



KONTRIBUSI KELINCAHAN TERHADAP HASIL *DRIBBLING* PADA PERMAINAN SEPAKBOLA ATLET KLUB PUTRI ROHUL

Isnani¹, Siska² Amrizal³

^{1,2,3} Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, STKIP Rokania, Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Diterima September 2022
Revisi Oktober 2022
Diterima November 2022
Tersedia online November 2022

Kata kunci:

Kelincahan, *Dribbling Bola*

Abstrak

Kemampuan *dribbling* klub Putri ROHUL dianggap masih kurang maksimal, dilihat dari kelincahan atlet dalam *dribbling* melewati lawan dalam permainan sepakbola. Tujuan penelitian ini mencoba mencari tahu hubungan antara kelincahan tubuh atlet klub Putri ROHUL terhadap kemampuan *dribbling*. Jenis penelitian yang digunakan adalah korelasional, dengan populasi penelitian klub Putri ROHUL berjumlah 20 orang, penarikan sampel dengan total sampling berjumlah 20 orang. Identifikasi penelitian adalah tes kelincahan (*dogging run*) dan tes *dribbling* permainan sepak bola. Teknik analisa yang analisis menggunakan korelasi produk moment. Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 20 responden menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel kelincahan terhadap variabel hasil *dribbling*. Dalam kesempatan ini H_0 diterima dan H_a ditolak karena $r_{hitung} = 0,7033$ lebih besar dari $r_{tabel} = 0,444$. Kontribusi variabel kelincahan terhadap variabel *dribbling* dilihat menggunakan koefisien determinasi, sebesar 49,46 %, hal tersebut dinilai kuat. Keseluruhan tersebut disimpulkan bahwa terjadi hubungan yang kuat antara kelincahan dan *dribbling* pada atlet klub putri Rohul

Abstract

This research is motivated by the low passing ability of the Fortuna Volley Ball Club athletes, one of which is the weakness of the athlete's arm muscle strength. The purpose of this study was to determine the contribution of arm muscle strength to the passing ability of Fortuna Volley Ball Club athletes. The type of research used is correlation research. The population of this study was the Fortuna Volley Ball Club Athletes, totaling 10 people with the total sampling technique being the sampling technique. The data is processed by product moment correlation technique with a significance level of 5%. The results showed that the arm muscle strength of Fortuna Volley Ball Club Athletes with an average of 39, while the passing ability of Fortuna Volley Ball Club Athletes with an average of 79 5% significance level is 1.833. Thus, it can be concluded that the contribution of arm muscle strength to the ability to pass over volleyball for Fortuna Volley Ball Club athletes with a contribution of 50.92% and the remaining 49.078% determined by other variables.

⁸Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: nisanani134@gmail.com

PENDAHULUAN

Aktivitas olahraga tidak bisa terlepas dengan kebutuhan kita sehari-hari di samping kebutuhan primer dan sekunder. Olahraga merupakan bagian dari suatu aktivitas manusia, dimana olahraga merupakan aktivitas rutin dilakukan, agar tubuh kita sehat dan memiliki kebugaran yang maksimal, karena dengan berolahraga yang rutin dan teratur, lemak yang berlebihan di dalam tubuh kita akan dapat berkurang zat-zat racun yang masuk ke dalam tubuh kita, sehingga zat racun tersebut bisa dikeluarkan melalui keringat.

Aktivitas olahraga telah banyak memberikan kontribusi yang positif serta nyata bagi peningkatan kemampuan kesehatan bagi tubuh kita sendiri, keluarga dan masyarakat, selain itu olahraga turut berperan dalam peningkatan kemampuan kesehatan bangsa dalam melaksanakan sistem pembangunan yang berkelanjutan dan berkesinambungan. Pembinaan prestasi bagi siswa yang memiliki bakat dan minat olahraga perlu dilakukan, sebagaimana yang dijelaskan dalam Undang- Undang Republik Indonesia No 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, BAB VII, Pasal 25 ayat 6 yang berbunyi. "Untuk menumbuh kembangkan prestasi olahraga di lembaga pendidikan, pada setiap jalur pendidikan dapat dibentuk unit kegiatan olahraga, kelas olahraga, pusat pembinaan dan pelatihan, sekolah olahraga, serta diselenggarakannya kompetisi olahraga yang berjenjang dan berkelanjutan" (Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional, 2005).

