



ISSN 2715-3886

# Hubungan Antara Kecepatan, Kelincahan Dan Koordinasi Dengan Keterampilan *Dribbling* Siswa Akademi Arema U-14

M. Faris Andriansyah // Universitas Negeri Malang  
Mashuri Eko Winarno // Universitas Negeri Malang  
Farisandriansyah77@gmail.com  
+6281336573017

## Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kecenderungan hubungan antara kecepatan, kelincahan dan koordinasi dengan keterampilan *dribbling* siswa Akademi Arema U-14. Penelitian ini menggunakan metode korelasional dengan subjek penelitian siswa Akademi Arema U-14 berjumlah 30 siswa. Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa; 1) tidak ada hubungan antara kecepatan dengan keterampilan *dribbling* dengan  $r_{hitung} (0,233) < r_{tabel} (0,361)$ , 2) tidak ada hubungan antara kelincahan dengan keterampilan *dribbling* dengan  $r_{hitung} (0,326) < r_{tabel} (0,361)$ , 3) tidak ada hubungan antara koordinasi dengan keterampilan *dribbling* diperoleh  $r_{hitung} (0,318) < r_{tabel} (0,361)$  dan 4) ada hubungan antara kecepatan, kelincahan dan koordinasi dengan keterampilan *dribbling* dengan  $R_{y.x1x2x3} (0,507) > r_{tabel} (0,361)$ .

## Kata kunci

kecepatan, kelincahan, koordinasi, keterampilan *dribbling*.

## PENDAHULUAN

Sepakbola merupakan permainan bola besar yang dimainkan oleh 11 orang dalam satu tim yang bertujuan untuk mencetak gol ke gawang lawan untuk memperoleh kemenangan. Secara umum daya tarik sepakbola terdapat pada banyaknya keterampilan yang harus dikuasai dibandingkan dengan cabang olahraga lainnya. Dengan banyaknya variasi yang dikuasai, pemain dapat bermain secara individu dan mampu menghadapi tekanan yang diberikan oleh pemain lawan. Ada beberapa keterampilan yang harus dikuasai oleh setiap pemain sepakbola diantaranya adalah teknik menendang bola (*shooting*), teknik menghentikan bola (*controlling*), teknik menggiring bola (*dribbling*), teknik gerak tipu (*feinting*), teknik menyundul bola (*heading*) dan teknik melempar bola ke dalam (*throw in*) (Kosasih, 1985:216-217). Secara khusus, keterampilan menggiring bola memiliki peranan penting dalam permainan sepakbola.

Menggiring bola merupakan salah satu teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain sepakbola di samping teknik dasar lainnya. Menggiring bola merupakan senjata ampuh yang dapat digunakan untuk menyusun strategi permainan dan mengatur tempo permainan. Menggiring bola berguna untuk melewati lawan, mencari kesempatan memberikan umpan dan menguasai bola dari serangan lawan. Jadi menggiring

bola merupakan elemen dasar bermain sepakbola yang paling sering digunakan dalam permainan sepakbola di samping teknik dasar lainnya.

Kemampuan menggiring bola tidak bisa dilakukan tanpa didukung oleh beberapa unsur pendukung lainnya. Kondisi fisik merupakan unsur yang paling dominan dalam mengembangkan kemampuan tersebut. Hal ini disebabkan karena tanpa kemampuan fisik yang baik, seorang pemain tidak dapat mengembangkan kemampuan teknik dalam bermain sepakbola (Faisal, 2019). Dalam sepakbola terdapat beberapa komponen fisik yang harus dimiliki oleh setiap pemain sepakbola, seperti kekuatan (*strength*), daya tahan (*endurance*), daya ledak (*power*), kecepatan (*speed*), daya lentur (*flexibility*), kelincahan (*agility*), koordinasi (*coordination*), keseimbangan (*balance*), ketepatan (*accuracy*), dan reaksi (*reaction*) (Amiq, 2016:28-29). Namun unsur kecepatan, kelincahan dan koordinasi merupakan unsur yang paling sering digunakan dalam pertandingan atau permainan yang sesungguhnya. Ketiga unsur kondisi fisik tersebut juga memberikan kontribusi terhadap keterampilan menggiring bola (*dribbling*) (Adil, 2011:77).

