer.unri.ac.id

Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Riau

Abstrak: Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui seberapa besar kontribusi kelincahan, dan kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pada tim futsal SMA AL-HUDA Pekanbaru. Pada penelitian yang akan dilakukan ini digunakan teknik korelasi *product moment pearson* yaitu kedua variabelnya berskala interval. Adapun populasi dalam penelitian kali ini adalah seluruh siswa peserta ekstrakurikuler futsal di SMA AL-HUDA Pekanbaru, yang berjumlah 15 orang. Pada penelitian ini menggunakan *total sampling*. Dari hasil perhitungan korelasi antara kelincahan dengan kemampuan menggiring diperoleh r_{hitung} 1.00 sedangkan r_{tabel} pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$ yaitu 0,525. Maka terdapat hubungan antara kelincahan terhadap menggiring bola pemain futsal SMA AL-HUDA Pekanbaru. Kecepatan mempunyai hubungan signifikan dengan kemampuan menggiring bola pemain futsal SMA AL-HUDA Pekanbaru, ditandai dengan hasil yang diperoleh yaitu diperoleh r_{hitung} (0,9357) > r_{tabel} (0,525). Terdapat hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara kelincahan dan kecepatan dengan kemampuan menggiring bola pemain futsal SMA AL-HUDA Pekanbaru. Ini ditandai dengan hasil yang diperoleh F_{hitung} 14,32 > F_{tabel} 3.34.

Kata kunci: Kelincahan, Kecepatan, *Dribbling*

PENDAHULUAN

Demam olahraga sudah menyebar di seantero negeri, mulai dari orang tua, remaja, sampai anak-anak sudah menjadikan olahraga sebagai trend dan style tersendiri dan menjadi pola hidup sehat diberbagai kalangan. Pola hidup sehat sekarang ini sudah menjadi style tersendiri. Hal ini dibuktikan dengan semakin larisnya produk-produk kesehatan dijual di pasaran, tempat kebugaran yang semakin menjamur, dan sebagainya. Dengan melakukan pola hidup sehat akan menghasilkan sugesti-sugesti positif sehingga akan timbul rangsangan yang membuat kita lebih mudah dan bersemangat dalam menjalani hidup. Banyak cara dalam melakukan pola hidup sehat ini, salah satunya dengan melakukan kegiatan olahraga.

Pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam mengintensifikasi penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah, dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat, dan aktif sepanjang hayat. Untuk mencapai tujuan tersebut harus ada dukungan yang lebih banyak dari pihak lain seperti keluarga, sekolah, serta lingkungan. Untuk pendidikan jasmani yang diberikan disekolah, tentu pihak sekolah mempunyai peran, dan tanggung jawab yang tinggi. Dalam hal ini guru pendidikan jasmani harus mempunyai inovasi-inovasi untuk melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani guna mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan.

Untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani, pihak sekolah senantiasa harus mengembangkan bakat, dan minat siswa. Salah satunya dengan mengembangkan kegiatan olahraga seperti halnya olahraga futsal. Futsal merupakan cabang olahraga yang sangat digemari oleh semua lapisan masyarakat di Indonesia, baik di kota-kota maupun di desa-desa. Bahkan sekarang futsal juga digemari dan dimainkan oleh kaum wanita. Didalam memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat, futsal merupakan salah satu cabang olahraga yang diprioritaskan untuk dibina, maka untuk meningkatkan, dan mencapai prestasi alangkah baiknya jika semenjak anak-anak telah mendapatkan pendidikan olahraga dan khususnya futsal secara benar, teratur, dan terarah. Dewasa ini, permainan futsal bukan hanya sekedar hiburan atau pengisi waktu senggang, akan tetapi sudah dituntut untuk berprestasi setinggi-tingginya.

Dewasa ini, permainan futsal bukan hanya sekedar hiburan atau pengisi waktu senggang, akan tetapi sudah dituntut untuk berprestasi setinggi-tingginya. Prestasi yang tinggi hanya dapat dicapai dengan latihan-latihan yang direncanakan dengan sistematis dan dilakukan secara terus menerus dibawah pengawasan dan bimbingan pelatih yang profesional. Mengingat kesenangan dan kecintaan masyarakat terhadap futsal, maka wajarlah bila para pembina futsal dituntut untuk terus membenahi diri dengan ilmu dan mencari pengalaman demi kemajuan futsal, apalagi sekarang ini futsal bisa digunakan sebagai bisnis, mencari pekerjaan, dan juga digunakan sebagai propaganda bagi perusahaan atau instansi yang membutuhkan popularitas dari masyarakat sehingga selalu ingin memenuhi kehendak, dan kegemaran masyarakat melalui olahraga futsal. Futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing tim beranggotakan lima orang dengan tujuan untuk memasukan bola ke gawang lawan, dengan memanipulasi bola dan kaki” Kurniawan dalam Gede Noviyada dkk (2014:3).

