

**PENGARUH KELINCAHAN, KECEPATAN DAN KESEIMBANGAN  
TERHADAP KEMAMPUAN *DRIBBLING* BOLA PEMAIN SEKOLAH  
SEPAKBOLA (SSB) TANJUNG PAUH KECAMATAN DANAU  
KERINCI BARAT KABUPATEN KERINCI**

**TESIS**



**Oleh:**

**RIKI LIKARDO  
NIM 22199077**

*Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Menperoleh Gelar Magister Pendidikan*

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA S2  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2024**

## ABSTRAK

### **Riki Likardo. (2024). Pengaruh Kelincahan, Kecepatan, Dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Bola Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Tanjung Pauh Kecamatan Danau Kerinci Barat Kabupaten Kerinci.**

Masalah penelitian adalah lemahnya kemampuan *dribbling* pemain SSB Tanjung Pauh. Hal ini disebabkan bola sering lepas dari kaki, dan mudah diambil oleh lawan. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh kelincahan, kecepatan, dan keseimbangan terhadap kemampuan *dribbling* bola pemain SSB Tanjung Pauh Kecamatan Danau Kerinci Barat Kabupaten Kerinci.

Jenis penelitian adalah kuantitatif yaitu kasual komperatif. Dengan populasi sebanyak 60 orang pemain SSB Tanjung Pauh dengan teknik pengambilan sampel dengan teknik Sampling Jenuh atau Sensus. Instrument kelincahan menggunakan *Illinois Run*, kecepatan menggunakan lari 30 meter, keseimbangan menggunakan *Dynamic Balance*, dan tes *Dribbling*. Data dianalisis menggunakan analisis jalur melalui pengujian model struktural pada  $\alpha = 0,05$ .

Hasil penelitian: (1) terdapat pengaruh langsung kelincahan terhadap *Dribbling* bola ( $p_{y1} = 0,243$  atau 0,054%), (2) terdapat pengaruh langsung kecepatan terhadap *dribbling* bola ( $p_{y2} = 0,252$  atau 0,063%), (3) terdapat pengaruh langsung keseimbangan terhadap *dribbling* ( $p_{y3} = 0,304$  atau 0,092%), (4) terdapat pengaruh tidak langsung kelincahan melalui keseimbangan terhadap *dribbling* ( $p_{31} \cdot p_{y3} = 0,313 \cdot p_{y1} = 0,243$  atau total pengaruh 0,097%), (5) terdapat pengaruh tidak langsung kecepatan melalui keseimbangan terhadap *dribbling* ( $p_{32} \cdot p_{y3} = 0,343 > p_{y2} = 0,252$  atau total pengaruh 0,0116%), dan (6) terdapat pengaruh dari kelincahan, kecepatan, dan keseimbangan terhadap *dribbling* ( $f_{square} = 0,325$  atau 32,5%). Berdasarkan hasil penelitian di atas maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh kelincahan, kecepatan, dan keseimbangan terhadap *dribbling* bola pemain sekolah sepakbola (SSB) Tanjung Pauh Kecamatan Danau Kerinci Barat Kabupaten Kerinci.

**Kata Kunci : Kelincahan, Kecepatan, Dan Keseimbangan *Dribbling***

## **ABSTRACT**

**Riki Likardo. (2024). The Influence of Agility, Speed, and Balance on the Dribbling Ability of Soccer School Players (SSB) Tanjung Pauh District Danau Kerinci Barat Kerinci Regency.**

*The research problem is the weak dribbling ability of SSB Tanjung Pauh players. This is due to the ball often coming off the foot, and easily taken by the opponent. The purpose of this study was to see the effect of agility, speed, and balance on the dribbling ability of SSB Tanjung Pauh players in the West Kerinci lake district of Kerinci Regency.*

