

## *Relationship of Agility against Skills Dribbling on a Football Player in SMA Negeri 1 Tembuku*

### **Hubungan Kelincahan terhadap Keterampilan Menggiring Bola pada Pemain Sepak Bola di SMA Negeri 1 Tembuku**

**Ni Komang Jely Tismayanthi<sup>1</sup>, I Made Yoga Parwata<sup>2\*</sup>, I Gede Arya Sena<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Fisioterapi, Universitas Dhyana Pura, Bali, Indonesia

(\*) Corresponding Author: [yogaparwata@undhirabali.ac.id](mailto:yogaparwata@undhirabali.ac.id)

#### Article info

**Keywords:**

*Agility, Dribbling Skill, Football Player*

**Abstract**

*The basic dribbling technique must be controlled by every football player in the football game requiring the physical component of agility is indispensable in the dribbling technique to avoid the ball from the opponent at maximum speed. This study uses quantitative methods with correlation studies in the form of descriptive statistical analysis. The samples taken in this study were 36 people aged 16–17 who were selected by purposive sampling based on inclusion and exclusion criteria. The Illinois Agility Run Test is used to measure agility and the Soccer Dribbling Test is used to measure dribbling ability. To test the hypothesis, a hypothesis test of research using a Pearson product moment test to determine the degree of correlation between the agility variable and the dribble variable was obtained at a significant value of 0.000, indicating that there was a correlation of agility to the dribble skill. The correlation coefficient is 0.637 which means the correlation of agility to strong dribbling skills. Correlation coefficients are positive.*

**Kata kunci:**

Kelincahan, Menggiring Bola, Pemain Sepakbola

**Abstrak**

Teknik dasar menggiring bola harus dikuasai oleh setiap pemain sepak bola didalam permainan sepak bola membutuhkan komponen fisik kelincahan sangat diperlukan dalam teknik menggiring bola untuk menghindari bola dari lawan dengan kecepatan yang maksimal. Pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan studi korelasi berupa analisis statistik deskriptif. Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah 36 orang yang berusia 16-17 tahun yang dipilih secara *purposive sampling* berdasarkan dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Illinois Agillity Run Test digunakan untuk mengukur kelincahan dan Soccer Dribbling Test digunakan untuk mengukur kemampuan menggiring bola. Untuk menguji hipotesis dilakukan uji hipotesis penelitian dengan menggunakan uji pearson product moment untuk mengetahui derajat korelasi antara variabel kelincahan dan variabel menggiring bola didapataka nilai signifikan 0,000 dimana menunjukkan bahwa adanya korelasi kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola. Angka koefisien korelasi adalah 0,637 yang artinya korelasi kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola kuat. Koefisien korelasi bertanda positif.

## PENDAHULUAN

Kebugaran fisik pada pemain sepak bola yang memiliki peran sangat penting, seorang pemain yang memiliki kebugaran fisik dapat menunjang keterampilan teknik, taktik dan mental para pemain sepak bola dengan baik, seorang pemain yang memiliki kemampuan fisik yang baik akan mampu menguasai teknik dasar sepak bola (Candra, 2020). Kelincahan adalah kemampuan dalam merubah arah gerakan dengan cepat pada waktu bergerak dalam kecepatan tinggi, kemampuan mengubah arah dan posisi gerakan tergantung dengan kondisi yang dihadapi saat pertandingan dalam waktu yang relatif cepat dan efektif kelincahan memegang peranan penting dalam melaksanakan teknik dasar permainan sepak bola salah satu teknik dasar yaitu menggiring bola, setiap pemain yang mampu merubah posisi yang berbeda dengan cepat dengan kordinasi yang baik memiliki kelincahan yang dikatakan cukup baik, untuk menghindari bola (Hal et al., 2022) (Arwih, 2019). Setiap pemain yang mampu merubah posisi yang berbeda dengan cepat dengan kordinasi yang baik memiliki kelincahan yang dikatakan cukup baik, untuk menghindari bola (Hamza, 2019). serangan lawan, diperlukan kelincahan dan juga kecepatan untuk mendapatkan hasil yang maksimal (Rudi, 2020), kelincahan diukur dengan menggunakan *Illinois Agility Run Test*.

