

HUBUNGAN KELINCAHAN DENGAN *DRIBBLING* BOLA PADA PERMAINAN SEPAK BOLA SISWA SMA NEGERI 1 LAWA

La Ode Muhamad Randi¹⁾, Hasanuddin Jumareng²⁾, Badaruddin³⁾

¹Prodi Penjaskes-Rek/FKIP/Universitas Halu Oleo.

Email: laodemuhamadrandi@gmail.com

²Prodi Penjaskes-Rek/FKIP/Universitas Halu Oleo.

Email: hasanuddinjumareng@uho.ac.id

³Prodi Penjaskes-Rek/FKIP/Universitas Halu Oleo.

Email: uddinbadar234@gmail.com

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the relationship between agility and ball dribbling in the soccer game of SMA Negeri 1 Lawa students. The problem formulation in this study is whether there is a relationship between agility and dribbling in the soccer game of SMA Negeri 1 Lawa students?

The population in this study were 210 students of SMA Negeri 1 Lawa, consisting of 105 girls and 105 boys. The sample in this study amounted to 32 people who were taken by purposive sampling technique. That is, the sample is selected with the male gender in mind who has the criteria that the researcher wants. The instrument used to measure agility is the Right boomerang run test, which is carried out 2 times for each student while the instrument used to measure the dribbling ability of the ball is using a dodging obstacle, which was done 2 times for each student.

The research data were analyzed using the product moment statistical technique at the significant level of 0.05 where the results obtained from hypothesis testing showed that $R_{xy} = 0.67 > r$ table at the significant level $0.05 = 0.349$. The coefficient of determination of agility with ball dribbling = 0.45 or 45% and the other 55% influenced by other physical condition factors. This research can conclude that there is a significant relationship between agility and ball dribbling in the soccer game of SMA Negeri 1 Lawa students.

Keywords: Agility; ball dribbling.

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kelincahan dengan *dribbling* bola pada permainan sepak bola Siswa SMA Negeri 1 Lawa. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan kelincahan dengan *dribbling* bola pada permainan sepak bola siswa SMA Negeri 1 Lawa?

Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa SMA Negeri 1 Lawa yang berjumlah 210 siswa yang terdiri dari 105 putri dan 105 putra, sampel dalam penelitian ini berjumlah 32 orang yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Yaitu sampel diseleksi dengan pertimbangan berjenis kelamin pria yang memiliki kriteria-kriteria yang diinginkan peneliti. Instrumen yang digunakan untuk

mengukur kelincahan adalah tes *right boomerang run*, yang dilakukan sebanyak 2 kali kesempatan untuk tiap siswa sedangkan instrumen yang digunakan untuk mengukur kemampuan *dribbling* bola yaitu menggunakan rintangan *dodging*, yang dilakukan sebanyak 2 kali kesempatan untuk tiap siswa.

Data penelitian ini dianalisis dengan menggunakan teknik statistik *product moment* pada taraf signifikan 0,05 dimana hasil yang diperoleh dari pengujian hipotesis menunjukan bahwa $R_{xy}=0,67 > r$ tabel pada taraf signifikan 0,05 = 0,349. Adapun nilai koefisien determinasi kelincahan dengan *dribbling* bola = 0,45 atau 45% dan 55% lainnya di pengaruhi oleh faktor kondisi fisik yang lain. Penelitian ini dapat di simpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan kelincahan dengan *dribbling* bola pada permainan sepak bola siswa SMA Negeri 1 Lawa.

Kata kunci :Kelincahan; *dribbling* bola.

PENDAHULUAN

Sepak bola merupakan permainan yang sangat terkenal di seluruh dunia. Hampir semua orang suka sepak bola dan anak-anak, dewasa hingga orang tua baik itu laki-laki maupun perempuan. Bahkan sepak bola di katakan sebagai permainan yang dapat menjadi alat permersatu bangsa yang sanggup melampaui perbedaan etnik,ras,agama dan politik. Saat ini permainan sepak bola telah mengalami banyak perubahan, kemajuan serta perkembangan yang pesat, baik dari segi teknik, taktik, fisik maupun mental pemain itu sendiri.

