

**HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN DAN KESEIMBANGAN DENGAN
KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN
SEPAKBOLA PADA SSB PUTRA SICINCIN
KABUPATEN PADANG PARIAMAN**

SKRIPSI

*Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang*



Oleh :
FAZIL RIFALDI
1306887/2013

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2018**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Antara Kelincahan dan Keseimbangan dengan Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada SSB Putra Sicincin Kabupaten Padang Pariaman.

Nama : Fazil Rifaldi

Nim/BP : 1306887 / 2013

Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Jurusan : Kepelatihan

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

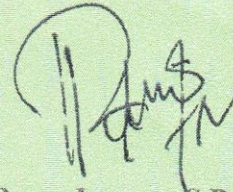
Padang, Juli 2018

Mengetahui :
Ketua Jurusan Kepelatihan



Dr. Umar, MS, AIFO
NIP. 19610615 198703 1 003

Disetujui Oleh :
Pembimbing



Dr. Roma Irawan, S.Pd, M.Pd
NIP. 19810726 200604 1 002

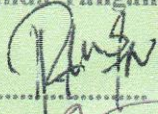
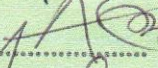
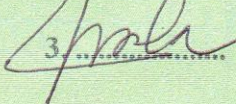
PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Fazil Rifaldi
Nim : 1306887/2013

**Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Skripsi Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan Keptihan Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
dengan judul**

**Hubungan Antara Kelincahan dan Keseimbangan Dengan Kemampuan
Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada SSB Putra Sicincin
Kabupaten Padang Pariaman**

Padang, Agustus 2018

Nama		Tanda Tangan
1. Ketua	: Dr. Roma Irawan, S.Pd, M.Pd	1. 
2. Anggota	: Drs. Afrizal, S, M.Pd	2. 
3. Anggota	: Dr. Ishak Aziz, M.Pd	3. 

ABSTRAK

**Fazil Rifaldi. 2018.”Hubungan Antara Kelincahan dan Keseimbangan Dengan Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman”.
Skripsi. Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Jurusan
Kepelatihan, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri
Padang.**

Kesalahan-kesalahan yang terjadi pada saat menggiring bola oleh pemain SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman menjadi latar belakang masalah dilakukannya penelitian ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kelincahan dan keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola pemain SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman.

Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian korelasional. Populasi penelitian adalah pemain SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman yang berjumlah sebanyak 70 orang. Sampel penelitian adalah pemain usia 17 tahun yang berjumlah sebanyak 27 orang dengan teknik penarikan sampel *purposive sampling*. Untuk mengukur kelincahan digunakan *Illinois agility run test*. Untuk mengukur keseimbangan digunakan tes berdiri satu kaki. Untuk mengukur kemampuan menggiring bola maka digunakan *the short dribbling test*. Teknik analisa data menggunakan analisis korelasi *produc moment* dengan $\alpha=0,05$.

Hasil penelitian: (1) Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pemain sepakbola SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman, dengan perolehan ($r_h = 0,482 > r_t = 0,381$). (2) Terdapat hubungan yang signifikan antara keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola pemain sepakbola SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman, dengan perolehan ($r_h = 0,444 > r_t = 0,381$). (3) Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dan keseimbangan secara bersama-sama dengan kemampuan menggiring bola pemain sepakbola SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman, dengan perolehan ($R_h = 0,586 > R_t = 0,381$).

Kata Kunci: Kelincahan, Keseimbangan, Kemampuan Menggiring Bola

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan Antara Kelincahan Dan Keseimbangan dengan Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada SSB Putra Sicincin Kabupaten Padang Pariaman”. Kemudian, syalawat beriring salam kita ucapkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umatnya dari zaman jahiliyah ke zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan seperti yang kita rasakan saat ini.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan 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 ini peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini peneliti menyampaikan terimakasih kepada:

1. Kepada kedua orang tua, Ayah Ali Ibrahim, S.Pd dan Ibu Baidar, S.Pd.I yang telah memberikan dorongan dan do’a serta semangat sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.

