

**PENGARUH KELINCAHAN, KECEPATAN DAN KONSENTRASI
TERHADAP KEMAMPUAN *DRIBBLING*
PEMAIN FC BAGAN SIAPI-API**

TESIS



Oleh

**OKTO MIRA KURNIAWAN
NIM. 19199076**

**Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan
dalam mendapatkan gelar Magister Pendidikan**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAAHRAGA S2
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2021**

ABSTRAK

Okto Mira Kurniawan, (2021). Pengaruh Kelincahan, Kecepatan Dan Konsentrasi Terhadap Kemampuan *Dribbling* Pemain Fc Bagansiapi-Api

Masalah dalam penelitian adalah belum maksimalnya kemampuan *Dribbling* Pemain Fc Bagansiapi-Api. Hal ini dipengaruhi oleh banyak faktor seperti fisik, teknik, taktik dan mental. Faktor fisik dan psikologis menjadi salah satu kunci untuk mencapai teknik yang baik. Faktor fisik ialah kelincahan, dan kecepatan faktor psikologinya ialah konsentrasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kelincahan, kecepatan, dan konsentrasi, Terhadap kemampuan *dribbling* pemain Fc Bagansiapi-Api.

Jenis penelitian yaitu kuantitatif menggunakan disains penelitian analisis jalur (*Paht Analysis*). dengan metode asosiatif kausal. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 26 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total *sampling*, yaitu sampel berupa populasi yang berjumlah 26 orang atlet. Data dikumpulkan dengan melakukan tes dan pengukuran terhadap keempat variabel. Untuk mengetahui kelincahan di tes dengan *dodging run*, kecepatan dengan tes lari 30 meter, konsentrasi dengan *grid concentration test*, sedangkan kemampuan *dribbling* diukur dengan tes *Dribblingbola*. Data dianalisis dengan analisis jalur (*Paht Analysis*).

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa: (1) Terdapat pengaruh langsung kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain Fc Bagansiapi - Api sebesar 15,6% (2) Terdapat pengaruh langsung kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* pemain Fc Bagansiapi - Api sebesar 11,2% (3) Terdapat pengaruh langsung Konsentrasi terhadap kemampuan *dribbling* pemain Fc Bagansiapi – Api sebesar 13,7% (4) Terdapat pengaruh langsung kelincahan terhadap kecepatan pemain Fc Bagansiapi - Api sebesar 18,4% (5) Terdapat pengaruh tidak langsung kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain Fc Bagansiapi - Api melalui konsentrasi sebesar 5,7% (6) Terdapat pengaruh tidak langsung kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* pemain Fc Bagansiapi - Api melalui konsentrasi sebesar 8,6%.

Kata Kunci: Kelincahan, Kecepatan, Konsentrasi, dan *Dribbling*

ABSTRACT

Okto Mira Kurniawan, (2021). *The contribution of agility, speed and concentration to the dribbling ability of Fc Bagansiapi-API players*

The problem in this research is that the Dribbling ability of the Fc Bagansiapi-API players has not been maximized. This is influenced by many factors such as physical, technical, tactical and mental. Physical and psychological factors are one of the keys to achieving good technique. Physical factor, namely agility, and speed, the psychological factor is concentration. This study aims to see the effect of agility, speed, and concentration on the dribbling ability of Fc Bagansiapi-API players.

This type of quantitative research uses path analysis (Paht Analysis). by the causal associative method. The population in this study was probably 26 people. The sampling technique used total sampling technique, namely a sample of a population placed 26 athletes. Data were collected by doing tests and measuring the four variables. To see the agility test with the dodging run, the speed with the 30 meter running test, the concentration with the grid concentration test, while the dribbling ability was measured by the Dribblingbola test. Data were analyzed by path analysis (Paht analysis).

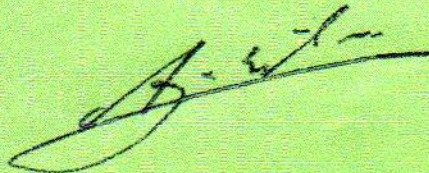
Based on the results of data analysis, it shows that: (1) There is a direct effect of agility on the ability to lead Fc Bagansiapi - Api players by 15.6% (2) There is a direct effect on the speed of the dribbling ability of Fc Bagansiapi - Api players by 11.2% c (3)) There is a direct effect of concentration on the dribbling ability of Fc Bagansiapi - Api players by 13.7% (4) There is a direct effect of agility on the speed of Fc Bagansiapi - Api players by 18.4% (5) There is an indirect effect of agility on the dribbling ability of Fc players Bagansiapi - Fire through a concentration of 5.7% (6) There is an effect that does not affect the dribbling ability of Fc Bagansiapi - Fire players through a concentration of 8.6%.