Kemenangan tidak dapat diraih secara perseorangan dalam permainan tim, disamping itu setiap individu atau pemain harus memiliki kondisi fisik yang bagus, teknik dasar yang baik dan mental bertanding yang baik pula. Tujuan olahraga bermacam-macam sesuai dengan olahraga yang dilakukan, tetapi olahraga secara umum meliputi memelihara dan meningkatkan kesegaran jasmani, memelihara dan meningkatkan kesehatan, meningkatkan kegemaran manusia berolahraga sebagai rekreasi.Tujuan tersebut telah menjadi bagian yang terpenting untuk dicapai secara umum, tetapi tujuan khusus yang lebih penting adalah memenangkan pertandingan dalam permainan sepakbola. Keberhasilan akan diraih apabila latihan yang dilakukan sesuai dan berdasarkan prinsip latihan yang terencana, terprogram yang mempunyai tujuan tertentu. Permainan sepakbola modern saat ini telah mengalami banyak kemajuan, perubahan serta perkembangan yang pesat, baik dari segi kondisi fisik, teknik, taktik permainan maupun mental pemain itu sendiri.Bagaimana permainan cepat dan teknik yang baik yang didukung oleh kemampuan individu menonjol serta seni gerak telah pula ditampilkan.Permainan yang cepat dan teknik yang baik itulah yang perlu dicontoh oleh persepakbolaan Indonesia agar dapat maju dan berkembang dengan baik.

Kondisi fisik yang baik serta penguasaan teknik yang baik dapat memberikan sumbangan yang cukup besar untuk memiliki kecakapan bermain sepak bola.Tetapi hal itu perlu diselidiki lebih lanjut oleh pakar sepakbola di tanah air.Kondisi fisik yang baik tanpa didukung dengan penguasaan teknik bermain, taktik yang baik serta mental yang baik, maka prestasi yang akandicapai tidak dapat berjalan seimbang. Demikian pula sebaliknya memiliki kondisi yang jelek tetapi teknik, taktik dan mental yang baik juga kurang mendukung untuk

pencapaian prestasi. Untuk itu perlu pembinaan yang baik pada cabang olahraga sepak bola ini sedini mungkin untuk mencapai sasaran pada event tertentu agar prestasi puncak dapat ditampilkan sebaik-baiknya. Dalam proses latihan unsur-unsur kondisi fisik menempati posisi terdepan untuk dilatih, yang berlanjut ke latihan teknik, taktik, mental dan kematangan bertanding dalam pencapaian prestasi (Anwar, 2013).

Unsur-unsur kondisi fisik yang perlu dilatih dan ditingkatkan sesuai dengan cabang olahraga masing-masing sesuai dengan kebutuhannya dalam permainan maupun pertandingan. Dalam peningkatan kondisi fisik maka perlu dilatih dengan beberapa unsur fisik, sedangkan unsur fisik umum meliputi kekuatan, daya tahan, kecepatan dan kelentukan. Sedangkan unsur fisik khususnya mencakup stamina, daya ledak, reaksi, koordinasi, ketepatan dan keseimbangan. Tiap-tiap cabang olahraga mempunyai sifat tertentu dan pesertanya harus memenuhi syarat-syarat tertentu. Seseorang pemain sepak bola harus memiliki dan menguasai teknik bermain yang baik terutama teknik dengan bola, yang diperlukan saat menyerang dan menguasai bola. Untuk teknik yang diperlukan adalah teknik *dribbling* bola yang perlu dilatih dengan posisi yang cukup, disamping itu untuk menghindari dan melakukan gerak tipu untuk mengecoh lawan saat menguasai bola perlu memiliki kelincahan tubuh untuk menghindari sergapan lawan. Kelincahan dibutuhkan oleh seseorang pemain sepak bola dalam menghadapi situasi tertentu dan kondisi pertandingan yang menuntut unsur kelincahan dalam bergerak untuk menguasai bola maupun dalam bertahan untuk menghindari benturan yang mungkin terjadi.

Kelincahan dapat dilatih baik dengan bola maupun tanpa bola. Bagi seorang pemain sepak bola situasi yang berbeda-beda selalu dihadapi dalam setiap pertandingan, juga seorang pemain sepak bola menghendaki gerakan yang indah dan cepat sering dilakukan unsur kelincahan. Teknik dalam permainan sepak bola meliputi 2 macam teknik yaitu : teknik dengan bola dan tanpa bola. Teknik dasar bermain sepak bola yang harus dikuasai meliputi menendang bola, menghentikan bola, mengontrol bola, gerak tipu, *tackling*, lemparan kedalam dan teknik menjaga gawang.