Kata futsal berasal dari kata *futebol de salo* (bahasa Portugis) atau *futbol sala* (bahasa spanyol) yang maknanya sama, yakni sepak bola ruangan. (Asmarjaya., 2008:1). Asmar Jaya (2008:79) permainan yang menggunakan gayaumpun pendek dari kaki-ke kaki biasanya dilakukan oleh pemain yang memiliki *skill* lebih dalam hal penguasaan bola. Wiyadi (2012:13). Permainan futsal sangat mengandalkan kemampuan teknik yang tinggi dari masing-masing permainan tanpa terkecuali. Teknik individu digabungkan secara kolektif untuk menjalankan sebuah taktik dan strategi yang terlatih.

Menurut Asmar jaya (2008:62). Ada beberapa macam *skill* dan teknik dasar yang harus dimiliki seorang pemain futsal yaitu, menendang bola (*kicking*), menerima atau menghentikan bola (*controlling*), menggiring bola (*dribbling*), menyundul bola (*heading*), lemparan kedalam (*throw in*), merampas bol (*tackling*), dan menjaga gawang (*goal keeper*). Teknik dasar menggiring bola merupakan salah satu teknik dasar yang harus dimiliki oleh setiap pemain futsal. Asmar Jaya (2008:66). Menggiring bola adalah menendang bola terputus-putus atau pelan-pelan. Menggiring bola bertujuan untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan dan menghambat permainan.

Widi Hartomo dalam Bagas Wahyu (2016:2) mengatakan bahwa kemampuan menggiring bola harus didukung dengan kecepatan yang baik, hal ini dapat dilihat dari banyak contoh pemain futsal profesional yang mempunyai kecepatan yang baik, rata-rata mereka memiliki kemampuan menggiring bola yang baik. Sedangkan menurut Setiawan (2005:69). Seorang pemain futsal yang memiliki kelincahan yang bagus maka akan sulit dikejar pada saat melakukan *dribbling*. Alfriska Alinoer (2014:22), mengatakan bahwa teknik *dribbling* merupakan keterampilan mutlak yang harus dikuasai oleh setiap pemain.

Kelincahan adalah komponen penting yang dibutuhkan oleh hampir seluruh cabang olahraga Gatchell dalam Dr.Widiastuti, M.Pd (2015 : 137). *Agility* atau kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah atau posisi tubuh dengan cepat yang dilakukan bersama-sama dengan gerak lainnya. Bagi anak, kelincahan merupakan komponen kesegaran jasmani yang harus dimiliki. Tanpa kelincahan, anak dikatakan tidak dalam keadaan normal atau mungkin sedang sakit. Kelincahan bagi mereka adalah sesuatu yang khas sesuai dengan kodratnya. Jadi, kelincahan harus menempati prioritas utama dalam melatih kesegaran jasmani setiap anak. Bagi orang dewasa kelincahan tidak berarti kurang penting, tetapi apabila dilihat dari kebutuhan serta aktivitas yang dilakukan, kelincahan terbatas kepada cabang olahraga yang dilakukannya. Untuk para atlet kelincahan memiliki peran yang sangat penting demi tercapainya kemampuan penampilan secara baik, seorang atlet sangat perlu untuk memiliki, memelihara dan menjaganya agar kemampuan *agility* tetap menjadi satu kesatuan dengan kemampuan fisik lainnya.

Kecepatan adalah kemampuan bergerak dengan kemungkinan kecepatan tercepat. Ditinjau dari sistem gerak, kecepatan adalah kemampuan dasar mobilitas sistem saraf pusat, dan perangkat otot untuk menampilkan gerakan-gerakan pada kecepatan tertentu. Dari sudut pandang mekanika, kecepatan diekspresikan sebagai rasio antara jarak, dan waktu. Bempa dalam Ismaryati (2008 : 57). Kecepatan merupakan gabungan dari tiga elemen, yakni waktu reaksi, frekuensi gerakan per unit waktu, kecepatan menempuh suatu jarak. Kecepatan adalah satu kemampuan biomotorik yang penting untuk melakukan aktivitas olahraga.