Keywords: agility, speed, concentration and dribbling

PERSETUJUAN AKHIR TESIS

Mahasiswa : Okto Mira Kurniawan
NIM : 19199076

Nama Tanda Tangan Tanggal



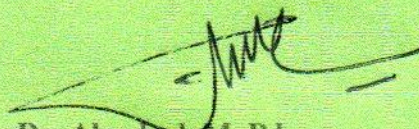
13/7-2021

Dr. Arsil, M.Pd
NIP. 19600317 198602 1 001

Pembimbing

Fakultas Ilmu Keolahragaan
Dekan,

Program Studi Pendidikan Olahraga S2
Koordinator,



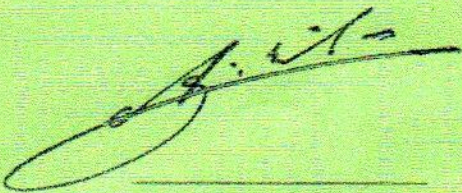
Dr. Alnedrah, M. Pd
NIP. 19600430 198602 1 001

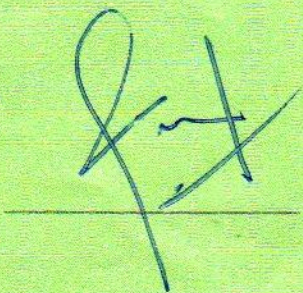


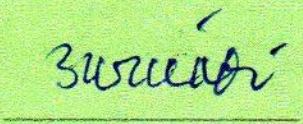
Dr. Damrah, M.Pd
NIP. 19610607 198803 1 001

**PERSETUJUAN KOMISI
UJIAN TESIS PENDIDIKAN OLAH RAGA S2**

No	Nama	Tanda Tangan
----	------	--------------

1	<u>Dr. Arsil, M.Pd</u> NIP. 19600317 198602 1 001 (Ketua)	
---	--	--

2	<u>Dr. Emral, M.Pd</u> NIP. 19581220 198602 1 001	
---	---	---

3	<u>Dr. Willadi Rasvid, M.Pd</u> NIP. 19591121 198602 1 006 (Anggota)	
---	---	--

Mahasiswa

Mahasiswa	: Okto Mira Kurniawan
NIM	: 19199076
Tanggal Ujian	: 18 Februari 2021

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tesis dengan judul “Pengaruh Kelincahan, Kecepatan Dan Konsentrasi Terhadap Kemampuan *Dribbling* Pemain Fc Bagan Siapi-Api”. Adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan penilaian dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah di pihak lain. Kecuali arahan tim pembimbing dan penguji.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya, dan dicantumkan dalam daftar rujukan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini saya bersedia menanggung sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Pekanbaru, 11 Februari 2021

Saya yang menyatakan



Okto Mira Kurniawan

NIM. 19199076

KATA PENGANTAR



Alhamdulillahirabbil”*alamin*, segala puji dan rasa syukur kehadiran Allah SWT, shalawat beserta salam semoga selalu senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat melaksanakan penelitian ini dengan judul **“Pengaruh Kelincahan, Kecepatan Dan Konsentrasi Terhadap Kemampuan *Dribbling* Pemain Fc Bagansiapi-Api”**. Dalam melaksanakan penelitian ini, peneliti banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati peneliti sampaikan ucapan terima kasih yang tulus kepada.

1. Bapak Prof. Dr. Ganefri, M.Pd., Ph.D, selaku Rektor Universitas Negeri Padang yang telah memberikan kemudahan dan kesempatan sehingga peneliti dapat mengikuti perkuliahan di Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Dr. Alnedral, M. Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan izin peneliti untuk melaksanakan penelitian dalam penyusunan tesis ini.
3. Bapak Dr. Damrah, M.Pd selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Olahraga S2 Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dukungan dan fasilitas selama perkuliahan dan membantu dalam proses administrasi di Program Studi.
4. Bapak Dr. Arsil, M.Pd selaku pembimbing yang telah bersedia memberi masukan dan meluangkan waktu, pemikiran, arahan serta motivasi untuk kesempurnaan pelaksanaan penelitian ini.

5. Bapak Dr. Emral, M. Pd selaku kontributor yang dengan penuh kesabaran dalam memberi masukan dan meluangkan waktu, pemikiran, arahan, serta motivasi untuk kesempurnaan pelaksanaan penelitian ini.
6. Bapak Dr. Willadi Rasyid, M. Pd selaku kontributor yang dengan penuh kesabaran dalam memberi masukan dan meluangkan waktu, pemikiran, arahan, serta motivasi untuk kesempurnaan pelaksanaan penelitian ini.
7. Seluruh dosen dan petugas tata usaha di lingkungan Program Studi S2 Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah membantu dan memberi petunjuk diberbagai bidang disiplin ilmu yang sangat bermanfaat bagi peneliti.
8. Bapak Asnaldi selaku pelatih PS Bagan Siapi-API FC yang telah memberikan izin pelaksanaan penelitian klub tersebut.
9. Kepada kedua orang tuaku yang sangat kucintai, Bapak Karman dan Ibu Miharni yang telah memberikan do'a, semangat dan kasih sayangnya, sehingga penulis bisa menyelesaikan tesis ini.
10. Kepada Istri yang sangat kucintai Ari Ika, yang telah memberikan do'a, semangat dan kasih sayangnya sehingga saya bisa menyelesaikan tesis ini. Anak ku tercinta Nasywa Pratama, dan Khairul Ikwan yang tak henti-hentinya memberikan semangat serta dorongan sehingga penulis bisa menyelesaikan tesis ini.
11. Teman-teman mahasiswa program studi Pendidikan Olahraga S2 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, khususnya angkatan 2019 kelas B dan yang di Padang, yang selalu memberi dukungan, semangat, dan gagasan dalam melaksanakan penelitian.

12. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberikan motivasi dan bantuan dalam melaksanakan penelitian ini.

Semoga Allah SWT memberikan imbalan yang setimpal untuk segala bantuan yang telah diberikan kepada peneliti, baik berupa pahala dan kemuliaan di sisi-Nya. Peneliti sangat menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu dengan segala kerendahan hati peneliti mengharapkan saran dan kritikan dari semua pihak. Akhir kata peneliti ucapkan terima kasih.

