

ABSTRAK

Yoki Rosishar : Hubungan Kelincahan dan Kelentukan dengan Keterampilan *Dribbel* pada Atlet Sekolah Sepakbola (SSB) Alam Sakti Kabupaten Kerinci

Penelitian ini berawal dari hasil observasi yang penulis temui di lapangan, ternyata keterampilan *Dribbel* pada atlet Sekolah Sepakbola (SSB) Alam Sakti Kabupaten Kerinci masih rendah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar hubungan kelincahan dan kelentukan dengan keterampilan *Dribbel* pada atlet Sekolah Sepakbola (SSB) Alam Sakti Kabupaten Kerinci.

Jenis penelitian adalah korelasional dengan populasi adalah atlet Sekolah Sepakbola (SSB) Alam Sakti Kabupaten Kerinci yang berjumlah 25 orang. Penarikan sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan cara *Sampling* Jenuh, sehingga sampel berjumlah 25 orang atlet. Data diambil dengan tiga cara, *Shuttle Run Test* untuk mengukur kelincahan, Tes Flexiometer untuk mengukur kelentukan dan *Dribbling Test* untuk mengukur keterampilan *Dribbel*. Data yang diperoleh dianalisis dengan korelasi *Product Moment* (tunggal) dan ganda.

Berdasarkan analisis dari pembahasan dapat disimpulkan bahwa, 1) Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan keterampilan *Dribbel* ditandai dengan hasil yang diperoleh $r_{hit} = 0,4763$, $r_{t_i} = 0,4040$ dan $t_{hit} = 2,5979$, $t_{t_i} = 2,0640$, 2) Terdapat hubungan yang signifikan antara kelentukan dengan keterampilan *Dribbel* ditandai dengan hasil yang diperoleh $r_{hit} = 0,4942$, $r_{t_i} = 0,4040$ dan $t_{hit} = 2,2802$, $t_{t_i} = 2,0640$, 3) Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dan kelentukan terhadap keterampilan *Dribbel* pada atlet Sekolah Sepakbola (SSB) Alam Sakti Kabupaten Kerinci dengan signifikansi uji $F = 3,4400$ pada $\alpha = 0,05$, maka diperoleh $f_{hit} = 5,5296$, $f_{t_i} = 3,4400$.

Kata Kunci : Kelincahan, Kelentukan dan Keterampilan *Dribbel*