Berdasarkan kutipan di atas, dapat dijelaskan bahwa salah satu tujuan yang ingin dicapai oleh bangsa Indonesia adalah munculnya prestasi-prestasi nasional diberbagai cabang olahraga. Tercapainya tujuan keolahragaan nasional akan tumbuh generasi yang sehat jasmani dan rohani, bugar, berkualitas, bermoral dan berakhlak mulia, sportif, disiplin, yang nantinya akan berdampak positif terhadap pembangunan Nasional di bidang-bidang lainnya. Hal tersebut dapat tercapai, dibutuhkan totalitas dan kerjasama yang baik antara pemerintah, insan-insan olahraga dan semua lapisan masyarakat yang mendukung kegiatan olahraga tersebut dalam hal ini adalah cabang olahraga sepakbola.

Sepakbola adalah permainan yang dimainkan oleh 2 tim yang masing- masing tim terdiri dari 11 orang pemain dan kedua tim saling berlomba-lomba untuk mencetak gol sebanyak mungkin. Dalam permainan sepakbola terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain yang diantaranya adalah teknik *dribble*, *passing*, *heading* dan *shooting*. Akan tetapi peneliti ingin membahas dan menggali lebih dalam lagi tentang teknik *dribble*.

Dribble adalah teknik membawa, menggiring atau menguasai bola dalam suatu permainan sepakbola dengan tujuan untuk membuka peluang dalam mencetak gol ke gawang lawan serta melakukan pengontrolan, agar bola tidak mudah direbut oleh pihak lawan pada saat permainan berlangsung. Di dalam melakukan *dribble* ada beberapa faktor yang mempengaruhinya seperti faktor teknik, faktor teknik sangat berperan sekali, dengan memiliki teknik yang baik, maka hasil *dribble* permainan sepakbola siswa menjadi lebih maksimal, ditambah lagi koordinasi tubuh yang baik, hal ini berperan sekali dengan pola pergerakan mata dan kaki siswa pada saat melakukan *dribble*, selaindua aspek ini, aspek lain yang dapat mempengaruhi *dribble* dalam permainan sepakbola adalah faktor kelincahan.

Kelincahan adalah kemampuan tubuh dalam merubah arah atau posisi tubuh dengan cepat dan dilakukan secara bersama-sama dengan gerakan lainnya. Hal ini sangat berkaitan sekali dengan kemampuan seorang pemain dalam melakukan *dribble* permainan sepakbola. Kelincahan sangat dibutuhkan sekali pada saat melakukan *dribble* bola. Semakin lincah tubuh seseorang dalam menggiring bola, kemungkinan akan semakin besar pula peluang untuk dapat mencetak gol ke gawang lawan.

Berdasarkan hasil observasi serta pengamatan penilit di lapangan. Peneliti menemukan bahwa kemampuan teknik *dribbling* atlet masih kurang baik, hal ini terlihat pada saat beberapa orang atlet menggiring bola, kelincahan tubuh atlet pada saat menggiring bola masih kurang maksimal, sehingga pada saat bola digiring dan dihadap oleh pihak lawan, tubuh atlet pada saat mengecoh lawan kurang lincah, sehingga arah pergerakan *dribbling* mudah dibaca, dan

⁸Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: nisanani134@gmail.com

bolapun mudah direbut oleh pihak lawan. Di samping kelincahan faktor koordinasi tubuh atlet juga masih kurang baik, hal ini terlihat pada saat atlet melakukan *dribbling*, koordinasi antara mata dan kaki pada saat bola di *dribbling* juga belum serasi, pandangan kadang-kadang hanya sibuk mencari teman, padahal bola dalam situasi dikontrol, seharusnya pandangan tertuju pada bola pada saat bola digiring, dan pada saat di *passing* baru pandangan tertuju kepada teman yang akan kita berikan bola tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian tentang kaitan kelincahan dan *dribble* permainan sepakbola dengan judul “**Kontribusi Kelincahan terhadap Hasil *Dribbling* pada Permainan Sepakbola Atlet Klub Putri Rohul**”