Mengontrol bola diantaranya adalah menjaga dan melindungi bola dengan kaki untuk terus dibawa kedepan. *Dribbling* bola tidak hanya membawa bola menyusuri tanah dan lurus ke depan melainkan menghadapi lawan yang jaraknya cukup dekat dan rapat. Hal ini menuntut seorang pemain untuk memiliki kemampuan *dribbling* bola dengan baik. *Dribbling* bola adalah membawa bola dengan kaki dengan tujuan melewati lawan. *Dribbling* berguna untuk melewati lawan, mencari kesempatan memberi umpan kepada kawan dan untuk menahan bola tetap ada dalam penguasaan. *Dribbling* memerlukan keterampilan yang baik dan dukungan dari unsur-unsur kondisi fisik yang baik pula seperti kecepatan dan kelincahan dapat memberikan kemampuan gerak lebih cepat. Dengan metode ulangan yang banyak maka kemampuan *dribbling* yang lincah dan cepat dapat dicapai dan ditampilkan dalam pertandingan.

Berdasarkan pendapat di atas maka kelincahan merupakan bagian komponen kondisi fisik yang di perlukan untuk menunjang kemampuan *dribbling* dalam olahraga sepak bola. Dimana kelincahan merupakan sebagian faktor yang penting dalam mempengaruhi kemampuan *dribbling* bola yang merupakan salah satu teknik dalam permainan olahraga sepak bola. Kelincahan yang di maksud dalam

penelitian ini adalah kelincahan seseorang dalam *dribbling* dalam permainan sepak bola. Apabila seseorang dalam *dribbling* bola memiliki kelincahan yang baik maka akan mudah untuk menghindar ataupun lepas dari kawalan lawan.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis ingin mengadakan penelitian yang berjudul; hubungan kelincahan dengan *dribbling* bola pada permainan sepak bola Siswa SMA Negeri 1 Lawa.

KELINCAHAN

Kelincahan adalah kemampuan seseorang dalam mengubah arah dan posisi tubuhnya dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak, sesuai dengan situasi yang di hadapi di arena tertentu tanpa kehilangan keseimbangan tubuhnya. Kegunaan kelincahan sangat penting terutama olahraga beregu dan memerlukan ketangkasan. (Suharno dalam Akhmad, 2013), mengatakan kegunaan kelincahan adalah untuk mengkoordinasikan gerakan-gerakan berganda stimulan, mempermudah penguasaan teknik-teknik tinggi, gerakan-gerakan efisien, efektif dan ekonomis serta mempermudah orientasi terhadap lawan dan lingkungan.

Menurut Bahrudin (2013) kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk mengubah arah dengan kecepatan dan tepat pada waktu bergerak tanpa kehilangan keseimbangan. Oleh karena itu, seseorang yang memiliki kelincahan yang baik dapat dengan mudah merubah posisi tubuhnya dengan tepat menjaga keseimbangan.

Menurut Mamppoapo (2011) kelincahan adalah suatu bentuk gerakan yang mengharuskan seseorang atau pemain untuk bergerak dengan cepat dan mengubah arah serta tangkas. Pemain yang lincah adalah pemain yang bergerak tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya.

Menurut (Hariadisaid dalam jayadi Wahyu, Anto, Hasbunallah, (2015) mengatakan kelincahan merupakan bagian yang sangat penting dalam semua kegiatan yang meliputi mengubah arah tubuh dan bagian-bagiannya secara tepat.

DRIBBLING BOLA

Penguasaan teknik *dribbling* bola sangat penting dalam setiap lini, baik bertahan maupun pada saat menyerang, pemain bek maupun sayap, dan penyerang mempunyai peranan yang sama dalam teknik *dribbling* bola. Dari teknik *dribbling* bola yang bagus biasanya tercipta sebuah gol yang semua orang yang menontonnya teringat. Meskipun bukan teknik dasar yang dominan dalam permainan sepak bola, tetapi tidak mempunyai pengaruh dalam sebuah permainan, tetapi paling tidak mempunyai pengaruh dalam sebuah permainan. *Dribbling* bola memiliki fungsi untuk “mempeertahankan bola saat melintasi lawan atau maju ke ruang terbuka” (Nurudi, 2015)

Dribbling bola dapat menggunakan berbagai bagian kaki seperti *inside*, *outside*, dan *instep*. Beberapa orang menganggap *dribbling* bola lebih sebagai suatu seni dari pada keterampilan. Sasaran utama dalam melakukan *dribbling* bola adalah mengalahkan bola sambil tetap menguasai bola untuk mendapatkan hasil *dribbling* bola dengan baik, di butuhkan unsur kondisi fisik yang terdiri dari dari kecepatan, kelincahan, koordinasi, dan kekuatan. Oleh karena itu, penting di ketahui bahwa *dribbling* bola adalah teknik dasar yang harus di kuasai dengan benar sebelum menjadi pemain profesional.