2. Dr. Zalfendi, M.Kes sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dorongan untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
3. Dr. Umar, M.S, AIFO dan Drs. Hermanzoni, M.Pd sebagai Ketua dan Sekretaris Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga peneliti dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi. .
4. Dr. Roma Irawan, S.Pd, M.Pd sebagai Pembimbing , yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk yang sangat membantu dalam penulisan skripsi ini.
5. Drs. Afrizal S, M.Pd sebagai Penguji I, yang telah memberikan kritik dan masukan sehingga peneliti dapat menyempurnakan skripsi ini.
6. Dr. Ishak Aziz, M.Pd sebagai Penguji II, yang telah memberikan kritik dan masukan sehingga peneliti dapat menyempurnakan skripsi ini.
7. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada peneliti selama peneliti mengikuti perkuliahan.
8. Kepada karyawan Tata Usaha Jurusan Kepelatihan yang telah memberikan bantuan secara administrative sehingga peneliti dapat mengikuti ujian skripsi.
9. Kepada pengurus SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman yang telah memberi izin meneliti dan memberi kemudahan selama penelitian dilakukan.
9. Pelatih yang telah membantu memberi masukan kepada peneliti.

10. Pemain SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman yang telah berkenan membantu untuk menyelesaikan penelitian di lapangan Sepakbola Puabu Sicincin Kab. Padang Pariaman.
11. Rekan-rekan mahasiswa FIK UNP yang senasib dan seperjuangan yang telah memberikan bantuan dan dorongan baik moril maupun materil dalam penyusunan skripsi ini.

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

Padang, Juli 2018
Penulis

Fazil Rifaldi
NIM. 1306887

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Pembatasan Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian	9
F. Kegunaan Penelitian.....	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	11
1. Olahraga Sepakbola.....	11
2. Menggiring Bola	13
3. Kelincahan	18
4. Keseimbangan	23
B. Penelitian Relevan.....	25
C. Kerangka Konseptual.....	25
D. Hipotesis Penelitian.....	29
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	30
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	30
C. Populasi dan Sampel	30

D. Jenis dan Sumber Data	31
E. Definisi Operasional	32
F. Instrumen Penelitian	33
G. Teknik Analisis Data	38
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	39
B. Uji Persyaratan Analisis Data	43
C. Hasil Penelitian	45
D. Pembahasan	51
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan	59
B. Saran	59
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN	63

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian	31
2. Sampel Penelitian	31
3. Distribusi Frekuensi Data Kelingkahan	39
4. Distribusi Frekuensi Data Keseimbangan	41
5. Distribusi Frekuensi Data Menggiring Bola	42
6. Rangkuman Uji Normalitas	44
7. Rangkuman Uji Independensi	45
8. Rangkuman Hasil Analisis Data	46
9. Rangkuman Hasil Analisis Regresi Sederhana	47
10. Rangkuman Hasil Analisis Data	48
11. Rangkuman Hasil Analisis Regresi Sederhana	49
12. Rangkuman Hasil Analisis Data	50
13. Rangkuman Hasil Analisis Regresi Ganda	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Pelaksanaan Bentuk Menggiring Bola	17
2. Pelaksanaan Tes Lari Zig-Zag	34
3. Pelaksanaan Tes Keseimbangan	36
4. Pelaksanaan Tes <i>Dribbling</i>	37
5. Histogram Batang Data Kelincahan	40
6. Histogram Batang Data Keseimbangan	41
7. Histogram Batang Data Menggiring Bola	43
8. Peneliti Memberi Arahan Kepada Pemain SSB Putra Sicincin	90
9. Peneliti Memberikan Arahan Sebelum Pelaksanaan Tes	90
10. Pelaksanaan Tes Kelincahan	91
11. Pelaksanaan Tes Kelincahan	91
12. Pelaksanaan Tes Keseimbangan	92
13. Pelaksanaan Tes Keseimbangan	93
14. Pelaksanaan Tes Menggiring Bola	94
15. Pelaksanaan Tes Menggiring Bola	94

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Mentah Massing-Massing Variabel Penelitian	63
2. Data Mentah Massing-Massing Variabel Penelitian (Data Akhir atau Data Terbaik)	64
3. Analisis Uji Normalitas Data Kelincahan Melalui Uji <i>Lilliefors</i>	65
4. Analisis Uji Normalitas Data Keseimbangan Melalui Uji <i>Lilliefors</i>	66
5. Analisis Uji Normalitas Data Kemampuan Menggiring Bola Melalui Uji <i>Lilliefors</i>	67
6. Rangkuman Analisis T-Score Data Variabel Kelincahan	68
7. Rangkuman Analisis T-Score Data Variabel Keseimbangan	69
8. Rangkuman Analisis T-Score Data Variabel Kemampuan Menggiring Bola	70
9. Persiapan Analisis Korelasi Sederhana dan Korelasi Ganda	71
10. Analisis Uji Indevendensi	72
11. Analisis Uji Hipotesis pertama	73
12. Pengujian Hipotesis Kedua	74
13. Pengujian Hipotesis Ketiga.....	75
14. Analisis Regresi Sederhana Variabel Kelincahan (X_1) Dengan Kemampuan Menggiring Bola (Y)	76
15. Analisis Regresi Sederhana Variabel Keseimbangan (X_1) Dengan Kemampuan Menggiring Bola (Y)	81
16. Analisis Regresi Ganda Variabel Kelincahan (X_1) dan Keseimbangan (X_2) Dengan Kemampuan Menggiring Bola (Y)	86
17. Analisis Penghitungan Norma Penilaian Untuk Instrumen Penelitian	89
18. Dokumentasi.....	90
19. Daftar Luas Dibawah Lengkungan Normal Standar Dari 0 ke z	95
20. Daftar Nilai Kritis L Untuk Uji	96
21. Tabel dari harga kritik dari <i>Product-Moment</i>	97