Padang, 25 Januari 2021 Penulis,

OKTO MIRA KURNIAWAN
NIM :19199064

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
PERSETUJUAN AKHIR TESIS.....	iii
PERSETUJUAN KOMISI UJIAN TESIS.....	iv
SURAT PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Pembatasan Masalah.....	9
D. Perumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian	10
F. Kegunaan Penelitian	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
A. Hakikat Teoritik	12
1. Sepakbola.....	12
2. Hakekat Dribbling Bola	27
3. Kelincahan	38
4. Hakekat Kecepatan	42
5. Hakekat Konsentarsi	50
6. Dribbling Bola	54
B. Hasil Penelitian Yang Relevan.....	58
C. Kerangka Konseptual	61
D. Hipotesis Penelitian.....	65

BAB III METODOLOGI PENELITIAN	67
A. Metode dan Desain Penelitian	67
B. Tempat dan Waktu Penelitian	68
C. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	68
D. Instrumen Penelitian.....	71
E. Teknik Pengumpulan Data	80
F. Teknik Analisis Data	80
G. Pengujian Hipotesis	82
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	92
A. Deskriptif Data	92
B. Pengujian Persyaratan Analisis	98
C. Pengujian Hipotesis	105
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	121
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	129
A. Kesimpulan.....	129
B. Implikasi	130
C. Saran.....	134
DAFTAR PUSTAKA	136
LAMPIRAN	140

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Menendang Bola	16
Gambar 2. Menendang dengan kaki bagian dalam.....	17
Gambar 3. Menendang dengan kaki bagian luar	18
Gambar 4. Menendang Bola Dengan Punggung Kaki.....	19
Gambar 5. Menendang Bola Dengan Punggung Kaki Bagian Dalam.....	20
Gambar 6. Menghentikan Bola Dengan Kaki Bagian Dalam.....	21
Gambar 7. Menghentikan Bola Dengan Kaki Bagian Luar	22
Gambar 8. Menghentikan Bola Dengan Punggung Kaki.....	23
Gambar 9. Menghentikan Bola Dengan Paha.....	24
Gambar 10. Menghentikan Bola Dengan Dada	25
Gambar 11. Bentuk Pelaksanaan Keterampilan Dribbling Bola	33
Gambar 12. mendribbling Bola Dengan Kaki Bagian Dalam	36
Gambar 13. Mendribbling Bola dengan Kaki Bagian Luar	37
Gambar 14. dribbling Bola Dengan Punggung Kaki.....	38
Gambar 15. Kerangka Berfikir	66
Gambar 16. Kerangka Berfikir	68
Gambar 17. Lintasan Pelaksanaan Doging Run Test	72
Gambar 18. kecepatan lari 30 meter	74
Gambar 19. Gambar pelaksanaan tes dribbling bola	79
Gambar 20. Model Struktural	86

GAMBAR GRAFIK

Grafik 1. Histogram Kelincahan Pemain FC Bagansiapi-API.....	93
Grafik 2.Histogram Kecepatan Pemain FC BagansiApi-API.....	95
Grafik 3. Histogram Kosentrasi Pemain FC Bagansi Api-API.....	96
Grafik 4. Histogram Dribbling Pemain FC Bagansiapi-API	98

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Data Persentase Kesalahan Dribbling Pemain FC Bagansiapi-Api.....	7
Tabel 2 Daftar Jumlah Pemain PS Bagansiapi - Api FC	69
Tabel 3 Daftar Sampel Pemain FC Bagan Siapi – Api.....	70
Tabel 4 Penilaian Norma Dagging Run Tes Kelincahan	73
Tabel 5 Norma Kecepatan Lari 30 Meter	75
Tabel 6 Norma Penilaian Konsentrasi Berpikir	77
Tabel 7 Grid Concentration Exercise.....	77
Tabel 8 Norma Penilaian Dribbling.....	79
Tabel 9 Distribusi Frekuensi Kelincahan Pemain FC Bagansiapi-API	92
Tabel 10 Distribusi Frekuensi Kecepatan Pemain FC Bagansiapi-API.....	94
Tabel 11 Distribusi Frekuensi Konsentrasi Pemain FC Bagansiapi-API	95
Tabel 12 Distribusi Frekuensi Dribbling Pemain FC Bagansiapi-API.....	97
Tabel 13 Tests of Normality One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test	99
Tabel 14 Rangkuman analisis Uji Homogenitas.....	100
Tabel 15 Analisis Pengujian Linieritas Kelincahan (X1) terhadap Dribbling (Y)	102
Tabel 16 Analisis Pengujian Linieritas Kecepatan (X2) terhadap Dribbling (Y).....	102
Tabel 17 Analisis Pengujian Linieritas Konsentrasi (X3) terhadap Dribbling (Y)	102
Tabel 18 Analisis Pengujian Linieritas Kelincahan (X1) dengan Kecepatan (X2)	103
Tabel 19 Analisis Pengujian Linieritas Kelincahan (X1) terhadap Konsentrasi (X3).....	103
Tabel 20 Analisis Pengujian Linieritas Kelincahan (X1) terhadap Konsentrasi (X3).....	104
Tabel 21 Rangkuman Hasil Pengujian Linearitas Pengaruh.....	104
Tabel 22 Rekapitulasi Hasil Pengujian Hipotesis.....	116
Tabel 23 Ringkasan Analisis Pengaruh Langsung dan Tidak Langsung.....	120

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Rekap Data Mentah Penelitian.....	140
Lampiran 2 Rekap Data Penelitian.....	145
Lampiran 3 Uji Persyaratan Analisis.....	146
Lampiran 4 Pengujian Hipotesis.....	151
Lampiran 5. Foto Penelitian	155
Lampiran 6. Surat Penelitian	158