Menurut (Sukantamsi dalam Nurudi, 2015) *dribbling* bola adalah gerakan lari dengan menggunakan bagian kaki dengan mendorong bola agar bergulir terus menerus diatas tanah. *Dribbling* bola hanya dilakukan pada saat yang menguntungkan saja, yaitu bebas dari lawan. *Dribbling* bola mempunyai prinsip-prinsip yang diantaranya adalah; 1) bola di dalam penguasai pemain, tidak mudah direbut oleh lawan, dan bola selalu terkontrol, 2) di depan pemain terdapat daerah kosong artinya bebas dari lawan, 3) bola di *dribbling* menggunakan kaki kanan dan kaki kiri, tiap langkah kaki kanan atau kiri mendorong bola kedepan, jadi di dorong bukan di tendang. Irama sentuhan pada bola mengubah irama langkah kaki, 4) pada waktu *dribbling* bola pandangan mata tidak boleh selalu tertuju pada bola saja, akan tetapi harus pula memperhatikan atau mengamati situasi sekitar dan lapangan atau posisi lawan maupun kawan, 5) badan agak condong ke depan, gerakan tangan bebas seperti pada waktu lari biasa

Tujuan *dribbling* bola adalah ; 1) untuk melewati lawan, 2) untuk mencari kesempatan memberikan bola umpan kepada teman dengan tepat, 3) untuk menahan bola tepat dalam penguasaan, menyelamatkan bola apabila tidak terdapat kemungkinan atau kesempatan untuk segera mengoper bola kepada teman.

Beberapa prinsip yang terlalu di ketahui untuk *dribbling* bola dengan baik antara lain: a) bola harus dikuasai sepenuhnya berarti tidak mungkin untuk dirampas lawan, b) dapat menggunakan seluruh bagian kaki sesuai dengan tujuan apa yang ingin di capai, c) dapat menguasai situasi permainan pada waktu *dribbling* bola.

Beberapa cara *dribbling* bola adalah : 1) *Dribbling* bola dengan kaki bagian luar, 2) *Dribbling* bola dengan kaki bagian dalam, 3) *Dribbling* bola dengan punggung kaki.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini termasuk jenis penelitian deskriptif dengan rancangan korelasional untuk mengetahui hubungan kelincahan dengan kemampuan *dribbling* bola pada permainan sepak bola Siwa SMA Negeri 1 Lawa. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Kelincahan variabel terikat adalah kemampuan *dribbling* bola. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI SMA Negeri 1 Lawa yang berjumlah 210 orang yang terdiri dari 105 putra dan 105 putri.

Sampel dalam penelitian ini diambil dengan *purposive sampling* dimanasetelah diseleksi berdasarkan pertimbangan jenis kelamin laki-laki. Menurut Arikunto (2014), mengemukakan apabila populasi dalam penelitian ini berjumlah kurang dari 100, maka sampel yang diambil semuanya. Namun apabila jumlah populasi dalam penelitian lebih dari 100, maka sampel dapat diambil antar 10-15% atau 20-25% atau lebih. Berdasarkan pendapat tersebut maka penulis mengambil sampel sebanyak 15% dari 210 populasi sehingga dapat di ketahui bahwa jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu sebanyak 32 orang.

Instrumen kelincahan dengan menggunakan tes (*Right Boomerang Run*) yang dilakukan sebanyak 2 kali kesempatan untuk tiap siswa sedangkan kemampuan *dribbling* boladengan menggunakan rintangan *dodging*, yang dilakukan sebanyak 2 kali kesempatan untuk tiap siswa. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan rumus statistik *product moment*.

HASIL PENELITIAN

Deskriptif variabel penelitian kelincahan (X) dengan *dribbling* bola (Y) distribusi frekuensi data kelincahan dapat dilihat pada tabel dan grafik berikut.