Kecepatan merupakan kemampuan seseorang untuk mengerjakan gerak-gerakan yang berkesinambungan dalam waktu yang singkat. Kecepatan adalah perubahan posisi ke berbagai arah yang dituju (Budiwanto, 2015:9). Dalam bermain sepakbola kecepatan digunakan untuk menggiring bola menerobos ke daerah pertahanan lawan. Selain itu pemain dapat mengejar lawan yang menggagalkan strategi permainannya dengan kembali ke posisi awalnya atau beradu lari untuk menutup ruang gerak lawannya dengan cepat. Pemain dapat memanfaatkan kecepatannya untuk memasuki daerah pertahanan lawan ketika pemain melihat ruang/celah kosong yang ditinggalkan oleh pemain lawan. Pemain yang memiliki kecepatan yang baik dapat dengan mudah menjangkau daerah-daerah yang menjadi sasarannya, beradu lari dengan lawan dan pemain cenderung lebih aktif dalam menjalankan strategi permainan. Oleh karena itu kecepatan memiliki hubungan dengan keterampilan menggiring bola (Pranata, 2019:13). Hal ini juga dibuktikan dari hasil penelitian sebelumnya, Adil (2011:75) yang menunjukkan bahwa unsur kecepatan memberikan kontribusi sebesar 27,20% terhadap keterampilan menggiring bola dibandingkan dua unsur lainnya yaitu kelincahan dan koordinasi.

Kelincahan adalah kemampuan mengubah arah dengan cepat dengan menjaga keseimbangan tanpa kehilangan kecepatannya (Acar & Eler, 2019:74). Kelincahan dapat diartikan sebagai suatu ketangkasan dalam melakukan gerakan yang relatif singkat, dengan kata lain kelincahan merupakan kemampuan untuk merubah arah dengan cepat ketika bergerak tanpa kehilangan keseimbangan serta kesadaran akan posisi tubuhnya. Kelincahan dalam menggiring bola tidak hanya membawa bola menyusur tanah lurus ke depan melainkan pemain mampu menghadapi lawan yang jaraknya cukup dekat dan rapat dengan membuat gerakan yang cepat untuk merubah arah dan posisi tubuhnya, menghindari benturan dengan lawan dan meliukkan badannya untuk melewati lawan. Dalam bermain sepakbola kelincahan memiliki hubungan dengan keterampilan menggiring bola (Alvarisi, 2018:9). Hal ini juga dibuktikan dari hasil penelitian sebelumnya, Adil (2011:76) yang menunjukkan bahwa kelincahan memiliki kontribusi sebesar 25,07% terhadap keterampilan menggiring bola dibandingkan dua unsur lainnya yaitu kecepatan dan koordinasi.

Koordinasi adalah kemampuan seseorang menggabungkan berbagai macam gerakan menjadi satu gerakan tunggal. Koordinasi dalam bermain sepakbola adalah kemampuan menyelaraskan berbagai macam keterampilan bermain sepakbola dengan memanfaatkan beberapa komponen kondisi fisik agar dapat menampilkan permainan yang maksimal. Umumnya koordinasi yang berkaitan dengan permainan sepakbola adalah koordinasi mata-kaki. Hubungan koordinasi mata dan kaki dengan unsur kecepatan dan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola adalah terciptanya serangkaian gerakan yang selaras dengan keterampilan menggiring bola, artinya pemain mampu memanfaatkan kecepatannya dalam menggiring bola dengan menerobos ke daerah sepertiga pertahanan lawan dan mampu melewati beberapa pemain lawan tanpa kehilangan kontrol bola pada kakinya, sehingga pemain dapat melihat pergerakan pemain yang ada didepannya. Selain itu koordinasi juga berpengaruh ketika pemain memberikan umpan dan menerima umpan dari rekan setimnya ketika berlari di area pertahanan lawan. Dalam bermain sepakbola koordinasi mata dan kaki memiliki hubungan dengan keterampilan menggiring bola (Ilmi & Kiram, 2019:211). Hal ini dibuktikan dari hasil penelitian sebelumnya, Adil (2011:76) yang menunjukkan bahwa unsur koordinasi mata dan kaki memberikan kontribusi sebesar 23,50% terhadap keterampilan menggiring bola dibandingkan dua unsur lainnya yaitu kecepatan dan kelincahan.

Akademi Arema merupakan akademi pembinaan sepakbola usia dini di Kota Malang yang merupakan tim junior dari tim Arema FC. Akademi Arema memiliki banyak prestasi di kancah regional, Nasional maupun

Internasional. Berdasarkan hasil observasi di Akademi Arema U-14, peneliti melihat rendahnya kemampuan menggiring bola para siswa Akademi Arema U-14 pada saat sesi *games*. Para siswa kesulitan melewati hadangan pemain lawan saat menggiring bola. Selain itu, tidak ada rekan yang mendukung pergerakan temannya yang menggiring bola sehingga resiko kehilangan bola cukup besar. Terlihat hanya beberapa siswa saja yang dapat melewati lawan ketika menggiring bola, sehingga dapat disimpulkan bahwa keterampilan menggiring bola siswa Akademi Arema U-14 sangat rendah sehingga dibutuhkan komponen-komponen kondisi fisik yang dapat mendukung meningkatnya keterampilan menggiring bola siswa Akademi Arema U-14.

### **Sepakbola**

Sepakbola adalah olahraga bola besar dimana kedua tim berusaha mencetak gol ke gawang lawan untuk memperoleh kemenangan (Nicholls & Sintonen, 2018:3). Sepakbola merupakan permainan beregu dimana setiap pemain mempunyai posisinya masing-masing, seperti penjaga gawang (*goalkeeper*), pemain bertahan (*defender*), pemain tengah (*mildfielder*) dan pemain menyerang (*forward*) (Devaney, 1994:37). Permainan sepakbola modern saat ini lebih mengutamakan permainan secara menyeluruh yang melibatkan semua pemain di dalamnya. Dalam suatu pertandingan sebuah tim harus memaksimalkan hasil dari latihannya, seperti; fisik, teknik, taktik dan mental (Harsono, 2015:69). Namun unsur fisik dan teknik merupakan hal yang paling mendasar yang harus disiapkan oleh sebuah tim untuk mengembangkan kemampuan para pemainnya. Unsur teknik dan mental akan lebih mudah dibentuk apabila unsur fisik dan teknik sudah terpenuhi. Untuk itu setiap pemain harus memiliki teknik dasar bermain sepakbola dan kemampuan fisik yang baik agar dapat digunakan untuk membangun kekuatan-kekuatan saat pertandingan (Koger, 2005:1).