Menggiring bola untuk pesepak bola merupakan gerakan berlari dengan menggunakan kaki untuk mendorong bola sehingga adanya perpindahan bola dari satu tempat ketempat yang lainnya, dalam menggiring bola kedua kaki ikut aktif dengan tendangan yang berulang-ulang dengan menyentuh bola (Fajrin et al., 2021). Menggiring bola ini merupakan salah satu teknik dasar yang harus dikuasi oleh setiap pemain untuk mempermudah melewati lawan tanpa kehilangan kontrol terhadap bola (Agustina, 2020). menggiring bola juga bisa berguna untuk mencetak gol kegawang lawan (Saputra, 2019). Dalam menggiring bola diperlukan teknik untuk melakukan serangan terhadap lawan agar memperoleh hasil yang baik. Dalam penyerangan terdiri dari gerakan, awalan, sentuhan bola, langkah kaki, sikap badan, serta gerak lanjutan (Supriadi, 2015), teknik menggiring bola yang baik ditunjang oleh faktor diantaranya adalah kelincahan dan kecepatan (Saputra, 2019), alat yang digunakan untuk mengukur kemampuan menggiring bola menggunakan *Soccer Dribbling Test*.

## METODE

### Rancangan Penelitian

Penelitian ini dengan menggunakan metode kuantitatif dengan studi korelasi berupa analisis statistik deskriptif. Pengujian hipotesis penelitian berkaitan dengan subjek yang diteliti (Sugiyono, 2017). Penelitian ini bertujuan untuk menguji hipotesis peneliti, apakah ada hubungan antara variable X dengan variable Y.

### Populasi dan Sampel

Populasi dari penelitian ini adalah siswa SMA Negeri 1 Tembuku yang bergabung dalam ekstrakurikuler sepak bola. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 40 orang. Berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi di peroleh sampel sebanyak 36 orang siswa.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Umur

Distribusi Frekuensi Umur		
Umur (Tahun)	Frekuensi	Presentase (%)
16	21	58,3 %
17	15	41,7 %
<b>Total</b>	<b>36</b>	<b>100 %</b>

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa Jumlah sampel dalam penelitian ini dengan kelompok umur sebanyak 36 orang dengan rentang umur terbanyak yaitu umur 16 tahun yang berjumlah 21 orang (58,3%) dan umur 17 tahun berjumlah 15 orang (41,7%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Kelincahan

Kelincahan	Frekuensi	Presentase (%)
Baik Sekali	0	0%
Baik	4	11,1%
Sedang	6	16,7%
Kurang	8	22,2%
Sangat Kurang	18	50,0%
<b>Total</b>	<b>36</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan Tabel 2 diketahui sampel dengan kategori baik berjumlah 4 orang (11,1%), sampel dengan kategori sedang berjumlah 6 orang (16,7%), sampel dengan kategori kurang berjumlah 8 orang (22,2%) dan sampel dengan kategori sangat kurang berjumlah 18 orang (50,0%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Kelincahan

Menggiring Bola	Frekuensi	Presentase (%)
Baik Sekali	0	0%
Baik	4	11,1%
Sedang	12	33,3%
Kurang	7	19,4%
Sangat Kurang	13	36,1%
<b>Total</b>	<b>36</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa dengan kategori baik berjumlah 4 orang (11,1%), sampel dengan kategori sedang berjumlah 12 orang (33,3%), sampel dengan kategori kurang berjumlah 7 orang (19,4%) dan sampel dengan kategori sangat kurang berjumlah 13 orang (36,1%)

### Analisis Deskriptif Data .

Tabel 4. Hasil Analisis Data Deskriptif Kelincahan

Variabel	N	Mean	SD	Min.	Max.
Kelincahan	36	18,2789	10,7433	15.48	19.89

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa dari 36 sampel menunjukkan kelincahan dengan nilai mean 18,2789 m/s , nilai maksimum 19,89 m/s, nilai minimum 15,48 m/s dan nilai standar deviasi 10,7433 m/s.

. Tabel 5. Hasil Analisis Data Deskriptif Menggiring Bola

Variabel	N	Mean	SD	Min.	Max.
Menggiring Bola	36	15,0097	17,1302	12,22	18,28

Berdasarkan tabel 5. hasil analisis deskriptif menggiring Bola dengan nilai mean 15,0097 m/s, nilai maksimum 18,28 m/s, nilai minimum 12,22 m/s dan standar deviasi 17,1302 m/s.

### Uji Prasyarat

Tabel 6. Hasil Analisis Data Linieritas Kelincahan terhadap keterampilan Menggiring Bola.