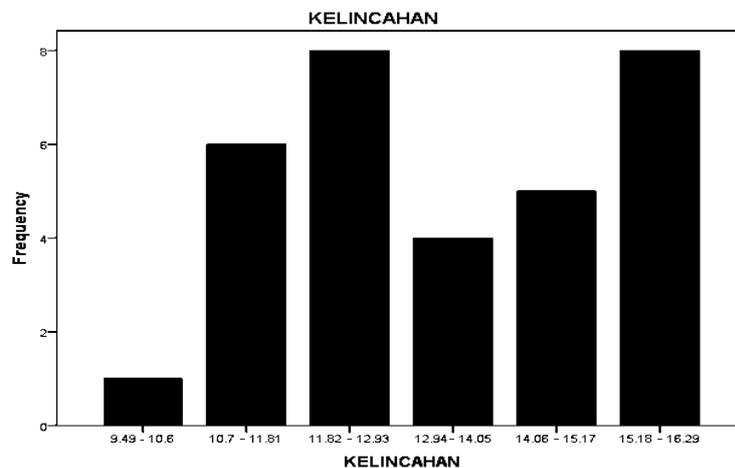
Tabel 1: Distribusi Frekuensi Data kelincahan

Kelas Interval	Frekuensi	Frekuensi	Persen
	Absolut	Kumulatif	%
9.49 – 10.6	1	1	3.1 %
10.7 – 11.81	6	7	18.6 %
11.82 – 12.93	8	15	25.0 %
12.94 – 14.05	4	19	12.6 %
14.06 – 15.17	5	24	15.6 %
15.18 – 16.29	8	32	25.0%

Keterangan		
Mean		13.35
Stadar Deviasi		1.89
Maksimal		16.12
Minimal		9.49

Sumber: Hasil Analisis Data primer, 2021

Secara grafik, distribusi frekuensi sebaran data kelincahan yang ditunjukkan pada tabel 1, dapat dilihat pada gambar grafik berikut.



Grafik 1: histogram sebaran distribusi frekuensi data kelincahan

Tabel 2: Distribusi Frekuensi Data *Dribbling* Bola

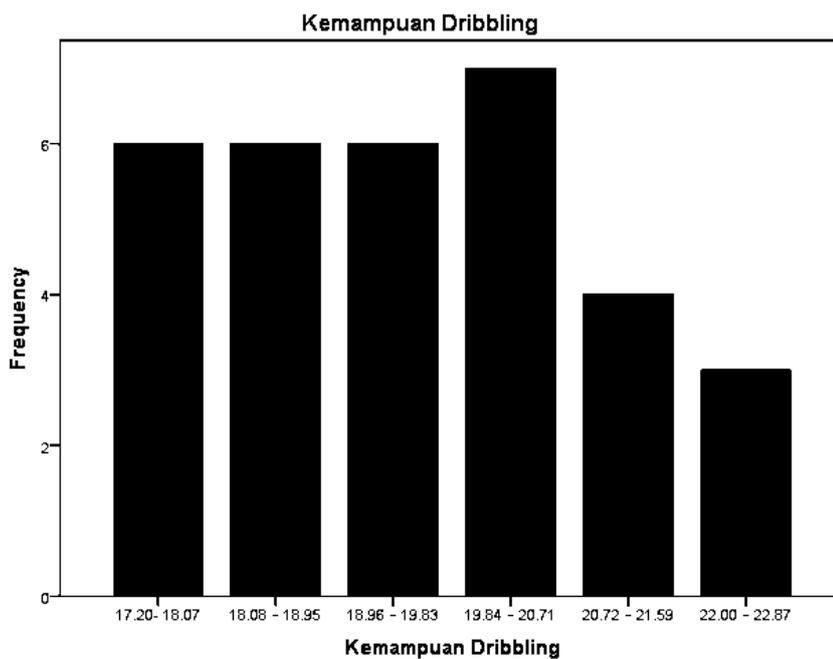
Kelas Interval	Frekuensi	Frekuensi Kumulatif	Persen %
	Absolut		
17.20 - 18.07	6	6	18.8 %

18.08 – 18.95	6	12	18.8 %
18.96 – 19.83	6	18	18.8 %
19.84 – 20.71	7	25	21.8 %
20.72 – 21.59	4	29	12.4 %
22.00 – 22.87	3	32	9.4 %
Total	32		100.0 %

Keterangan		
Mean		19.57
Stadar Deviasi	1.47	
Maksimal		22.42
Minimal		17.20

Sumber: Hasil Analisis Data primer, 2021

Untuk melihat grafik data kemampuan Lempar Lembing dapat dilihat pada tabel dan grafik berikut.