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian korelasional atau hubungan. Menurut Sukardi (2003) menjelaskan bahwa penelitian korelasional merupakan suatu penelitian yang melibatkan tindakan pengumpulan data guna menentukan apakah terdapat tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih.

Dalam penelitian ini variabel yang dimaksud adalah variabel kelincahan dan *dribbling* permainan sepakbola. Sesuai dengan tujuan penelitian yakni untuk melihat kontribusi kelincahan terhadap hasil *dribbling* permainan sepakbola pada atlet klub Putri Rohul.

Populasi dan Sampel

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (Arikunto, 2006). Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitian ini merupakan penelitian populasi. Dimana populasi dalam penelitian ini yakni semua atlet klub Putri Rohul yang berjumlah 20 orang.

Sampel adalah sebagian dari wakil populasi (Arikunto, 2006). Apabila jumlah populasi kurang dari 100 orang yang mengikuti kegiatan atlet klub Putri Rohul, maka teknik penarikan sampel yang digunakan adalah *total sampling* atau pengambilan sampel seluruh populasi atlet klub Putri Rohul yang berjumlah 20 orang.

Pengembangan Instrument

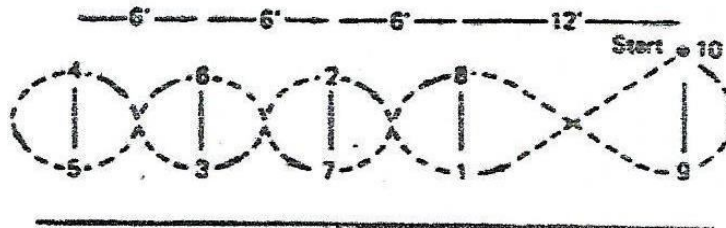
Instrumen adalah suatu cara untuk memperoleh data dengan menggunakan suatu metode, maka di dalam melaksanakan pekerjaan tes tersebut perlu adanya sebuah metode. Metode yang digunakan sebagai alat bantu dalam mengumpulkan data, sedangkan metode adalah suatu cara memperoleh data di dalam kegiatan penelitian (Arikunto, 2006). Sesuai dengan masalah penelitian yang telah dijabarkan, maka instrumen dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Mengukur Tes Kelincahan (*Dodging Run*) (Ismaryati, 2008)
 - a. Tujuan
Untuk mengukur kemampuan merubah arah gerak pada saat berlari
 - b. Sasaran
Laki-laki yang berusia di atas 10 tahun ke atas
 - c. Perlengkapan
 1. *Stopwatch*, pita atau isolasi berwarna untuk membuat garis *start*.
 2. Cat atau kapur untuk membuat tanda arah lari
 3. Lembing atau benda lain yang tidak berbahaya untuk dijadikan rintangan
 4. Lapangan
 5. Garis *start* sepanjang 1,83 meter
 6. Rintangan kedua di depan rintangan pertama, ke-tiga di depan ke-dua, ke-empat di depan ke-tiga yang masing-masing berjarak 1,83 meter

⁸Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

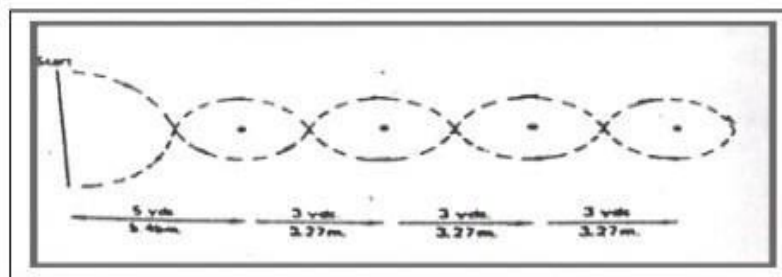
* Email: nisanani134@gmail.com

- d. Pelaksanaan
Testi berdiri sedekat mungkin di belakang garis *start*, kemudian berlari secepat-cepatnya menurut arah yang telah ditentukan
- e. Penilaian
Catat waktu yang ditempuh mulai dari *start* sampai dengan *finish*. Untuk lebih jelas dapat melihat gambar di bawah ini.