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepakbola merupakan olahraga paling populer didunia seperti di Negara Eropa, Amerika selatan, Asia, dan Afrika. Sepakbola dikenal secara Internasional sebagai "Soccer", olahraga ini seakan telah menjadi bahasa persatuan bagi berbagai bangsa sedunia dengan berbagai sejarah dan budaya, serta sebagai alat pemersatu dunia yang sanggup melampaui batas-batas perbedaan politik, etnik dan agama. Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang sedang berupaya dalam melaksanakan pembangunan disegala bidang. Salah satu bidang yang tidak kalah penting adalah pembangunan dibidang olahraga. Olahraga dapat diartikan sebagai kebutuhan yang merupakan suatu kegiatan manusia yang ingin hidup sehat baik jasmani maupun rohaninya. Kegiatan olahraga dapat menjaga kondisi tubuh agar tetap bersemangat dalam mengerjakan aktifitas sehari-hari. Bagi seorang atlet, untuk meraih atau mencapai target tersebut diperlukan usaha melalui perencanaan dan pelaksanaan yang terarah, terkoordinir dengan penyediaan sarana dan prasarana yang memadai.

Pentingnya kegiatan olahraga persepakbolaan yang ada di indonesia diatur dalam Intruksi Presiden (INPRES) Nomor 3 Tahun 2019 tentang Percepatan Pembangunan Persepakbolaan Nasional mengintruksikan kepada instansi pemerintah dan semua element masyarakat untuk mengambil langkah-langkah yang diperlukan secara terkoordinasi dan terintegrasi sesuai tugas, fungsi, dan kewenangan masing-masing Kementerian/Lembaga untuk melakukan peningkatan prestasi sepak bola

nasional dan internasional, melalui: pengembangan bakat; peningkatan jumlah dan kompetensi wasit dan pelatih sepak bola; pengembangan sistem kompetisi berjenjang dan berkelanjutan; pembenahan sistem dan tata kelola sepak bola; penyediaan prasarana dan sarana stadion sepak bola di seluruh Indonesia sesuai standar internasional, dan training center sepak bola; dan mobilisasi pendanaan untuk pengembangan sepak bola nasional”.

Keberadaan sepakbola mendapat perhatian pemerintah, sehingga selalu diupayakan prestasinya melalui pembelajaran dan latihan pada sekolah dan klub- klub sepakbola agar nantinya bisa memperoleh bibit-bibit yang unggul..Sepakbola berkembang sangat cepat, dan sudah merata di diseluruh belahan dunia. Pada tanggal 21 Mei 1904 atas keputusan 7 negara Eropa daratan yaitu : Spanyol, Prancis, Belgia, Swiss, Denmark, dan Swedia dalam rapat secara resmi dibentuk federasi sepakbola dengan nama Federation International Football Association (FIFA). FIFA sampai sekarang menjadi induk organisasi sepakbola tertinggi didunia.

Sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan cara menyepak bola kian kemari yang diperebutkan oleh para pemain dengan tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukan bola." Didalam memainkan bola setiap pemain diperbolehkan menggunakan seluruh anggota badan, kecuali tangan dan lengan. Hanya penjaga gawang yang diperbolehkan memainkan bola dengan seluruh anggota badan termasuk lengan (Muhajir,2007;2). Didalam permainan sepakbola pemain tidak ditentukan berat atau ukuran bola secara khusus.Pada permainan sepakbola terdapat beberapa macam kemampuan dasar

yang merupakan aspek mendasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain agar terampil bermain sepakbola. Dengan demikian seorang pemain sepakbola mempunyai tantangan kemampuan fisik, teknik, taktik, dan mental yang harus dilatih. Karena sepakbola menuntut kondisi fisik yang prima untuk menghadapi pertandingan selama 2x45 menit waktu normal. Sementara pada saat pertandingan para pemain senantiasa selalu bergerak, seperti berlari dengan cepat, melompat, berbenturan dengan pemain lawan, dan menghindari pemain lawan.

Kondisi fisik pemain sepakbola merupakan salah satu komponen yang perlu dibina oleh pelatih sepakbola selain teknik, taktik, mental dan kematangan bertanding. Scheunemann (2008:26) menyatakan bahwa “Teknik yang hebat tidak akan banyak berarti apabila tidak didukung oleh stamina yang prima”. Artinya, seorang pemain sepakbola selain mempunyai teknik yang bagus juga harus mempunyai kondisi fisik yang baik. Kondisi fisik yang baik menghadapi lawan bertanding merupakan unsur yang penting dalam permainan sepakbola. Roesdiyanto dan Budiwanto (2008:4) menyatakan “Pembentukan kondisi fisik merupakan faktor penting dalam program latihan yang bertujuan untuk mencapai kemampuan bermain yang baik”. Sebab seorang pemain sepakbola dalam bertahan maupun menyerang kadang-kadang menghadapi benturan keras, ataupun harus lari dengan kecepatan penuh, lari berkelit menghindari lawan, dan berhenti secara tiba-tiba. Untuk mengatasi berbagai situasi tersebut, seorang pemain sepakbola harus dibina dan dilatih dengan baik.

