

**HUBUNGAN KECEPATAN DAN KELINCAHAN DENGAN  
KEMAMPUAN *DRIBBLING* BOLA PEMAIN SEKOLAH  
SEPAKBOLA PUTRA WIJAYA PADANG**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai  
Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



**YOLLA GILANG PERMADHIE  
NIM: 16086410**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2020**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Kecepatan Dan Kelincahan Dengan  
Kemampuan *Dribbling* Bola Pemain Sekolah  
Sepakbola Putra Wijaya Padang

Nama : Yolla Gilang Permadhie

Nim : 16086410

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi


Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Maret 2020

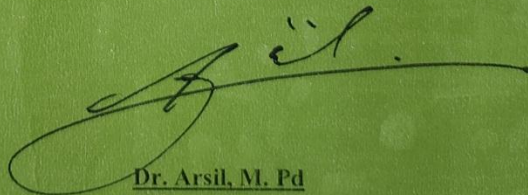
Disetujui oleh:

Ketua Jurusan



Drs. Zarwan, M. Kes  
NIP. 196112301988031003

Pembimbing



Dr. Arsil, M. Pd  
NIP. 196003171986021002

**HALAMAN PENGESAHAN LULUS SKRIPSI**

*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan Pendidikan  
Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang*

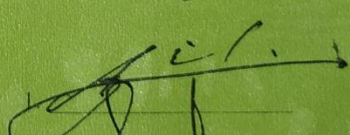
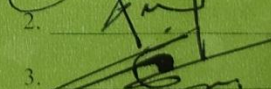

**HUBUNGAN KECEPATAN DAN KELINCAHAN DENGAN  
KEMAMPUAN DRIBBLING BOLA PEMAIN SEKOLAH SEPAKBOLA  
PUTRA WIJAYA PADANG**

Nama : YOLLA GILANG PERMADHIE  
NIM/BP : 16086410/2016  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Maret 2020

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dr. Arsil, M. Pd	
2. Anggota	: Dr. Emral, M. Pd	
3. Anggota	: Drs. Kibadra, M. Pd	

	Nama	Tanda Tangan
1.		
2.		
3.		

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Hubungan Kecepatan dan Kelincahan dengan Kemampuan *Dribbling* Bola Pemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang” adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Di karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan didalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Mei 2020

Yang membuat pernyataan



**Yolla Gilang Permadhie**

**NIM. 16086410**

## ABSTRAK

### **Yolla Gilang Permadhie. (2020). Hubungan Kecepatan dan Kelincahan dengan Kemampuan *Dribbling* Bola Pemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang.**

Masalah dalam penelitian ini berawal dari rendahnya kemampuan *dribbling* bolapemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang. Hal ini terlihat ketika pemain sedang berlatih maupun bertanding, dimana mereka sulit melewati lawan sehingga gagal dalam menyusun serangan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan kecepatan dan kelincahandengan kemampuan *dribbling* bolapemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang.

Jenis penelitian iniadalah korelasional yang menghubungkanantara dua variabel bebas yaitu kecepatan ( $X_1$ ) dan kelincahan ( $X_2$ ) dengan variabel terikat yaitu kemampuan *dribbling* bola (Y). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang U-15 tahun yang berjumlah 25 orang. Penarikan sampel menggunakan teknik *Sampling Jenuh*, sehingga sampel dalam penelitian ini seluruh pemain Sekolah Sepakbola U-15 Putra Wijaya Padang yang berjumlah 25 orang. Pengumpulan data kecepatan menggunakan tes *Sprint 50 yard* (lari 45 meter), data kelincahan menggunakan *Illinois Aglity Run Test* dan data kemampuan *dribbling* bola menggunakan tes mendribbling bola. Data dianalisis menggunakan rumus korelasi *Product Moment* dan signifikansi uji t dengan  $\alpha = 0,05$  dilanjutkan dengan menggunakan rumus Korelasi Ganda dan uji F.

Hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa:1) Terdapat hubungan yang signifikan kecepatandengan kemampuan *dribbling* bolapemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang. 2)Terdapat hubungan yang signifikan kelincahan dengan kemampuan *dribbling* bola pemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang. 3) Terdapat hubungan yang signifikan secara bersamaan kecepatan dan kelincahan dengan kemampuan *dribbling* bola pemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang.

**Kata Kunci: Kecepatan, Kelincahan, Kemampuan *Dribbling***

## KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah Subhanahu wata'ala atas segala rahmat dan karunia-Nya yang telah memberikan kekuatan pada penulis, sehingga telah dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“Hubungan Kecepatan dan Kelincahan dengan Kemampuan *Dribbling* Bola Pemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang”**. Skripsi ini ditulis dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Dalam penulisan skripsi ini, penulis telah banyak mendapat bantuan dan dorongan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Sehingga dengan itu, pada kesempatan ini penulis dengan segala kerendahan hati mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Drs. Zarwan, M. Kes Ketua Jurusan pendidikan olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang selalu sabar melayani mahasiswa untuk menyelesaikan studi di Fakultas Ilmu Keolahragaan dan menyediakan fasilitas selama mahasiswa menyelesaikan studi di Fakultas Ilmu Keolahragaan.
2. Bapak Dr. Arsil M. Pd selaku pembimbing yang penuh perhatian dan kesabaran dalam membimbing penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Dr. Emral, M. Pd dan Drs. Kibadra, M. Pd selaku tim penguji yang telah memberikan saran, arahan, masukan dan kritikan selama menyelesaikan skripsi ini.

4. Ayah penulis yang bernama Marno dan Ibu penulis yang bernama Wiji Lestariserta keluarga besar penulis, yang telah memberikan bantuan moril maupun materil selama mengikuti perkuliahan dan penyelesaian skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan ilmu pengetahuannya kepada penulis selama penulis melakukan perkuliahan di Universitas Negeri Padang.
6. Bapak pembina dan pelatih Sekolah Sepak bola Putra Wijaya Padang yang telah mengizinkan penulis untuk meneliti dan telah meberikan saran maupun kritik kepada penulis.
7. Pemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang yang telah bersedia menjadi responden dalam Penelitian ini.
8. Teman-temanseperjuangan yang turut membantu dan memberikan dukungan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.

Semoga bantuan, bimbingan dan petunjuk yang Bapak/Ibu, dan Saudara berikan menjadi amal shaleh dan mendapatkan balasan yang berlipat ganda dari Allah SWT. Akhir kata penulis menyadari bahwa skripsi ini belum sempurna, oleh karena itu dengan segala kerendahan hati, penulis mengharapkan saran dan kritikan dari semua pihak. Mudah-mudahan skripsi ini bermanfaat bagi pemain, pelatih,dan pengelola di masa yang akan datang. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan imbalan pahala kepada kita semua.Aamiin...

Padang, Maret 2020

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	viii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah .....	6
D. Perumusan Masalah .....	6
E. Tujuan Penelitian .....	7
F. Manfaat penelitian.....	7
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori .....	8
1. Permainan Sepakbola.....	8
2. Kecepatan.....	12
3. Kelincahan.....	15
4. Mendribbling bola.....	17
B. Penelitian Yang Relevan.....	23
C. Kerangka Konseptual.....	26
D. Hipotesis.....	26

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian.....	28
B. Waktu dan Tempat Penelitian .....	28
C. Populasi dan Sampel .....	28
D. Definisi Operasional.....	30
E. Jenis Dan Sumber Data .....	32
F. Instrumen Penelitian.....	32
G. Teknik Pengumpulan Data.....	33
H. Teknik Analisis Data.....	38

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Data .....	40
B. Pengujian Persyaratan Analisis .....	44
C. Pembahasan.....	49

### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan.....	55
B. Saran.....	55

