

**SKRIPSI**

**KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KOORDINASI MATA-KAKI  
TERHADAP KEMAMPUAN *Dribbling* PEMAIN SEKOLAH  
SEPAKBOLA (SSB) EXCELENT KABUPATEN  
TANAH DATAR**



**Oleh:**

**KHAIRUL RAHMAT**

**NIM. 74523 / 2006**

**JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHHRAGAAN**

**UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

**2012**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : Kontribusi Kelincahan dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan *Dribbling* Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar.

Nama : Khairul Rahmat

Nim/Bp : 74523/2006

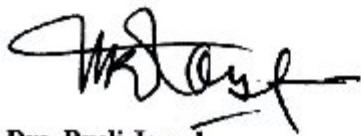
Jurusan : Pendidikan Kepelatihan

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Juli 2012

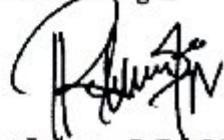
Disetujui oleh,

Pembimbing I



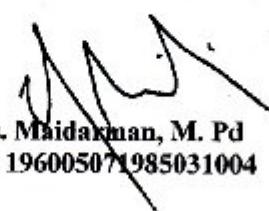
Drs. Busli Jamal  
NIP. 195611151986021002

Pembimbing II



Roma Irawan, S. Pd, M. Pd  
NIP. 198107262006041002

Mengetahui,  
Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan

  
Drs. Maidakman, M. Pd  
NIP. 196005071985031004

## **HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI**

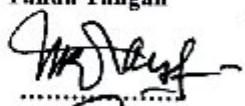
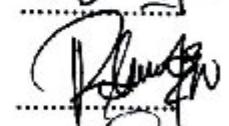
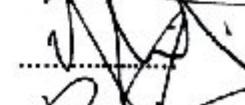
*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Pengaji Skripsi  
Jurusan Pendidikan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang*

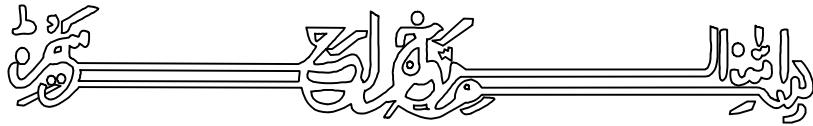
### **KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KOORDINASI MATA-KAKI TERHADAP KEMAMPUAN DRIBBLING PEMAIN SEKOLAH SEPAKBOLA (SSB) EXCELENT KABUPATEN TANAH DATAR**

**Nama : KHAIRUL RAHMAT**  
**Nim : 74523 / 2006**  
**Jurusan : Pendidikan Kepelatihan**  
**Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang**

Padang, Agustus 2012

**Tim Pengaji**

	<b>Nama</b>	<b>Tanda Tangan</b>
<b>Ketua</b>	<b>: Drs. Busli Jamal</b>	
<b>Sekretaris</b>	<b>: Roma Irawan, S. Pd, M. Pd</b>	
<b>Anggota</b>	<b>: Drs. Umar Nawawi, MS, AIFO</b>	
	<b>Drs. Maidarman, M. Pd</b>	
	<b>Padli, S. Si, M. Pd</b>	



*Tuhan memberikan Hikmah (ilmu yang bermanfaat)  
Kepada yang dikehendaki-Nya. Barang siapa mendapat Hikmah itu  
Sesungguhnya ia telah mendapat kebaikan yang banyak  
Dan tiadalah yang menerima peringatan  
Melainkan orang-orang berakal.  
(QS. Al-Baqarah : 269)*

*Langkah waktu terus bergulir  
Setapak demi setapak ku telusuri kehiupan ini  
Demi sebuah impian dan harapan  
Demi sebuah asa dan cita-cita  
Walau dengan jalan yang tertatih-tatih terus kulaui dengan tegar  
Ada tetesan air mata, tetesan keringat, dan lantunan do'a  
Ku tempuh tetesan keringat yang mengalir dari wajah orang tuaku  
Yang mengiringi perjuangan yang berujung sebuah asa,  
Pernah ingin ku hentikan langkah,  
Pernah ingin hilangkan asa,  
Namun cinta dari orang tua buktikan seluruh asa....*