*This type of research is quantitative, namely casual comparative. With a population of 60 SSB Tanjung Pauh players with sampling techniques using Saturated Sampling or Census techniques. The agility instrument uses the Illinois Run, speed using a 30 meter run, balance using Dynamic Balance, and Dribbling tests. Data were analyzed using path analysis through structural model testing at  $\alpha = 0.05$ .*

*Research results: (1) there is a direct effect of agility on ball dribbling ( $\beta_{y1} = 0.243$  or 0.054%), (2) there is a direct effect of speed on ball dribbling ( $\beta_{y2} = 0.252$  or 0.063%), (3) there is a direct effect of balance on dribbling ( $\beta_{y3} = 0.304$  or 0.092%), (4) there is an indirect effect of agility through balance on dribbling ( $\beta_{31} \cdot \beta_{y3} = 0.313 \cdot \beta_{y1} = 0.243$  or a total influence of 0.097%), (5) there is an indirect effect of speed through balance on dribbling ( $\beta_{32} \cdot \beta_{y3} = 0.343 \cdot \beta_{y2} = 0.252$  or a total influence of 0.116%), and (6) there is an influence of agility, speed, and balance on dribbling ( $r_{square} = 0.325$  or 28.5%). Based on the results of the above research, it can be concluded that there is an influence of agility, speed, and balance on the dribbling of soccer school players (SSB) Tanjung Pauh Danau Kerinci Barat District Kerinci Regency.*

**Keywords: Agility, Speed, Balance and dribbling**

**PERSETUJUAN AKHIR TESIS**

---

**Mahasiswa : Riki Likardo**

**NIM            22199077**

**Nama**

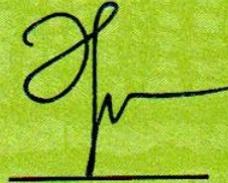
**Tanda Tangan**

**Tanggal**

**Dr. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO.**

**NIP. 196205201987031002**

**Pembimbing**

  
\_\_\_\_\_

**Fakultas Ilmu Keolahragaan**

**Dekan,**



**Prof. Dr. Nurul Ihsan, M.Pd.**

**NIP. 19820515 200912 1 005**

**Program Studi Pendidikan Olahraga S2**

**Koordinator,**

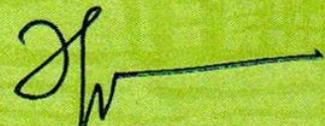
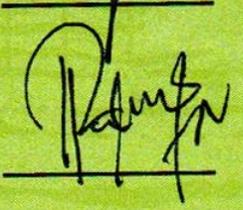
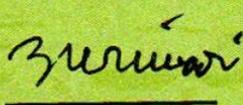
  
\_\_\_\_\_

**Prof. Dr. Wilda Welis, SP., M.Kes.**

**NIP. 19700512 199903 2 001**

**PERSETUJUAN KOMISI  
UJIAN TESIS PENDIDIKAN OLAHRAGA S2**

---

No	Nama	Tanda Tangan
1.	Dr. Hendri Neldi, M.Kes, AIFO. (Ketua)	 _____
2.	Dr. Roma Irawan, S.Pd, M.Pd. (Anggota)	 _____
3.	Dr. Willadi Rasyid, M.Pd. (Anggota)	 _____

Mahasiswa :

Mahasiswa : Riki Likardo  
NIM : 22199077  
Tanggal Ujian : 31 Mei 2024

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tesis dengan judul **“PENGARUH KELINCAHAN, KECEPATAN DAN KESEIMBANGAN TERHADAP KEMAMPUAN DRIBBLING BOLA PEMAIN SEKOLAH SEPAKBOLA (SSB) TANJUNG PAUH KECEMATAN DANAU KERINCI BARAT KABUPATEN KERINCI”**

adalah asli dan belum pernah di ajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.

2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan Pembimbing dan Tim Kontributor .

3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar pustaka.