Grafik 2 histogram sebaran distribusi frekuensi data *dribbling* bola

Uji Normalitas

Uji normalitas adalah untuk mengetahui apakah data yang diperoleh dari tiap-tiap variabel dianalisis sebenarnya mengikuti pola sebaran normal atau tidak. Pengujian normalitas dalam penelitian ini menggunakan *Shapiro-Wilk*. Hasil perhitungan dapat dilihat pada tabel 3 berikut:

Tabel 3. Rangkuman Hasil Uji Normalitas

Variabel	N	<i>Shapiro-wilk</i>	Sig.	<i>Asymp.Sig</i>	Keterangan
Kelincahan	32	,955	,194	0,05	Normal
Kemampuan	32	,965	,378	0.05	Normal

Dribbling

Hasil uji normalitas variabel penelitian dapat diketahui bahwa semua variabel penelitian mempunyai nilai sig lebih besar dari α 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa semua variabel penelitian berdistribusi normal.

Uji Linieritas

Uji linieritas adalah untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat linier atau tidak. Untuk pengujian ini digunakan tabel anova dengan melihat nilai *probability* pada derajat linier (*deviation from linearity*). Hasil rangkuman uji linieritas disajikan berikut ini:

Tabel 4: Rangkuman Hasil Uji Linieritas

No	Variabel	Asymp.sig	Kesimpulan
1.	Kelincahan- <i>dribbling</i> bola	0,888	Linear

Uji Korelasi *Product Moment*

Kemampuan lempar lembing, dapat dilakukan uji statistik *product moment*. Dari uji korelasi tersebut diperoleh hasil sebagaimana yang tercantum pada tabel 5 berikut ini:

Tabel 5 Hasil Uji Korelasi *Product Moment*

Korelasi Variabel	Koefisien Korelasi	Koefisien Derteminasi	R tabel (0,05 : 32)
X dengan Y	0.67	0.45	0.349

Sumber: hasil uji korelasi *product moment*, 2021

Berdasarkan tabel 5 diatas, dapat diketahui bahwa koefisien korelasi antar kelincahan dengan kemampuan *dribbling* bola (R_{xy}) adalah sebesar 0,67. Koefisien korelasi kelincahan dengan kemampuan *dribbling* bola, maka R_{xy} yang diperoleh akan dibandingkan dengan nilai r_{tabel} korelasi *product moment* pada taraf signifikan 0,05% dengan jumlah sampel 32 di peroleh $r_{tabel} = 0,349$, nilai R_{xy} (0,67) > nilai r_{tabel} (0,349). Dengan demikian dapat di simpulkan ada hubungan yang signifikan kelincahan dengan kemampuan *dribbling* bola. Koefisien determinasi antara kedua variabel (r^2) sebesar 0,45 yang berarti bahwa kelincahan memberikan konstibusi terhadap kemampuan *dribbling* bola sebesar 45% sedangkan 55% dipengaruhi oleh unsur kondisi fisik yang lain.

PEMBAHASAN

Sepak bola yaitu salah satu cabang olahraga yang paling populer di dunia. Sepak bola merupakan olahraga yang identik dengan permainan bola kaki dan menggunakan fisik sehingga terdapat beberapa teknik yang perlu dikuasai oleh seorang pemain, diantaranya adalah *dribbling* bola. *Dribbling* bola diperlukan untuk mempertahankan bola tetap dalam penguasaan. Dalam *dribbling* bola diperlukan kemampuan fisik agar bola yang dikontrol dapat dikuasai dengan baik dan tidak mudah dikuasai oleh pihak lawan. Salah satu kemampuan fisik yang diperlukan adalah kelincahan. Dapat di katakan bahwa makin baik kelincahan

seorang pemain, maka makin besar pula bola yang di *dribbling* dapat di *dribbling* dengan baik serta dapat menghindar dari hadangan lawan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kelincahan dengan *dribbling* bola. Untuk mengetahui hubungan tersebut maka, kedua variabel dalam penelitian ini dikumpulkan datanya. Data yang dimaksud adalah data hasil tes kelincahan dan data hasil tes *dribbling* bola, selanjutnya data tersebut dianalisis secara statistic deskriptif untuk mengetahui rata-rata, standar deviasi, nilai maximum dan nilai minimum dengan menggunakan rumus korelasi *product moment*.

