

**HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN DENGAN KEMAMPUAN
DRIBBLING PEMAIN SEPAKBOLA SIMPANG EMPAT
FC. NAGARI ABAI KABUPATEN SOLOK SELATAN**

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan Pada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang*



Oleh :

MARTONI S
2007 / 85559

**PRODI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2012**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Antara Kelincahan Dengan Kemampuan Dribbling Pemain Sepakbola Simpang Empat FC Nagari Abai Kabupaten Solok Selatan

Nama : Martoni S

BP/NIM : 2007/85559

Jurusan : Kepelatihan Olahraga

Program Studi : Pendidikan Kepelatihan

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Mei 2012

Disetujui :

Pembimbing I



Prof. Dr. Eddy Marheni, M.Pd
NIP. 19561020 198003 1 005

Pembimbing II



Drs. Afrizal, S, M.Pd
NIP. 19590616 198603 1 003

Mengetahui :
Ketua Jurusan Kepelatihan Olahraga



Drs. Maidarman, M.Pd
NIP. 19600507 198503 1 004

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang*

**HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN DENGAN KEMAMPUAN
DRIBBLING PEMAIN SEPAKBOLA SIMPANG EMPAT FC NAGARI
ABAI KABUPATEN SOLOK SELATAN**

Nama : MARTONI S

BP/NIM : 2007/85559

Jurusan : Kepelatihan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

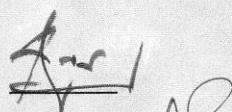
Padang, Mei 2012

Tim Penguji :

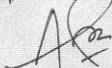
Nama

Tanda Tangan

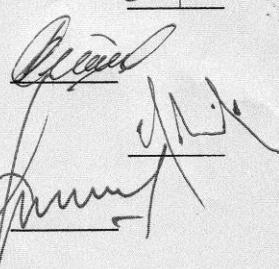
Ketua : Prof. Dr. Eddy Marheni, M.Pd



Sekretaris : Drs. Afrizal. S, M.Pd



Anggota : Drs. H. Witarsyah



: Drs. Maidarman, M.Pd

: Drs. Yulifri, M.Pd

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ

“...Allah akan mengangkat derajat orang-orang yang beriman di antaramu dan di antara orang-orang yang di beri ilmu beberapa derajat ...” (Al-Mujadilah:11).

*Ilmu adalah sebaik-baik perbendaharaan
Dan yang paling indahnya
Ia ringan dibawah, namun besar manfaatnya
Ditengah-tengah orang yang banyak ia indah
Sedangkan dalam kesenairian ia menghibur
(Sayyidina Safi Bin Ali Thalib).*

Alhamdulillah Ya Allah Ya Rabb...

Hari ini...

*Di antara butiran keringat yang bercucuran, akhirnya telah ku ukir sebongkah keberhasilan tuk hadapi perjalanan yang masih panjang dan harapan yang belum usai. Sesaat detik terakhir begitu berat ku rasakan ujianmu.
Namun karena hidayah dan ridho-Mu Ya Allah, Setetes asa itu ku raih dan ku persesembahkan untuk orang-orang yang tercinta...*

*Walaupun cobaan dan rintangan silih berganti
Derai air mata pun tak pernah henti
Mengiringi setiap langkahku
Namun aku tetap tegar karena aku sadar ini
adalah bagian dari rencana-Mu
Meski dengan langkah tertatih...
Akhirnya jalan panjang ini terlewati juga
Hari ini sebutir keberhasilan telah ku raih
Namun Tuhan,
Izinkanlah apa yang ku raih hari ini menjadi bekal
yang abadi tukkujadikan
sebagai cahaya dalam perjalanan ku,
Sebagai tongkat dalam jatuhku,
Dan sebagai air pelepas dahagaku.*

*Tiada kekuatan dalam diri ini melainkan dari-Mu...
Tiada ketegaran didasar hati ini melainkan karena-Mu...
Tiada kekuasan yang ada pada jiwa ini melainkan bagian dari milik-Mu...
Dengan penuh rasa syukur hamba menengadahkan tangan ini untuk
mengaharap ridho-Mu.
Dengan hati yang tulus izinkan aku mendedikasikan karya kecil ku ini kepada
orang-orang yang aku sayangi...*

*Ayah... Amak...
Ku teguk tetesan peluhmu Untuk meraih suatu asa dan citaku, dan
Tak pernah mampu ku ganti dengan kerendahan hati, dan Dengan
segenap ketulusan do'a Ku persembahkan karya kecilku ini sebagai bukti
cinta, dan bakti ku Serta hormat kepada Ayah ku tercinta (Sarini)
Dan Amak ku tercinta (Rostini)*