<b>DAFTAR RUJUKAN.....</b>	<b>57</b>
----------------------------	-----------

<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>59</b>
----------------------	-----------

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Populasi Pemain SSB Putra Wijaya Padang .....	29
2. Distribusi Frekuensi Data Hasil Kecepatan ( $X_1$ ) Pemain Sekolah Sepakbola U-15 Putra Wijaya Padang .....	41
3. Distribusi Frekuensi Data Hasil Kelincahan ( $X_2$ ) Pemain Sekolah Sepakbola U-15 Putra Wijaya Padang .....	42
4. Distribusi Frekuensi Data Hasil Kemampuan <i>Dribbling</i> (Y) Pemain Sekolah Sepakbola U-15 Putra Wijaya Padang .....	43
5. Rangkuman Uji Normalitas Data Kecepatan ( $X_1$ ), Kelincahan ( $X_2$ ) dan Kemampuan <i>Dribbling</i> (Y) pada Pemain Sekolah Sepakbola U-15 Putra Wijaya Padang .....	45
6. Rangkuman Hasil Analisis Kecepatan Dengan Kemampuan <i>Dribbling</i> ...	46
7. Rangkuman Uji Signifikan Koefisien Korelasi antara Variabel Kecepatan dengan Variabel Kemampuan <i>Dribbling</i> (Y).....	46
8. Rangkuman Hasil Analisis Kelincahan Dengan Kemampuan <i>Dribbling</i> ..	47
9. Rangkuman Uji Signifikan Koefisien Korelasi antara Variabel Kelincahan dengan Variabel Kemampuan <i>Dribbling</i> .....	47
10. Rangkuman Uji Koefisien Korelasi Ganda .....	48
11. Rangkuman Uji Signifikan Koefisien Korelasi Ganda .....	48
12. Distribusi Hasil Tes Kecepatan ( $X_1$ ) Pemain Sekolah Sepakbola U-15 Putra Wijaya Padang Berdasarkan Norma Tes Lari 45 Meter .....	51
13. Distribusi Hasil Tes Kelincahan ( $X_2$ ) Pemain Sekolah Sepakbola U-15 Putra Wijaya Padang Berdasarkan Norma <i>Illinois Agility Run Test</i> .....	52
14. Tabel 2.14 Distribusi Hasil Tes Kemampuan <i>Dribbling</i> (Y) Pemain Sekolah Sepakbola U-15 Putra Wijaya Padang Berdasarkan Norma Kemampuan <i>Dribbling</i> .....	53

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Mendribbling Bola Dengan Kura-kura Kaki Bagian Dalam.....	20
2. Mendribbling Bola Dengan Kura-kura Kaki Bagian Luar.....	21
3. Mendribbling Bola Dengan Kura-kura Bagian Atas.....	22
4. Kerangka Konseptual .....	26
5. Tes Kecepatan .....	34
6. Tes Kelincahan.....	36
7. Tes kemampuan <i>dribbling</i> bola.....	38
8. Histogram Data Hasil Kecepatan ( $X_1$ ) PemainSekolah Sepakbola U-15 Putra Wijaya Padang .....	41
9. Histogram Data Hasil Kelincahan ( $X_2$ ) PemainSekolah Sepakbola U-15 Putra Wijaya Padang .....	43
10. Histogram Data Hasil Kemampuan <i>Dribbling</i> (Y) PemainSekolah Sepakbola U-15 Putra Wijaya Padang .....	44
11. Histogram Data Hasil Kecepatan $X_1$ Pemain Sekolah Sepakbola U-15 Putra Wijaya Padang Berdasarkan Norma Tes Lari 45 m .....	52
12. Histogram Data Hasil Kelincahan $X_2$ Pemain Sekolah Sepakbola U-15 Putra Wijaya Padang Berdasarkan Norma <i>Illinois Aglity Run Test</i> .....	53
13. Histogram Data Hasil Kemampuan <i>Dribbling</i> Pemain Sekolah Sepakbola U-15 Putra Wijaya Padang Berdasarkan Norma Kemampuan <i>Dribbling</i> .	54

