

**HUBUNGAN KELINCAHAN DAN KOORDINASI MATA KAKI
TEHADAP KEMAMPUAN DRIBLING PEMAIN U17 SSB PORNAS
SUMPUR KABUPATEN TANAH DATAR**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Departemen Pendidikan Olahraga Untuk
Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana*



Oleh:

IRFAN

NIM. 22086056

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLARAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Kelincahan Dan Koordinasi Mata Kaki
Terhadap Kemampuan Dribbling Pemain U17 SSB
Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar

Nama : Irfan

NIM : 22086056

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

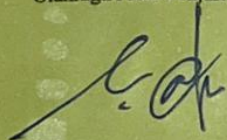
Departemen : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Mei 2026

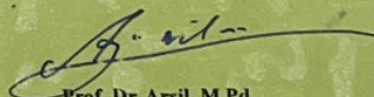
Disetujui Oleh :

Ketua Departemen Pendidikan
Olahraga/Prodi Penjaskesrek



Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd
NIP. 198909012018031001

Pembimbing



Prof. Dr. Arsil, M.Pd
NIP. 196003171986021002

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

“Dinyatakan lulus setelah di pertahankan di depan tim penguji skripsi”

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Padang

Judul : Hubungan Kelincahan Dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Kemampuan Dribbling Pemain U17 SSB Ponas Sumpur Kabupaten Tanah Datar

Nama : Irfan

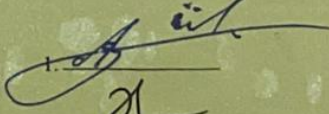
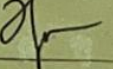
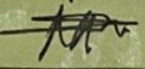
NIM/BP : 22086056 / 2022

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Departemen : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Mei 2026

Tim Penguji	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Prof. Dr. Arsil, M.Pd	1. 
2. Anggota	: Prof. Dr. Hendri Neldi, M. Kes, AIFO	2. 
3. Anggota	: Mardepi Saputra, M.Pd	3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul Hubungan Kelincahan dan Koordinasi Mata Kaki dengan Kemampuan *Dribbling* Pemain U17 SSB Pomas Sumpur Kabupaten Tanah Datar 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 dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara penulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan didalam naskah menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Mei 2026

Yang membuat pernyataan,


Irfan



NIM.22086056/2022

ABSTRAK

Irfan. 2026. Hubungan Kelincahan dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Kemampuan *Dribbling* Pemain U17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar

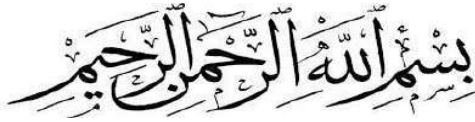
Permasalahan dalam penelitian ini adalah masih rendahnya tingkat kemampuan *dribbling* pemain U17 Ssb Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar. Hal diduga disebabkan oleh rendahnya tingkat kelincahan dan koordinasi mata kaki pemain. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kelincahan dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan *dribbling* pemain U17 Ssb Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar.

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Februari 2026 di lapangan sepakbola Ssb Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain U17 Ssb Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar yang berjumlah 20 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 20 orang peman. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah 1) *Illinois Agility Test*, 2) Tes Koordinasi Mata Kaki, dan 3) tes kemampuan *dribbling*. Teknik analisis data menggunakan analisis korelasi sederhana dan korelasi berganda yang dilanjutkan dengan analisis uji signifikansi.

Hasil penelitian ini adalah: 1) Kelincahan memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan *dribbling* pemain sepakbola U17 Ssb Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar dengan $t_{hitung} 2,40 > t_{tabel} 1,73$ dan diterima kebenarannya secara empiris. 2) Koordinasi mata kaki mempunyai hubungan yang signifikan dengan kemampuan *dribbling* pemain sepakbola U17 Ssb Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar dengan $t_{hitung} 2,15 > t_{tabel} 1,73$ dan diterima kebenarannya secara empiris. 3) Kelincahan dan koordinasi mata kaki secara bersama-sama memiliki hubungan yang signifikansi dengan kemampuan *dribbling* pemain sepakbola U17 Ssb Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar dengan $F_{hitung} 3,60 > t_{tabel} 3,59$ dan diterima kebenarannya secara empiris.

Kata kunci: Kelincahan, Koordinasi Mata Kaki, *Dribbling*, Sepakbola

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, Puji syukur peneliti ucapkan atas berkat dan karunia Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat-Nya berupa kesehatan, kesempatan dan keimanan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Shalawat dan salam selalu tucurahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang menjadi panutan bagi umat Islam dan telah mengubah akhlak umat manusia dari zaman jahiliyah menjadi zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan, moral dan etika. Sehingga dengan perjuangan dan pengorbanan beliau kita dapat merasakan manisnya iman dan ilmu pengetahuan.