4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karna karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Mei 2024

Saya yang menyatakan



**Riki Likardo**

**NIM. 22199077**

## KATA PENGANTAR

Puji dan rasa syukur kehadiran Allah SWT, shalawat dan salam senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian yang berjudul **“Pengaruh Kelincahan, Kecepatan Dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Bola Pemain Sepakbola SSB Tanjung Pauh Kecamatan Danau Kerinci Barat Kabupaten Kerinci”**.

Dalam pembuatan Tesis, penulis telah banyak mendapatkan bantuan, masukan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dengan kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih yang tulus kepada :

1. Prof. Ganefri, Ph.D selaku Rektor Universitas Negeri Padang yang telah memberikan kemudahan dan kesempatan pada penulis untuk mengikuti perkuliahan.
2. Prof. Dr. Nurul Ihsan, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahrgaan Universitas Negeri Padang.
3. Prof. Dr. Wilda Welis, SP, M.Kes selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Olahraga S2 Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dukungan dan fasilitas selama perkuliahan dan proses administrasi penyusunan tesis.
4. Dr. Hendri Neldi, M.Kes, AIFO selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan tesis.
5. Dr. Roma Irawan, S.Pd, M.Pd selaku Penguji I yang telah memberikan bimbingan, saran dan masukan terhadap perbaikan tesis.

6. Dr. Willadi Rasyid, M,Pd selaku Penguji II yang telah memberikan bimbingan, saran dan masukan terhadap perbaikan tesis.
7. Semua staf pengajar atau dosen dan petugas tata usaha dalam lingkungan Program Studi S2 Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan Pelajaran dalam berbagai mata kuliah dan dukungan administrasi akademik yang sangat besar artinya bagi penulis.
8. Teristimewa kedua orang tua Papa penulis (Almarhum) Hamdan dan Mama penulis Harmoni yang telah memberikan dukungan motivasi dan waktu senantiasa berdoa dengan tulus hati bagi keberhasilan penulis dalam proses perkuliahan dan penyusunan tesis.

Semoga Allah SWT memberikan limpahan pahala yang berlipat ganda kepada Bapak/Ibu/Sdr sekalian dan dicatat-Nya sebagai amaliah ilmiah atau ilmu yang bermanfaat. *Aamiin Ya Rabbal Aalamiin.*

Padang Juni 2024  
Penulis

Riki Likardo

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>ABSTRACT</b> .....	ii
<b>PERSETUJUAN AKHIR TESIS</b> .....	iii
<b>PERSETUJUAN KOMISI UJIAN TESIS</b> .....	iv
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	v
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	x
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xi
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Pembatasan Masalah .....	9
D. Rumusan Masalah .....	9
E. Tujuan Penelitian .....	10
F. Kegunaan Hasil Penelitian .....	10
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Hakekat Teoritik .....	12
1. Sepakbola .....	12
2. Kemampuan <i>Dribbling</i> Dalam Sepakbola .....	16
3. Kelincahan .....	21
4. Kecepatan .....	26
5. Keseimbangan .....	31
B. Penelitian Relevan .....	36
C. Kerangka Berfikir .....	39
D. Hipotesis Penelitian .....	42