*Ya...Allah..*

*Ku menyadari sepenuhnya apa yang kuperbuat sampai saat ini belum mampu  
untuk membala walau setetes keringat orang tuaku..*

*Ya...Allah..*

*Hamba memohon jadikanlah tetesan keringat mereka menjadi kilauan ditengah  
kegelapan,  
air mata yang telah menetes menjadi penyejuk dikala dahaga,  
dan lautan do'a mereka menjadi pengingat dikala lupa.*

*Dan kini Secercah cahaya telah kuraih  
Seteguk kesuksesan telah kucapai  
Benih cita-cita telah kutuai  
Namun kutau perjuangan belum selesai  
Dalam menelusuri lorong waktu yang tak kunjung usai  
Kuharus terus melangkah  
Melanjutkan perjalanan hidup dalam menggapai asa dan cita-cita*

Dengan segenap kerendahan hati dan ketulusan jiwa, kupersembahkan sebuah karya kecil ku ini buat Ibunda tersayang (Suryati) dan Ayahanda tercinta (Awaludin) sebagai tanda cinta dan bakti ku padamu atas segala do'a dan curahan kasih sayangmu padaku. Kita apa yang ku berikan tak sebanding dengan apa yang telah engkau limpahkan padaku. Buat kakakku (Zulham efendi), yang sebentar lagi jadi ayah, amin. Buat adek-adekku (Asri yulianti) dan (Dedek putra), teruslah berusaha dan rajin belajar, gapai cita2 setinggi mungkin, jangan lupa shalat, dan yang terpenting kita harus bisa bahagiakan ayah dan ibu kesak. Buat mamak2ku yang berada jauh di rantau orang, dan seluruh keluarga terima kasih atas bantua dan Do'a, dan motivasinya, akhirnya Khairul sarjana juga...

Terima kasih buat :

**senior-senior :** Rido (makasih bg do yang mirip Ariel), Modok (samo jo wak wisuda'y bg..), Rihul (yang mau nikah tahun ini, semoga langgeng bg), Ardi(alias anjal, lakukan perubahan lagi bg), Novico(yang semangat cari kerja), Roni kolong(kawin bg hehe..), Roni ejahtera(pak guru ganteng), Ikrar(alias coyyy), bg Parit(semoga sukses LPI'y bg..), Arpa gulat(song lai bg..), yang telah memberikan saran dan dukungannya....

**rekan seperjuangan Keppel '06 dan juniorku:** Pandit(dulu wak wisuda dari kawan aa hehe..), Surya( rajin2 lah lai!!!), Ihsan(selamat menempuh hidup baru yo kawan), Indra( kama ma ilang kwan??), Gilang pon, Sari, Salmi, Toni, Dodi,(samo jo wk jdi'y idola..), Ando, Riki tando, Andro, Gilang angga, Rahdian(bg wisuda lu diak,hehe), Erik(jan dpturuik an bna main diak), Raju, Egi, Panji, Arpan, (rajin2 kuliah'y y dek!!! biar cepat wisuda, amin) terima kasih buat, mama Inis(wisuda jo wak jadi'y ma hehe..), Angga perdana(aman kwan..??), Dani adon(makasih semangat'y kwn..), Bulan(bg wisuda lai lan, rajin2 kul yo lan !!) mak jon, bg kempot,Niko, Munchen,Datuak, Joni, Lian, yang tidak pernah bosan beri dukungan dan motivasi'y...

“Bukan perpisahan yang kutangisi, tapi pertemuan lah yang ku sesali, buat namanya yg g' disebutkan, maaf ya!!