Kondisi fisik yang dibutuhkan dalam bermain sepakbola seperti kecepatan, kelincahan, daya tahan dan lainnya. Maka dari itu semakin teratur pemain melakukan

latihan kondisi fisik maka semakin baik pula tingkat keterampilan bermain sepak bolanya. Sebaliknya penguasaan keterampilan teknik sepakbola akan terbatas jika pemain tidak melakukan latihan secara teratur dan terprogram. Kondisi fisik terdiri atas: kekuatan, daya tahan, power, kecepatan, kelentukan, kelincahan, koordinasi, keseimbangan, ketepatan dan reaksi M. Sajoto, (1988:54). Teknik dasar sepakbola terdiri atas: teknik menendang (shooting), teknik passing, teknik trapping, teknik menyundul bola (heading), teknik merebut bola (tackling), teknik lemparan ke dalam (throw-in), teknik menjaga gawang (goalkeeping) dan teknik *dribbling*. Sucipto, dkk,(2005: 17).

Berdasarkan uraian di atas jelas komponen kondisi fisik yang dominan dibutuhkan pemain sepakbola adalah kecepatan, kelincahan dan daya tahan. Kecepatan berlari dibutuhkan oleh seorang pemain sepakbola dalam menghadapi situasi tertentu dan kondisi pertandingan yang menuntut unsur kecepatan dalam bergerak untuk menguasai bola maupun dalam bertahan. Pemain yang memiliki kondisi kecepatan yang baik dalam pertandingan akan mudah *mendribbling* bola melewati lawan, dan mempermudah menciptakan kesempatan mencetak gol ke gawang lawan.

Karena itu, penguasaan teknik dasar *dribbling* diharapkan mendapat perhatian serius dari pelatih sepakbola.. Semakin baik keterampilan *mendribbling*, maka semakin besar kemungkinannya untuk menjadi seorang pemain yang sukses. Kemampuan *mendribbling* bola yang baik bagi seorang pemain sepakbola adalah apabila pemain mampu melewati lawan dengan bola selalu dikuasainya. Oleh karena

itu *mendribbling* harus dilakukan dengan cepat, kuat, dan tepat supaya bola yang dikuasai tidak dirampas oleh pemain lawan. *Mendribbling* bola yang baik bagi pemain berguna untuk merubah satu posisi ke posisi yang berbeda, dengan kecepatan tinggi dan koordinasi yang baik dengan cepat dan tepat saat bergerak tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya.

Selain kecepatan dan kelincahan, aspek psikologis yang sering dihadapi pemain sepakbola adalah konsentrasi. Konsentrasi merupakan aspek mental dalam olahraga yang mempunyai peranan penting, karena apabila seorang atlet tidak konsentrasi dalam pertandingan maka akan menimbulkan berbagai masalah serta hasil yang tidak optimal.

Karena dengan *dribbling* yang baik dan cepat pemain akan mudah melewati lawan atau membuat peluang mencetak gol ke gawang lawan. Sehingga menciptakan suatu permainan yang indah serta menarik untuk ditonton. Untuk melakukan *dribbling* yang baik, dibutuhkan kemampuan kondisi fisik kecepatan dan kelincahan yang baik. Kecepatan adalah kemampuan bergerak dengan kemungkinan kecepatan tercepat, sebagai dasar mobilitas sistem syaraf pusat dan perangkat otot untuk menempuh jarak dalam waktu yang cepat. Kegunaan kecepatan dalam *drbbling* bola adalah untuk melindungi bola dari serangan lawan. Karena apabila seorang pemain memiliki kecepatan yang baik dalam *dribbling* maka bola akan sulit untuk dikuasai lawan. Kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah posisi tubuh dengan cepat dan tepat ketika tubuh bergerak tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran. Kegunaan kelincahan dalam *dribbling* adalah untuk memvariasikan gerakan dengan

mengubah kecepatan dan berbelok secara mendadak untuk mengecohkan lawan sehingga lawan akan lebih mudah dilewati. Selanjutnya seorang pemain jika kurang konsentrasi secara langsung akan merasa bimbang dan salah dalam mengambil keputusan. Dengan demikian jelas kondisi fisik kecepatan, kelincahan dan konsentrasi yang tinggi akan menunjang terhadap kemampuan *dribbling* bola yang baik seorang pemain.

pengamatan peneliti terhadap pemain FC Bagan Siapi-API terlihat pada lampiran satu keterampilan *dribbling* pemain FC Bagan Siapi-API rata-rata berada pada tingkat yang rendah. Rendahnya keterampilan *dribbling* bola yang dimiliki masing-masing pemain FC Bagan Siapi-API diduga dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor internal dan eksternal. Faktor internal seperti: kemampuan kondisi fisik, motivasi pemain, konsentrasi, tipe tubuh, tingkat kecerdasan, kecepatan dan kelincahan. Faktor eksternal yang berasal dari luar diri pemain, misalnya sarana prasarana, pendukung, latihan, pelatih, program latihan, dukungan orang tua, manajemen, dan kerjasama antar pemain.