<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	44
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	45
C. Populasi dan Sampel .....	45
D. Instrumen Penelitian .....	46
E. Teknik Pengumpulan Data.....	54
F. Teknik Analisis Data .....	54
G. Hipotesis Statistika.....	57
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data.....	59
B. Pengujian Persyaratan Analisis Data .....	64
C. Pengujian Hipotesis.....	66
D. Pembahasan Hasil Penelitian .....	74
E. Keterbatasan Penelitian.....	86
<b>BAB V KESIMPULAN IMPLIKASI DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	87
B. Implikasi.....	88
C. Saran.....	90
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>91</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>95</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Pelaksanaan Teknik Menggiring Bola Dengan Kaki Bagian Dalam.....	18
Gambar 2	Pelaksanaan Teknik Menggiring Bola Dengan Kaki Bagian Luar .....	19
Gambar 3	Pelaksanaan Teknik Menggiring Bola Dengan Punggung Kaki	20
Gambar 4	Latihan Mengubah Gerak Tubuh Arah Lurus ( <i>Shuttle Run</i> )....	23
Gambar 5	Latihan Menggubah Gerak Tubuh Arah Berbelok-Belok ( <i>Zig-Zag</i> ) .....	24
Gambar 6	Latihan Menggubah Posisi Tubuh ( <i>Squad-Trush</i> ) .....	24
Gambar 7	Kerangka Berfikir .....	42
Gambar 8	Pelaksanaan Tes Kelincahan.....	47
Gambar 9	Kecepatan.....	49
Gambar 10	Tes Keseimbangan .....	52
Gambar 11	Pelaksanaan Tes Menggiring Bola .....	53
Gambar 12	Histogram Kelincahan ( $X_1$ ) .....	60
Gambar 13	Histogram Kecepatan ( $X_2$ ).....	61
Gambar 14	Histogram Keseimbangan ( $X_3$ ).....	63
Gambar 15	Histogram <i>Dribbling</i> ( $Y$ ) .....	64
Gambar 16	Gabungan Pengujian Model Antar Struktural .....	68

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Jumlah Populasi .....	45
Tabel 2	Norma Kelincahan.....	48
Tabel 3	Klasifikasi Kecepatan.....	49
Tabel 4	Norma Keseimbangan .....	52
Tabel 5	Norma <i>Dribbling</i> (Menggiring).....	54
Tabel 6	Distribusi Frekuensi Data Kelincahan.....	59
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Data kecepatan .....	61
Tabel 8	Distribusi Frekuensi Data Keseimbangan .....	62
Tabel 9	Distribusi Frekuensi Data <i>Dribbling</i> .....	63
Tabel 10	Rangkuman Pengujian Normalitas .....	65
Tabel 11	Rangkuman Pengujian Uji Lineritas Data Penelitian .....	66
Tabel 12	Rangkuman Koefisien Jalur Antara Variabel Penelitian .....	67
Tabel 13	Rangkuman Tabel Secara Keseluruhan Pengaruh Langsung dan Tidak Langsung .....	74

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Data Mentah Kelincahan (X1) Pemain Ssb Tanjung Pauh.....	95
Lampiran 2. Data Mentah Kecepatan (X2) Ssb Tanjung Pauh .....	97
Lampiran 3. Data Mentah Keseimbangan (X3) Pemain Ssb Tanjung Pauh ....	99
Lampiran 4. Data Mentah Dribbling (Y) Pemain Ssb Tanjung Pauh .....	101
Lampiran 5. Data T-Score.....	103
Lampiran 6. Pengujian Normalitas .....	105
Lampiran 7. Pengujian Linieritas.....	110
Lampiran 8. Pengujian Signifikan Regreasi.....	113
Lampiran 9. Pengujian Path Analysis .....	116
Lampiran 10. Surat Persetujuan Penelitian .....	118
Lampiran 11. Dekomuntasi Penelitian .....	119

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga merupakan kegiatan yang dibutuhkan oleh setiap orang untuk mendapatkan kesegaran jasmani, dengan adanya kesegaran diharapkan meningkat produktifitas kerja. Di sisi lain olahraga juga dapat dijadikan ajang kompetisi untuk berpacu dalam pencapaian sebuah prestasi, baik secara individu kelompok maupun Negara terutama pada cabang olahraga.

Sepakbola merupakan olahraga yang dimainkan oleh dua tim. Masing-masing tim itu berjumlah 11 orang pemain, olahraga ini dimainkan selama 2 x 45 menit. Oleh karena itu, untuk memainkan olahraga ini harus memiliki kondisi fisik yang baik karena memakan waktu yang lama. Untuk menunjang kondisi fisik yang baik, perlunya dilakukan latihan secara terus menerus. Khususnya dalam mencapai prestasi dalam olahraga ini dibutuhkan teknik yang baik pula.