Gambar 1. Tes Kelincahan (Ismaryati, 2008)

- f. Norma kelincahan siswa perempuan
2. Tes *Dribbling* Permainan Sepakbola (Arsil, 2010)
Guna mengetahui keterampilan menggiring dalam bermain sepakbola maka harus diukur dengan menggunakan Tes Soccer Dribble. (Ismaryati, 2006:56)
- Tujuan : mengukur koordinasi mata kaki, koordinasi seluruh tubuh dan kelincahan.
 - Perlengkapan : lapangan Tes dibuat diatas permukaan yang rata dan tidak licin, dengan ketentuan seperti pada gambar di bawah.
 - Pelaksanaan : dengan aba – aba “ya” testi menggiring bola ke arah luar dan kedalam menurut alur yang telah ditentukan.
 - Penilaian :
 - Hitunglah waktu tempuh, dimulai dari saat aba – aba “ ya “ sampai testi kembali dari garis finish.
 - Testi harus masuk garis finish dengan bola terkontrol.
 - Ulangan dilakukan tiga kali.
 - Waktu terbaik dari ketiga ulangan merupakan koordinasi testi.



Gambar 2. Lapangan Soccer Dribble Test (Ismaryati, 2006)

Teknik Pengumpulan Data

- Teknik pengumpulan data yang penulis gunakan yaitu teknik sebagai berikut:
- Observasi : adalah teknik yang dilakukan penulis dengan pengamatan langsung ke objek atau tempat penelitian dilapangan guna untuk mendapatkan dan mencari informasi mengenai kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola club lubuk ingu fc.

⁸Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau
* Email: nisanani134@gmail.com

2. Teknik pustaka: Teknik ini digunakan untuk mendapatkan informasi tentang penjelasan-penjelasan teori-teori yang berhubungan dengan masalah yang diteliti sehingga dapat menunjang dan mendukung landasan teori dalam penelitian ini.
3. Tes dan Pengukuran: Untuk mengetahui kontribusi kelincahan terhadap *dribbling bola*

TEKNIK ANALISIS DATA

Uji Hipotesis

Uji hipotesis digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan kekuatan otot lengan terhadap kemampuan *passing* atas bola voli. Untuk mencari hubungan antara dua variabel adalah dengan menggunakan korelasi, yang mana dua variabel yang akan diselidiki biasanya untuk variabel bebas diberitanda (X) dan variabel terikat diberitanda (Y). Dalam penelitian ini untuk uji korelasi menggunakan rumus korelasi *product moment*, Arikunto (2010 : 317) seperti berikut ini :

1. Rumus korelasi *product moment* :

$$r_{xy} = \frac{N\sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{(N\sum x^2 - (\sum x)^2)(N\sum y^2 - (\sum y)^2)}}$$

Keterangan:

Rxy = Koefisien korelasi yang dihitung

N = Jumlah individu dalam tabel

X = Variabel bebas

Y = Variabel terikat

\sum = Jumlah nilai tiap variable

2. Selanjutnya untuk menyatakan besarkecilnya sumbangan atau kontribusi variable X dan variable Y dapat di tentukan dengan rumus koefisien determinan sebagai berikut:

$$KD = r^2 \times 100\%$$

3. Untuk pengujian signifikansi korelasi kontribusi antara variable X dengan variable Y digunakan uji t. dengan rumus sebagai berikut:

$$t \text{ hitung} = \frac{r \sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

HASIL

Penelitian yang dilakukan ini mencoba membahas tentang kontribusi kelincahan terhadap hasil *dribbling* pada permainan sepakbola atlet Klub Putri Rohul. Instrument penelitian yang digunakan ialah tes *dogging run* dengan tujuan untuk mengumpulkan data mengenai kelincahan atlet Klub Putri Rohul serta untuk mencari hasil menggiring bola menggunakan instrument *soccer dribble test*.