Selama melakukan observasi di SMA Al-huda, yaitu pada saat tim sedang melakukan latihan, dan pertandingan uji coba, masih terdapat kesalahan-kesalahan dalam melakukan *dribbling* bola, ketika saat menggiring bola kurang leluasa, dan dalam

melakukan gerakan masih kaku, dan sering lepas kontrol maupun terbaca oleh pihak lawan dengan mudah. Penulis menduga bahwa masih rendahnya kelincahan dan kecepatan yang dimiliki oleh siswa sma Al-huda masih sangatlah minim. Berdasarkan dari masalah-masalah yang penulis lihat, dan berdasarkan teori-teori diatas maka penulis ingin mengetahui seberapa besar kontribusi kelincahan, dan kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pada tim futsal SMA AL-HUDA Pekanbaru.

METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini digunakan teknik korelasi *product moment pearson* yaitu kedua variabelnya berskala interval. Penggunaan korelasi *product moment pearson* untuk menyatakan ada atau tidaknya hubungan antara variabel X dengan variabel Y dan untuk menyatakan besarnya sumbangan variabel satu terhadap yang lainnya yang dinyatakan dalam persen. Tujuan penelitian korelasional adalah untuk mendeteksi sejauh mana variasi-variasi pada satu faktor lain tanpa melakukan intervensi tertentu terhadap variasi variabel-variabel yang bersangkutan. Keeraatan hubungan didasarkan pada koefisien korelasi yang diperoleh dari setiap variabel yang di analisis. Adapun populasi dalam penelitian kali ini adalah seluruh siswa peserta ekstrakurikuler futsal di SMA AL-HUDA Pekanbaru, yang berjumlah 15 orang. Pada penelititan ini menggunakan *total sampling* yaitu seluruh peserta ekstrakurikuler futsal di SMA AL-HUDA Pekanbaru, yang berjumlah 15 orang.

PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

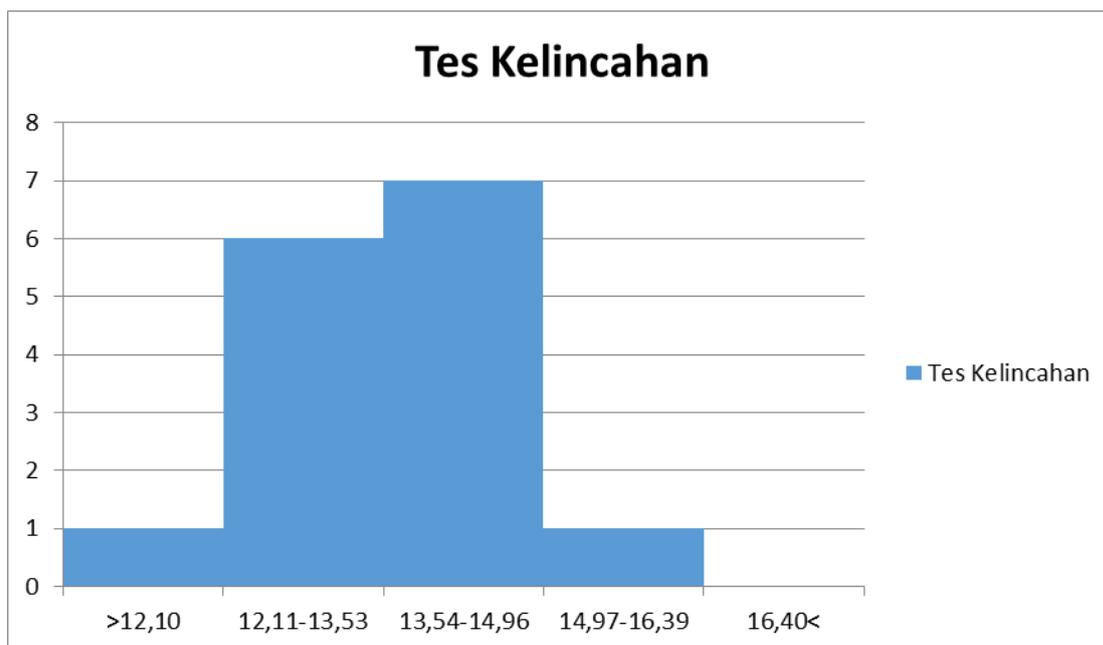
1. Kelincahan

Variabel kelincahan diukur dalam satuan detik dengan menggunakan bentuk *Dodging run test*. Berdasarkan tes yang dilakukan didapat skor tertinggi = 12.05 dan skor terendah = 15.1 menghasilkan rata-rata (*mean*) = 13.68, simpangan baku (standar deviasi) = 0.837. Untuk lebih jelasnya distribusi frekuensi skor kelincahan ini, dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kelincahan Siswa Ekstrakurikuler SMA AL-HUDA Pekanbaru