Skripsi yang berjudul **“Hubungan Kelincahan Dan Koordinasi Mata kaki Terhadap *Dribbling* Pemain U17 Ssb Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar”** ini diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan pada program S-1 Departemen Pendidikan Olahraga (PO) Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Berkat doa dan dukungan dari orang tua sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Selain itu bantuan dan bimbingan serta arahan dari berbagai pihak yang terkait. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. Kridmadinata, S.T., M.T, P.HD Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Prof. Dr. Nurul Ihsan, M.Pd., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

3. Bapak Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd., Ketua Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Bapak Prof. Dr. Arsil, M.Pd, pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, pikiran, dan kesabaran untuk membimbing saya selama dalam menyelesaikan skripsi ini. Yang sudah saya anggap sebagai orang tua saya sendiri karena telah banyak membantu dan mengajarkan saya.
5. Bapak Prof. Dr. Hendri Neldi, M.Kes., AIFO. Dan Bapak Mardepi Saputra, S.Pd., M.Pd., dosen penguji yang telah membantu dan memberikan masukan, arahan, koreksi dan motivasi serta penyempurnaan dalam penulisan skripsi ini.
6. Seluruh staff pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
7. Teristimewa untuk kedua orang tua yang saya cintai Ayah (Syahril) dan Ibu (Yusnita) dan saudara saya (Vriska Amelia), (Ari Alfiando) dan (Aziz) yang merupakan jiwa dan kekuatan saya untuk menyelesaikan pendidikan saya agar bisa tepat waktu seperti yang mereka inginkan.
8. Terutama sekali kepada Ayahanda (Syahril) dan Ibunda (Yusnita) yang telah berjuang menguliahkan saya selama 4 tahun ini, yang telah banting tulang memberikan apa yang bisa dia usahakan supaya saya tidak kekurangan selama proses perkuliahan.
9. Teristimewa diri sendiri, Irfan, yang telah melalui berbagai rintangan dan tantangan selama proses penyusunan skripsi ini. Terimakasih atas kesabaran, ketekunan dan kerja keras yang telah ditunjukkan.

10. Buat teman-teman senasib seperjuangan yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu atas nama sahabat yang telah memberikan semangat, dorongan moril. Secara khusus, terima kasih kepada (Ella Idola Zahra) tak pernah lelah memberi dukungan, perhatian, dan keyakinan saat menyelesaikan skripsi ini.
11. Kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, terima kasih untuk semuanya.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan dan keterbatasan sehingga hasilnya masih jauh dari sempurna. Demi kesempurnaan skripsi ini peneliti mengharapkan kritikan dan saran yang sifatnya membangun dari para pembaca.

Akhir kata peneliti ucapkan terima kasih, peneliti berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi pihak-pihak yang membutuhkan. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan rahmat dan hidayat-Nya serta membalas segala kebaikan kepada semua pihak yang memberikan bantuan kepada peneliti.

Padang, 15 April 2026
Peneliti

Irfan
NIM/BP. 22086056/2022

DAFTAR ISI

	HALAMAN
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Pembatasan Masalah	10
D. Rumusan Masalah	10
E. Tujuan Penelitian.....	11
F. Manfaat Penelitian	11
BAB II.....	13
KAJIAN PUSTAKA.....	13
A. Kajian Teori	13
1. Sepakbola	13
2. Kondisi Fisik	22
3. Kelincahan.....	25
4. Koordinasi Mata Kaki	29
5. Teknik Dasar <i>Dribbling</i>	32
B. Kerangka Konseptual	36
C. Hipotesis.....	38
BAB III	40
METODE PENELITIAN.....	40
A. Jenis Penelitian.....	40
B. Tempat dan Waktu Penelitian	40
C. Populasi dan Sampel	40
D. Definisi Operasional Variabel.....	42
E. Instrumen Penelitian	43

F. Teknik Analisis Data	48
BAB IV	50
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	50
A. Deskripsi Data.....	50
a. Kelincahan (X_1).....	50
b. Koordinasi Mata Kaki (X_2)	51
c. <i>Dribbling</i> (Y)	53
B. Uji Persyaratan Analisis	54
1. Uji Normalitas Data	54
2. Uji Independensi	55
C. Pengujian Hipotesis.....	55
1. Uji Hipotesis Pertama (X_1-Y)	55
2. Uji Hipotesis Kedua (X_2-Y)	56
3. Uji Hipotesis Ketiga (X_1, X_2-Y).....	57
D. Pembahasan.....	58
1. Hubungan Kelincahan terhadap Kemampuan <i>Dribbling</i>	58
2. Hubungan Koordinasi Mata Kaki terhadap Kemampuan <i>Dribbling</i> ..	59
3. Hubungan Kelincahan(X_1) dan Koordinasi Mata Kaki (X_2) Secara bersama-sama Memiliki Kontribusi yang Signifikan terhadap kemampuan <i>Dribbling</i>	60
BAB V.....	63
KESIMPULAN DAN SARAN.....	63
A. Kesimpulan.....	63
B. Saran.....	63
DAFTAR PUSTAKA	65