Data Kelincahan Atlet Sepakbola Klub Putri ROHUL

Hasil tes kelincahan yang dilakukan dilapangan terhadap atlet sepakbola Klub Putri Rohul sebanyak 20 orang dengan menggunakan *dogging run* sebagai instrument penelitian. Setelah data didapat kemudian diolah agar mempermudah membaca dan menganalisis data yang didapat dari test maka dibuatkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Adapun uraian dan penjelasan data adalah sebagai berikut: bahwa waktu tercepat yang dicapai dalam uji kelincahan adalah 10,94 detik, waktu terlambat yang dapat dicapai oleh atlet dalam tes ialah 13,74 detik, rata-rata yang dicapai adalah 12,58 detik, median adalah 12,56 detik, modus ialah 13,12 detik, dan standar deviasi ialah 0,83 detik.

⁸Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: nisanani134@gmail.com

Secara lebih rinci dapat dijelaskan distribusi frekuensi atlet pada setiap interval waktu *dogging run*. Distribusi pada kelas interval pertama dengan rentang waktu 10,94 – 11,63 detik sebanyak 4 orang, apabila dipersentasikan adalah sebesar 20%. Jumlah atlet dalam interval waktu 11,64 – 12,33 detik ialah sebanyak 2 orang atau sebesar 10%. Banyak atlet dalam interval waktu antara 12,34 – 13,03 detik adalah 8 orang dengan persentasi sebesar 40%. Jumlah hasil tes atlet dalam interval waktu antara 13,04 – 13,73 detik sejumlah 5 orang dengan persentasi sebesar 25% dari total frekuensi dalam penelitian. Jumlah atlet dengan interval waktu antara 13,74 – 14,43 detik sebanyak 1 orang dengan persentase sebesar 5% dari total frekuensi yang di uji. Agar lebih jelas lagi, penjabaran tentang distribusi frekuensi hasil tes kelincahan terhadap atlet putri rohul dijelaskan dalam tabel berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Data Kelincahan Atlet Sepakbola Klub PutriROHUL

No	Interval	Frekuensikumulatif	Frekuensirelatif
1	10,94 - 11,63	4	20%
2	11,64 – 12,33	2	10%
3	12,34 – 13,03	8	40%
4	13,04 – 13,73	5	25%
5	13,74 – 14,43	1	5%
JUMLAH		20	100%

SUMBER: DATA OLAHAN PENELITI JULI 2022

Data Kemampuan *Dribbling* Atlet Sepakbola Klub Putri ROHUL

Hasil tes *dribbling* sepakbola yang dilakukan dilapangan terhadap atlet sepakbola Klub Putri Rohul sebanyak 20 orang dengan menggunakan *dribbling test* sebagai instrument penelitian. Setelah data didapat kemudian diolah agar mempermudah dibaca dan menganalisis data yang didapat dari test maka dibuatkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Adapun uraian dan penjelasan data adalah sebagai berikut: bahwa waktu tercepat yang dicapai dalam uji *dribble* adalah 11,01 detik, waktu terlambat yang dapat dicapai oleh atlet dalam tes ialah 17,33 detik, rata-rata yang dicapai adalah 12,50 detik, median adalah 11,76 detik, modus ialah 11,12 detik, dan standar deviasi ialah 2,08 detik.