No	Kelas interval	Frekuensi absolute (Fa)	Frekuensi relative (Fr)	Kategori
1	>12,10	1	6.66	Baik sekali
2	12,11-13,53	6	40	Baik
3	13,54-14,96	7	46.66	Sedang
4	14,97-16,39	1	6.66	Kurang
5	16,40<	0	0	Kurang sekali
	Jumlah	15	100%	

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa dari 15 orang siswa yang melakukan tes kelincahan, 1 orang (6.66%) berada pada kelas interval >12.10 terletak pada kategori baik sekali, sebanyak 6 orang (40%) berada pada kelas interval 12.11-13.53 terletak pada kategori baik, Sebanyak 7 orang (46.66%) berada pada kelas interval 13.54-14.96 terletak pada kategori sedang, 1 orang (6.66%) berada pada kelas interval 14.97-16.39 terletak pada kategori kurang, sedangkan untuk kategori kurang sekali tidak ada. Untuk lebih jelasnya lihat pada histogram:



Gambar 1. Histogram Variabel Kelincahan

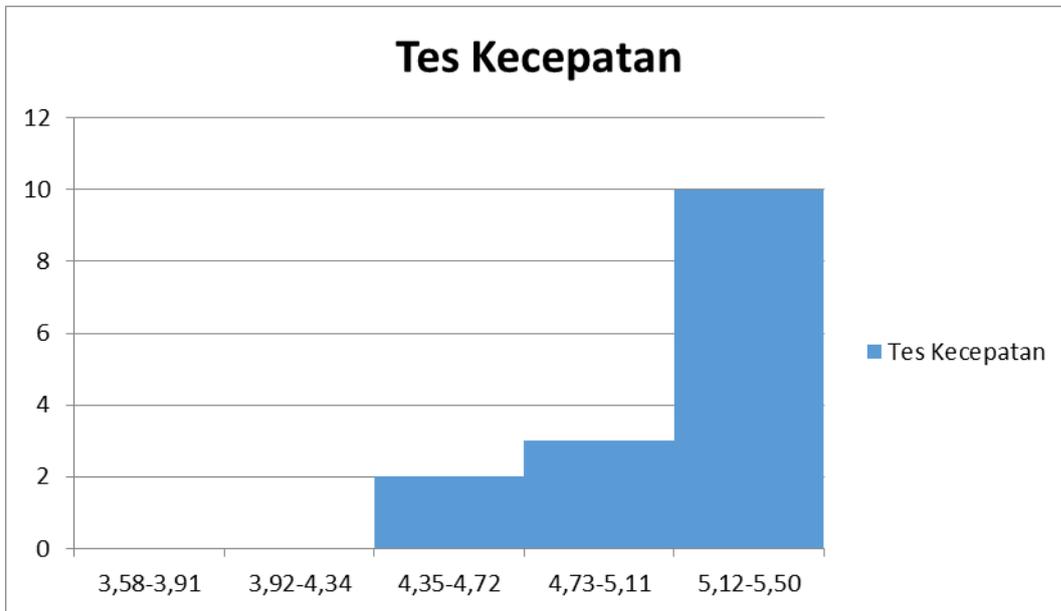
2. Kecepatan

Pengukuran kecepatan dilakukan dengan tes lari 30 M terhadap 15 orang sampel, didapat skor tertinggi 4.46, skor terendah 6,07, rata-rata (mean) 5.242, median 5.16, simpangan baku (standar deviasi) 0,503. Untuk lebih jelasnya lihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekueasi Variabel Kecepatan (X_2)

No	Kelas interval	Frekuensi absolute (Fa)	Frekuensi relative (Fr)	Kategori
1	3,58-3,91	0	0	Baik sekali
2	3,92-4,34	0	0	Baik
3	4,35-4,72	2	13.33	Sedang
4	4,73-5,11	3	20	Kurang
5	5,12-5,50	10	66.66	Kurang sekali
	Jumlah	15	100%	

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 15 sampel, 2 orang (13.33%) memiliki hasil kecepatan 4,35-4,72 terdapat pada kategori sedang, 3 orang (20%) memiliki hasil kecepatan 4,73-5,11 terdapat pada kategori kurang, 10 orang (66.66%) memiliki hasil kecepatan 5,12- 5.50 terdapat pada kategori kurang sekali. Untuk kategori baik sekali dan kategori baik tidak ada. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram :