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan salah satu aspek yang dapat meningkatkan kualitas manusia secara jasmaniah dan rohaniah. Dengan olahraga prestasi diharapkan dapat mengangkat harkat dan martabat bangsa Indonesia dimasa yang akan datang. Olahraga bukan saja hanya bersifat rekreasi tetapi juga bertujuan untuk kesegaran jasmani, pendidikan, pengobatan dan peningkatan prestasi yang dilakukan secara individu maupun kelompok, dalam UUD RI No 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, dalam pasal 4 (2005:6) berbunyi: “Keolahragaan Nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak yang mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkokoh pertahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat dan kehormatan bangsa”.

Untuk mencapai tujuan olahraga tersebut di atas bukanlah hal yang mudah dilakukan pada olahraga prestasi, hal ini butuh pembinaan yang serius dari semua pihak yang dilakukan secara berjenjang dan berkelanjutan. Sesuai dengan UUD RI No 3 tahun 2005 ayat 4 (2005:1) berbunyi: “Pembinaan dan pengembangan keolahragaan nasional yang dapat menjamin pemerataan akses terhadap olahraga, peningkatan kesehatan dan kebugaran, peningkatan prestasi, dan manajemen keolahragaan yang mampu menghadapi tantangan

serta tuntutan perubahan kehidupan nasional dan global memerlukan sistem keolahragaan nasional”.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa pembinaan dan peningkatan prestasi olahraga memerlukan perencanaan pelatihan yang matang, terprogram, terorganisir, dan berkesenambungan, serta mengikutsertakan dalam kejuaraan-kejuaraan. Dengan telah dibentuknya Undang-Undang Sistem Keolahragaan ini maka pemerintah akan semakin peduli terhadap olahraga terutama dalam mencapai prestasi.

Dengan demikian dapat diartikan bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dapat dilaksanakan melalui perkumpulan olahraga dan menyelenggarakan pertandingan atau kompetisi secara teratur dan berkelanjutan, baik di tingkat daerah maupun di tingkat nasional. Olahraga prestasi menurut Syafruddin (2006:29) adalah

“kemampuan prestasi olahraga menggambarkan tingkat penguasaan suatu prestasi olahraga tertentu dan ditentukan oleh struktur kondisi yang kompleks dari sejumlah faktor khusus prestasi adapun faktor tersebut dapat meliputi kondisi fisik, teknik, taktik, mental serta sarana dan prasarana yang digunakan”.

Berdasarkan kutipan di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa seseorang dapat dikatakan berprestasi dalam suatu cabang olahraga, dia harus mempunyai kemampuan penguasaan teknik taktik sesuai dengan cabang olahraga yang diminatinya dan mempunyai mental yang baik. Di samping itu harus mempunyai kondisi fisik dan didukung oleh sarana dan prasarana yang diperlukan dalam latihan dan permainan. Keempat faktor tersebut merupakan suatu kesatuan yang saling terkait satu dengan yang

lainnya dan tidak dapat dipisahkan. Tanpa kondisi fisik yang baik tidak mungkin seseorang mampu merealisasikan teknik dengan baik serta tanpa taktik dan mental yang baik juga tidak akan dapat melahirkan prestasi yang maksimal.