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Kecepatan ( $X_1$ ) Pemain Sekolah Sepakbola U-15 Putra Wijaya Padang.....	59
2. Data Kelincahan ( $X_2$ ) Pemain Sekolah Sepakbola U-15 Putra Wijaya Padang .....	60
3. Data Kemampuan <i>Dribbling</i> (Y) Pemain Sekolah Sepakbola U-15 Putra Wijaya Padang .....	61
4. Uji Normalitas Data Kecepatan ( $X_1$ ) Pemain Sekolah Sepakbola U-15 Putra Wijaya Padang.....	62
5. Uji Normalitas Data Kelincahan ( $X_2$ ) Pemain Sekolah Sepakbola U-15 Putra Wijaya Padang.....	63
6. Uji Normalitas Data Kemampuan <i>Dribbling</i> (Y) Pemain Sekolah Sepakbola U-15 Putra Wijaya Padang.....	64
7. Analisis Hubungan Kecepatan ( $X_1$ ) dengan Kemampuan <i>Dribbling</i> (Y)..	65
8. Analisis Hubungan Kelincahan ( $X_2$ ) dengan Kemampuan <i>Dribbling</i> (Y).	66
9. Analisis Hubungan Kecepatan ( $X_1$ ) dengan Kelincahan ( $X_2$ ).....	67
10. Uji Koefisien Korelasi Sederhana.....	68
11. Nilai Kritis L Untuk Uji <i>Lilliefors</i> .....	74
12. Tabel Distribusi Luas Kurva Normal.....	73
13. Nilai-nilai r Product Moment.....	74
14. Tabel Distribusi T .....	75
15. Tabel Distribusi Nilai F (0,05).....	76
16. Dokumentasi Penelitian .....	77
17. Dokumentasi Surat Penelitian.....	81
18. Dokumentasi Surat Keterangan.....	82



## **BAB I PENDAHULUAN**

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

Olahraga merupakan salah satu aspek yang dapat meningkatkan kualitas manusia secara jasmaniah dan rohaniah. Olahraga mempunyai tujuan yang berbeda-beda sesuai dengan olahraga yang dilakukan, akan tetapi tujuan olahraga secara umum meliputi memelihara dan meningkatkan kesegaran jasmani, memelihara dan meningkatkan kesehatan, meningkatkan kegemaran manusia berolahraga sebagai rekreasi serta menjaga dan meningkatkan prestasi olahraga setinggi-tingginya. Tujuan tersebut telah menjadi bagian yang terpenting untuk dicapai secara umum, tetapi tujuan khusus yang lebih penting adalah memenangkan suatu pertandingan. Keberhasilan akan diraih apabila latihan yang dilakukan sesuai dan berdasarkan prinsip latihan yang terencana, dan terprogram yang mempunyai tujuan tertentu.

Salah satu cabang olahraga yang berkembang di Indonesia adalah sepakbola. Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer dan banyak digemari sampai saat ini di dunia mana pun khususnya di Indonesia dari semua lapisan masyarakat, mulai dari anak-anak, laki-laki, orang tua, maupun perempuan, mulai dari pedesaan sampai di perkotaan. Dengan berbagai latar belakang serta tujuan yang berbeda-beda serta makin banyaknya klub-klub sepakbola maupun sekolah sepakbola, membuktikan bahwa sepakbola merupakan cabang olahraga yang sangat populer di masyarakat kita, sehingga tidak heran jika kita mendengar bahwa sepakbola merupakan olahraga rakyat.