Gambar 2. Histogram Variabel Kecepatan

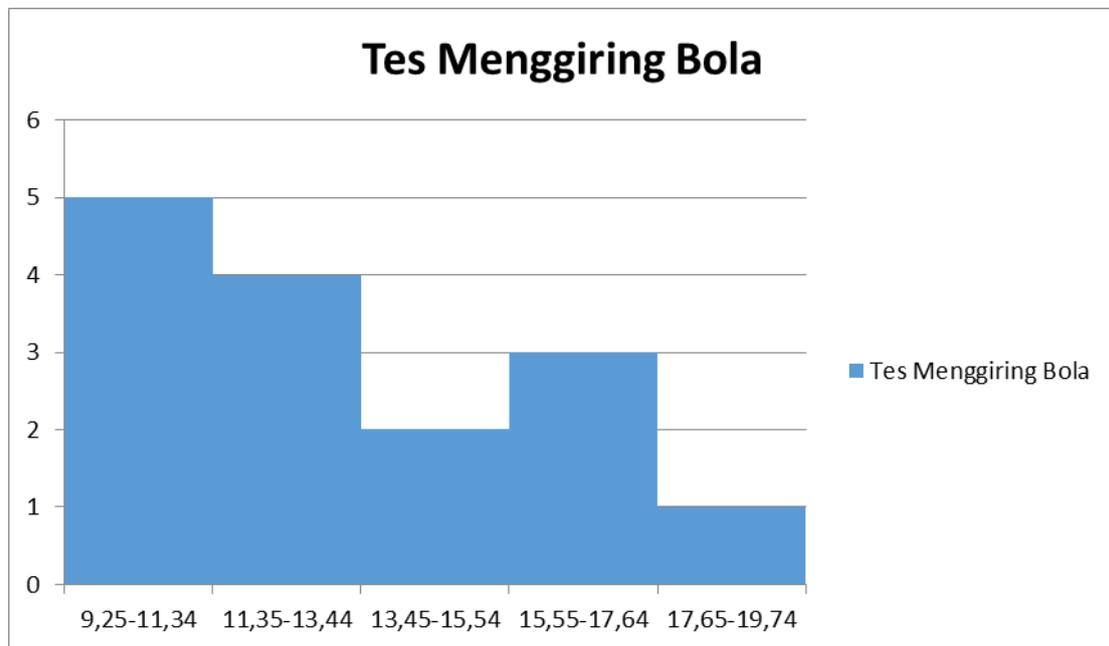
3. Menggiring

Variabel menggiring diukur dengan melakukan tes menggiring dalam satuan detik. Berdasarkan tes yang dilakukan didapat skor tertinggi = 9 dan skor terendah = 12.4 menghasilkan rata-rata (*mean*) = 11.02, simpangan baku (standar deviasi) = 0.878. Untuk lebih jelasnya distribusi frekuensi skor kemampuan menggiring ini, dapat dilihat pada histogram berikut ini:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Skor Kemampuan Menggiring SMA AL-HUDA Pekanbaru

No	Kelas interval	Frekuensi absolute (Fa)	Frekuensi relative (Fr)
1	9,25-11,34	5	33.33
2	11,35-13,44	4	26.66
3	13,45-15,54	2	13.33
4	15,55-17,64	3	20
5	17,65-19,74	1	6.66
	Jumlah	15	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa dari 15 orang siswa yang melakukan tes kemampuan menggiring, 5 orang (33.33%) berada pada perolehan (9,25-11,34), 4 orang (26.66%) pada perolehan (11,45-13,44), 2 orang (13.33%) pada perolehan (13,45-15,54), 3 orang (10%) pada perolehan (15,35-17,64), 1 orang (6.66%) pada perolehan (17,26-19,74). Untuk lebih jelasnya lihat pada histogram berikut:



Gambar 3. Histogram Kemampuan Menggiring

Pengujian Persyaratan Analisis

4. 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 3-5.

Tabel 4. Uji Normalitas Data Tes Menggiring Dengan Uji Lilliefors

No	Variabel	Lo	Lt	Keterangan
1	Kelincahan	0,1997	0.2200	Normal
2	Kecepatan	0,1331	0.2200	Normal
3	Menggiring	0,1997	0.2200	Normal

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

5. Perhitungan Koefisien Korelasi Sederhana

Hasil perhitungan koefisien korelasi sederhana dapat dilihat sebagai berikut:

- Hasil hitung koefisien korelasi nilai X_1 terhadap Y adalah 1.00
- Hasil hitung koefisien korelasi nilai X_2 terhadap Y adalah 0.2357

Pengujian Hipotesis

6. Penguji Hipotesis Satu

Pengujian hipotesis pertama yaitu terdapat hubungan antara kelincahan dengan hasil menggiring. Berdasarkan analisis dilakukan, maka didapat rata-rata menggiring sebesar 11.02 dengan simpangan baku 0.878. Untuk skor rata-rata kelincahan didapat 13.68 dengan simpangan baku 0.837. Dari keterangan di atas diperoleh analisis korelasi antara kelincahan dan menggiring dimana $r_{hitung} (1.00) > r_{tabel} (0,553)$ maka (H_a diterima), terdapat hubungan antara kelincahan terhadap menggiring bola pemain SMA AL-HUDA Pekanbaru.