*Ayah... Cucuran keringat dan jerih payahmu bagaikan bumi yang takkan bisa
menjangkau langit bagiku,
Karena sampai kapanpun jasamu tak pernah bisa terbayar.
Amak... Air susumu takkan pernah bisa terbalas,
Selama ini aku hanya bisa buatmu menangis dan bersedih. Maafkan anakmu
Mak... Setiap tetesan air mata dalam setiap do'a Amak yang menjadi semangat
bagiku untuk menggapai cita-cita dan harapan.
Ayah... Amak... Omelan dan ocehanmu selalu tergiang di telingaku, dan
omelanmu menjadi semangat bagiku untuk bangkit dan meraih sebuah
keberhasilan yang pada hari ini ku persembahkan padamu.
Sebagai tanda punya Ayah dan Amak sepertimu...*

*Kakak-kakakku yang aku banggakan (Raffis-Endang, Syahrianto-Jup,
Darman Hamid, S.Pd, Suharmi Ucok-Nora),
Semangat dan support dari uda-uda dan uni-uni membuat hasil,
Makasih ya uda... uni atas dukungan dan do'a serta pengorbanan
Kalian sehingga Toni bisa menyelesaikan kuliah ini.
Dan teristimewa buat adik-adikku tersayang (Martono),
rajin-rajinlah kuliahnya, jangan malas dan shalat plus baca Alqur'annya
jangan lupa serta banyak berdo'a agar cita-cita bisa tercapai. (Sapta Reni
Mayulita), jan banyak juo yang di pikjan lai. Sekolah ajo lah dulu... Ingat
dik perjalananmu masih panjang.*

*Thanks to Family yang selalu mendukungku baik moril dan materil
Baik itu dari Acik dan pak Cik Kaknan, Nik Ngai Tina, Martius-Es, Emi-Ariel,
Dan Darna-Awal, serta Neli Peset, rajin-rajin sekolahnya yo.
Ingat... Masa depanmu masih panjang. Dan buat kamenakan-kamenakanQ,
Turuti perjalanan Angku yo... Dan kepada pihak pak Di Net, Bang Romi Mus,
Mungkin ndak bisa disabuikan namanya satu-satu.
Tapi ucapan terima kasih dari lubuk hati yang terdalam Toni
sampaikan atas semua dukungan yang telah diberikan.*

*Terimah kasih to dosen pembimbing (pak Eddy Marhen dan pak Afrizal)
yang telah membimbingku selayak orang tua ku sendiri dalam
menyelesaikan skripsi ini, terima kasih juga pak karena bapak telah
mengajarkan aku arti dari kesabaran, dan kesungguhan.*

*Buat CS ku di Gang Pari, Nkan Feri, Mas Ales, Mas Messi, Om Robi CR,
Jalius Napan, Nco Noven, Safwan Joan jaga selalu kekompakan kita.
Dan Tim Futsal Abai Students FC, Fir letoy, Romi Tiglar, Rios Coker, Ben BP,
Mak Cik Okder dan Nakan Alfandi.
Terima kasih banyak kalian sahabat terbaikku, semoga persahabatan kita
berlanjut sampai akhirat (versi lebay)... hohoho
Senang bersama kalian kita bisa bercanda bersama, main PS basamo, main
domino, dan satu hal yang tak akan bisa terlupakan adalah makan basamo. Bilo
wak bisa co iko lai kawan... Dan pertahankan Club Abai Students FC awak tu.*

*Terima kasih juga buat temanku dari awal kuliah Mursyid, Affi Dan
Anggri, Fadhlil serta temen2 (Kepel 4 07) selamat bagi yang sudah
menyelesaikan kuliahnya dan semangat serta berjuanglah bagi yang mau
nyusul Sarjananya.*

*"To Mursyid salasaiyah skripsi tu lai kawan, To Affi semangat terus
Jo... hidup masih panjang so jangan kebanyakannya teory, praktik lebih
penting dari teory, to Anggri mokasih yo atas motivasi dan bantuannya
salamo kjo".*

*Special to my Girl yang selalu menemaniku baik dalam dunia maya maupun
dunia nyata, baik suka maupun duka, baik senang maupun sedih. Kalau versi
Indianyo kabhi kushi kabhi gham hahaha*

MARTONI S

MEI 2012

ABSTRAK

Martoni, S, 2012 : "Hubungan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain Simpang Empat FC Nagari Abai "

Masih banyak ditemui kesalahan pada saat melakukan Dribbling pemain simpang empat FC Abai Sangir. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang hubungan kelincahan sebagai variabel terhadap kemampuan *dribbling* pemain Simpang Empat FC Nagari Abai sebagai variabel terikat (Y). penelitian ini dilaksanakan pada pemain Simpang Empat FC Nagari Abai ditahun 2011 yang berjumlah 27 orang. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan *total sampling* sebanyak 27 orang.