Salah satu faktor penting untuk menemukan permainan sepakbola yang sempurna dan efisien adalah seorang pemain sepakbola harus menguasai dasar dengan sempurna. Teknik dasar adalah semua kegiatan yang mendasari permainan sehingga dengan modal demikian seseorang sudah dapat bermain sepakbola. Menguasai teknik dasar sepakbola merupakan salah satu modal untuk memenangkan pertandingan. Teknik dasar sangat tergantung pada kondisi fisik yang prima, sehingga strategi yang direncanakan dapat berjalan dengan baik, namun itu pun harus didukung dengan mental yang baik, agar kepercayaan diri itu muncul dengan sendirinya, sehingga taktik dapat berjalan dengan baik. Sesuai dengan ide bermain sepakbola adalah memasukan bola sebanyak mungkin ke gawang lawan dan sebaliknya berusaha sekuat tenaga mempertahankan dan menghindari bola masuk ke gawang sendiri, Yulifri (2011:17). Usaha untuk memasukan bola ke gawang lawan untuk mencetak atau memperoleh gol disebut dengan istilah menendang, dan usaha untuk mempertahankan dan menghindarkan bola masuk ke gawang sendiri dari kebobolan disebut dengan istilah menyerang dan bertahan. Berdasarkan ide tersebut salah satu teknik dasar yang sangat penting dikuasai yaitu teknik menggiring bola.

Kemampuan menggiring bola merupakan salah satu persyaratan seorang bisa main dengan baik. Jadi apabila seseorang pemain mempelajari teknik menggiring bola yang benar di harapkan kemampuan menggiring bola ke gawang semakin bagus sehingga tujuan mencetak gol ke gawang lawan sebanyak-banyak akan tercapai.

Untuk dapat melakukan teknik dasar kemampuan menggiring bola dalam bermain sepakbola dengan baik diperlukan kondisi fisik yang baik. Dengan demikian dalam usaha meningkatkan prestasi olahraga, pemain harus dapat meningkatkan kondisi fisiknya yang terdapat didalamnya. Menurut Irawadi (2011:12) menyatakan;

Unsur-unsur,"kondisi fisik dikelompokkan menjadi 2 yaitu unsur kondisi fisik dasar dan kondisi fisik gabungan, kondisi fisik dasar terdiri dari: daya tahan, kekuatan, kecepatan, dan kelenturan, sedangkan kondisi fisik gabungan terdiri dari: daya tahan kekuatan, daya tahan kecepatan, daya ledak, kelincahan, keseimbangan, kecepatan reaksi, kecepatan aksi, ketepatan dan koordinasi.

Untuk menghasilkan menggiring bola yang baik, maka diantaranya kemampuan kondisi fisik yang harus kita miliki adalah kelincahan dan keseimbangan. Kelincahan adalah kemampuan merubah arah dengan cepat, tepat pada saat bergerak dalam kecepatan tinggi. Kelincahan biasanya dapat dilihat dari kemampuan bergerak dengan cepat merubah arah dan posisi menghindari benturan antara pemain dilapangan. Kelincahan ditentukan oleh faktor kecepatan reaksi, kemampuan untuk menguasai suatu kondisi dan mampu mengendalikan gerakan secara tiba-tiba. Sedangkan keseimbangan adalah kemampuan untuk mempertahankan sistem neuromuskular kita dalam kondisi statis, atau mengontrol sistem neuromuskular tersebut dalam posisi

atau sikap yang efisien selagi kita bergerak. Hal ini dapat dilihat saat seseorang menggiring bola untuk melewati lawan, melepaskan diri dari penjagaan lawan dan saat bertahan satu lawan satu, pada saat itu dibutuhkan kelincahan dan keseimbangan.

Dari ungkapan di atas, dapat dikemukakan bahwa faktor yang diduga ikut mempengaruhi kemampuan menggiring bola pemain, antara lain kelincahan, keseimbangan, kualitas pelatih, program latihan, taktik, mental, serta sarana dan prasarana yang cukup. Namun faktor yang dominan mempengaruhi kemampuan menggiring bola pemain adalah kelincahan dan keseimbangan. Apabila pemain sepakbola memiliki kelincahan dan keseimbangan yang baik diduga dapat membantu dalam peningkatan kemampuan menggiring bola. Sebaliknya, apabila kelincahan dan keseimbangan dimiliki tidak baik diduga akan mempengaruhi kemampuan menggiring bola pemain dan dikhawatirkan akan lebih memperburuk keadaan kualitas kemampuan menggiring bola pemain.

Banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan seseorang dalam menggiring bola, diantaranya adalah kekuatan otot tungkai, keseimbangan gerakan, kecepatan, kelincahan, sikap badan, penguasaan teknik, emosional pemain dan kelentukan tubuh. Begitu juga dengan pemain pada saat melakukan giringan bola dalam permainan sepakbola di SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman.

SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman merupakan salah satu klub yang muncul di tengah-tengah masyarakat dalam mengembangkan sepakbola,

dan mempunyai pembinaan SSB Sekolah Sepakbola yang diharapkan bisa melahirkan pemain-pemain muda yang berkualitas untuk mengangkat persepakbolaan di Sumatera Barat pada umumnya, Kabupaten Padang Pariaman pada khususnya.

Berdasarkan pengamatan dilapangan sepakbola SSB Putra Sicincin selama dua kali latihan dan lima kali pertandingan, yaitu pada hari Jumat dan Sabtu tanggal 19 dan 20 Januari 2018 pada jam 16.00 Wib, bertepatan saat SSB Putra Sicincin melakukan latihan untuk melakukan Uji coba di lapangan Gelora Puabu Sicincin pada hari Minggu tanggal 21 Januari 2018. Pada saat pemain latihan banyak diantara pemain yang melakukan kesalahan dalam melakukan menggiring bola dan tidak memiliki kelincahan dan keseimbangan yang baik. Oleh sebab itu kemampuan menggiring bola dalam bermain ataupun latihan pemain-pemain sepakbola SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman masih belum begitu baik, dalam hal ini penulis melihat saat pemain melakukan dribbling, lawan begitu mudah mengambil bola dari kaki pemain. Hal ini penulis amati pada saat beberapa kali pertandingan yang telah diikuti oleh pemain SSB Puta Sicincin Kab. Padang Pariaman, dan seringkali pemain SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman mengalami kekalahan dalam pertandingan baik persahabatan maupun dalam turnamen sekalipun, sehingga prestasi yang diharapkan jauh dari harapan. Dari 5 kali ujicoba SSB Putra Sicincin hanya satu kali meraih kemenangan, 1 kali imbang, dan 3 kali mengalami kekalahan.

Berdasarkan fenomena yang terjadi di lapangan diperoleh dugaan masih rendahnya kemampuan menggiring bola pemain. Kuat dugaan, rendahnya kemampuan menggiring bola pemain SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman disebabkan oleh dugaan rendahnya kelincahan dan keseimbangan yang dimiliki pemain. Hal ini terbukti, pemain terlihat kaku disaat menggiring bola sehingga terjadi benturan dengan lawan yang menyebabkan cedera pada pemain, lambatnya menggiring bola kedepan, lepasnya bola saat melakukan menggiring bola serta kurang lincahnya pemain dalam menggiring bola dalam berbalik arah saat lawan menutup pergerakan dari depan. Apabila rendahnya kemampuan menggiring bola ini terjadi setiap kompetisi atau pertandingan, maka akan terus-terus mengalami kegagalan untuk meraih prestasi dan hal ini juga akan menimbulkan permasalahan baru pada SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman dalam meraih prestasi maksimal.

Melihat kenyataan seperti yang telah diuraikan di atas, maka pada kesempatan ini penulis ingin melakukan suatu penelitian terhadap SSB Putra Sicincin. Dengan demikian judul penelitian ini adalah tentang “Hubungan Antara Kelincahan dan Keseimbangan Dengan Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman”. Dari hasil penelitian ini bisa dilahirkan suatu simpulan yang bisa dijadikan langkah antisipatif bagi peningkatan prestasi persepakbolaan di SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman ke depannya.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan penjelasan pada latar belakang masalah, dapat diidentifikasi masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Kelincahan sangat memiliki hubungan terhadap kemampuan menggiring bola.
2. Keseimbangan yang belum maksimal memiliki hubungan dengan kemampuan menggiring bola.
3. Daya tahan memberikan hubungan terhadap kemampuan dalam menggiring bola.
4. Kelincahan memberikan hubungan terhadap kemampuan menggiring bola.
5. Teknik merupakan salah satu faktor yang perlu dimiliki pemain dalam melakukan menggiring bola.
6. Konsentrasi yang tinggi sangat dibutuhkan pada saat menggiring bola.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya permasalahan yang tercakup dalam identifikasi masalah di atas serta kemampuan, tenaga, dan dana yang terbatas maka dalam penelitian ini penulis membatasi masalah kelincahan dan keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola pemain SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah untuk lebih fokusnya masalah yang diteliti, maka dapat diajukan perumusan masalah yaitu:

1. Terdapat hubungan antara Kelincahan dan Kemampuan Menggiring Bola dalam permainan sepakbola pada SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman.
2. Terdapat hubungan antara Keseimbangan dengan Kemampuan Menggiring Bola dalam permainan sepakbola pada SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman.
3. Terdapat hubungan antara Kelincahan dan Keseimbangan terhadap Kemampuan Menggiring Bola dalam permainan sepakbola pada SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman.