Berdasarkan analisis statistik dengan uji korelasi *product moment* pada tabel 5 ditemukan bahwa ada hubungan yang signifikan kelincahan dengan *dribbling* bola. Hal ini terlihat dari nilai $R_{XY} = 0,67$. Nilai R_{XY} yang diperoleh merupakan gambaran nyata adanya hubungan antara kedua variabel. Jika dilihat pada tabel korelasi maka nilai korelasinya berada pada tingkat korelasi tinggi

Besaran koefisien korelasi kelincahan dengan *dribbling* bola menggambarkan adanya hubungan yang signifikan yang dapat di lihat dari nilai r hitung $(0,67) > r$ tabel $(0,349)$ pada taraf signifikan $0,05$. Hal ini didukung oleh perolehan nilai koefisien determinasi $(r^2) = 0,45$. Dengan hasil tersebut dapat memberi gambaran bahwa kelincahan memberikan kontribusi terhadap *dribbling* bola sebesar 45% sedangkan 55% dipengaruhi oleh unsur kondisi fisik yang lain.

Presentase hubungan kelincahan dengan *dribbling* bola memberikan gambaran bahwa kelincahan merupakan salah satu unsur kemampuan fisik yang mendukung dalam melakukan *dribbling* bola. Dengan demikian bahwa kelincahan memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan *dribbling* bola pada permainan sepak bola siswa SMA Negeri 1 Lawa.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan uji korelasi, maka penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan kelincahan dengan *dribbling* bola pada siswa SMA Negeri 1 Lawa. Dimana $r_{xy} = 0,67 > r_{tabel} = 0,349$. Kemudian koefisien determinasi $(r^2) = 0,45$ yang artinya kelincahan memberikan kontribusi terhadap kemampuan *dribbling* bola.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, ada beberapa saran yang dapat diberikan sebagai berikut: bagi siswa SMA Negeri 1 Lawa, dapat mengetahui hubungan kelincahan dengan kemampuan *dribbling* bola yang lebih baik. Kepada peneliti yang lain, dapat melakukan penelitian lebih lanjut dengan menggunakan sampel yang memiliki kemampuan kondisi fisik yang lain.

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah wa syukurillah, hanya dengan pertolongan Allah Swt, penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dengan judul, hubungan kelincahan dengan *dribbling* bola pada permainan sepak bola siswa SMA Negeri 1 Lawa. Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Dr. Hasanuddin Jumareng, MS selaku pembimbing satu, Badaruddin S, Pd., M. Pd selaku pembimbing dua dan Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Lawa yang telah

memberikan izin penelitian, serta seluruh siswa SMA Negeri 1 Lawa yang telah membantu penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk penulis mengharapkan saran dan kritik dari para pembaca demi kesempurnaan tulisan ini. Sesungguhnya ilmu dan kesempurnaan itu datang dari Allah Swt dan kesalahan itu datangnya dari diri saya pribadi, akhir kata penulis ucapkan wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhmad, I., (2013). *Dasar-Dasar Melatih Fisik Olahragawan*. Medan: UNIMED Press.
- Anwar, S., (2013). *Survei Teknik Dan Kondisi Fisik Pada Sekolah Sepak Bola (SSB) Se Kabupaten Demak Tahun 2012*. Journal Of Physical Education, Sport, Health And Recreations, 2(9), pp. 596-604.
- Arikunto, S., (2014). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bahrudin. (2013). *Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Untuk SMP Kelas VIII*. Jakarta: PT Galaxy Puspa Mega.
- Jahyadi, W., Anto, S., & Hasbunallah.(2015). *Latihan Kelincahan Dan Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepak Bola*. Jurnal Penelitian Pendidikan INSANI, 18(2), pp. 137-142.
- Mappaompo, M. Adam. (2011). *Kontribusi Koordinasi Mata-Kaki Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola Club Bilopa Kabupaten Sinjai*. Jurnal ILARA, 2(1), pp. 96-101.
- Nurudin, M., (2015). *Pengaruh Latihan Rope-Skipping Dan Box Jumps Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pemain SSB*. Journal Of Sport Sciences, 4(1), pp. 50-59.