Pengambilan data kelincahan dilakukan dengan cara mengukur tingkat kelincahan dengan tes lari zig-zag, sedangkan kemampuan *dribbling* pemain Simpang Empat FC Nagari Abai diukur dengan tes kemampuan *dribbling*. Kedua tes diukur dengan alat ukur yaitu stopwatch.

Analisis data dan pengujian hipotesis penelitian menggunakan teknik analisis korelasi product moment dengan taraf signifikan antara kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain Simpang Empat FC Nagari Abai dengan perolehan r_o ($0,686$) $>$ r_{tab} ($0,381$) dengan tingkat hubungan sebesar 68,6%. Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa antara variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y) saling berhubungan, semakin tinggi kelincahan maka semakin bagus kemampuan *dribbling* pemain Simpang Empat FC Nagari Abai.

Kata kunci : Kelincahan, kemampuan *dribbling*.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Hubungan Kelincahan Dengan Kemampuan Dribbling Pemain Sepakbola Simpang Empat FC Nagari Abai Kabupaten Solok Selatan”**.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Pendidikan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP).

Dalam penyusunan skripsi ini peneliti menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi penelitian ini peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini peneliti menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Drs. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan.
2. Bapak Drs. Maidarman, M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga.
3. Bapak Prof. Dr. Eddy Marheni, M.Pd, selaku pembimbing I sekaligus Penasehat Akademik dan Bapak Drs. Afrizal. S, M,Pd selaku Pembimbing II
4. Bapak Drs. Witarsyah, Bapak Drs. Maidarman, M.Pd dan Bapak Drs. Yulifri, M.Pd selaku tim penguji

5. Bapak/Ibu Staf Pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
6. Rekan-rekan mahasiswa FIK UNP
7. Kepada kedua orang tua yang telah memberikan dorongan dan do'a sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi penelitian ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Mei 2012

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN		
A.	Latar Belakang Masalah.....	1
B.	Identifikasi Masalah	5
C.	Pembatasan Masalah	5
D.	Perumusan Masalah.....	6
E.	Tujuan Penelitian.....	6
F.	Manfaat Penelitian.....	6
BAB II KERANGKA TEORITIS		
A.	Kajian Teori.....	7
1.	Hakekat Sepakbola.....	7
2.	Hakekat Kemampuan <i>Dribbling</i>	9
3.	Hakekat Kelincahan	13
B.	Kerangka Konseptual	16
C.	Hipotesis.....	17

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	18
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	18
C. Defenisi Operasional	18
D. Populasi dan Sampel	19
E. Jenis dan Sumber Data	20
F. Prosedur Penelitian.....	21
G. Instrumen Penelitian.....	24
H. Teknik Analisa Data.....	25

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Analisis Deskriptif	26
B. Analisis Induktif.....	29
C. Pembahasan.....	32