Pemerintah menerbitkan Undang–Undang NO. 11 tahun 2022 tentang Keolahragaan. Undang-Undang ini menyebutkan bahwa Olahraga adalah segala kegiatan yang melibatkan pikiran, raga, dan jiwa secara terintegrasi dan sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, sosial, dan budaya. Keolahragaan berfungsi mengembangkan kemampuan jasmani, rohani, dan sosial serta membentuk watak dan kepribadian bangsa yang bermartabat. Keolahragaan bertujuan untuk:

1. “Memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, Prestasi, kecerdasan, dan kualitas manusia;
2. Menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportifitas, kompetitif, dan disiplin;
3. Mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa;
4. Memperkukuh ketahanan nasional;
5. Mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa;
6. Menjaga perdamaian dunia”.

Peningkatan kemampuan dan potensi atlet secara individual yang dilaksanakan melalui proses pembinaan, pengembangan secara terencana, berjenjang, berkelanjutan dan terprogram dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan serta meningkatkan latihan secara teratur dan melakukan pembinaan melalui wadah organisasi masing-masing untuk tercapainya prestasi yang membanggakan.

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi dalam berbagai bidang dewasa ini, telah mengalami kemajuan yang cukup besar, begitu juga pembangunan dalam bidang olahraga, pembangunan di bidang olahraga pada dasarnya ditujukan agar dapat mencapai prestasi dan mendapatkan gelar juara.

Dari sekian banyak cabang olahraga prestasi, olahraga sepakbola merupakan olahraga prestasi. Olahraga sepakbola adalah salah satu cabang olahraga yang sangat populer di dunia dan digemari di Indonesia sampai saat ini, olahraga sepakbola telah banyak mengalami perubahan dari bentuk sederhana sampai menjadi olahraga sepakbola modern yang sangat digemari

dan disenangi banyak orang tua, muda, remaja, anak-anak bahkan wanita. Sehubungan dengan itu pembinaan olahraga sepakbola telah mulai dilakukan oleh pemerintah, semua itu akan terlihat dengan adanya kompetisi-kompetisi, kejuaraan nasional yang diselenggarakan persatuan sepakbola seluruh Indonesia (PSSI), seperti: Liga I, Liga II, Liga Remaja, Usia-17 tahun, Usia-15 tahun dan festival danone Usia-12 tahun. Di sisi lain dapat juga kita lihat dengan adanya diklat-diklat sepakbola di beberapa provinsi dan banyaknya pembinaan klub sepakbola di setiap daerah di Indonesia. Maka dapat disimpulkan untuk pencapaian prestasi sepakbola yang maksimal ada empat faktor yang perlu mendapat perhatian yaitu Kondisi Fisik, Teknik, Taktik, Mental. Hubungan keempat faktor tersebut merupakan satu kesatuan yang saling terkait satu dengan yang lainnya dan tidak dapat dipisahkan.

Tanpa kondisi fisik yang baik tidak mungkin seseorang mampu menguasai teknik dengan baik, di samping itu latihan teknik juga memperbaiki kualitas kondisi fisik, kondisi fisik dan teknik merupakan kemampuan yang sangat dibutuhkan untuk taktik, taktik sulit direalisasikan bila belum memiliki kondisi fisik dan teknik yang baik. Selain itu, taktik juga membutuhkan mental yang baik. Karena mental mempengaruhi taktik baik individual maupun kelompok, Syafruddin (2012: 24).

Dalam permainan sepakbola terdapat unsur kondisi fisik dalam menunjang prestasi dalam permainan sepakbola. Menurut Lee, H dan Gusril (2019:268) dalam kondisi fisik terdapat beberapa komponen dasar yaitu ditinjau dari konsep muscular meliputi: daya tahan (*endurance*), kekuatan

(*strength*), daya ledak (*power*), kecepatan (*speed*), kelentukan (*flexibility*), kelincahan (*agility*), keseimbangan (*balance*), dan koordinasi (*balance*). Dengan adanya unsur kondisi fisik yang prima, serta di dukung dengan teknik, taktik dan mental yang baik maka akan tercapainya tujuan permainan sepakbola ini yaitu mencetak gol dengan sebanyak-banyaknya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor kondisi fisik, teknik, taktik dan mental memegang peranan penting dalam mencapai prestasi yang diinginkan. Bila salah satu unsur belum dimiliki atau dikuasai, maka betapa baiknya ketiga unsur yang lain, prestasi sulit untuk tercapai.