Tabel 5. Analisis Korelasi Antara Kelincahan Terhadap Menggiring (X_1Y)

dk (N-2)	r_{hitung}	t_{tabel} $\alpha = 0.05$	Kesimpulan
13	1.00	0.553	Signifikan

Ket: dk = derajat kebebasan

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

7. Penguji Hipotesis Dua

Pengujian hipotesis dua yaitu terdapat hubungan antara kecepatan dengan menggiring. Berdasarkan analisis dilakukan, maka didapat rata-rata menggiring sebesar 11.02 dengan simpangan baku 0.878. Untuk skor rata-rata kecepatan didapat 5.242 dengan simpangan baku 0,503 dari keterangan di atas diperoleh analisis korelasi antara kecepatan dan menggiring dimana $r_{hitung} (0,9357) > r_{tabel} (0,525)$ maka (H_a diterima), terdapat hubungan antara kelincahan terhadap menggiring bola pemain SMA AL-HUDA Pekanbaru.

Tabel 6. Analisis Korelasi Antara Kecepatan Terhadap Menggiring (X_2 - Y)

dk (N-2)	r_{hitung}	$t_{table} \alpha = 0.05$	Kesimpulan
13	0.9357	0.525	Signifikan

Ket: dk = derajat kebebasan

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

8. Penguji Hipotesis Tiga

Pengujian hipotesis tiga yaitu terdapat hubungan antara kelincahan kecepatan terhadap menggiring. keterangan di atas diperoleh analisis korelasi antara kelincahan dan kecepatan terhadap menggiring lihat pada lampiran 7.

Tabel 7. Analisis Korelasi Antara Kelincahan Dan Kecepatan Terhadap Menggiring (X_1, X_2 - Y)

dk (N-2)	r_{hitung}	F_{hitung}	$F_{table} \alpha = 0.05$	Kesimpulan
27	1.00	14,32	3,34	Signifikan

Ket: dk = derajat kebebasan

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

PEMBAHASAN

Berdasarkan pada hasil penelitian dari perhitungan korelasi antara kelincahan (X_1) dengan menggiring (Y) menggunakan rumus korelasi product moment. Kriteria pengujian jika $r_{hitung} > r_{tabel}$, maka terdapat hubungan yang signifikan dan sebaliknya (Sudjana 2002:369). Dari hasil perhitungan korelasi antara kelincahan dengan kemampuan menggiring diperoleh r_{hitung} 1.00 sedangkan r_{tabel} pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$ yaitu 0,525. Maka terdapat hubungan antara kelincahan terhadap menggiring bola pemain futsal SMA AL-HUDA Pekanbaru, berarti dalam hal ini tingkat hubungan antara kelincahan dengan menggiring, dengan demikian baik kelincahan yang dimiliki siswa maka semakin baik pula hasil menggiring yang diperoleh.

Untuk hasil perhitungan korelasi antara kecepatan (X_2) dengan menggiring (Y) diperoleh r_{hitung} (0,9357) $>$ r_{tabel} (0,525), maka terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan dengan menggiring bola pemain futsal SMA AL-HUDA Pekanbaru, berarti dalam hal ini tingkat hubungan antara kecepatan, dengan demikian baik kecepatan yang dimiliki siswa maka semakin baik pula kemampuan menggiring yang diperoleh. Untuk

mengetahui hubungan dari dua variabel atau lebih digunakan rumus korelasi ganda. Kriteria pengujian signifikan dengan uji F (sudjana, 2002: 385). Jika $f_{hitung} > f_{tabel}$ maka terdapat hubungan dan sebaliknya tidak terdapat hubungan jika $f_{hitung} < f_{tabel}$. Dari hasil perhitungan diperoleh koefisien korelasi ganda (uji F) didapat $F_{hitung} = 14,32$ sedangkan F_{tabel} diperoleh dengan $N - K - 1/15 - 2 - 1 = 13$ sebesar 3.34 jadi $F_{hitung} > F_{tabel}$, selanjutnya hasil perhitungan R(korelasi berganda) secara bersama-sama tingkat hubungan kelincahan (X_1) dan kecepatan (X_2) dengan kemampuan menggiring (Y) sebesar 0,63 dan perhitungan R^2 (square) atau koefisien determinasi berganda memberikan sumbangan secara bersama-sama kedua variabel bebas ini (X_1 dan X_2) terhadap kemampuan menggiring (Y) sebesar 40% hal ini berarti 60% hasil kemampuan menggiring siswa futsal SMA AL-HUDA Pekanbaru ditemukan oleh variabel-variabel yang lain.