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	35
B. Saran.....	35

DAFTAR PUSTAKA 36**LAMPIRAN** 38

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi penelitian.....	19
2. Jumlah sampel	20
3. Distribusi Frekuensi Kelincahan (X).....	26
4. Distribusi Frekuensi Kemampuan <i>Dribbling</i> (Y).....	28
5. Rangkuman uji normalitas sebaran data dengan uji lilliefors.....	30
6. Analisis korelasi antara korelasi kelincahan terhadap kemampuan <i>dribbling</i> pemain Simpang Empat FC Nagari Abai....	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. <i>Dribbling</i> dengan kura-kura kaki bagian dalam	10
2. <i>Dribbling</i> dengan kura-kura bagian luar.....	11
3. <i>Dribbling</i> dengan kura-kura kaki bagian atas.....	12
4. Menggiring bola dengan cepat.....	13
5. Gambaran kerangka konseptual hubungan kelincahan terhadap kemampuan <i>dribbling</i> pemain Simpang Empat FC Nagari Abai.....	17
6. Bentuk pelaksanaan lari zig-zag	22
7. Bentuk pelaksanaan kemampuan <i>dribbling</i> pemain Simpang Empat FC Nagari Abai	23
8. Histogram Kelincahan	27
9. Histogram kemampuan <i>dribbling</i>	28
10. Sampel Penelitian	45
11. Tes Kelincahan	45
12. Tes Kemampuan <i>Dribbling</i>	46
13. Peneliti bersama Manager dan Pelatih Simpang Empat FC.....	46
14. Sarana dan Prasarana Penelitian	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Data Mentah Penelitian	38
2.	Analisis uji normalitas sebaran data sebaran data kelincahan uji lilliefors (X)	39
3.	Analisis uji normalitas sebaran data sebaran data kemampuan <i>dribbling</i> (Y)	40
4.	Analisis korelasi sederhana variable kelincahan (X) dan kemampuan <i>dribbling</i> (Y)	41
5.	Daftar nilai kritis L untuk uji lilliefors	43
6.	Tabel dari harga kritik dari Product-Moment.....	44
7.	Surat Izin Penelitian dari FIK UNP	48
8.	Surat Balasan Penelitian dari Klub Simpang Empat FC.....	49

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kegiatan olahraga adalah salah satu usaha pembinaan serta pengembangan dan merupakan upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia. Untuk peningkatan kualitas manusia Indonesia ini perlu dikerahkan segala daya dan tenaga yang ada pada diri seseorang, termasuk kegiatan psikis atau berpikir dengan segala penunjangnya. Pihak penunjang prestasi tersebut meliputi induk organisasi cabang olahraga itu sendiri, pelatih, pemain, wasit dan prasarana serta manajemen olahraga yang bersangkutan.

Salah satu induk organisasi cabang olahraga yang telah banyak melakukan terobosan dalam meningkatkan prestasi adalah Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia (PSSI) yang merupakan induk organisasi sepakbola Indonesia yang didirikan pada tanggal 19 April tahun 1930. Perkembangan sepakbola di tanah air ditandai dengan bertambahnya perkumpulan-perkumpulan atau klub-klub sepakbola baik sekolah sepakbola (SSB), pusdiklat, instansi dan lain sebagainya. Sesuai dengan tujuan prestasi yang dijelaskan dalam UU RI No. 3 Pasal 27 ayat 4 (2005: 32) bahwa "pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuhkembangkan sentra pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan "

Dari kutipan di atas, jelas terbahwa pembinaan olahraga prestasi sangat penting dilakukan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga di daerah-daerah. Kabupaten Solok merupakan salah satu daerah yang ikut serta dalam pembinaan olahraga prestasi, hal ini terbukti dengan adanya berdiri klub sepak bola Simpang Empat FC Nagari Abai yang membina dan dapat melahirkan pemain-pemain yang berkualitas untuk mengangkat persepakbolaan Sumatra Barat pada umumnya dan kabupaten Solok Selatan pada khususnya. Simpang Empat FC Nagari Abai pernah juga meraih pretasi tingkat kecamatan Sangir Batang Hari menjadi peringkat ketiga pada bulan maret tahun 2011. Simpang Empat FC Nagari Abai ini rutin dalam melakukan latihan dan mengadakan pertandingan pada tingkat Kabupaten Solok Selatan.

Dalam permainan sepak bola untuk menjadi seorang pemain yang handal banyak hal yang perlu diperhatikan oleh pelatih dan oleh pemain itu sendiri dalam meraih prestasi sepakbola yang baik. Disamping pembinaan yang teratur, terarah dan kontiniu hendaknya pembinaan tersebut dapat diarahkan kepada pembinaan teknik pemain, Salah satu teknik yang perlu diperhatikan dalam permainan sepak bola adalah kemampuan *dribbling*, menurut Darwis (1999 : 59) : “*dribbling* adalah merupakan teknik atau usaha memindahkan bola dari suatu daerah ke daerah lain pada permainan yang sedang berlangsung”. Oleh karena itu *dribbling* sangat berguna dalam permainan sepak bola untuk melewati pemain lawan dan menciptakan kesempatan bagi pemain untuk menendang bola ke gawang lawan untuk menciptakan gol.