Oleh sebab itu banyak klub-klub sepakbola yang muncul, seperti yang telah disebutkan tadi mulai dari tingkat anak-anak yang dikenal dengan istilah Sekolah Sepakbola, sampai ke tingkat dewasa yang nantinya akan melahirkan bibit-bibit pemain bola yang handal dan berpotensi serta yang berkualitas seperti yang diharapkan oleh para pecinta sepakbola. Perkembangan sepakbola juga didukung sepenuhnya oleh masyarakat dan pemerintah, hal ini terbukti dengan adanya turnamen-turnamen yang diadakan di berbagai daerah-daerah atau kompetisi resmi yang diadakan oleh Pengprov PSSI dan Pengkab PSSI.

Menurut Emral (2018:27) “Permainan sepakbola adalah permainan 11 lawan 11 yang dipimpin oleh seorang wasit, dibantu oleh asisten 1 dan asisten 2, serta satu orang wasit cadangan”. Tujuan dari permainan sepakbola itu sendiri adalah untuk mencetak gol ke gawang lawan sebanyak-banyaknya serta mempertahankan gawang dari kebobolan.

Dalam pencapaian prestasi yang tinggi dalam sepakbola dipengaruhi oleh banyak faktor diantaranya faktor internal seperti teknik, taktik, mental dan kondisi fisik. Sedangkan faktor eksternal adalah pengaruh yang timbul dari luar diri pemain itu sendiri seperti sarana dan prasarana, intruksi pelatih, keluarga dan gizi. Faktor internal kondisi fisik adalah salah satu faktor yang mempengaruhi prestasi seorang pemain sepakbola. Kondisi fisik merupakan kemampuan tubuh untuk melakukan penyesuaian (adaptasi) terhadap pembebanan fisik yang diberikan kepadanya tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti. Faktor kondisi fisik seperti daya tahan, kelicahan, kecepatan, kelentukan, keseimbangan, koordinasi, kekuatan sangat dibutuhkan untuk menghasilkan permainan yang bagus.

Seiring dengan pesatnya perkembangan sepakbola, maka tuntutan terhadap permainan yang bermutu sangat perlu sekali, untuk itu pemain dituntut untuk memiliki teknik yang komplit dan mendukung pencapaian prestasi yang diinginkan salah satunya yaitu teknik menggiring bola (*dribbling*). Yulifri (2018:94) menyatakan bahwa “Menggiring bola (*dribbling*) merupakan teknik dalam usaha membawa bola dari satu daerah ke daerah lain ketika permainan sedang berlangsung”. Teknik *dribbling* itu sendiri merupakan salah satu unsur yang mempengaruhi keberhasilan pemain dalam melakukan *dribbling* pada saat bermain. Faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang dalam melakukan *dribbling* tersebut diantaranya kecepatan dalam melakukan *dribbling*, kelincahan, kelentukan, keseimbangan, kekuatan, koordinasi, daya tahan, pandangan, perkenaan kaki pada bola. Pada dasarnya setiap pemain diharapkan mampu melakukan *dribbling* dengan baik, ini merupakan bagian yang terpenting dalam sepakbola selain mencetak gol itu sendiri.

Kemampuan melakukan teknik dasar dalam permainan sepakbola tentunya harus ditunjang dengan kondisi fisik yang baik pula, karena dengan kondisi fisik yang baik maka penguasaan teknik maupun taktik dapat dilakukan dengan baik, namun itupun harus didukung oleh mental yang baik, agar kepercayaan diri itu muncul dengan sendirinya sehingga taktik dapat dijalankan dengan baik. Salah satu kondisi fisik yang menunjang teknik dalam sepakbola adalah kecepatan dan kelincahan, yang mana kecepatan merupakan kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan yang sejenis secara berturut-

turut dalam waktu yang sesingkat-singkatnya, atau kemampuan untuk menempuh suatu jarak dalam waktu yang sesingkat-singkatnya (Widiastuti, 2015:125). Pentingnya kecepatan dalam pelaksanaan mendribbling bola adalah dalam beberapa situasi tidak perlu melakukan *dribbling* bola dengan control yang rapat, apabila berada di daerah yang terbuka antara pemain tengah dan pemain belakang lawan atau berada diposisi yang menguntungkan dibelakang pertahanan lawan, harus mampu mendribbling bola dengan kecepatan penuh, dorong bola beberapa kaki kedepan kearah gawang yang terbuka kemudian berlari dengan cepat kearah bola tersebut.