Tabel 1 Data Persentase Kesalahan Dribbling Pemain FC Bagansiapi-Api

No	Nama	No Punggung	Persentase Kesalahan <i>Dribbling</i>		Σ / Jumlah
			+	-	
1	ILHAM	1	2	1	3
2	ALDO	20	1	1	2
3	MUMAR	25	0	1	1
4	ALAM	2	4	8	12
5	JUPRI	4	5	8	13
6	IQO RITO	3	5	7	12
7	DARMAWAN	5	6	7	13
8	MUNAS	18	4	10	14
9	NASRUN	13	4	8	12
10	RICKI	16	2	8	10
11	ILYAS	19	4	9	13
12	DIMAS	6	2	5	7
13	HARDI	22	1	5	6
14	PERDI	8	7	11	18
15	HADI	18	6	10	16
16	RIZKI	17	5	12	17
17	HERI	15	6	9	15
18	RAHMAD	11	4	12	16
19	RUPIN	26	6	8	14
20	IKLAS	12	4	6	10
21	PENDI	24	6	8	14
22	YUDA	7	3	9	12
23	AAN	9	2	8	10
24	ANZAI	23	3	7	10
25	QORI	10	4	10	14
26	DEDE	21	3	8	11
Jumlah			99	196	295

Sumber : Bapak Asnaldi Pelatih I Persentase Minus

$$= \frac{196}{295} \times 100\%$$

$$= 66,44$$

Berdasarkan Tabel 1 di atas, dilihat persentase *dribbling* pemain FC Bagan Siapi-API masih banyak pemain yang melakukan kesalahan dalam mendribbling bola pada saat Game uji coba selama 2 x 45 menit. Berdasarkan jeleknya kemampuan *dribbling* Pemain FC Bagan Siapi-API penulis tertarik melakukan penelitian yang berjudul "Pengaruh Kecepatan, Kelincahan dan Konsentrasi Terhadap Kemampuan *Dribbling* Pemain FC Bagan Siapi-API".

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, terdapat banyak variabel yang diduga berpengaruh terhadap kemampuan *dribbling* pemain FC Bagan Siapi-API .

1. Apakah kelincahan berpengaruh terhadap Kemampuan *dribbling*) pemain FC Bagan Siapi-API?
2. Apakah kecepatan berpengaruh terhadap Kemampuan *dribbling*) pemain FC Bagan Siapi-API?
3. Apakah konsentrasi berpengaruh terhadap Kemampuan *dribbling*) pemain FC Bagan Siapi-API?
4. Apakah Kemampuan Teknik berpengaruh terhadap Kemampuan *Dribbling*Bola (*dribbling*) pemain FC Bagan Siapi-API?
5. Apakah Kelentukan Pinggang berpengaruh terhadap Kemampuan *Dribbling*Bola (*dribbling*) pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Balai Baru Padang?

C. Pembatasan Masalah

Memperhatikan identifikasi masalah di atas cukup banyak variabel yang diduga mempengaruhi kemampuan *dribbling* pemain FC Bagan Siapi-Api . Mempertimbangkan kemampuan pengalaman, waktu yang dimiliki, maka peneliti membatasi variabel bebas yaitu: kecepatan, kelincahan dan konsentrasi. Sedangkan variabel terikat adalah kemampuan *dribbling* pemain FC Bagan Siapi-Api .

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang telah di kemukakan, maka dapat di rumuskan masalah penelitian sebagai berikut :

1. Apakah terdapat pengaruh langsung kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain FC Bagan Siapi-Api .
2. Apakah terdapat pengaruh langsung kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* pemain FC Bagan Siapi-Api .
3. Apakah terdapat pengaruh langsung konsentrasi terhadap kemampuan *dribbling* pemain FC Bagan Siapi-Api .
4. Apakah terdapat pengaruh langsung kelincahan terhadap kecepatan pemain FC Bagan Siapi-Api .
5. Apakah terdapat pengaruh tidak langsung kelincahan melalui konsentrasi terhadap kemampuan *dribbling* pemain FC Bagan Siapi-Api .
6. Apakah terdapat pengaruh tidak langsung kecepatan melalui konsentrasi terhadap kemampuan *dribbling* pemain FC Bagan Siapi-Api .

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah ini, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Pengaruh langsung kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain FC Bagan Siapi-API .
2. Pengaruh langsung kelincahana terhadap kemampuan *dribbling* pemain FC Bagan Siapi-API .
3. Pengaruh langsung konsentrasi terhadap kemampuan *dribbling* pemain FC Bagan Siapi-API .
4. Pengaruh langsung Kelincahan terhadap kecepatan pemain FC Bagan Siapi-API .
5. Pengaruh tidak langsung kelincahan melalui konsentrasi terhadap kemampuan *dribbling* pemain FC Bagan Siapi-API .
6. Pengaruh tidak langsung Kecepatan melalui konsentrasi terhadap kemampuan *dribbling* pemain FC Bagan Siapi-API .

F. Kegunaan Penelitian

Hasil temuan penelitian ini diharapkan berguna bagi:

1. Pelatih, sebagai bahan masukan dan pertimbangan yang berharga bagi pelatih untuk lebih mempersiapkan aspek kondisi fisik dan psikologi yang berkaitan dengan kecepatan, kelincahan, dan konsentrasi dalam pertandingan sepakbola.