Keterampilan *Dribbling* dalam permainan sepakbola merupakan keterampilan yang cukup sulit ditingkatkan, untuk menguasai bola dalam teknik

*dribbling* diperlukan sebuah metode latihan yang baik dan tepat yang dilakukan

secara intensif serta didukung dengan kondisi fisik yang baik agar tujuan sepakbola dengan penguasaan bola yang baik akan tercapai. Untuk itu harus ada metode untuk meningkatkan *Dribbling* yang baik. Kesigapan pemain dalam mengambil keputusan harusnya diuji terus-menerus karena pemain dituntut memiliki kepekaan yang tinggi terhadap perubahan-perubahan situasi yang amat sering terjadi sepanjang permainan, Mubarok (2018:54).

Pada saat ini perkembangan sepakbola di Kabupaten Kerinci terutama di Kecamatan Danau Kerinci Barat sangatlah pesat. Hal ini terbukti dengan banyaknya bermunculan klub-klub Desa Kecamatan Danau Kerinci Barat melakukan pembinaan secara teratur, terarah dan kontinyu.

Perkembangan sepakbola yang begitu pesat di Kabupaten Kerinci diharapkan akan berdampak terhadap meningkatnya prestasi Kabupaten Kerinci ke depan baik di tingkat regional maupun nasional. Sekolah Sepakbola (SSB) Tanjung Pauh adalah salah satu klub yang berada di Kabupaten Kerinci, tepatnya di Kecamatan Danau Kerinci Barat, yang diharapkan nantinya akan menghasilkan Pemain-pemain yang berprestasi lewat pembinaan secara teratur, terarah dan kontinyu. Prestasi sekolah sepakbola (SSB) Tanjung Pauh cukup membanggakan. pernah beberapa kali mengikuti kompetisi antar klub se-Kabupaten Kerinci. Namun klub Tanjung Pauh mengalami kegagalan pada Kompetisi antar klub se-Kabupaten Kerinci beberapa tahun terakhir, sekolah sepakbola (SSB) Tanjung Pauh hanya masuk dalam Semi Final, dan ada yang hanya masuk 8 besar. Menurunnya prestasi-prestasi sekolah sepakbola (SSB) Tanjung Pauh ini mungkin salah satu penyebabnya adalah karena masih rendahnya kondisi fisik dan teknik.

Berdasarkan pengamatan awal penulis pada saat Pemain sekolah sepakbola (SSB) Tanjung Pauh Kecamatan Danau Kerinci Barat Kabupaten Kerinci melakukan latihan, kemampuan *dribbling* sekolah sepakbola (SSB) Tanjung Pauh Kecamatan Danau Kerinci Barat masih jauh dari yang diharapkan. Hal ini terlihat dari lemahnya penguasaan bola atau tidak bisanya bola dikuasai secara baik sehingga memudahkan lawan untuk merebut bola, dalam permainan dapat dilihat ketika berhadapan satu lawan satu pemain sekolah sepakbola (SSB) Tanjung Pauh Kecamatan Danau Kerinci Barat sering kehilangan bola dan jarang yang melewati lawan, bola diberikan kepada