DAFTAR TABEL

HALAMAN

Table 1.Populasi Pemain U-17 SSB Pornas Sumpur	41
Table 2.Norma Kelincahan Ilionis Agility Run Laki-Laki	45
Table 3.Norma Koordinasi Mata Kaki.....	46
Table 4.Norma Kemampuan Dribbling	48
Table 5.Distribusi Frekuensi Kelincahan.....	50
Table 6.Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata Kaki	52
Table 7.Distribusi Frekuensi <i>Dribbling</i>	53
Table 8.Uji Normalitas dengan Lilliefors	54
Table 9.Rangkuman Uji Korelasi dan Uji Signifikansi Koefisien Korelasi antara Kelincahan dengan Kemampuan dribbling pemain sepakbola U17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar.....	56
Table 10.Rangkuman Uji Korelasi Dan Uji Signifikansi Koefisien Korelasi antara Koordinasi mata kaki dengan Kemampuan dribbling pemain sepakbola U17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar.....	57
Table 11.Rangkuman Uji Korelasi dan Uji Signifikansi Koefisien Korelasi antara Kelincahan dan Koordinasi mata kaki Secara Bersama-Sama dengan Kemampuan Dribbling Pemain sepakbola U17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar	58

DAFTAR GAMBAR

HALAMAN

Gambar 1. Lapangan Sepak Bola.....	19
Gambar 2. Bola	20
Gambar 3. Gawang.....	21
Gambar 4. Tiang Sudut	21
Gambar 5. Menggiring bola menggunakan kaki luar.....	34
Gambar 6. Kerangka Konseptual	38
Gambar 7. Pelaksanaan Tes Ilionis Agility Run.....	44
Gambar 8. Pelaksanaan Tes Koordinasi Mata-Kaki	46
Gambar 9. Test Kemampuan Menggiring Bola	46
Gambar 10. Histogram Kelincahan.....	51
Gambar 11. Histogram Koordinasi Mata Kaki	52
Gambar 12. Histogram Dribbling	54

DAFTAR LAMPIRAN	HALAMAN
Lampiran 1 Data Mentah Kelincahan	68
Lampiran 2 Data Mentah Koordinasi Mata Kaki.....	69
Lampiran 3 Data Mentah Dribbling.....	70
Lampiran 4 Uji Normalitas Data Kelincahan.....	71
Lampiran 5 Uji Normalitas Data Kordinasi Mata Kaki	72
Lampiran 6 Uji Normalitas Data Kordinasi Mata Kaki	73
Lampiran 7 KONVERSI DATA KELINCAHAN KE BENTUK T-SKOR.....	74
Lampiran 8 KONVERSI DATA KELINCAHAN KE BENTUK T-SKOR.....	75
Lampiran 9 KONVERSI DATA KELINCAHAN KE BENTUK T-SKOR.....	76
Lampiran 10 PENGUJIAN HIPOTESIS PENELITIAN	77
Lampiran 11 DAFTAR NILAI KRITIS L UNTUK UJI LILIEFORS	82
Lampiran 12 DAFTAR NILAI KRITIS L UNTUK UJI LILIEFORS	83
Lampiran 13 DAFTAR NILAI KRITIS L UNTUK UJI LILIEFORS	84
Lampiran 14 Tabel Persentil Untuk Distribusi t	85
Lampiran 15	86
Lampiran 16	88
Lampiran 17 Surat Izin Penelitian.....	90
Lampiran 18 Surat Izin Penelitian.....	91
Lampiran 19 Surat Izin Penelitian.....	92

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan aktifitas fisik yang memiliki banyak manfaat bagi tubuh manusia, misalnya untuk latihan, sarana pendidikan, mata pencarian, media kebudayaan, media rekreasi, sarana pembinaan kesehatan, dan tidak kalah pentingnya yakni sebagai kebanggaan suatu negara dan bangsa. Kebugaran jasmani merupakan kemampuan tubuh untuk melakukan aktivitas sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti (Sudrajat et al., 2019: 110). Olahraga adalah aktivitas fisik yang bisa dilakukan dimana saja, baik dalam ruangan maupun diluar ruangan yang bisa dilakukan secara bersama-sama atau pun sendiri. Olahraga sangatlah penting bagi kita generasi muda ini karna dengan olahraga kita bisa hidup sehat, bukan hidup sehat saja olahraga pun bisa membuat kita menjadi anak berkarakter dan anak yang berprestasi.