“kebanyakan dari kita tidak mensyukuri apa yang sudah kita miliki, tetapi selalu mnyesali apa yang belum kita capai”

## ABSTRAK

**Khairul Rahmat (2012): Kontribusi Kelincahan dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan Dribbling Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar.**

Sekolah sepakbola (SSB) Excelent adalah salah satu SSB yang ada di Kabupaten Tanah Datar. Berdasarkan pengamatan penulis di lapangan menunjukkan bahwa masih rendahnya kemampuan *dribbling* pemain. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *dribbling*, kontribusi koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *dribbling*, dan kontribusi kelincahan dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama terhadap kemampuan *dribbling*.

Penelitian ini bersifat korelasional. Variabel-variabel dalam penelitian ini adalah kelincahan ( $X_1$ ) dan koordinasi mata-kaki ( $X_2$ ) sebagai variabel bebas dan kemampuan *dribbling* (Y) sebagai variabel terikat. Populasi berjumlah 154 orang dan pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, sehingga jumlah sampel sebanyak 34 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah: Kelincahan diukur dengan *Zig Zag Run test* dan Koordinasi Mata-Kaki diukur dengan tes koordinasi mata-kaki, sedangkan kemampuan *dribbling* diukur dengan tes menggiring bola. Analisis data yang digunakan adalah rumus korelasi *product moment* untuk korelasi masing-masing variabel sedangkan untuk korelasi ganda menggunakan analisis korelasi Doolittle.

Hasil penelitian adalah 1) kelincahan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan *dribbling*, dengan kontribusi sebesar 12,67% 2) koordinasi mata-kaki memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan *dribbling*, dengan kontribusi sebesar 9,03% 3) kelincahan dan koordinasi mata-kaki memberikan kontribusi yang signifikan secara bersama-sama terhadap kemampuan *dribbling* dengan kontribusi sebesar 21,70%.

**Kata kunci :** Kelincahan, Koordinasi Mata-Kaki, dan Kemampuan *Dribbling*.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan proposal penelitian ini yang berjudul “**Kontribusi Kelincahan dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan *dribbling* Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar**”.

Dalam penulisan proposal ini, penulis telah banyak mendapat bantuan dan dorongan baik materil maupun moril dari berbagai pihak. Sehingga dengan itu pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Drs. Arsil. M,Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Drs. Maidarman, M. Pd, selaku Ketua Jurusan Pendidikan kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah menyetujui penulisan skripsi ini.
3. Bapak Drs. Busli Jamal, selaku pembimbing I dan Bapak Roma Irawan, S. Pd, M. Pd, selaku pembimbing II yang tanpa lelah dan penuh kesabaran dalam membimbing penulis untuk penyelesaian skripsi ini.
4. Bapak Drs. Umar Nawawi, MS, AIFO, Bapak Drs. Maidarman, M.Pd, dan Bapak Padli, S.Si, M.Pd, selaku dosen penguji yang telah memberikan saran dan masukan demi kesempurnaan skripsi ini.
5. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memotivasi dan membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

6. Seluruh rekan dan sahabat-sahabatku yang telah memberikan bantuan moril dan materil dalam penyelesaian skripsi ini.

Semoga bantuan, bimbingan dan arahan yang diberikan kepada penulis menjadi amal dan ibadah di sisi-Nya dan mendapat balasan dari Allah SWT.

Akhirnya penulis menyadari bahwa penulisan proposal ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan demi penyempurnaan proposal ini. Semoga Allah memberikan petunjuk dan hidayah-Nya kepada kita semua. Amin.