Secara lebih rinci dapat dijelaskan distribusi frekuensi atlet pada setiap interval waktu *dribble test*. Distribusi pada kelas interval pertama dengan rentang waktu 10,19 – 11,63 detik sebanyak 9 orang, apabila dipersentasikan adalah sebesar 45%. Jumlah atlet dalam interval waktu 11,64 – 13,08 detik ialah sebanyak 6 orang atau sebesar 30%. Banyak atlet dalam interval waktu antara 13,09 – 14,53 detik adalah 1 orang dengan persentasi sebesar 5%. Jumlah hasil tes atlet dalam interval waktu antara 14,54 – 15,98 detik sejumlah 2 orang dengan persentasi sebesar 10% dari total frekuensi dalam penelitian. Jumlah atlet dengan interval waktu antara 15,99 – 17,43 detik sebanyak 2 orang dengan persentase sebesar 10% dari total frekuensi yang di uji. Agar lebih jelas lagi, penjabaran tentang distribusi frekuensi hasil tes kelincahan terhadap atlet putri rohul dijelaskan dalam tabel berikut:

⁸Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: nisanani134@gmail.com

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan *Dribbling* Atlet Sepakbola Klub Putri ROHUL

NO	INTERVAL	FREKUENSIKUMULATIF	FREKUENSIRELATIF
1	10,19 – 11,63	9	45%
2	11,64 – 13,08	6	30%
3	13,09 – 14,53	1	5%
4	14,54 -15,98	2	10%
5	15,99- 17,43	2	10%
JUMLAH		20	100%

Sumber: Data Olahan Peneliti Juli 2022

Analisis Data

Jawaban Hipotesis Penelitian

Data yang terkumpul kemudian dianalisis dengan menggunakan dua variabel yang diuji yaitu variabel X ialah kelincahan dan hasil *dribble* sebagai variabel Y. setelah data terkumpul kemudian diolah menggunakan Teknik-teknik statistic dengan bantuan rumus *product moment*, maka diketahui $N=20$, $\sum X = 248,19$, $\sum Y = 152,54$, $\sum X^2 = 3093,44$, $\sum Y^2 = 3271,42$, dan $\sum XY = 3157,40$.

Berdasarkan analisis data yang merupakan hasil penelitian dua variabel antara variabel X (Kelincahan) terhadap variabel Y (*Dribble*) mendapatkan nilai koefisien korelasi adalah 0,7033 (r) kemudian dibandingkan dengan table intepetasi nilai r dengan signifikansi 5% atau sebesar 0,05 pada panduan r table sebesar 0,444 untuk responden uji sejumlah 20 orang. Perbandingan menunjukkan bahwa terjadi hubungan yang signifikan antara variabel dilihat dari jumlah r- hitung = 0,7033 lebih besar dari pada r-tabel = 0,444.

Untuk melihat kuat lemahnya pengaruh variabel X (kelincahan) mempengaruhi variabel Y (*dribble*) dilakukan analisis nilai koefisien korelasi. Nilai koefisien korelasi diketahui sebesar 0,7033 terletak pada dua batas pengukuran yaitu: 0,70 sampai 0,90 dan 0,50 sampai 0,70 yang mana terdapat hubungan positif yang kuat antara variabel X (Kelincahan) terhadap variabel Y (kemampuan *dribble*) atlet klub putri ROHUL.

Variansi pengaruh variabel X (kelincahan) terhadap variabel Y (kemampuan *dribbling*) ditunjukkan oleh koefisien determinasi (r^2), yang diketahui besarnya $r^2 = 0,4946$. Artinya variansi variabel X (kelincahan) mampu menjelaskan 49,46 % variabel Y (kemampuan *dribbling*), sedangkan sisanya sebesar 50,64 % dipengaruhi variabel lain yang tidak dimasukkan dalam model analisis ini.

Agar lebih jelas, peneliti menjabarkan analisis penelitian pada table dibawah ini:

Tabel 4. Data Uji Hipotesis Kelincahan terhadap Kemampuan *Dribbling* Atlet Sepakbola Klub Putri ROHUL.