E. Tujuan penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Hubungan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pemain SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman.
2. Hubungan keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola pemain sepakbola SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman.
3. Hubungan kelincahan dan keseimbangan secara bersama-sama dengan kemampuan menggiring bola pemain sepakbola SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman.

F. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan berguna dan bermanfaat bagi:

1. Penulis, sebagai syarat untuk mencapai gelar Sarjana pada Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

2. Pengurus Askab Kab. Padang Pariaman untuk meningkatkan prestasi atlet.
3. Dengan hasil penelitian ini diharapkan pelatih dapat memberikan latihan-latihan yang dapat meningkatkan aspek kelincahan dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola.
4. Pemain, sebagai informasi dan pengetahuan tentang faktor-faktor kondisi fisik yang menentukan kemampuan menggiring bola pemain SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman.
5. Dengan melihat kajian ini diharapkan para pembaca sadar akan pentingnya kelincahan dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dan berusaha meningkatkan latihan yang berkenaan dalam latihan tersebut.
6. Perpustakaan, sebagai bahan bacaan untuk menambah ilmu pengetahuan.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data maka dapat dibuat tiga kesimpulan sebagai berikut.

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pemain sepakbola SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman, dengan perolehan ($r_h = 0,482 > r_t = 0,381$).
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola pemain sepakbola SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman, dengan perolehan ($r_h = 0,444 > r_t = 0,381$).
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dan keseimbangan secara bersama-sama dengan kemampuan menggiring bola pemain sepakbola SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman, dengan perolehan ($R_h = 0,586 > R_t = 0,381$).

B. Saran

Berdasarkan pada kesimpulan maka peneliti dapat memberikan beberapa saran sebagai berikut, antara lain:

1. Kepada pelatih dan pemain sepakbola SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman disarankan untuk meningkatkan kemampuan kelincahan dan keseimbangan dalam upaya meningkatkan kemampuan teknik menggiring bola.

2. Kepada pelatih dan pemain sepakbola SSB Putra Sicincin Kab. Padang Pariaman disarankan untuk meningkatkan penguasaan teknik menggiring bola dalam upaya meningkatkan kemampuan teknik menggiring bola.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrizal. 2004. *Permainan Sepakbola*. Padang FIK UNP Padang.
- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Manajemen Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta
- Arikunto, Suharsimi, 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek RevisiVI*, Jakarta : RinekaCipta.
- Aristo, Reza. 2017. *Kontribusi Kecepatan dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling Atlet Sepakbola SSB Ripan's Lubuk Buaya Padang*. Skripsi (Tidak diterbitkan). Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- Arsil. (2000). *Pembinaan Kondisi Fisik*. Padang: DIP UNP.
- Arsil. 2009. *Tes Pengukuran dan Evaluasi. Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. FIK UNP.
- Fernando, Berry. 2016. *Pengaruh Latihan Kelincahan Dan Kelentukan Terhadap Kemampuan Dribbling Atlet Sepakbola SSB Tunas Harapan Lubuk Basung Kabupaten Agam*. Skripsi (Tidak diterbitkan). Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- Bangsbo, Jens. (2000). *Soccer Systems Dan Strategies*. USA: Human Kinetics.
- Dinata. Marta. 2007. *Dasar-dasar Mengajar Sepakbola*. Jakarta :Cerdas Jaya.
- Emral. (2016). *Sepakbola Dasar*. Padang: Suka Bina Press.
- Gifford, Clive. 2007. *Keterampilan Sepakbola*. Yogyakarta: PT Citra Aji Parama.
- Hamdani. (2003). *Sumbangan Keseimbangan Dan Persepsi Dalam Permainan Sepakbola*. Skripsi. UNESA Surabaya.
- Hidayat, Witono. (2017). *Buku Pintar Sepakbola*. Jakarta:Anugrah.
- Irawadi. Hendri. (2011). *Pembinaan Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. Padang FIK UNP.
- Irawadi. Hendri 2014. *Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. Padang: Penerbit Wineka Media Malang.
- Ismaryati. (2008). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: UNS PRESS.
- Joseph. A. Luxbacher. 2004. *Sepakbola*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Pustaka Utama.
- Koger, Robert. 2007. *Latihan Dasar Andal Sepakbola Remaja*. Indonesia: Saka Mitra Kompetensi.