Padang, Juli 2012

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI.....	i
HALAMAN LULUS UJIAN SKRIPSI.....	ii
ABSTRAK .....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
DAFTAR ISI .....	vi
DAFTAR TABEL .....	viii
DAFTAR GAMBAR .....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah .....	7
D. Perumusan Masalah .....	8
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Manfaat Penelitian .....	9

### **BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN**

A. Kajian Teori.....	10
1. Sepakbola .....	10
2. Kemampuan Dribbling.....	11
3. Kelincahan.....	18
4. Koordinasi Mata-Kaki.....	22
B. Kerangka Konseptual .....	29
C. Hipotesis.....	32

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian .....	33
---------------------------	----

B.	Tempat dan Waktu Penelitian.....	33
C.	Populasi dan Sampel .....	33
D.	Jenis dan Sumber Data .....	34
E.	Definisi Operisionl.....	35
F.	Teknik dan Alat Pengumpulan Data .....	36
G.	Teknik Analisis Data.....	40
 <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>		
A.	Deskriptif Data .....	43
B.	Analisis induktif .....	47
C.	Pembahasan.....	51
 <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>		
A.	Kesimpulan.....	58
B.	Saran-Saran .....	59
 <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b> ..... 60		
<b>LAMPIRAN .....</b> ..... 62		

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Populasi dan sampel penelitian .....	34
2. Tenaga Pembantu Penelitian.....	36
3. Distribusi frekuensi kelincahan.....	43
4. Distribusi frekuensi koordinasi mata-kaki.....	45
5. Distribusi Frekuensi Kemampuan <i>dribbling</i> .....	46
6. Rangkuman Hasil uji normalitas data .....	47
7. Hasil analisa kontribusi kelincahan ( $X_2$ ) dengan kemampuan <i>Dribbling</i> ( $X_1$ ).....	49
8. Hasil analisa kontribusi koordinasi mata-kaki ( $X_3$ ) Dengan Kemampuan <i>dribbling</i> ( $X_1$ ).....	50
9. Hasil analisa kontribusi kelincahan ( $X_2$ ) dan koordinasi mata-kaki ( $X_3$ ) Secara bersama-sama terhadap kemampuan <i>dribbling</i> ( $X_1$ ) .....	51

## **DAFTAR GAMBAR**

Halaman

Gambar 1. Kontribusi kelincahan dan Koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan dribbling pemain sekolah sepakbola (SSB)	
Excelent.....	32
2. Tes kelincahan.....	37
3. Tes Koordinasi mata-kaki.....	39
4. Tes kemampuan <i>dribbling</i> .....	41
5. Histogram kelincahan .....	43
6. Histogram koordinasi mata-kaki.....	45
7. Histogram kemampuan <i>dribbling</i> .....	47

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Data hasil penelitian .....	62
2. Analisis Interval Kelas .....	63
3. Analisis Uji Normalitas data Kelincahan melalui uji liliefors ( $X_2$ )	64
4. Analisis Uji normalitas data Koordinasi mata-kaki melelui uji liliefors ( $X_3$ ) .....	65
5. Analisis Uji Normalitas data kemampuan <i>dribbling</i> melalui uji liliefors .....	66
6. Tabel Analisis T-Score data kelincahan ( $X_2$ ).....	67
7. Tabel Analisis T-Score data koordinasi mata-kaki ( $X_3$ ).....	68
8. Tabel Analisis T-Score data kemampuan <i>dribbling</i> ( $X_1$ ) .....	69
9. Tabel Analisis Korelasi Doolittle ( $X_2, X_3, X_1$ ) .....	70
10. Analisis Korelasi Doolittle.....	72
11. Tabel Nilai Kritis L untuk uji Liliefors .....	74
12. Tabel dari harga kritik dari <i>product moment</i> .....	75
13. Daftar luas dibawah lengkungan normal standar .....	76
13. Dokumentasi penelitian .....	77
14. Surat izin melaksanakan penelitian .....	78

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang sedang giat-giatnya melaksanakan pembangunan di segala bidang. Salah satu bidang yang tidak kalah penting adalah pembangunan dibidang olahraga. Olahraga kini telah mengalami kemajuan yang sangat pesat. Saat ini olahraga telah memasuki semua aspek kehidupan seperti industri, perekonomian, pendidikan dan lain sebagainya.