Dalam berolahraga mestinya kita harus memiliki kondisi fisik yang cukup terutama bagi atlet. dengan kondisi fisik yang sehat kita lebih bersemangat dalam melakukan olahraga. Menurut (Supriyoko dan Wisnu Mahardika, 2018 : 283) Kondisi fisik merupakan kebutuhan yang diperlukan dalam meningkatkan kinerja atlet, dan bahkan dapat dianggap sebagai kebutuhan dasar yang tidak dapat ditunda atau dinegosiasikan. Kondisi fisik adalah salah satu prasyarat yang sangat diperlukan dalam setiap usaha

peningkatan prestasi seorang atlet, bahkan dapat dikatakan dasar landasan titik tolak suatu awal olahraga prestasi (Pratama, 2015 : 283).

Dalam kondisi fisik perlu adanya kelincahan. Kelincahan merupakan salah satu unsur kondisi fisik yang berperan penting terutama pada cabang olahraga. Menurut (Wahjoedi, 2001:61) kelincahan (agility) adalah kemampuan tubuh untuk mengubah arah secara cepat tanpa adanya gangguan keseimbangan atau kehilangan keseimbangan. Menurut Dedy Sumiyarsono (2006 : 91) “Kelincahan (agility) adalah kemampuan seseorang untuk berlari cepat dengan mengubah-ubah arahnya”. Menurut (Muchamad Sajoto, 1988: 59) “Kelincahan atau agility adalah kemampuan seseorang dalam mengubah arah, dalam posisi-posisi di arena tertentu”. Seseorang yang mampu mengubah satu posisi ke posisi yang berbeda, dengan kecepatan tinggi dan koordinasi gerak yang baik, berarti kelincahannya cukup baik

Sepak bola adalah salah satu olahraga yang paling populer di dunia termasuk Indonesia di mana perkembangannya sangat pesat dan mendapat sambutan positif dari masyarakat. Menurut Filanesia (Filosofi Sepakbola Indonesia), bahwa sepak bola adalah sebuah filosofi yang menjadi fondasi dan karakter permainan sepak bola Indonesia, menekankan gaya bermain proaktif, konstruktif, progresif, dan transisional yang mengadaptasi kelebihan pemain Indonesia serta kultur lokal dengan tujuan akhir untuk memenangkan pertandingan dengan mencetak banyak gol dan meminimalkan kebobolan (www.pssi.org). Inti dari Filanesia adalah fondasi dan karakter, keunggulan

pemain Indonesia, gaya bermain proaktif, fokus pada transisi, dan tujuan murni untuk memenangkan pertandingan.

Menurut (Muhajir, 2016: 22), bahwa sepakbola adalah permainan menyepak bola dengan tujuan memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri dari kemasukan bola serta pemain dapat menggunakan seluruh anggota badan kecuali bagian lengan. Sepak bola merupakan olahraga yang tergolong olahraga beregu, pemain dituntut untuk bekerja sama (Nusri, 2019 : 31)

Di Indonesia, kompetisi sepak bola sudah banyak diselenggarakan mulai dari Liga Super hingga Liga 2, Liga 3, dan Liga 4, serta juga terdapat kompetisi sepak bola pada kelompok umur seperti Elit Pro Academy (EPA) dan Piala Soeratin untuk kategori usia U-17, U-15, dan U-13. Di samping itu, juga sudah diselenggarakan berbagai turnamen yang bersifat festival khusus diperuntukkan bagi kelompok umur di bawah 13 tahun. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya lembaga atau organisasi yang terlibat dalam pengembangan olahraga sepak bola baik pihak pemerintah maupun swasta seperti Sekolah Sepak Bola (SSB), Akademi Sepak Bola (ASB), Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP), dan klub-klub amatir hingga profesional. Sumatera Barat sebagai salah satu provinsi yang menunjukkan perkembangan sepak bola yang pesat dan berdinamika cukup positif yang ditandai dengan antusiasme masyarakat dan potensi yang terus menunjukkan pertumbuhan positif. Tidak hanya itu, Sumatera Barat juga memiliki klub kebanggaan yang sudah dikenal banyak orang yaitu Semen Padang FC yang memiliki sejarah panjang dalam

kancah perkembangan sepak bola Indonesia termasuk pernah menjuarai Liga Indonesia meskipun prestasi yang diperoleh klub ini pasang surut namun hingga saat ini Semen Padang FC masih tetap eksis dalam mengikuti kompetisi nasional sepak bola. Selain itu, sejumlah klub lokal juga turut aktif berkompetisi di Liga 3 dan Piala Soeratin meskipun sebagian sempat mengalami kevakuman akibat terbatasnya sumber dana. Di sisi lain, talenta muda asal Sumatera Barat mulai menembus level nasional seperti Nabil Asyura dan Ikram Alghiffari yang menjadi bukti nyata kemajuan sepak bola di Sumatera Barat sebagai bukti nyata dari hasil pembinaan olahraga sepak bola yang baik. Fakta-fakta tersebut menunjukkan bahwa sepak bola Sumatera Barat memiliki pondasi yang kuat untuk berkembang lebih pesat terutama jika didukung dengan sistem pembinaan yang terstruktur dan berkelanjutan agar dapat berjalan optimal dan menorehkan prestasi yang membanggakan bagi Sumatera Barat.