Variabel	N	F	Sig.	Intepretasi
Kelincahan dan Menggiring Bola	36	1.440	0.438	Linear

Berdasarkan tabel 6. hasil uji prasyarat dengan menggunakan uji linearitas yang sudah terlampir didalam lampiran menunjukkan nilai sig. Deviation From Linearity dari data kelincahan menunjukkan lebih dari 0,05 yang berarti kelincahan dinyatakan linier terhadap menggiring.

### Uji Hipotesis

Tabel 7. Hasil Uji Hipotesis dengan uji pearson product moment

Variabel	N	F	Sig.	R Square
Kelincahan dan Menggiring Bola	36	59.745	0,000	0,637

Berdasarkan tabel 5.7 didapatkan hasil uji hipotesis dengan uji pearson product moment, kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola menunjukkan hasil nilai sig. 0,000 yang artinya terdapat korelasi kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola karena nilai sig. kurang dari 0,05. Nilai koefisien korelasi menunjukkan nilai Rsquare 0,637 yang artinya kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola mempunyai tingkat hubungan kuat yang bertanda positif. Positif yang artinya saling searah, yaitu semakin tinggi kelincahan, maka semakin tinggi juga keterampilan menggiring bola.

### Pembahasan

Pada hasil perhitungan uji analisis deskriptif data kelincahan yang terdapat pada tabel 5.4 dari 36 sampel yang dipilih menunjukkan nilai rata-rata nilai yaitu 18,2789 detik, nilai maksimum 19,89 detik dan nilai minimum 15,48 detik dan standar deviasi 10,7433 detik. Kemudian pada hasil uji deskriptif data menggiring bola dalam tabel 5.5 yang menunjukkan nilai rata-rata yaitu 15,0097 detik, nilai maksimum 18,28 detik dan nilai minum 12,22 detik, standar deviasi 17,1302 detik. Selanjutnya pada uji linieritas data yang dilakukan untuk mengetahui hubungan linear atau tidaknya variabel bebas dan variabel terikat dari penelitian ini. Berdasarkan tabel 5.6 menunjukkan kelincahan terhadap menggiring bola memiliki nilai sig. 0,438, dimana data tersebut memiliki hubungan linier karena lebih dari 0,05, setelah dilakukan uji liniaritas dan didapatkan hasil memiliki

hubungan linier maka dilanjutkan dengan uji regresi sederhana. Berdasarkan uji hipotesis dengan uji pearson product moment yang digunakan dalam penelitian ini menunjukkan nilai sig. 0,000 yang menunjukkan ada hubungan antara kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola, karena nilai signifikansinya kurang dari 0,05 yang artinya variabel independent yaitu kelincahan berpengaruh terhadap variabel dependent yaitu menggiring bola. Angka koefisien korelasi  $R^2$  adalah 0,637 yang artinya korelasi kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola kuat. Koefisien korelasi yang bertanda positif, yang artinya korelasi merupakan searah sehingga Semakin tinggi kelincahan maka kemampuan menggiring bolanya akan semakin tinggi, sehingga disimpulkan pada penelitian ini terdapat korelasi yang bermakna antara kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola.

Pada penelitian ini menggunakan sampel berusia 16-17 tahun karena usia tersebut berada pada fase remaja pertengahan, dimana remaja juga dengan usia 16-17 tahun terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang baik secara fisik maupun psikologisnya. Menurut (Bullock et al, 2012) menjelaskan bahwa usia seseorang berada pada masa terjadi pembentukan tulang yang pesat dan mencapai puncak masa pertumbuhan seseorang yang dapat mempengaruhi kecepatan dan kelincahan.

Kelincahan adalah salah satu hal yang berhubungan dengan menggiring bola untuk melewati lawan dengan cepat, dan menghindari bola dari sengarag lawan, menurut (Hamzah, 2019) hubungan kelincahan terhadap menggiring bola yang nantinya sangat diperlukan dalam bergerak bebas, cepat dan berkelit dari penyerangan lawan. Menggiring bola dengan lincah dan cepat akan mendapatkan hasil yang baik untuk mempertahankan bola agar terhindar dari lawan (Candra & Darwis, 2021). Kelincahan sangat diperlukan dalam teknik menggiring bola dengan latihan untuk dapat meningkatkan kelincahan secara terus menerus, sehingga mampu melakukan pergerakan mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat tanpa kehilangan keseimbangan saat menggiring bola (Satria & Taroreh, 2019).