Kemudian kelincahan diartikan sebagai kemampuan tubuh dalam bergerak dan merubah arah dalam waktu yang sesingkat-singkatnya tanpa kehilangan keseimbangan (Irawadi, 2019:169). Pentingnya kelincahan dalam pelaksanaan mendribbling bola dapat dilihat dari kemampuan bergerak dengan cepat, menjaga keseimbangan, mengubah arah dan posisi, menghindari benturan dengan pemain dan kemampuan berkelit dengan pemain di lapangan.

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan pada Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang pada saat latihan pemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang masih banyak kelemahan-kelemahan, begitu juga pada saat melakukan suatu pertandingan, operan-operan (*passing*) antar pemain sudah baik, akan tetapi pada saat melakukan *dribbling* bola kemampuan *dribbling* yang mereka miliki masih kurang baik, terlihat pada saat pemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya melakukan *dribbling* dan duel satu lawan satu, bola yang mereka kuasai mudah direbut oleh lawan, dikarenakan sewaktu pemain

Sekolah Sepakbola Putra Wijaya sedang mendribbling bola pemain tersebut sangat lambat dalam mendribbling bola atau bisa dikatakan kalah cepat dan lincah dalam menguasai bolasehingga memudahkan pemain lawan untuk merebut bola yang dikuasai oleh pemain tersebut.

Kurangnya kemampuan *dribbling* pemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya membuat para pemain kesulitan untuk mengatur tempo permainan, menarik lawan, mencari kesempatan untuk mencetak gol, sehingga tujuan akhir dari permainan sepakbola yaitu mencetak gol ke gawang lawan sebanyak-banyaknya sulit dicapai sehingga kemenangan sulit untuk diraih. Apabila hal ini terus dibiarkan akan berdampak kurang baik untuk kemajuan Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang. Hal inilah yang membuat penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul penelitian **“Hubungan Kecepatan Dan Kelincahan Dengan Kemampuan Dribbling Bola Pemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang”**

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa variabel yang mempengaruhi *dribbling* bola pemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang, variabel tersebut sebagai berikut:

1. Kecepatan
2. Kelincahan
3. Daya tahan
4. Kelentukan
5. Keseimbangan

6. Koordinasi
7. Kekuatan
8. Program latihan dan pelatih
9. Sarana dan prasarana latihan
10. Perkenaan kaki pada bola dan pandangan
11. Mental

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka penulis membatasi variabelbebas penelitian pada: 1) Kecepatan pemain bola Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang ( $X_1$ ), 2) Kelincahan pemain bola Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang ( $X_2$ ), dan variabel terikatnya adalah kemampuan *dribbling* pemain bola Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang ( $Y$ )

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi, serta pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan kecepatan dengan kemampuan *dribbling*bolapemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang?
2. Apakah terdapat hubungan yang signifikan kelincahandengan kemampuan *dribbling* bola pemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang?
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan secara bersamaan kecepatan dan kelincahan dengan kemampuan *dribbling* bola pemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang?

## **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Hubungan kecepatan dengan kemampuan *dribbling* bola pemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang.
2. Hubungan kelincahan dengan kemampuan *dribbling* bola pemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang.
3. Hubungan kecepatan dan kelincahan secara simultan dengan kemampuan *dribbling* bola pemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang.