Berprestasi di bidang olahraga harus dilakukan dengan latihan dan pembinaan yang baik. Hal ini dapat diawali dengan pengenalan berbagai dasar cabang olahraga. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 bahwa olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Dapat dijelaskan bahwa untuk mencapai prestasi yang membanggakan maka seorang pemain harus memiliki berbagai kemampuan yang dikelompokkan menjadi kemampuan internal dan

eksternal. Kemampuan internal adalah kemampuan yang berkaitan dengan diri atlet sendiri seperti masalah fisik, teknik, taktik, dan mental, sedangkan kemampuan eksternal adalah kemampuan yang mempengaruhi prestasi atlet berasal dari luar diri atlet seperti pelatih, pembina, iklim, cuaca, gizi, sarana dan prasarana, organisasi, penonton, wasit, hakim garis, dan keluarga (Prasetya, 2018 : 23).

Faktor internal tersebut saling berkaitan antara satu komponen dengan komponen lainnya. Sebagai contoh, pemain dengan teknik yang baik namun tidak didukung dengan kondisi fisik yang prima maka akan kesulitan mempertahankan performanya sepanjang pertandingan. Kemudian, seorang penyerang yang bisa menendang bola dan mengoper dengan baik namun cepat kelelahan saat berlari sehingga sering kehilangan peluang emas di babak akhir. Oleh karena itu, kemampuan yang baik apabila tidak didukung dengan kondisi fisik yang baik maka pemain akan selalu kesulitan dalam pertandingan. Sama halnya antara fisik dan taktik, taktik tidak bisa dijalankan tanpa didukung oleh kemampuan fisik yang baik, kemudian fisik yang bagus jika tidak diimbangi dengan taktik yang baik maka tidak akan membuahkan hasil yang baik. Dapat disimpulkan, bahwa untuk membuat kondisi fisik yang baik diperlukan faktor motivasi agar atlet tidak mudah menyerah saat menjalani beban latihan begitu pula dengan mental yang tidak akan kuat tanpa didukung dengan rasa kepercayaan diri yang tinggi.

Kondisi fisik memegang peranan penting dalam olahraga sepak bola karena selama pertandingan pemain mengeluarkan tenaga yang banyak dan

jika tidak didukung dengan kondisi fisik yang baik maka pemain akan cepat kelelahan sehingga diperlukan kondisi fisik yang bagus agar memperoleh permainan yang baik dan mendapatkan kemenangan. Seorang pemain sepak bola untuk mencapai prestasi maksimal dipengaruhi oleh 4 (empat) faktor yaitu fisik, teknik, taktik, dan mental. Salah satu unsur yang sangat mendukung prestasi pemain sepak bola salah satunya adalah kondisi fisik yang meliputi kekuatan otot (*strenght*), daya tahan otot (*endurance*), kecepatan (*speed*), kelincahan (*agility*), keseimbangan (*flexibility*), power, dan daya tahan umum. Dapat disimpulkan, bahwa pemain akan menghasilkan prestasi yang baik apabila memiliki kondisi fisik yang baik dan tidak mengalami penurunan kondisi fisik.

Tidak hanya kondisi fisik pemain, teknik dasar merupakan salah satu faktor yang juga memegang peranan penting di dalam permainan sepak bola. Menurut (Sucipto, dkk 2007:17), Pemain yang memiliki teknik dasar yang baik, cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik dan benar. Teknik dasar bermain sepakbola adalah merupakan keterampilan untuk melakukan gerakan-gerakan atau mengerjakan sesuatu yang tidak terlepas sama sekali dari permainan sepakbola. Pemain sepak bola harus menguasai teknik dasar dalam bermain sepak bola. Menurut (Sucipto, dkk. 2000: 17), teknik dasar sepakbola meliputi passing, dribbling, shooting, stopping, dan heading. Adapun teknik dasar sepakbola di bagi menjadi 2. Pertama gerak teknik tanpa bola adalah gerak tanpa menggunakan bola yang dilakukan dalam permainan sepak bola seperti berjalan, berputar, berbelok, dan berkelit, sedangkan yang kedua gerak

teknik dengan bola adalah gerak atau teknik dalam permainan sepak bola dengan menguasai bola yang meliputi kemampuan pengenalan bola dengan bagian tubuh (*ball feeling*), menendang bola (*passing*), menendang bola ke arah gawang (*shooting*), menggiring bola (*dribbling*), menerima bola, menyundul bola (*heading*), dan lemparan ke dalam (*throw-in*). Agar seorang pemain sepak bola bermain baik maka teknik dasar sangat diperlukan untuk menunjang permainan ketika bertanding di lapangan. Teknik dasar sejatinya harus diberikan kepada pemain sepak bola dari sejak dini agar seiring berjalannya waktu semakin dewasa pemain sepak bola akan semakin menguasai teknik dasar tersebut. Di dalam sepak bola, teknik dasar dan kerja sama tim sangat diutamakan untuk terciptanya permainan yang efektif. Menurut (Irfan et al, 2020 : 2), bahwa untuk meningkatkan keterampilan dasar dalam bermain sepak bola, seringkali dilakukan latihan khusus yang fokus pada aspek-aspek seperti cara menendang, mengumpan, mengontrol, menggiring bola, menyundul bola, dan lemparan ke dalam. Pendekatan ini bertujuan untuk menilai dan memperbaiki kemampuan teknis masing-masing pemain. Selain itu, hal ini penting karena tanpa penguasaan yang kuat terhadap keterampilan dasar bermain sepak bola maka seorang pemain akan kesulitan untuk mengembangkan permainannya secara menyeluruh. Salah satu teknik dasar yang paling dominan digunakan dalam permainan sepak bola adalah *dribbling*. Dalam permainan sepak bola jika kita amati secara seksama, maka yang paling sering dilakukan adalah teknik *dribbling* (menggiring bola). *Dribbling* merupakan gerakan lari sambil membawa bola dengan kaki, dimana

bola didorong dengan bagian kaki terus bergulir diatas tanah. Menggiring dalam permainan sepak bola merupakan hal yang menentukan karena dengan menggiring bola, sebuah tim dapat menguasai permainan dan untuk kemudian mencapai hasil akhir yaitu sebuah gol. Adapun kegunaan *dribling* menurut (Soekatamsi, 1992: 34) adalah untuk melewati lawan, untuk mencari kesempatan memberikan bola umpan kepada teman dengan tepat, untuk menguasai bola atau menahan bola agar tetap dalam pengawasan, dan untuk menyelamatkan bola apabila tidak terdapat kemungkinan atau kesempatan untuk dengan segera memberikan operan kepada teman.

Berdasarkan hasil observasi peneliti di lapangan diketahui bahwa pemain U-17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar dari program latihannya sudah cukup baik, di mana sebagian besar pemain memiliki kemampuan teknik dasar yang secara umum tergolong baik, namun masih terdapat kekurangan atau masalah pada teknik dasar khususnya dalam hal *dribling* sehingga saat bermain *dribling* pemain mudah terbaca dan dipotong oleh lawan. Hasil observasi ini dibenarkan dan didukung oleh Pelatih di mana banyak dari pemain U-17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Dasar yang memiliki *dribling* yang tidak baik maka dari itu latihan *dribling* sangat dibutuhkan untuk pemain sendiri khususnya dan tim pada umumnya. Tidak hanya itu, *dribling* yang akurat penting untuk menembus pertahanan lawan dan menciptakan gol sebanyak-banyaknya agar dapat memenangkan pertandingan. Hasil yang kurang baik diperoleh oleh pemain U-17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar dalam perandingan PORNAS CUP di mana

tim ini kalah oleh Lima Kaum FC dalam babak penyisihan. Hasil ini sebagai bukti dari lemahnya kondisi fisik pemain dan kurangnya teknik dasar dalam permainan sepak bola khususnya *dribling*. Selain itu, latihan yang dijalani masih menggunakan latihan *dribling* bolak balik sehingga tidak berjalan efektif. Oleh karena itu, pemain harus melakukan latihan secara terus-menerus dan berkelanjutan dan pelatih memberikan variasi model latihan untuk meningkatkan *dribling* para pemain. Lebih lanjut, dalam proses peningkatan kemampuan *dribling* seorang pemain membutuhkan adanya model latihan inovatif dan memiliki banyak variasi latihan.

Fenomena masalah di atas menarik peneliti untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kelincahan dan Koordinasi Mata- Kaki Terhadap Kemampuan *dribbling* Pemain U-17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi variabel yang mempengaruhi kemampuan teknik *dribbling* adalah sebagai berikut:

1. Kondisi fisik kelincahan mempengaruhi kemampuan *dribling* pemain U-17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar.
2. Kondisi fisik kecepatan mempengaruhi kemampuan *dribling* pemain U-17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar.
3. Kondisi fisik daya tahan mempengaruhi kemampuan *dribling* pemain U-17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar.