Kelincahan merupakan gerakan mengubah arah posisi satu ke posisi lain dengan kecepatan tinggi, dimana kelincahan saat menggiring bola dibutuhkan teknik dalam mengubah arah gerakan (Blome et al., 2013). Kelincahan dan kecepatan yang baik dapat berpengaruh terhadap teknik menggiring bola dan mempermudah pemain untuk mengatur bola agar dapat mempertahankan bola dari serangan lawan, agar mampu menggiring bola yang baik juga diperlukan latihan untuk meningkatkan kelincahan tubuh saat menggiring bola dan kecepatan berlari semaksimal mungkin, menggiring bola tidak hanya pemain membawa bola menyusuri tanah dan lurus kedepan melainkan menghadapi lawan dengan jarak yang dekat dan rapat (Satria & Taroreh, 2019). Pada kelincahan dan kecepatan juga ada faktor yang mempengaruhi usia, tinggi badan dan berat badan dimana faktor tersebut dapat mempengaruhi setiap pemain dalam melakukan gerakan menggiring bola.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Tembuku yang berusia 16-17 tahun berjenis kelamin laki-laki memiliki korelasi antara kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola. Untuk menguji hipotesis dilakukan uji pearson product moment dengan nilai signifikan 0,000 yang menunjukkan bahwa adanya korelasi antara kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola. Angka koefisien korelasi adalah 0,637 yang artinya korelasi kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola kuat. Hal tersebut menjawab

hipotesis yang dibuat oleh peneliti bahwa terdapat hubungan antara kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain sepak bola di SMA Negeri 1 Tembuku.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, R. S. 2020. *Buku Jago Sepak Bola Untuk Pemula*. Tangerang: Cemerlang. ISBN: 978-623-91740-3-3.
- Blome, C., Schoenherr, T., & Rexhausen, D. (2013). *Antecedents And Enablers Of Supply Chain Agility And Its Effect On Performance: A Dynamic Capabilities Perspective*. *International Journal Of Production Research*, 51(4), 1295–1318.
- Bullock, W., Panchuk, D., Broatch, J., Christian, R., & Stepto, N. K. (2012). An Integrative Test Of Agility, Speed And Skill In Soccer: Effects Of Exercise. *Journal Of Science And Medicine In Sport*, 15(5), 431–436.
- Candra, A., & Darwis, Z. (2021). Hubungan Kelincahan Dengan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola Pada Ekstrakurikuler Siswa Smp Negeri 25 Pekanbaru. *Indonesian Journal Of Physical Education And Sport Science*, 1(1), 27-35.
- Candra, A.T. and Kurniawan, R.A., 2020. Analisis Tingkat Kebugaran Jasmani Pemain Sepak Bola Sekolah Sepak Bola Tanjung Jaya Dan Sekolah Sepak Bola Uddhata. *STAND: Journal Sports Teaching and Development*, 1(1), pp.27-34.
- Fajrin, S. N., Agustiyawan, A., Purnamadyawati, P., & Mahayati, D. S. (2021). Literature Review : Hubungan Koordinasi Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Sepak Bola. *Indonesian Journal Of Physiotherapy*, 1(1), 6.
- Hal, M., Effendi, A. R., Suhairi, M., & Rustanto, H. (2022). *Ijess Indonesian Journal Of Physical Education And Sport Science* Efektivitas Kelincahan Dan Kecepatan Dengan Kemampuan Menggiring Pada Permainan Sepak Bola Info Artikel : Abstrak Email : Pendahuluan Olahraga Permainan Se. 2(1), 34–43.
- Nala, I. G. N. 2011. *Prinsip Pelatihan Fisik Olahraga*. Denpasar: Udayana University Press. ISBN: 978-602-9042-44-3
- Rudi, K. (2020). *Kontribusi Kelincahan Dan Kecepatan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Klub Langsung Permai Fc Kabupaten Siak*. 1(2).
- Saputra, Latiful Kobir, A. (2019). Hubungan Kelincahan Dan Kecepatan Dengan Kemampuan Dribbling Pemain Sekolah Sepakbola Popas. *Jurnal Pendidikan Dan Olahraga*, 2(1), 71–78.
- Satria, M. H., & Taroreh, B. S. (2019). Hubungan Kelincahan, Kecepatan, Dan Keseimbangan Dengan Keterampilan Menggiring Bola Pemain Sepakbola Universitas Bina Darma. *Riyadhoh : Jurnal Pendidikan Olahraga*, 2(1), 44.
- Supriadi, A. (2015). Hubungan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 14(1), 1-14.