Salah satu langkah maju yang dibuat bangsa Indonesia adalah dengan dilahirkannya Undang-Undang Republik Indonesia No 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional (2007:6). Tujuan pemerintah dalam bidang olahraga terdapat dalam bab 2 pasal 4 yang berbunyi :

“Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportifitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkokoh ketahanan nasional, serta meningkatkan harkat, martabat dan kehormatan bangsa”.

Berdasarkan ketentuan di atas, dijelaskan bahwa salah satu bidang pembangunan yang ingin dicapai oleh bangsa Indonesia adalah munculnya prestasi-prestasi nasional diberbagai cabang olahraga. Tercapainya tujuan keolahragaan nasional akan tumbuh generasi yang sehat jasmani dan rohani, bugar, berkualitas, bermoral dan berakhlak mulia, sportif, disiplin, yang nantinya akan berdampak positif terhadap pembangunan nasional dibidang-

bidang lainnya. Agar hal tersebut dapat tercapai, dibutuhkan totalitas dan kerjasama yang baik antara pemerintah, insan-insan olahraga dan semua lapisan masyarakat.

Masalah peningkatan prestasi dibidang olahraga sebagai sasaran yang ingin dicapai dalam pembinaan dan pengembangan di Indonesia akan membutuhkan waktu yang lama. Latihan dimulai di usia dini dan harus dilakukan secara berkesinambungan sampai mencapai puncak prestasi pada cabang olahraga yang ditekuninya, dengan demikian pembinaan olahraga sejak dini sangatlah penting, supaya kelak atlet mampu mencapai kesuksesan. Untuk mengikuti perkembangan itu, maka segala usaha kearah pembinaan terus dipacu dan ditumbuh kembangkan oleh semua pihak yang terkait terhadap cabang olahraga masing-masing.

Sepak bola sebagai salah satu cabang olahraga yang digemari oleh masyarakat diharapkan mampu mewujudkan tujuan undang-undang sistem keolahragaan nasional. Oleh sebab itu wajar keberadaan sepak bola mendapat perhatian pemerintah, sehingga selalu diupayakan prestasinya melalui pembelajaran dan latihan pada sekolah dan klub-klub sepak bola. Popularitas sepak bola bukan hanya bagi masyarakat umum, namun juga menjadi milik masyarakat intelektual, ini terbukti dengan banyaknya penulisan buku-buku dan penelitian yang dilakukan para ilmuwan olahraga mengenai kepelatihan, pembinaan, dan ilmu pendukung lain yang berkaitan dengan sepakbola.

Ide Permainan sepakbola adalah memasukan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mempertahankan gawang sendiri dari kebobolan.

Untuk melakukan itu pemain sepakbola harus memiliki teknik, fisik, taktik yang bagus. Teknik seperti *passing*, *dribbling*, *heading*, dan *shooting* harus dikuasai dengan baik, ini digunakan untuk melewati lawan dan mencetak gol kegawang lawan. Ketika melakukan teknik, unsur-unsur fisik seperti kelincahan, kelenturan, koordinasi, kekuatan, dan daya tahan sangat mendukung. Selain itu pemain harus memiliki mental yang bagus, ketika dikasari lawan dia harus mampu menahan emosinya. Jika semua dikolaborasikan dengan baik, seorang pemain akan mampu menjalankan ide permainan sepakbola dalam usaha untuk memenangkan pertandingan.