2. Pemain, sebagai bahan masukan untuk dapat meningkatkan kemampuan kondisi fisik pemain itu sendiri dan meningkatkan kecepatan, kelincahan, dan konsentrasi dalam pertandingan sepakbola agar bisa menjadi pemain yang baik.
3. Peneliti, sebagai bahan penambah pengetahuan dan pemahaman terhadap hal-hal peningkatan kondisi fisik dan psikologi atlet.
4. Peneliti yang akan datang, sebagai acuan atau pedoman dalam melakukan penelitian dan dapat mengembangkan penelitian kedepan dengan lebih baik lagi.
5. Program study S2 Universitas Negeri Padang (UNP), sebagai bahan pengembangan dan penerapan ilmu Olahraga, dan juga sebagai bahan perbandingan literature bagi peneliti yang sejenis dimasa yang akan datang.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil analisis data penelitian tentang *Dribbling* Pemain FC Bagansiapi-API, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Terdapat pengaruh langsung antara Kelincahan terhadap *Dribbling*. Artinya semakin baik Kelincahan atlet akan semakin baik pula *Dribbling* tersebut. Hasil analisis menunjukkan koefisien determinasi sebesar 0,156. ini berarti sebesar 15,6% varian *Dribbling* dijelaskan oleh variabel Kelincahan.
2. Terdapat pengaruh langsung antara Kecepatan terhadap *Dribbling*. Artinya semakin baik antara Kecepatan atlet akan semakin baik pula *Dribbling* tersebut. Hasil analisis menunjukkan koefisien determinasi sebesar 0,112. ini berarti sebesar 11,2% varian *Dribbling* dijelaskan oleh variabel koodinasi mata tangan.
3. Terdapat pengaruh langsung antara Kosentrasi terhadap *Dribbling*. Artinya semakin baik Kosentrasi atlet akan semakin baik pula *Dribbling* tersebut. Hasil analisis menunjukkan koefisien determinasi sebesar 0,137. ini berarti sebesar 13,7% varian *Dribbling* dijelaskan oleh variabel Kosentrasi.
4. Terdapat pengaruh langsung antara Kelincahan terhadap Kecepatan. Artinya semakin baik Kelincahan atlet akan semakin baik pula Kecepatan tersebut. Hasil analisis menunjukkan koefisien determinasi sebesar 0,184. ini berarti sebesar 18,4% varian *Dribbling* dijelaskan oleh variabel Kelincahan.

5. Terdapat pengaruh tidak langsung antara Kelincahan terhadap *Dribbling* melalui konsentrasi. Artinya semakin baik atlet akan semakin baik pula *Dribbling* tersebut melalui konsentrasi. Hasil analisis menunjukkan koefisien determinasi sebesar 0,057. ini berarti sebesar 5,7% varian *Dribbling* dijelaskan oleh variabel Kelincahan melalui konsentrasi.
6. Terdapat pengaruh tidak langsung antara Kecepatan terhadap *Dribbling* melalui konsentrasi. Artinya varian *Dribbling* dapat dijelaskan oleh variabel Kecepatan melalui konsentrasi. Hasil analisis menunjukkan koefisien determinasi sebesar 0,086. ini berarti sebesar 8,6% varian *Dribbling* dijelaskan oleh variabel Kelincahan melalui konsentrasi.

B. Implikasi

1. Untuk Meningkatkan *Dribbling* Melalui Kelincahan

Dalam meningkatkan kemampuan *Dribbling* Pemain FC Bagansiapi-API, melalui Kelincahan perlu beberapa hal sebagai berikut:

Pertama: Atlet/pemain harus menyadari bahwa salah satu faktor untuk menentukan kemampuan *Dribbling* yang dimiliki adalah Kelincahan. Kelincahan memiliki peran luarbiasa agar dapat mendiribling bola dengan baik. Untuk itu, kelincahan perlu jadi pemahaman atlet atau pelatih, bahwa kelincahan memberikan pengaruh positif terhadap kemampuan dribbling atlet.

Keduat: Atlet perlu menyadari bahwa dalam meningkatkan kinerja *Dribbling* perlu memperhatikan faktor Kelincahan. Seperti yang sudah dijelaskan bahwa, kelincahan ini menjadi bagian utama dari kondisi fisik pada saat melakukan *Dribbling*. Oleh

sebab itu, tuntutan latihan Kelincahan ini perlu di laksanakan dengan serius oleh atlet, agar dapat berdampak pada peningkatan kemampuan *Dribbling* yang optimal.

Ketika: Perlu kiranya kepada pelatih agar dapat membekali atlet, tidak hanya memberikan pelatihan pengembangan teknik tetapi juga memberikan pelatihan kondisi fisik secara khusus pada teknik itu sendiri. Pelatihan teknik secara khusus seperti Kelincahan terhadap teknik *Dribbling*, perlu menjadi perhatian dalam penyusunan program latihan peningkatan kemampuan *Dribbling* yang dimiliki atlet.

2. Untuk Meningkatkan *Dribbling* Melalui Kecepatan

Dalam meningkatkan kinerja *Dribbling* Pemain FC Bagansiapi-API, melalui Kecepatan perlu beberapa hal sebagai berikut:

Pertama: Sebagai atlet perlu memperhatikan metode pelatihan Kecepatan. Hal ini, sama seperti melatih komponen biomotorik lainnya. Karena Kecepatan merupakan komponen penting dalam melakukan *Dribbling*. Tanpa Kecepatan yang baik maka, kemampuan dalam melakukan *Dribbling* akan menjadi lemah bahkan tidak dapat dilakukan. Kecepatan menjadi faktor yang ikut serta bagaio mana seorang pemain pada saat melakukan *dribbling* bolah sulit untuk dirampas lawan. Temuan ini secara empiris merekomendasikan untuk dapat melatih kecepatan atlet kearah yang lebih tinggi.

Kedua: Kesadaran diri atlet untuk melakukan latihan Kecepatan yang baik untuk memperbaiki Kecepatan yaitu dengan melakukan berbagai vareasi gerak, dan keterampilan yang mempunyai spesialisasi suatu cabang olahraga bola kaki itu

sendiri. Selain itu, sebaiknya dilibatkan didalam keterampilan dalam berbagai cabang olahraga lainnya.

Ketiga: Atlet/pemain perlu menyadari bahwa latihan komponen Kecepatan khusus dalam melakukan teknik *menDribbling*, perlu menjadi perhatian khusus agar teknik tersebut dapat dikuasai dengan baik. Dengan demikian maka bola akan selalu berada dalam penguasaan tim tanpa mudah direbut oleh lawan.