Berdasarkan hasil penelitian ini mendukung pendapat Sajoto (1998:60) bahwa “kelincahan adalah kemampuan seseorang dalam merubah arah dari satu posisi ke posisi lain di area tertentu, atau seseorang yang mampu merubah satu posisi ke posisi yang berbeda dengan kecepatan tinggi dan koordinasi gerakan yang baik”. Jelaslah, bahwa untuk meningkatkan kemampuan menggiring dalam futsal, maka diperlukan kelincahan untuk mendapatkan kemampuan yang lebih baik lagi.

Untuk mendapatkan hasil yang maksimal tersebut, dibutuhkan kelincahan sebaik mungkin, karena telah terbukti dalam penelitian ini bahwa dalam kemampuan menggiring terdapat unsur kelincahan. Dalam permainan futsala, kelincahan dibutuhkan saat mengontrol bola, menggiring bola saat melewati lawan dan berbalik arah dalam waktu yang singkat untuk mengatasi bola beralih ke lawan.

Pada pemain futsal yang kelincahannya baik akan memiliki koordinasi gerakan yang baik, hal ini timbul karena adanya kerjasama yang baik antara syaraf pusat dengan anggota tubuh yang dipergunakan dalam melakukan gerakan.kelincahan dalam futsala akan terlihat saat pemain melakukan gerakan merubah arah ke samping, belakang, atau ke depan. Dalam program latihan dalam mencapai hasil yang maksimal juga dibutuhkan kedisiplinan, kedisiplinan yang dimiliki pelatih akan menghasilkan kualitas di atas standar norma latihan itu sendiri. Kecepatan adalah kemampuan seseorang bergerak dengan cepat yang ditandai dengan waktu yang singkat. Dalam permainan futsala khususnya kemampuan dasar bermain futsala, kecepatan gerak sangat mempengaruhi jalannya permainan. Salah satunya dalam kemampuan menggiring. Apabila unsur kecepatan yang dimiliki pemain baik, maka pemain yang akan mampu menggiring dengan baik tanpa bola terlepas atau bola tidak dapat dikuasai oleh lawan sesuai tujuan secara efektif dan efisien.

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Simpulan

Selama melakukan observasi di SMA Al-huda, yaitu pada saat tim sedang melakukan latihan, dan pertandingan uji coba, masih terdapat kesalahan-kesalahan dalam melakukan *dribbling* bola, ketika saat menggiring bola kurang leluasa, dan dalam melakukan gerakan masih kaku, dan sering lepas kontrol maupun terbaca oleh pihak lawan dengan mudah. Penulis menduga bahwa masih rendahnya kelincahan dan

kecepatan yang dimiliki oleh siswa sma Al-huda masih sangatlah minim. Berdasarkan dari masalah-masalah yang penulis lihat, dan berdasarkan teori-teori diatas maka penulis ingin mengetahui seberapa besar kontribusi kelincahan, dan kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pada tim futsal SMA AL-HUDA Pekanbaru.

Berdasarkan pada hasil penelitian dari perhitungan korelasi antara kelincahan (X_1) dengan menggiring (Y) menggunakan rumus korelasi product moment. Kriteria pengujian jika $r_{hitung} > r_{tabel}$, maka terdapat hubungan yang signifikan dan sebaliknya (Sudjana 2002:369). Dari hasil perhitungan korelasi antara kelincahan dengan kemampuan menggiring diperoleh r_{hitung} 1.00 sedangkan r_{tabel} pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$ yaitu 0,525. Maka terdapat hubungan antara kelincahan terhadap menggiring bola pemain futsal SMA AL-HUDA Pekanbaru. Kecepatan mempunyai hubungan signifikan dengan kemampuan menggiring bola pemain futsal SMA AL-HUDA Pekanbaru, ditandai dengan hasil yang diperoleh yaitu diperoleh r_{hitung} (0,9357) $>$ r_{tabel} (0,525). Terdapat hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara kelincahan dan kecepatan dengan kemampuan menggiring bola pemain futsal SMA AL-HUDA Pekanbaru. Ini ditandai dengan hasil yang diperoleh F_{hitung} 14,32 $>$ F_{tabel} 3.34.