Ada beberapa unsur kondisi fisik yang mendukung agar teknik *dribbling* ini bisa dikuasai pemain dengan baik. Salah satu unsur kondisi fisik yang dibutuhkan dalam permainan sepakbola salah satunya adalah kecepatan, kecepatan yang dimiliki oleh pemain sangat berperan saat melakukan *dribbling* agar bola yang di kuasai pemain susah dirampas oleh lawan, kemudian kelentukan tubuh juga sangat berperan saat pemain melakukan *dribbling* agar gerakan yang dilakukan oleh pemain lebih luwes, dengan hal tersebut pemain lebih mudah membawa bola untuk maju menuju daerah lawan, disamping itu kekuatan juga berguna untuk berlari cepat, melompat, menumpu dan sebagainya. Kekuatan dibutuhkan dalam kebanyakan aktivitas fisik, dalam pelaksanaan *dribbling* kekuatan sangat dibutuhkan dapat dilihat sewaktu mengadakan tumpuan ketika akan mengubah arah *dribbling*, begitu juga dengan unsur kondisi fisik kelincahan yang dimiliki pemain, kelincahan sangat berperan saat pemain melewati atau membebaskan diri dari lawan saat melakukan *dribbling* bola, artinya apabila seorang pemain memiliki kecepatan, kelentukan, kekuatan dan kelincahan yang bagus dapat mempengaruhi keterampilan *dribblingnya* menjadi lebih baik.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan tanggal 3 juli 2011 dengan Bapak Doni Asmara selaku pelatih kepala Simpang Empat FC Nagari Abai, mengatakan bahwa dalam laga tanding terakhir klub Simpang Empat FC Nagari Abai selalu mengalami kekalahan hal ini berkemungkinan disebabkan karena rendahnya unsur-unsur yang mendukung prestasi diatas. Seperti unsur kondisi fisik dan teknik yang merupakan unsur penting

mempengaruhi keberhasilan seorang pemain sepakbola dalam meraih prestasi yang diinginkan. Salah satu teknik dasar sepakbola yang sering menjadi terkendala dalam pelaksanaannya pada waktu pertandingan adalah melakukan *dribbling* bola. Hal ini terlihat pada saat pertandingan pemain Simpang Empat FC Nagari Abai lemah dalam melakukan *dribbling* bola kedepan secara baik sehingga memudahkan lawan untuk merebut bola. Disamping itu gerakan pemain terlihat kaku membuat sering terjadinya benturan dengan lawan yang menyebabkan cidera pada pemain itu sendiri. Kemudian, seringkali mengalami kegagalan dan keterlambatan menyusun serangan terutama pada saat terjadinya serangan balik.

Serangan yang dilibatkan oleh kegagalan klub Simpang Empat FC Nagari Abai yang sering terjadi pada saat melakukan *dribbling* bola menuju gawang lawan. Kesalahan-kesalahan itu berupa lambatnya pemain melakukan *dribbling* bola ke depan, lepasnya bola dari *dribbling* yang dilakukan, kurang gesit dalam mendribbling maupun berbalik arah sat lawan menutup pergerakan *dribbling* dari depan. Selain itu salah satu diakibatkan kurang gesit atau kurang lincohnya seorang pemain dalam menghadapi situasi permainan atau dengan arti lain disebabkan oleh tidak mendukungnya unsur kelincahan dan kekurangan pada kemampuan *dribbling* pemain sehingga mempengaruhi tempo dan kualitas permainan.

Berdasarkan dari hasil pengamatan oleh pelatih diatas penulis menyimpulkan, bahwa keterampilan *dribbling* pemain Simpang Empat FC Nagari Abai masih jauh dari yang diharapkan. Kalau hal ini dibiarkan,

dikhawatirkan prestasi sepakbola pemain Simpang Empat FC Nagari Abai akan sulit diraih, sebab apabila pemain tidak mempunyai keterampilan *dribbling* yang baik diduga tidak dapat bermain bola secara baik. Bertolak dari uraian tersebut, maka tampaklah permasalahan yang akan diteliti, bahwa dalam permainan sepakbola diduga unsur kelincahan mempengaruhi kemampuan *dribbling* pemain sepakbola Simpang Empat FC Nagari Abai. Oleh sebab itu peneliti tertarik untuk melakukan suatu penelitian yaitu hubungan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain Simpang Empat FC Nagari Abai.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah timbul beberapa masalah yang dapat diidentifikasi sehubungan dengan hubungan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain Simpang Empat FC Nagari Abai, diantaranya yaitu :

1. Kecepatan
2. Kelentukan
3. Kekuatan
4. Kelincahan

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya masalah yang diidentifikasi dan juga penulis beranggapan bahwa unsur kondisi fisik kelincahan berperan penting dalam kemampuan *dribbling*, maka penelitian ini dibatasi hanya pada masalah hubungan kelincahan sebagai variabel bebas dengan kemampuan *dribbling* sebagai variabel terikat.