Di Sumatera Barat perkembangan sepak bola sangat pesat, terutama Kabupaten Tanah Datar. Hal ini terbukti dengan banyaknya klub-klub serta sekolah-sekolah sepakbola (SSB) di Kabupaten Tanah Datar melakukan pembinaan secara teratur, terarah, dan kontinue. Salah satu sekolah sepakbola yang konsekuensi melakukan pembinaan adalah sekolah sepakbola (SSB) Excelent. SSB ini membina pemain sepakbola dari mulai dari usia dini sampai remaja yang terdiri dari kelompok U-12, U-13, U-15, U-17, U-18 dan U-21 tahun. Pelatih klub ini adalah pelatih yang berpengalaman dan memiliki lisensi kepelatihan yang diakui oleh induk organisasi sepakbola Indonesia (PSSI). Selain itu pemain memiliki sarana dan prasarana yang lengkap untuk latihan, seperti lapangan yang memenuhi standar, bola, cones, dan rompi. Jadwal latihan pun terkoordinir dengan baik.

Idealnya dengan sarana dan prasarana yang lengkap serta jadwal latihan yang terkoordinir pemain SSB Excelent mampu menguasai teknik-

teknik sepak bola dengan baik dan memiliki kondisi fisik yang prima. Dengan teknik yang bagus dan kondisi fisik yang prima diharapkan pemain mampu meraih prestasi yang bagus baik ditingkat daerah maupun ditingkat nasional. Namun kenyataan yang kita lihat prestasi pemain SSB Excelent cenderung tidak stabil bahkan cenderung menurun. Mereka tidak mampu mempertahankan prestasi bagus yang telah diraih. Setelah menjuarai turnamen Bengkawas Cup tahun 2010 dan 2011, mereka tidak mampu mempertahankannya ditahun 2012. Selain itu di ajang Singgalang Cup Padang Panjang tahun 2012 mereka hanya mampu mencapai perempatfinal.

Dari pengamatan penulis saat melihat pemain SSB Excelent latihan dan bertanding serta dari wawancara dengan pelatih, terlihat kemampuan *dribbling* nya masih kurang bagus. Di saat ketinggalan gol oleh lawan, pemainnya tidak mampu melakukan *dribbling* dengan baik dan cepat saat melakukan serang balik ke daerah lawan. Sehingga peluang untuk mencetak gol seringkali gagal karena lambat melakukan serangan balik. Selain itu, pemain terlihat kaku dalam melakukan *dribbling*, sehingga sering terjadi benturan dengan lawan yang menyebabkan cidera pada pemain itu sendiri. Hal ini mengakibatkan pemain menjadi kurang percaya diri dengan kemampuannya sehingga seringkali gagal dan terlambat menyusun serangan terutama pada saat terjadinya serangan balik.

Menurut Tim Pengajar Sepakbola (2005:47) menjelaskan bahwa :

“*Dribbling* berguna untuk memindahkan bola dari daerah sendiri ke daerah permainan lawan, untuk melewati lawan, memancing lawan untuk mendekati bola sehingga daerah penyerangan terbuka, untuk memperlambat tempo permainan, disamping itu juga berguna untuk

mencetak gol ke gawang lawan dengan cara melewati kiper jika sudah berhadapan langsung dengan kiper tersebut.”

Berdasarkan pendapat di atas, dapat kita pahami bahwa *dribbling* merupakan salah satu elemen penting yang harus dikuasai oleh pemain sepak bola. Untuk dapat menguasai *dribbling* banyak faktor yang mempengaruhinya. Ada faktor eksternal dan ada faktor internal. Faktor eksternal seperti sarana dan prasarana dalam latihan, salah satunya lapangan. Lapangan yang baik akan mempengaruhi proses latihan *dribbling*, apabila permukaan lapangan tidak datar ini akan mempengaruhi jalan bola. Faktor internal yang mempengaruhi seperti kondisi fisik pemain. Banyak unsur kondisi fisik yang mempengaruhinya seperti, kelenturan, kelincahan, daya tahan, koordinasi tubuh, kekuatan, kecepatan dan lain sebagainya.