## **F. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk:

1. Penulis, sebagai syarat untuk menyelesaikan strata satu di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, dan juga sebagai sarana untuk mengembangkan karya tulis ilmiah, sekaligus menambah wawasan, pengetahuan, dan pengalaman dalam penelitian ini.
2. Mahasiswa, sebagai bahan bacaan di perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, sekaligus untuk masukan penelitian yang relevan dimasa yang akan datang.
3. Pedoman bagi pelatih Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang.
4. Pemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya, agar lebih meningkatkan kecepatan saat bermain sepakbola.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bagian terdahulu, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Terdapat hubungan yang signifikan kecepatan ( $X_1$ ) dengan kemampuan *dribbling* (Y) pemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang U-15.
2. Terdapat hubungan yang signifikan kelincahan ( $X_2$ ) dengan kemampuan *dribbling* (Y) pemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang U-15.
3. Terdapat hubungan yang signifikan kecepatan ( $X_1$ ) dan kelincahan ( $X_2$ ) secara bersamaan dengan kemampuan *dribbling* (Y) pemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang U-15.

#### **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka saran yang dapat penulis berikan adalah penulis mengharapkan kepada:

1. Pemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang, agar dapat lebih meningkatkan kecepatan dan kelincahannya saat bermain sepakbola, sehingga kemampuan mendribbling bola dapat ditingkatkan sehingga menjadi semakin baik.
2. Pelatih, agar lebih memperhatikan lagi kecepatan dan kelincahan pemainnya yaitu dengan cara melakukan latihan secara lebih terencana dan berkelanjutan sehingga kecepatan dan kelincahan pemain dapat menjadi semakin baik lagi.

3. Pengurus Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang, supaya lebih memperhatikan dan memberikan dukungan demi tercapainya prestasi sepakbola khususnya pemain Sekolah Sepakbola Putra Wijaya Padang.
4. Peneliti yang akan datang, supaya lebih mempersiapkan dengan sebaik mungkin komponen-komponen yang akan dilakukan dalam penelitian.

## DAFTAR RUJUKAN

- Aprianova, F dan Hariadi, I. 2017. Metode Drill untuk Meningkatkan Teknik Dasar Menggiring Bola (Dribbling) dalam Permainan Sepakbola pada Siswa Sekolah Sepakbola Putra Zodiac Kabupaten Bojonegoro Usia 13-15 Tahun. *Indonesia Performance Journal*. 1(1). 63-74.
- Arsil. 2017. *Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Padang: Wineka Media.
- \_\_\_\_\_. 2015. *Pembinaan Kondisi Fisik*. Padang: FIK UNP.
- Aswitno, 2013. "Meningkatkan Kemampuan Dribbling Pada Permainan Sepakbola Melalui Metode Latihan Kelincahan Pada Siswa Kelas V SDN Inti No. 1 Lero." *Tadulako Journal Sport Sciences And Physical Education*. 2(8). 1-15
- Bafirman. 2013. *Fisiologi Olahraga*. Malang: Wineka Media.
- Berlian, Eri. 2016. *Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Padang: Sukabina Press.
- Danurwindo, dkk. 2014. *Kurikulum Pembinaan Sepakbola Indonesia*. Jakarta Selatan: Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia.
- Effendi, A. R dan Rhamadhansyah, F. 2017. "Peningkatan Pembelajaran Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Menggunakan Modifikasi Bola Plastik." *Jurnal Pendidikan Olahraga*. 6(1). 54-64.
- Emral. 2018. *Sepakbola Dasar*. Padang: Sukabina Press.
- Hendryanto, F. 2016. "Pengaruh Metode Latihan Sirkuit dan Metode Konvensional Terhadap Peningkatan Keterampilan Menggiring Bola." *Jurnal Pendidikan Rokania*. 1(1). 34-44.
- Irawadi, Hendri. 2019. *Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. Padang: FIK UNP.
- Luxbacher Joseph A. (2012). *Sepak bola: langkah-langkah menuju sukses (cetakan 6)*. Jakarta: PtRajaGrafindoPersada.
- MielkeDany.(2007). *Dasar-dasarsepak bola*. Bandung: Ptintansejati.
- Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga.