

**HUBUNGAN KELINCAHAN DAN KECEPATAN TERHADAP KEMAMPUAN
DRIBBLING ATLET SEPAKBOLA REMAJA TARUSAN
KABUPATEN PESISIR SELATAN**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)*



**ICHWAN FADLY HADYAN
2011/1104418**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2017**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Kelincahan dan Kecepatan terhadap Kemampuan
Dribbling Atlet Sepak Bola Remaja Tarusan Kabupaten
Pesisir Selatan

Nama : Ichwan Fadly Hadyan

NIM/BP : 1104418/2011

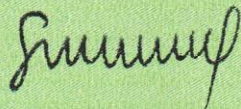
Jurusan : Pendidikan Olahraga

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Padang, Februari 2017

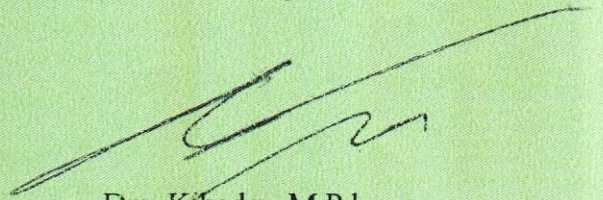
Disetujui oleh :

Pembimbing I,



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

Pembimbing II,



Drs. Kibadra, M.Pd
NIP. 19570118 198503 1 003

Mengetahui :
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M.Kes
NIP. 19611230 198803 1 003

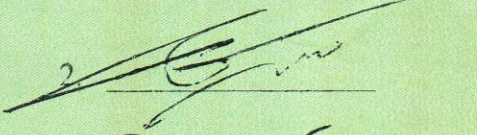
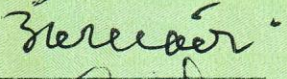
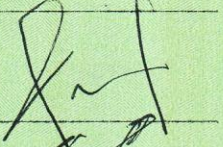
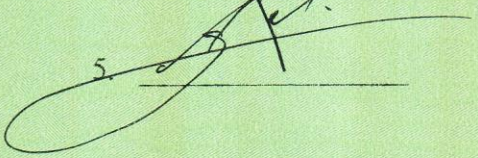
HALAMAN PENGESAHAN

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Judul : Hubungan Kelincahan dan Kecepatan terhadap Kemampuan Dribbling
Atlet Sepak Bola Remaja Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan
Nama : Ichwan Fadly Hadyan
Nim/BP : 1104418/2011
Program : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Studi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2017

Tim Penguji

Nama	Tanda Tangan
1. Ketua : Dr. Damrah, M.Pd	1. 
2. Sekretaris : Drs. Kibadra, M.Pd	2. 
3. Anggota : Drs. Willadi Rasyid, M.Pd	3. 
4. Anggota : Dr. Emral, M.Pd	4. 
5. Anggota : Drs. Arsil, M.Pd	5. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul ***Hubungan Kelincahan dan Kecepatan Dribbling Atlet Sepakbola Remaja Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan*** adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya, terkecuali ada judul yang serupa tanpa sepengetahuan saya.
2. Karya tulis ini murni, gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan pihak yang lain kecuali arahan dari pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain kecuali secara tertulis dengan jelas di cantumkan sebagai acuan dari dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan mencantumkan dalam daftar pustaka.
4. Penelitian ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran didalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah di peroleh karena karya tulis ini serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang , Februari 2017
Yang membuat pernyataan



Ichwan Fadly Hadyan

ABSTRAK

Ichwan Fadly Hadyan : Hubungan Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Atlet Sepakbola Remaja Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan

Masalah dalam penelitian ini yaitu remaja Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan sering gagal karena gerakan pemain ketika akan mengecoh terlihat kaku atau tidak memiliki kelincahan yang baik sehingga serangan yang dilakukan sering mendapat kendala atau sering gagal. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kelincahan dan kecepatan secara bersama-sama terhadap kemampuan *dribbling* atlet Sepakbola Remaja Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan.

Jenis penelitian ini adalah Penelitian Korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain sepakbola Remaja Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan yang masih aktif terdaftar terlatih, yang berjumlah 20 orang. Dengan semua populasi menjadi sampel dalam penelitian ini yaitu sebanyak 20 orang pemain sepakbola Remaja Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan, Data dalam penelitian ini menggunakan analisis statistic karena data yang dikumpulkan berupa angka-angka.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa : 1) Kelincahan berpengaruh terhadap kemampuan *dribbling* atlet sepakbola Remaja Tarusan dengan besaran kontribusi sebesar 34.4% . 2) Kecepatan berpengaruh terhadap kemampuan *dribbling* atlet sepakbola dengan besaran kontribusi sebesar 27.0%. 3) Kelincahan dan kecepatan secara bersama-sama berpengaruh terhadap kemampuan *dribbling* atlet sepakbola remaja Tarusan sebesar 43.23%.

Kata kunci: Kelincahan, Kecepatan, *Dribbling*.

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah, penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini yang berjudul "Pengaruh Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Kemampuan Dribbling Atlet Sepakbola Remaja Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan".

Dalam rangka menyelesaikan pendidikan pada jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang. Penelitian menyelesaikan penulisan skripsi ini, peneliti menyadari bahwa dalam perencanaan, pelaksanaan dan sampai tahap penyelesaian peneliti melibatkan banyak pihak dan telah mendapatkan bantuan yang sangat berharga, baik secara moril maupun materil. Untuk itu pada kesempatan ini izinkanlah peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Drs. Zarwan, M.Kes, selaku ketua, jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan beserta, seluruh staf pengajar dan pegawai tats usaha
2. Dr. Damrah, M.Pd, selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan arahan dengan sabar sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini.
3. Drs. Kibadra, M.Pd, selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan arahan dengan sabar sehingga, penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini.
4. Bapak dan Ibu Dosen yang mengajar di Jurusan Pendidikan Olahraga, dan Tata, Usaha yang telah memberi motivasi serta semangat pada, penulis dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini.

5. Kedua, orang tua, dan saudara serta teman-teman dan sahabat penulis yang telah begitu banyak memberikan do'a, dan dorongan moril maupun materil serta kasih sayang yang tidak ternilai harganya, bagi peneliti.
6. Sebagai penguji Bapak Dr. Emral , M.Pd, Drs. Arsil, M.Pd, beserta Bapak Drs. Wilhadi Rasyid, M.Pd yang telah banyak member masukan dan saran-saran.
7. Teman-teman angkatan 2011 untuk kebersamaan baik suka maupun duka selama menjalani perkuliahan

Akhirnya penulis menyadari bahwa Skripsi ini belum pada tahap sempurna. Untuk itu penulis menerima saran, kritik dan masukan yang bermanfaat untuk kesempurnaan skripsi ini, semoga skripsi penelitian ini bermanfaat bagi pembaca semua dan dapat memberikan sumbangan bagi pengembangan ilmu pengetahuan.

Padang, Februari 2017

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN KEPUTAKAAN	
A. Kajian Teori	7
1. Pengertian Sepakbola.....	7
2. Kemampuan Dribbling	11
3. Kelincahan	18
4. Kecepatan	22
B. Hubungan Kelincahan Dan Kecepatan Dengan Kemampuan Dribbling	27
C. Kerangka Konseptual.....	31
D. Hipotesis	33

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	34
B. Waktu dan Tempat Penelitian	34
C. Populasi dan Sampel	34
D. Defenisi Operasional.....	35
E. Jenis dan Sumber Data	36
F. Instrumen Penelitian.....	36
G. Teknik dan Pengambilan Data	37
H. Teknik Analisis Data.....	41

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Penelitian.....	44
B. Pengujian Persyaratan Analisis	48
C. Pengujian Hipotesis	49
D. Pembahasan	51

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	56
B. Saran	56

DAFTAR PUSTAKA	58
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN.....	59
----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Distribusi Frekuensi Keterampilan Permainan Sepakbola.....	44
2. Distribusi Frekuensi Skor Kelincahan (X1).....	46
3. Distribusi Frekuensi Skor Kecepatan (X2)	47
4. Hasil Uji Normalitas Variabel X1, X2, dan Y dengan tes <i>Kolmogroff</i> <i>Smirnof</i>	48
5. Rangkuman Hasil Analisi Pengaruh X1 terhadap Y	49
6. Rangkuman Hasil Analisi Pengaruh X2 terhadap Y	50
7. Rangkumkan Hasil Analisis Pengaruh X1, X2, terhadap Y	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Pelaksanaan Kemampuan <i>Dribbling</i> dalam Sepakbola	17
2. Kerangka Konseptual	33
3. Histogram Kemampuan <i>Dribbling</i>	45
4. Histogram Kelincahan.....	46
5. Histogram Kecepatan	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data mentah hubungan kelincahan terhadap kemampuan <i>dribbling</i> Atlet sepakbola remaja tarusan Kabupaten Pesisir Selatan.....	60
2. Output Analisis Data	61
3. Dokumentasi	69

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Istilah olahraga yang tidak asing lagi bagi masyarakat. Olahraga dapat diartikan sebagai kebutuhan yang merupakan suatu kegiatan manusia yang ingin hidup sehat baik jasmani maupun rohaninya. Selain memupuk watak, kepribadian, disiplin, dan sportifitas juga dapat mengembangkan kemampuan daya pikir. Secara fisiologis olahraga dapat meningkatkan kualitas fungsi organ tubuh, sistem pernapasan, sistem endokrin dan sistem syaraf.

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Bab 2 pasal 4 tentang dasar, fungsi dan tujuan olahraga: “Keolahragaan Nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasikualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportifitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa”.

Berdasarkan kutipan diatas, jelas bahwa salah satu tujuan olahraga adalah untuk prestasi. Menurut Syafruddin (2011:54) “Olahraga prestasi adalah olahraga atau cabang/disiplin olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan (atlet) secara sistematis, berjenjang, dan berkelanjutan melalui latihan dan kompetisi yang didukung ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan untuk meraih prestasi terbaik/tinggi (*top performance*).

Sepakbola merupakan olahraga paling terkenal di dunia. Dalam masyarakat global yang dipisahkan oleh perbedaan fisik dan ideologi, ketenaran sepakbola tidak terikat oleh umur, jenis kelamin, agama, kebudayaan, atau batasan etnik. Menurut M. Muhyi Farug (2008:02) sepakbola mempunyai banyak tujuan selain untuk prestasi dan kebugaran, tujuan lainnya yaitu untuk sosialisasi, persahabatan, dan juga mengurangi rasa jenuh atau stres. Sepakbola merupakan cabang olahraga permainan yang menggunakan bola besar, dimainkan dengan menggunakan kaki, kepala, dan anggota tubuh yang lainnya kecuali tangan, terkecuali untuk penjaga gawang. Permainan ini dilakukan oleh dua tim dengan masing-masing tim beranggotakan 11 orang pemain.

Bagi pemain pemula untuk dapat bermain sepakbola cukup dengan melakukan gerakan-gerakan dan menguasai teknik dasar sepakbola yaitu gerakan teknik tanpa bola seperti lari, melompat, tackling dan teknik dengan bola menendang (*shooting*) , passing, menahan, mengontrol bola, dan menggiring bola. Seorang pemain yang baik harus mampu menguasai berbagai macam ketrampilan teknik-teknik dasar sepakbola, sehingga mereka dapat memainkan bola dari berbagai posisi dan dalam situasi apapun. Dari beberapa teknik dasar sepakbola di atas, salah satu teknik terpenting dalam bermain sepakbola yaitu menggiring bola tanpa mengesampingkan teknik dasar bermain sepakbola yang lainnya. Salah satu unsur teknik dasar sepakbola yang sangat penting yaitu menggiring bola. Menurut Sukatamsi

(1984:158) menggiring bola dapat diartikan dengan gerakan lari menggunakan bagian kaki mendorong bola agar bergulir terus menerus di atas tanah.