Rata-Rata		r-hitung	r-tabel	Kontribusi
Kelincahan	<i>Dribble</i>			
12,58	12,50	0,733	0,444	49,46%

Sumber: Olahan Peneliti 2022

⁸Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: nisanani134@gmail.com

Pembahasan

Hasil menunjukkan bahwa kelincahan seorang atlet mempengaruhi kemampuannya dalam menggiring bola, ini menandakan bahwa kelincahan mempunyai kontribusi yang baik terhadap *dribble* pada Atlet sepakbola Klub Putri ROHUL. Kelincahan akan memaksimalkan kemampuan seseorang pada saat menggiring bola tanpa kehilangan control terhadap bola yang sedang digiring. Dari analisis data yang telah dikemukakan bahwa r-hitung 0,7032 sedangkan r- tabel 0,444 dengan kata lain r-hitung lebih besar dari r-tabel berarti terdapat kontribusi kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola atlet sepakbola Klub Putri ROHUL. Proses pengambilan data pada penelitian ini berdasarkan pada ketentuan-ketentuan pelaksana yang telah dianalisis terlebih dahulu, maka hasilnya sesuai dengan perencanaan yang telah ditetapkan. Dengan prosedur dan proses pengambilan data yang dilaksanakan dengan teliti dan cermat maka data yang diperoleh akan lebih objektif. Nilai kontribusi antara kelincahan terhadap keterampilan menggiring, yaitu sebesar 0,7032. Berdasarkan pengujian hipotesis sumbangannya signifikan yang di peroleh ialah sebesar 49,46 % dilihat dari koefisien determinasi. Keputusan akhir menyatakan bahwa variabel kelincahan mempengaruhi secara signifikan sebesar 49,46 % terhadap variabel *dribble*.

Sebagaimana hasil penelitian yang dilakukan Saputele (2021:112) bahwa ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMK Kesatuan Samarinda, dengan nilai korelasi hitung ($r = 0,500$) ($P < 0,05$), maka H_0 ditolak dan diterima. Hal ini berarti ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMK Kesatuan Samarinda.

Ketiga penelitian diatas memperkuat hasil dari penelitian yang dilakukan ini. dengan adanya kontribusi yang signifikan dari beberapa faktor termasuk kelincahan terhadap hasil *dribble*. Fokus penelitian yang merupakan faktor kelincahan menambah kelengkapan pada penelitian terhadap pengaruh *dribble* seseorang dalam permainan sepakbola. Kelincahan merupakan komponen yang diperlukan dalam olahraga, khususnya olahraga yang mengandalkan kekuatan fisik dan gerak yaitu olahraga salah satunya yang menggunakan teknik dasar menggiring. Kelincahan adalah kemampuan kondisi fisik seseorang dalam menggerakkan tubuhnya dari satu tempat ketempat lain dengan cepat tanpa menghilangkan keseimbangan. Berdasarkan analisis data di atas bahwa kelincahan pada permainan bola kaki khususnya teknik menggiring sangat dibutuhkan, terbukti memberikan kontribusi yang besar. Maka dapat disimpulkan apabila kelincahan seseorang baik dalam olahraga sepakbola, hal tersebut akan mempengaruhi kualitas dalam teknik *dribble*.

Menurut para ahli, kelincahan adalah kemampuan mengubah arah dengan cepat dan tepat, selagi tubuh bergerak dari suatu tempat ketempat lain. Seseorang yang mampu merubah satu posisi kesatu posisi yang berbeda dengan kecepatan tinggi dan koordinasi gerak yang baik, berarti kelincahannya cukup baik. Pada prinsipnya unsur kelincahan tidak hanya menuntut adanya kecepatan, akan tetapi juga fleksibilitas yang baik dari persendian anggota tubuh dan faktor keseimbangan. Dengan demikian tanpa memiliki kecepatan fleksibilitas, dan keseimbangan yang baik, seseorang tidak akan bergerak searah lincah.