teman yang posisinya tidak tepat sehingga bola dengan mudah diambil oleh pemain lawan. Di samping itu dalam *mendribbling* bola pemain sekolah sepakbola (SSB) Tanjung Pauh Kecamatan Danau Kerinci Barat tidak memperhatikan apa ada lawan yang menghadang, sehingga sering terjadinya kesalahan dalam penguasaan bola. Kalau hal itu dibiarkan, dikhawatirkan pemain-pemain sekolah sepakbola (SSB) Tanjung Pauh Kecamatan Danau Kerinci Barat akan sulit meraih prestasi yang diinginkan. Oleh karena itu perlu dilakukan penelitian tentang pengaruh kelincahan, kecepatan dan keseimbangan terhadap kemampuan *dribbling* bola pemain sekolah sepakbola (SSB) Tanjung Pauh Kecamatan Danau Kerinci Barat Kabupaten Kerinci. Sehingga dari penelitian ini bisa dihasilkan suatu kesimpulan yang bisa dijadikan sebagai langkah antisipatif dan korelatif terhadap peningkatan prestasi para pemain sekolah sepakbola (SSB) Tanjung Pauh Kecamatan Danau Kerinci Barat Kabupaten Kerinci ke depan.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah kemampuan *Dribbling* pemain dalam permainan sekolah sepakbola (SSB) Tanjung Pauh, maka penelitian ini perlu memperhatikan pengaruh dalam kemampuan *Dribbling* para pemain antara lain:

### **1. Daya tahan**

Daya tahan, adalah kapasitas sekelompok otot untuk melakukan kontraksi yang beruntun atau berulang-ulang terhadap suatu beban semaksimal dalam jangka waktu tertentu. Waktu dalam permainan

sepakbola adalah  $2 \times 45$  menit sehingga daya tahan otot sangat diperlukan dalam menunjang stamina dalam bermain sepakbola. Seorang pemain sepakbola apa bila memiliki daya tahan yang baik tentu saja akan dapat bermain dengan baik sepanjang permainan.

## 2. Kecepatan

Kecepatan dalam bermain bola sangat dibutuhkan oleh seorang pemain karena karakter permainan sepakbola itu sendiri yaitu berlari mengejar bola, menggiring bola, mengejar lawan bahkan bergerak untuk menerima bola. Dengan memiliki kecepatan yang baik tentu saja seorang pemain bola akan sangat diuntungkan dalam permainan. Seorang pemain akan dapat dengan mudah mengejar bola, menggiring bola dengan cepat, berlari dan bergerak.

## 3. Kelincahan

Kelincahan, merupakan salah satu komponen fisik yang banyak dipergunakan dalam olahraga. Kelincahan pada umumnya didefinisikan sebagai kemampuan mengubah arah secara efektif dan cepat, sambil berlari hampir dalam keadaan penuh. Kelincahan terjadi karena gerakan tenaga yang eksplosif. Kelincahan merupakan salah satu komponen kondisi fisik yang banyak dipergunakan dalam olahraga. Kelincahan merupakan unsur kemampuan gerak yang harus dimiliki seorang pemain sepakbola. Sebab, dengan kelincahan yang tinggi pemain dapat menghemat tenaga dalam waktu permainan. Kelincahan juga diperlukan dalam membebaskan diri dari kawalan lawan dengan menggiring bola,

melewati lawan dengan menyerang untuk menciptakan suatu gol yang akan membawa pada kemenangan.

#### 4. Kelentukan atau *Flexybility*

Kemampuan tubuh untuk melakukan gerak melalui ruang gerak sendi atau ruang gerak tubuh secara maksimal. Kelentukan gerak tubuh pada persendian tersebut, sangat dipengaruhi oleh elastisitas otot, tendon dan ligamen di sekitar sendi serta kualitas sendi itu sendiri. Pemain sepakbola sangat rawan akan cedera, dengan memiliki kelentukan atau fleksibilitas yang baik akan sangat membantu untuk meminimalisir terjadinya cedera. Dalam permainan sepakbola sangat dimungkinkan terjadinya kontak fisik secara langsung, seperti terjadinya duel di udara, kontak dalam perebutan bola.