Rekomendasi

Berdasarkan pada kesimpulan di atas, maka penulis dapat memberikan saran-saran yang dapat membantu mengatasi masalah yang ditemui dalam hubungan kelincahan dan kecepatan terhadap kemampuan menggiring futsal SMA AL-HUDA Pekanbaru yaitu:

- a. Disarankan kepada pelatih agar dapat memberikan program latihan yang mampu meningkatkan kelincahan dan kecepatan kepada siswa karena kelincahan sangat dominan digunakan untuk kemampuan menggiring futsal, sehingga menghasilkan teknik yang sempurna.
- b. Pada atlet unruk lebih memperhatikan dan menerapkan hal-hal yang dibutuhkan dalam peningkatan kemampuan menggiring dalam futsal dan untuk lebih mengembangkan kemampuan kondisi fisik lainnya.
- c. Untuk sekolah supaya lebih memperhatikan dan memberikan dukungan demi tercapainya prestasi sepakbola khususnya futsal SMA AL-HUDA Pekanbaru.
- d. Bagi para peneliti disarankan untuk dapat mengkaji faktor-faktor lain yang berhubungan dengan peningkatan kemampuan menggiring dalam futsal.

DAFTAR PUSTAKA

Agus Susworo Dwi Marhendro dkk. (2009). *Tes Keterampilan Dasar Bermain Futsal*. Jurnal Iptek Olahraga Vol. 1, Nomor 2, 144-156. Yogyakarta : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta (UNY).

- Alfriska Alinoer, SE. (2014). *Pro Smash, Teknik Dasar Bermain Futsal*. Cahaya Ilmu abadi.
- Arikunto Suharsimi. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Arsil. (1999). *Pembinaan Kondisi Fisik. Padang* : DIP Universitas Negeri Padang.
- Asmar Jaya. (2008). *Futsal : Gaya Hidup, Peraturan, dan Tips-tips Permainan*. Yogyakarta : Pustaka Timur.
- Aldiansyah, M. N., Saripin, S., & Vai, A. Kontribusi Kelincahan dan Daya Tahan (Vo₂max) dengan Keterampilan Menggiring Bola pada Tim Sepakbola Putra Smk Muhammadiyah 2 Pekanbaru. *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau*, 4(2), 1-13.
- Din Wahyudin dkk. (2008). *Pengantar Pendidikan*. Jakarta : Universitas Terbuka.
- Hendri Irawadi. (2014). *Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. Padang : UNP Press.
- Herman. (2015). *Hubungan Kecepatan Reaksi Kaki, Keseimbangan dan Klentukan dengan Kemampuan Passing Bola Dalam Permainan Futsal Pada Siswa SMA Negeri 2 Makasar*. JURNAL ILRA Volume VI Nomor 1, Halaman 1-73. Makasar : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar.
- Ismaryati. (2008). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta : Lembaga Pengembangan Pendidikan (LPP) UNS dan UPT Penerbitan dan Pencetakan UNS (UNS Press).
- Mohammad Sajoto. (1995). *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang : Dahara Prize.
- Setiadi. 2007. *Anatomi dan Fisiologi Manusia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Suharano HP. (1985). *Ilmu Kepeleatihan*. Yogyakarta : IKIP Yogyakarta.
- Sukadiyanto. (2002). *Teori dan Metodologi Melatih Fisik Petenis*. Yogyakarta : FIK UNY.

- Sukardi. (2016). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Toha Anggoro dkk. (2008). *Metode Penelitian*. Jakarta : Universitas Terbuka.
- Pack E. Phillip. 2007. *Anatomi dan fisiologi*. Alih bahasa: Wibisono. Bandung: Pakar Raya .*Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 16 Tahun 2007 Tentang Penyelenggaraan Keolahragaan*. 2007. Jakarta: Biro Humas dan Hukum Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga.
- Vai, A. (2018). PROFILE CONDITIONS AND ATHLETES PSHYIKIS SILAT PON RIAU YEAR 2016. *Jurnal Olahraga Indragiri*, 2(1), 17-29. Wiarto Giri. 2013. *Fisiologi dan Olah Raga*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Widiastuti. (2015). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta : Rajawali Perss.
- Winarno. (2006). *Tes Keterampilan Olahraga*. Malang : Laboratorium Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Malang.
- Yudha M Saputra. (1999). *Pengembangan Kegiatan Kokurikuler Dan Ekstrakurikuler*.
- Depertemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jedral Pendidikan Tinggi Proyek . Pendidikan Guru Sekolah Dasar (*Primary School Teacher Development Project*) IBRD : Loan 3496-IND.