Dari sekian banyak kondisi fisik yang mempengaruhi, salah satunya adalah kelincahan. Harsono (1988:172) mengatakan bahwa “orang yang lincah adalah orang yang mempunyai kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya”. Jadi, dengan kelincahan yang baik pemain akan memiliki gerakan yang *fleksibel*, dinamis, dan tidak kaku, sehingga akan mudah melakukan *dribbling*. Disaat satu lawan satu dengan lawan, pemain yang lincah akan mudah melewati lawan.

Selain kelincahan, koordinasi mata-kaki juga mempunyai peranan yang penting dalam melakukan *dribbling* yang baik. Menurut Irawadi (2011:103) “Koordinasi merupakan suatu proses kerjasama otot yang akan menghasilkan suatu gerakan yang tersusun dan terarah, yang bertujuan untuk

membentuk gerakan-gerakan yang dibutuhkan dalam pelaksanaan suatu keterampilan teknik”. Dari pendapat ahli tersebut, dapat kita pahami bahwa koordinasi mata-kaki mempunyai peranan yang penting dalam melaksanakan teknik olahraga, dalam hal ini teknik *dribbling* dalam sepakbola. Dengan koordinasi mata-kaki yang baik, pemain akan memiliki gerakan yang tersusun dan terarah sehingga akan mudah melakukan gerakan *dribbling*.

Berdasarkan latar belakang dan landasan teori yang ada, maka penulis ingin mengadakan suatu penelitian untuk mendapatkan informasi yang lebih jelas dan sifnifikan dengan judul penelitian “**Kontribusi kelincahan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *dribbling* pemain sekolah sepakbola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar**”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Mengingat banyaknya permasalahan yang dapat dikemukakan dalam latar belakang masalah di atas, maka peneliti mengidentifikasi masalah terlebih dahulu sebelum menetukan faktor mana yang dianggap paling menetukan dalam kemampuan *dribbling* para pemain sekolah sepakbola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar, sebagai berikut :

1. Apakah kelenturan berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling* pemain sekolah sepakbola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar?
2. Apakah kelincahan berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling* pemain sekolah sepakbola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar?
3. Apakah daya tahan berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling* pemain sekolah sepakbola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar?

4. Apakah ketersedian sarana dan prasarana memberikan kontribusi terhadap kemampuan *dribbling* pemain sekolah sepakbola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar?
5. Apakah teknik berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling* pemain sekolah sepakbola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar?
6. Apakah koordinasi mata-kaki berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling* pemain sekolah sepakbola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar?
7. Apakah mental berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling* pemain sekolah sepakbola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar?
8. Apakah kekuatan berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling* pemain sekolah sepakbola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar?
9. Apakah kecepatan berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling* pemain sekolah sepakbola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar?

### C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang dikemukakan di atas, banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan *dribbling*. Maka dalam penelitian ini penulis membatasi masalah pada kelincahan, koordinasi mata-kaki, dan kemampuan *dribbling* pemain sekolah sepakbola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar.

#### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang telah di kemukakan, maka penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah kelincahan berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling* pemain sekolah sepakbola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar?
2. Apakah koordinasi-mata kaki berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling* pemain sekolah sepakbola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar?
3. Apakah kelincahan dan koordinasi mata kaki berkontribusi secara bersama-sama terhadap kemampuan *dribbling* pemain sekolah sepakbola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan perumusan masalah diatas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian adalah untuk mengetahui:

1. Seberapa besar kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain sekolah sepakbola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar.
2. Seberapa besar kontribusi koordinasi mata kaki terhadap kemampuan *dribbling* pemain sekolah sepakbola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar.
3. Seberapa besar kontribusi kelincahan dan koordinasi mata kaki secara bersama-sama terhadap kemampuan *dribbling* pemain sekolah sepakbola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar.