3. Untuk Meningkatkan *Dribbling* Melalui Kosentrasi

Dalam meningkatkan kinerja *Dribbling* Pemain FC Bagansiapi-API, melalui Kosentrasi perlu beberapa hal sebagai berikut:

Pertama: Terkait dengan Kosentrasi, atlet dan pelatih perlu memahami bahwa, Kosentrasi merupakan faktor yang ikut mempengaruhi *Dribbling* pemain. Dalam olahraga sepakbola, masalah yang sering timbul akibat terganggunya kosentrasi adalah berkurangnya kemampuan *Dribbling* yang ditandai dengan *dribbling* yang mudah dirampas lawan atau lepas dari kontrol kaki. Akibat lebih lanjut jika kosentrasi berkurang strategi yang sudah dipersiapkan menjadi tidak jalan sehingga atlet kebingungan, tidak tahu harus bermain bagaimana dan kepercayaan dirinya pun akan berkurang untuk itu Kosentrasi perlu jadi perhatian pelatih dan atlet dalam meningkatkannya.

Kedua: Kesadaran dan tanggung jawab diri akan mendorong atlet untuk melaksanakan tugas dengan sebaik baiknya dan menyadari tugas dan tanggung jawab sebagai atlet merupakan dasar filosofis yang akan mendorong diri atlet untuk menjaga, berbuat yang terbaik untuk dirinya sendiri

Ketiga: Terkait dengan konsentrasi, pelatih perlu mempersiapkan latihan-latihan khusus untuk dapat meningkatkan konsentrasi atlet. Dengan demikian secara langsung akan berpengaruh terhadap kemampuan *dribbling* yang dimiliki atlet. Karena *dribbling* merupakan kunci dari permainan sepak bola maka, semua faktor yang ikut serta mempengaruhi secara empiris dalam penelitian ini termasuk konsentrasi menjadi titik perhatian untuk dapat ditingkatkan kearah yang lebih baik.

C. Saran

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan maka diajukan beberapa saran yang dapat memberikan manfaat positif:

4. Pelatih Sepakbola FC Bagansiapi-API

Tingkat persaingan olahraga prestasi yang semakin ketat, tentunya membutuhkan atlet yang memiliki penguasaan teknik dan fisik yang baik. Untuk itu, pelatih harus profesional, untuk pengembangan kompetensi diri melalui etos kerja yang tinggi perlu selalu dijaga dan ditingkatkan dalam menjalankan tugas dan sebagai seorang pelatih, sebagai ujung tombak pembinaan prestasi disekolah. Selain itu, agar menambah bentuk latihan kemampuan *Dribbling* yang dimiliki Pemain FC Bagansiapi-API, yang direkomendasikan dalam bentuk latihan, Kelincahan, Kecepatan dan Kosentrasi, hal ini bisa dilakukan dalam bentuk membuat program khusus yang berkaitan dengan unsur kondisi fisik dan psikologis yang berhubungan

dengan kemampuan *Dribbling*.

5. Atlet Sepak Bola FC Bagansiapi-API

Agar lebih disiplin untuk melakukan latihan-latihan kondisi fisik dan psikologis seperti, Kelincahan, kecepatan, dan Kosentrasi sehingga kemampuan untuk mencapai teknik *Dribbling* dapat ditingkatkan.

6. Peneliti Selanjutnya

Agar dapat melaksanakan penelitian yang relevan dengan metode, sampel, waktu dan lokasi yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad Kuncoro, Engkos dan Ridwan, 2012, “ *Análisis jalur (Path Análisis)*, Edisi kedua, Penerbit Alfabeta, Bandung.
- Albertus Fenan lampir dan Muhammad Muhyi Faruq. (2014). *Tes dan Pengukuran dalam Olahraga*. Yogyakarta: CV. Andi Offset.
- Andrijas, A. (2020). *Pengaruh Daya Ledak Otot Tungkai, Koordinasi Mata Tangan, dan Konsentrasi Berpikir Terhadap Kemampuan Smash pada Atlet Bolavoli SMA Negeri Olahraga Rian* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Padang).
- Arikunto, Suharsimi, 2013. *Prosedur penelitian suatu praktek*, jakarta : Reneka cipta.
- Arsil. (2009). *Tes Pengukuran dan Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Malang: Wineka Media.
- Avick Vidyo Hantoro. 2010. *Sumbangan Kelincahan, Kelentukan Dan Kemampuan Sit Up 60 Detik Terhadap Kemampuan Dribbling Bola Siswa Putra SMP Muhammadiyah I Dlingo Bantul Yogyakarta. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY Yogyakarta.*
- <http://jurnal.fkip.unila.ac.id/index.php/JUPE/article/view/12512>
- Bangsbo dan Mohr Magni (2006). *Finess Testing In Football*. Bangsbo spot
- Bompa, Tudor O. 1999. *Theory and Methodology Of Training: The Key Of Athletic Performance 2nd edition*. Lowa: Kendall/ Hunt Pub. Company.
- Bompa, Tudor O. 1999. *Perodization, Theory and Methodology of Training 4 th edition*. USA. York University: Human Kinetics.
- Bloomfield, J., Polman, R., & O'Donoghue, P. (2007). Physical demands of different positions in FA Premier League soccer. *Journal of sports science & medicine*, 6(1), 63.
- Bangsbo, J., Mohr, M., & Krstrup, P. (2006). Physical and metabolic demands of training and match-play in the elite football player. *Journal of sports sciences*, 24(07), 665-674\