D. Perumusan Masalah

Sesuai dengan permasalahan yang dikemukakan pada latar belakang dan batasan masalah dalam penelitian ini, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut : Apakah terdapat hubungan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain Simpang Empat FC Nagari Abai?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah “untuk mengetahui sejauhmana hubungan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain Simpang Empat FC Nagari Abai”

F. Kegunaan Penelitian

Sesuai dengan tujuan dalam penelitian ini nantinya diharapkan dapat berguna yaitu :

1. Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Sebagai bahan masukan dalam proses pembelajaran olahraga permainan sepakbola.
3. Sebagai bahan masukan dalam pembinaan olahraga permainan sepakbola bagi pelatih dan pembina olahraga.
4. Sebagai bahan bacaan pada perpustakaan Jurusan Pendidikan Kepelatihan, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Pustaka Pusat Universitas Negeri Padang.
5. Sebagai sumbangan ilmu pengetahuan dan informasi bagi para peneliti selanjutnya.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan pada bab terdahulu dapat dikemukakan kesimpulan yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain Simpang Empat FC Nagari Abai dengan hasil yang diperoleh yaitu $r_o (0,686) > r_{tab} (0,381)$.

B. Saran

Berdasarkan pada kesimpulan di atas, maka penulis dapat memberikan saran-saran yang dapat membantu mengatasi masalah yang ditemui dalam hubungan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain Simpang Empat FC Nagari Abai.

1. Untuk pemain Simpang Empat FC Nagari Abai disarankan agar dapat meningkatkan kelincahan serta kemampuan *dribbling* sepakbola dengan cara melakukan latihan secara sistematis dan berkesinambungan.
2. Kepada pengurus, Pelatih Simpang Empat FC Nagari Abai, diharapkan dengan adanya hasil penelitian ini, agar dapat menjadi acuan untuk meningkatkan dan memperhatikan kelincahan dan kemampuan *dribbling* pemain sepakbola supaya dimasa yang akan datang Klub Sepakbola Simpang Empat FC menjadi lebih baik.

3. Bagi peneliti yang ingin melanjutkan penelitian ini agar dapat menjadikan penelitian ini sebagai bahan informasi dan meneliti dengan jumlah populasi atau sampel yang lebih besar beserta didaerah yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- A. Muri Yusuf. 2005. *Metodologi Penelitian*. Padang: Press UNP
- Arsil. (1999). *Pembinaan Kondisi Fisik*. Padang : Suka Bina
- Darwis, Ratinus. (1999). *Sepakbola*. Padang: FIK UNP Padang.
- Diknas, Depdikbud. (1984). *Paket Penelitian Kesegaran Jasmani dan Rekreasi*. Jakarta: Pusdiklat Olahraga Pelajar Khusus Sepakbola.
- Dinata, Marta. (2007). *Dasar-Dasar Mengajar Sepakbola*. Jakarta: Cerdas Jaya.
- Djezed, dkk (1992). *Permainan Besar*. Padang: Depdikbud. Dirjen Dikti Poryek Pengembangan LPTK.
- Hirtz. P. (1976). *Zur Bewegungseiggeschat bewandtheit". Theorie und Praxis der Korperkultur*, 1964, dikutip oleh : Vladimir Krejci & Peter Koch, Muschle and Tenden Injuries in Athletis: Stuttgart: University Book Publishing Company.
- Hadeli. (2002). *Metode Penelitian Kependidikan*. Padang : Baitul Hikmah Press.
- Harsono (1988). *Latihan Kondisi Fisik*. Jakarta : KONI Pusat.
- Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga RI (2005). *Sistem Keolahragaan Nasional*. Jakarta : Presiden RI.
- Kurniawan, Feri. 2011. *Buku Pintar Olahraga*. Jakarta: Laskar Aksara
- Maidarman. (2011). *Ilmu Melatih Lanjutan*. Padang:FIK UNP
- Miekle, Danny (2007) .*Dasar-Dasar sepakbola*.Bandung: Pakar Raya
- Nurhasan. (1984). *Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*. Bandung: FPOK IKIP Padang.
- Poerwadarminta. (1986). *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Poerwono, dkk 1985. *Tes Kecakapan Bermain Sepakbola Bagi Mahasiswa Putera*, Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta.
- PSSI. (2009). *Laws Of The Game*. Jakarta