Mencermati batas tentang kelincahan dapat diambil satu pengertian, bahwa kelincahan adalah kombinasi dari kecepatan kekuatan, kecepatan reaksi, keseimbangan, kelenturan, dan koordinasi syaraf-syaraf otot. Selain untuk tubuh secara keseluruhan kelincahan juga bisa diperuntukkan bagi anggota-anggota tubuh tertentu, seperti lengan, tungkai (kaki). Adapun bentuk-bentuk latihan kelincahan yaitu dengan cara melakukan gerakan-gerakan yang membutuhkan koordinasi gerak, misalnya lari zig-zag, donggong run.

Selain kelincahan, terdapat beberapa faktor lain yang juga berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling*, diantaranya:

⁸Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: nisanani134@gmail.com

1. Kecepatan
Kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk melakukan gerakan dengan waktu yang singkat. Bentuk perwujudan kecepatan dalam permainan sepakbola adalah pada saat pemain berlari menggiring bola, Pemain yang mempunyai kecepatan yang baik akan sangat mendukung permainan tim terutama ketika tim melakukan serangan balik.
2. Koordinasi
Koordinasi adalah kemampuan seseorang dalam menangkai beberapa unsur gerak menjadi satu gerak yang selaras sesuai dengan tujuannya. Gerak koordinasi dalam menggiring bola yaitu melibatkan mata dan kaki. Mata yang selalu melihat arah bola, posisi teman dan lawan. Sedangkan kaki melakukan gerakan menggiring dan mengontrol bola sehingga bola tetap dalam penguasaan.
3. Kelenturan
Kelenturan adalah kemampuan otot untuk berubah ukuran memanjang atau memendek. Kelenturan dalam sepakbola digunakan dalam menggiring bola untuk melewati lawan. Jika kelenturan seorang pemain tidak bagus, susah juga untuk melewati seorang pemain lawan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat kontribusi kelincahan terhadap hasil *dribble* atlet sepakbola Klub Putri ROHUL sebesar 49,46 % dengan nilai $r_{hitung} = 0,7033$ dengan $r_{tabel} = 0,444$ dan koefisien determinasi sebesar 0,4946

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kami ucapkan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) STKIP Rokania yang telah menerima artikel untuk diterbitkan sehingga dapat berguna bagi peneliti berikutnya. Kami juga mengucapkan terima kasih yang tulus kepada semua peserta yang telah terlibat dalam penelitian ini.

REFERENSI

- Akmal, I., & Lesmana, S. H. (2019). *Kontribusi Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling*. *Jurnal Patriot*, 1(3), 1197–1210. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/patriot.v1i3.392>
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Reneka Cipta.
- Arsil. (2010). *Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Wineka Media.
- Hermanto, H. (2017). *Peningkatan Keterampilan Dribbling Dan Passing Dalam Permainan Sepak Bola Melalui Bentuk Latihan Bermain Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Sekarputih Kecamatan Bagor Kabupaten Nganjuk Tahun Pelajaran 2016/2017*. *Jurnal Artikel Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 3(3), 1–9.
- Ismaryati. (2008). *Tes dan Pengukuran*. Sebelas Maret University. Lutan, R. (2002). *Manusia dan Olahraga*. FPOK/IKP Bandung Press.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional, (2005).
- Mielke, D. (2003). *Dasar – dasar sepak bola*. Pakar Raya. Mielke, D. (2007). *Dasar-Dasar Sepakbola*. Pakar Raya.
- Mylsidayu, Apta, & Kurniawan, A. (2015). *Ilmu Kepeleatihan Dasar*.

⁸Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: nisanani134@gmail.com

- Putra, A. N., & Gazali, V. (2017). Kontribusi Kelentukan Pinggang Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Atlet Sepakbola Psts Tabing Padang. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 16(2), 101–120. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v16i2.4247>
- Riduwan. (2005). *Belajar Mudah Penelitian Untuk Guru dan Karyawan dan Peneliti Pemula*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Administrasi*. Alfabeta.
- Sukardi. (2003). *Metodologi Penelitian Pendidikan; Kompetensi dan Praktiknya*. Bumi Aksara.
- Syahara, S. (2011). *Pertumbuhan dan Perkembangan Fisik Motorik*. UNP Press.

⁸Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau
* Email: nisnani134@gmail.com