#### 5. Rasa percaya diri

Rasa percaya diri bagi atlet harus diperhatikan supaya dalam pencapaian prestasinya akan lebih termotivasi, dalam diri atlet. Kepercayaan diri (*selfconfidence*) merupakan modal utama seseorang, khususnya atlet untuk mencapai prestasi. Atlet yang mempunyai kepercayaan diri berarti atlet tersebut sanggup, dan meyakini dirinya dalam mencapai prestasi maksimal.

#### 6. Keseimbangan

Keseimbangan merupakan kemampuan mempertahankan sikap dan posisi tubuh secara tepat Ketika berdiri, baik itu di dalam statik maupun dinamik. Keseimbangan tersebut diperlukan oleh setiap orang untuk

mempertahankan stabilitas tubuh, baik untuk aktivitas sehari-hari maupun untuk olahraga.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, maka dalam penelitian ini penulis hanya meneliti tentang:

1. Kelincahan
2. kecepatan
3. Keseimbangan
4. Kemampuan *dribbling*

### **D. Rumusan Masalah**

1. Apakah kelincahan berpengaruh langsung terhadap kemampuan *Dribbling* pemain dalam permainan sekolah sepakbola (SSB) Tanjung Pauh?
2. Apakah kecepatan berpengaruh langsung terhadap kemampuan *Dribbling* pemain dalam permainan sekolah sepakbola (SSB) Tanjung Pauh?
3. Apakah keseimbangan berpengaruh langsung terhadap kemampuan *Dribbling* pemain dalam permainan sekolah sepakbola (SSB) Tanjung Pauh?
4. Apakah kelincahan berpengaruh tidak langsung terhadap kemampuan *Dribbling* melalui keseimbangan pemain dalam permainan sekolah sepakbola (SSB) Tanjung Pauh?
5. Apakah kecepatan berpengaruh tidak langsung terhadap kemampuan *Dribbling* melalui keseimbangan pemain dalam permainan sekolah sepakbola (SSB) Tanjung Pauh?

### **E. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui pengaruh langsung kelincahan terhadap kemampuan *Dribbling* pemain dalam permainan sekolah sepakbola (SSB) Tanjung Pauh.
2. Untuk mengetahui pengaruh langsung kecepatan terhadap kemampuan *Dribbling* pemain dalam permainan sekolah sepakbola (SSB) Tanjung Pauh.
3. Untuk mengetahui pengaruh langsung keseimbangan terhadap kemampuan *Dribbling* pemain dalam permainan sekolah sepakbola (SSB) Tanjung Pauh.
4. Untuk mengetahui pengaruh langsung kelincahan terhadap kemampuan *Dribbling* melalui keseimbangan pemain dalam permainan sekolah sepakbola (SSB) Tanjung Pauh.
5. Untuk mengetahui pengaruh langsung kecepatan terhadap kemampuan *Dribbling* melalui keseimbangan pemain dalam permainan sekolah sepakbola (SSB) Tanjung Pauh.

### **F. Kegunaan Hasil Penelitian**

1. Secara Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat sebagai sumbangan bagi khususnya dibidang sepakbola dalam rangka meningkatkan kemampuan dasar pemain sepakbola dan memperkaya wawasan dalam memperluas lingkup olahraga Pendidikan.

## 2. Secara praktis

### a. Pelatih

Sebagai masukan dan informasi dalam melaksanakan kegiatan atau program latihan untuk meningkatkan kemampuan Teknik dasar pemain sepakbola khususnya kemampuan *Dribbling*.

### b. Pemain

Sebagai bahan pedoman dan bahan korelasi untuk meningkatkan kemampuan Teknik dasar sepakbola khususnya kemampuan *Dribbling* sehingga tercapainya prestasi maksimal.

### c. Perpustakaan

Sebagai bahan bacaan untuk memperluas atau memperkaya referensi hasil-hasil penelitian olahraga khususnya dalam ruang lingkup olahraga Pendidikan.

### d. Peneliti

Dapat menambah pengetahuan, wawasan dan dijadikan salah satu penelitian yang relevan.