4. Kondisi fisik daya ledak otot tungkai kemampuan *dribbling* pemain U-17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar.
5. Kondisi fisik koordinasi mata kaki mempengaruhi kemampuan *dribbling* pemain U-17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar.
6. Program latihan mempengaruhi kemampuan *dribbling* pemain U-17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar.
7. Latihan taktik mempengaruhi kemampuan *dribbling* pemain U-17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar.
8. Sarana dan prasarana mempengaruhi kemampuan *dribbling* pemain U-17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar.

C. Pembatasan Masalah

Terikat dengan banyaknya variable yang mempengaruhi kemampuan *dribbling* pemain U-17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar maka pada penelitian ini variabelnya di batasi pada :

1. Kelincahan pemain U-17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar.
2. Koordinasi Mata - Kaki pemain U-17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar.
3. Kemampuan *Dribbling* pemain U-17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah terdapat hubungan kelincahan dengan Kemampuan *dribbling* pemain U-17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar?
2. Apakah terdapat hubungan koordinasi mata kaki dengan Kemampuan *dribbling* pemain U-17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar?
3. Apakah terdapat hubungan simultan antara kelincahan dan koordinasi mata kaki dengan Kemampuan *dribbling* pemain U-17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Mengetahui hubungan kondisi fisik kelincahan dengan kemampuan teknik *dribbling* pemain U-17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar.
2. Mengetahui hubungan kondisi fisik koordinasi mata kaki dengan Kemampuan teknik *dribbling* pemain U-17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar.
3. Mengetahui hubungan simultan antara kondisi fisik kelincahan dan koordinasi mata kaki dengan penguasaan kemampuan teknik *dribbling* pemain U-17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk:

1. Teoritis
 - a. Untuk mahasiswa FIK UNP, sebagai bahan kepustakaan dalam penulisan karya ilmiah.

- b. Peneliti selanjutnya, sebagai bahan acuan dan referensi penelitian relevan serta diharapkan meneliti untuk variabel-variabel lain yang berhubungan antara kemampuan kondisi fisik dengan penguasaan teknik dasar sepak bola.

2. Praktis

- a. Bagi peneliti sendiri, sebagai persyaratan untuk mendapatkan gelar Strata 1 (S1) pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- b. Bagi pemain U-17 SSB, sebagai masukan dan evaluasi dalam meningkatkan kondisi fisik dan teknik dasar dalam permainan sepak bola.
- c. Bagi pelatih U-17 SSB, sebagai bahan pertimbangan untuk menerapkan model latihan variatif dalam meningkatkan kemampuan kondisi fisik kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan penguasaan teknik dasar *dribbling* pemain U-17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah diuraikan pada bagian terdahulu, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

A. Kesimpulan

1. Terdapat hubungan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain U17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar adalah sebesar 24,30%.
2. Terdapat hubungan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan *dribbling* pemain U17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar adalah sebesar 20,43%.
3. Terdapat hubungan kelincahan dan koordinasi mata kaki secara simultan terhadap kemampuan *dribbling* pemain U17 SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar adalah sebesar 29,38%

B. Saran

Berdasarkan kepada pembahasan hasil penelitian ini, maka disampaikan saran sebagai berikut:

1. Pelatih tim U17 Ssb Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar agar:
 - a. Memberikan latihan khusus untuk meningkatkan kelincahan dan koordinasi mata kaki secara rutin dan bervariasi.
 - b. Melatih kemampuan teknik dasar *dribbling* dengan cara latihan lempar dan melakukan passing secara bervariasi dengan menggunakan teknik dasar yang baik dan benar.

2. Pemain sepakbola U17 Ssb Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar agar dapat disiplin dalam melaksanakan program latihan yang diberikan oleh pelatih dan melakukan latihan kondisi fisik penunjang yang lain untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar *dribbling*.
3. Pengurus SSB Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar agar memberikan perhatian dengan melengkapi sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam latihan yang dilakukan tim sepakbola U17 Ssb Pornas Sumpur Kabupaten Tanah Datar, dan memberikan kesempatan kepada pemain untuk dapat mengikuti pertandingan-pertandingan yang ada, sehingga prestasi dalam cabang olahraga sepakbola dapat menjadi lebih baik.
4. Peneliti yang akan datang selanjutnya disarankan untuk dapat mengembangkan penelitian ini dengan memperluas variabel penelitian atau bahkan menggunakan pendekatan penelitian yang berbeda serta peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengkaji faktor-faktor lain yang mempengaruhi keterampilan teknik dasar sepakbola.