Berpedoman pada uraian di atas, menggiring bola atau *dribbling* merupakan gerakan berlari dengan menggunakan kaki mendorong bola sehingga adanya perpindahan bola dari suatu daerah ke daerah lain. Kemampuan *dribbling* sangat berguna untuk melewati lawan, menarik perhatian lawan, mengadakan serangan balik, serta mencetak gol ke gawang lawan. Jadi, apabila seorang atlet mempelajari teknik *dribbling* dengan benar diharapkan kemampuan *dribbling* kegawang semakin bagus sehingga tujuan mencetak gol ke gawang lawan sebanyak-banyaknya akan tercapai. Artinya teknik *dribbling* atau menggiring bola harus dikuasai atlet sepakbola dengan baik.

Berdasarkan hasil pengamatan yang telah dilakukan, team sepakbola Remaja Tarusan lebih mengutamakan *skill* individu masing-masing pemainnya dalam melakukan serangan untuk menembus pertahanan team lawan, tetapi serangan yang dilakukan sering gagal terutama pada saat *dribbling* yang mengakibatkan bola mudah direbut pemain lawan. Pada saat *dribbling*, kecepatan yang dimiliki oleh para pemain sangat kurang. Hal ini dilihat ketika menggiring bola, para pemain terlihat seperti sedang lari santai saja sehingga tidak bisa menjauhi lawan yang sedang mengejar. Pada saat melewati lawan, usaha tersebut sering gagal karena gerakan pemain ketika akan mengecoh terlihat kaku atau tidak memiliki kelincahan yang baik sehingga serangan yang dilakukan sering mendapat kendala atau sering gagal.

Hal ini bertolak-belakang dengan pengamatan yang dilakukan terhadap beberapa pemain profesional, bahwa kecepatan dan kelincahan merupakan aspek penting untuk dimiliki oleh seorang pemain pada saat *dribbling*, yang kegunaannya adalah untuk menjauhi lawan sehingga bola selalu dalam penguasaan.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, yang mempengaruhi kemampuan *dribbling* atlet Sepakbola Remaja Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan, maka dapat diidentifikasi masalah yaitu sebagai berikut :

1. Kekuatan otot tungkai
2. Koordinasi mata-kaki
3. Kelincahan
4. Penguasaan teknik
5. Kecepatan
6. Perkenaan kaki dengan bola
7. Sikap badan
8. Kelenturan atau kelentukan tubuh
9. Emosional atlet pada saat melakukan *dribbling*

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang dikemukakan, penulis membatasi variabel-variabel yang berkaitan dengan kemampuan *dribbling* atlet Sepakbola Remaja Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan yaitu:

1. Kelincahan
2. Kecepatan

D. Perumusan Masalah

1. Apakah terdapat hubungan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* atlet Sepakbola Remaja Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan?
2. Apakah terdapat hubungan kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* atlet Sepakbola Remaja Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan?
3. Apakah terdapat hubungan kelincahan dan kecepatan secara bersama-sama terhadap kemampuan *dribbling* atlet Sepakbola Remaja Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan?

E. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

- a. Hubungan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* atlet Sepakbola Remaja Tarusan Kabupaten Pesisir selatan.
- b. Hubungan kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* atlet Sepakbola Remaja tarusan Kabupaten Pesisir Selatan
- c. Hubungan kelincahan dan kecepatan secara bersama-sama terhadap kemampuan *dribbling* atlet Sepakbola Remaja Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan.

2. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan berguna bagi :

- a. Penulis, sebagai syarat untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- b. Mahasiswa sebagai bahan bacaan di Perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- c. Peneliti selanjutnya sebagai referensi dalam meneliti kajian yang sama secara lebih mendalam.
- d. Pelatih, sebagai bahan pertimbangan dalam pembuatan program latihan sepakbola.
- e. Atlet Sepakbola Remaja Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan sebagai informasi dan pengetahuan tentang faktor-faktor kondisi fisik yang dapat menentukan kemampuan *dribbling* pada cabang olahraga.