## F. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan berguna untuk :

1. Para pemain sepak bola khususnya pemain sekolah sepakbola (SSB) Excellent dalam meningkatkan kemampuan *dribbling* untuk menggapai prestasi.
2. Pengurus daerah dan pengurus cabang Persatuan Sepak bola Seluruh Indonesia Sumatera Barat dan Indonesia.
3. Pelatih-pelatih sepak bola khususnya yang ada di Sumatera Barat dalam meningkatkan prestasi olahraga sepak bola.
4. Staf pengajar mata kuliah sepak bola sebagai acuan dalam perkuliahan sepak bola itu sendiri.
5. Bagi penulis sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan terhadap kelincahan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *dribbling* pemain sekolah sepakbola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Kelincahan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan *dribbling* pemain sekolah sepakbola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar, dengan sumbangan sebesar 12,67%.
2. Koordinasi mata-kaki memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan *dribbling* pemain sekolah sepakbola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar, dengan sumbangan sebesar 9,03%.
3. Kelincahan dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan *dribbling* pemain sekolah sepakbola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar, dengan sumbangan sebesar 21,70%.

#### **B. Saran-saran**

Berdasarkan kesimpulan yang telah dikemukakan di atas, maka dapat dikemukakan saran sebagai berikut :

1. Kepada pemain sekolah sepak bola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar agar dapat meningkatkan kelincahan dan koordinasi mata-kaki serta memperhatikan teknik dalam menggiring bola guna mendapatkan kemampuan *dribbling* yang lebih baik.
2. Bagi pelatih sekolah sepak bola (SSB) Excelent Kabupaten Tanah Datar dan para pelatih sepak bola di Sumatera Barat umumnya, agar dapat memperhatikan dan melatih kelincahan, koordinasi mata-kaki, dan teknik dalam menggiring bola para atlet untuk mendapatkan kemampuan *dribbling* yang lebih baik.
3. Diharapkan kepada peneliti lain agar dapat melanjutkan penelitian ini, dengan melihat variable-variabel lainnya yang berhubungan dengan kemampuan *dribbling*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (1990). *Manajemen Penelitian*. Jakarta; PT. Rineka Cipta
- (1996). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta; PT. Rineka Cipta
- Arsil. (2008). *Pembinaan kondisi fisik*. Padang; Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
- Darwis, Ratinus. (1999). *Sepakbola*. Padang; Fakultas Ilmu Keolahragaa Universitas Negeri Padang
- Dinata, Marta. (2007). *Dasar-Dasar Mengajar Sepakbola*. Jakarta: Cerdas Jaya.
- Diknas, Depdikbud. (1984). *Paket penelitian kesegaran jasmani dan rekreasidi pusdiklat olahraga pelajar khusus sepak bola*. Jakarta; Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
- Djezed, Zulfar. (1985). *Buku pelajaran sepak bola*. Padang; Fakultas Pendidikan Olahraga Kesehatan Institut Keguruan Ilmu Pendidikan Padang.
- Harsono. (1988). *Choaching dan aspek-aspek dalam choaching*. Jakarta; Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
- Irawadi, Hendri (2011). *Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. Padang; FIK UNP
- Kiram, Yanuar. (2000). *Belajar Motorik*. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
- Luxbacher, Joseph. (2001). *Sepakbola*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Nurhasan. (1984). *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani: Prinsip-Prinsip dan Penerapannya*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga
- Poerwono, dkk. (1985). *Tes Kecakapan Bermain Sepakbola Bagi Mahasiswa Putera*. Yogyakarta; Fakultas Pendidikan Olahraga da Kesehatan Institut Keguruan dan Ilmu Pendidika Yogyakarta
- Sajoto, M. (1988). *Peningkatan dan pembinaan kondisi fisik dalam olahraga*. Semarang ; Dahara Prize
- Sajoto. M. (1995). *Pembinaan Kondisi Fisik Olahraga*. Jakarta : Depdikbud Dirjen Dikti PPLPTK
- Sneyers, Jef. (1988). *Sepakbola (Latihan dan Strategi Bermain)*. Jakarta; PT. Rosda Jaya Putra