DAFTAR PUSTAKA

- Sudrajat, A., dkk. (2019). *Kebugaran jasmani dan aktivitas fisik*. Jurnal Pendidikan Jasmani, hlm. 110.
- Supriyoko, & Mahardika, W. (2018). *Kondisi fisik dalam peningkatan kinerja atlet*. Jurnal Keolahragaan, hlm. 283.
- Muhajir. (2016). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Erlangga.
- Nusri, A. (2019). *Dasar-Dasar Sepakbola*. (Informasi penerbit menyesuaikan dengan referensi asli, umumnya buku teks olahraga).
- Sajoto, M. (1988). *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sumiyarsono, D. (2006). *Keterampilan Sepakbola Dasar*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Wahjoedi. (2001). *Landasan Evaluasi Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Prasetya, A. F. (2018). *Manajemen Pembinaan Atlet*. Sidoarjo: Indomedia Pustaka. (Atau penerbit terkait sesuai buku teks pembinaan olahraga).
- Soekatamsi. (1992). *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Jakarta: Tiga Serangkai.
- Sucipto, dkk. (2000). *Sepakbola*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Sucipto, dkk. (2007). *Modul Pembelajaran Sepakbola*. Bandung: UPI.
- Arsil. (2010). *Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Padang: Wineka Media.
- Arsil. (2015). *Tes dan Pengukuran Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Padang: Berkah Prima.
- Azwar, S. (2012). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. **Ismaryati.** (2008). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: LPP UNS dan UNS Press.
- Luxbacher, J. A. (2011). *Sepak Bola: Langkah-Langkah Menuju Sukses* (Edisi Kedua). Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada.

- Mackenzie, B. (2005). *101 Performance Evaluation Tests*. London: Electric Word plc.
- Mielke, D. (2003). *Soccer: Steps to Success*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Muhajir. (2007). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Erlangga.
- Ridho, F. (2022). *Teknik Dasar Permainan Sepak Bola*. (Informasi penerbit menyesuaikan buku teks referensi lokal/nasional).
- Andri, S. (2007). *Olahraga Kegemaranku Sepak Bola*. Jakarta: Intan Pariwara.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Emral. (2016). *Sepak Bola Dasar*. Padang: Sukabina Press.
- Handoyo, A. (2021). *Berlatih Sepak Bola*. Jakarta: PT. Perca.
- Hidayat, W. (2017). *Buku Pintar Sepak Bola*. Jakarta: Anugrah.
- Luxbacher, A. (2008). *Sepakbola Langkah-langkah Menuju Sukses dalam Sepakbola*. Bandung: PT. Raja Grafindo Persada.
- Luxbacher, A. (2011). *Sepak Bola Edisi Kedua*. Jakarta: Rajawali.
- Mielke, D. (2017). *Dasar Sepakbola*. Jakarta: Pakar Raya.
- Prasetya, R. (2018). "Pembinaan Prestasi Sepakbola." Padang: Universitas Negeri Padang.
- Scheunemann, T. (2008). *Dasar-dasar Sepak Bola Modern*. Malang: Dioma.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2022 tentang Keolahragaan.
- http://eprints.uny.ac.id/78790/1/fulltext_ramadhoni%20saifullah_19602244050.p

- Mielke, D. (2003). *Dasar-Dasar Sepak Bola*. Bandung: Pakar Raya.
- Muhajir. (2007). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Erlangga.
- Yulifri (2010). *Permainan Sepak Bola*. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang Kampus Air Tawar Padang.
- Suwirman. (2006). *Dasar-Dasar Penelitian Olahraga*. Padang: FIK UNP.
- Uberroth. (2012). *The Everything Kids' Soccer Book*. Avon: Adams Media.
- Widiastuti. (2017). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Baidawi. (2019). *Pengaruh Latihan Fisik terhadap Prestasi Olahraga*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2015). *Periodization Training for Sports* (3rd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Eriyaldi. (2019). *Dasar-Dasar Kepelatihan Olahraga*. Padang: UNP Press.
- Harsono. (2018). *Kepelatihan Olahraga: Teori dan Metodologi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Ismaryati. (2011). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: UNS Press.
- Kyle, J. (2018). Anticipation Skill and Performance in Sports. *Journal of Sports Science*, 36(3), 255–265.
- Luxbacher, J. A. (2012). *Sepakbola: Langkah-Langkah Menuju Sukses*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Mielke, D. (2007). *Dasar-Dasar Sepakbola*. Bandung: Pakar Raya.
- Ningsih, S. (2020). Pengaruh Kondisi Fisik terhadap Performa Atlet. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 8(2), 200–210.
- Oktayona. (2019). Kesiapan Mental dalam Olahraga Prestasi. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 165–175.
- Paula, A. (2017). Physical Determinants of Futsal Performance. *International Journal of Sports Science*, 230–240.