### **Keterampilan Menggiring Bola (*Dribbling*)**

Menggiring bola adalah suatu teknik dasar dalam bermain sepakbola yang digunakan untuk menguasai bola pada saat sedang bergerak, berdiri atau bersiap untuk melakukan operan atau tendangan ke arah gawang lawan. Menggiring bola adalah metode membawa bola dengan menggerakkan bola dari satu titik ke titik lainnya di lapangan (Koger, 2005:51). Pemain yang memiliki keterampilan menggiring bola yang baik adalah pemain yang mampu mengacaukan pertahanan lawan dan mampu membuka ruang bagi rekan satu timnya ketika menggiring bola. Pemain yang memiliki kualitas menggiring bola yang baik akan dijaga lebih dari satu orang, sehingga pemain yang menggiring bola dapat memberikan umpan kepada rekan satu timnya yang leluasa untuk melakukan serangan ke daerah pertahanan lawan. Menggiring bola dalam situasi bermain artinya membawa bola dari satu lini ke lini lainnya dengan cara menggiring bola dari kaki ke kaki bila ruang gerak sempit karena lawan menutup ruang gerak daerahnya. Kemampuan menggiring bola yang baik adalah ketika pemain dapat menerobos ke daerah pertahanan lawan dan mencetak gol ketika berhadapan dengan penjaga gawang lawan (Skogvang, dkk., 2000:44). Untuk itu penguasaan lapangan pertandingan akan terlihat ketika para pemain mampu memanfaatkan kemampuan menggiring bolan untuk menjelajahi semua sektor area pertahanan lawan. Dengan demikian untuk memenangkan sebuah pertandingan, seorang pemain harus menguasai lapangan pertandingan sebelum menguasai jalannya pertandingan untuk memperoleh kemenangan (Batty, 2003:34).

### **Kecepatan (*Speed*)**

Kecepatan merupakan komponen kondisi fisik yang merupakan faktor penentu dalam cabang olahraga, seperti nomor lari *sprint*, sepakbola, basket dan cabang olahraga lainnya. Menurut Harsono (2015:59) kecepatan merupakan kemampuan melakukan gerakan sejenis secara berulang-ulang dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Selain itu kecepatan merupakan kemampuan perpindahan tempat/gerak pada seluruh anggota tubuh secara cepat (Nurrochmah, 2015:186). Kecepatan dipengaruhi oleh beberapa hal, seperti kekuatan (*strength*), waktu reaksi (*reaction time*), dan fleksibilitas (Harsono, 1988:216). Jadi untuk meningkatkan kecepatan, maka seseorang juga harus melatih kekuatan, fleksibilitas dan kecepatan reaksinya, dan tidak semata-mata melatih kecepatannya saja. Kecepatan dalam sepakbola berfungsi untuk memaksimalkan kecepatan berlari seorang pemain ketika pemain melihat ruang/celah kosong yang ditinggalkan lawan. Selain itu kecepatan digunakan saat tim melakukan transisi bertahan dan menyerang. Transisi dapat dilakukan jika pemain memiliki kondisi fisik yang baik. Transisi dari pola menyerang ke pola bertahan dan sebaliknya memerlukan energi yang cukup besar, sehingga pemain harus meningkatkan daya tahan untuk memaksimalkan kecepatannya saat pertandingan. Hubungan antara kecepatan dengan menggiring bola adalah memaksimalkan kemampuan menggiring bola dengan memanfaatkan kecepatannya

untuk memasuki daerah pertahanan lawan dan kembali pada posisinya ketika strategi penyerangan digagalkan oleh lawan. Hal ini dibuktikan dari hasil penelitian Tarmizi (2015:9) menyimpulkan bahwa ada hubungan antara kecepatan dengan keterampilan menggiring bola. Senada dengan pernyataan tersebut, Rizky (2018:9) menyatakan bahwa ada hubungan antara kecepatan dengan keterampilan menggiring bola. Berdasarkan beberapa hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa unsur kecepatan memiliki hubungan yang signifikan dengan keterampilan menggiring bola.

### **Kelincahan (*Agility*)**

Kelincahan merupakan puncak kemampuan fisik yang dimiliki oleh pemain pada semua cabang olahraga termasuk olahraga sepakbola. Kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk mengubah arah dengan cepat tanpa kehilangan keseimbangan (Candrawati, dkk., 2017:330). Menurut Amiq (2015:29) kelincahan adalah kemampuan seseorang merubah posisi berbeda dalam keadaan bergerak. Jadi kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk dapat mengubah arah dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya. Kelincahan merupakan unsur yang paling sulit dalam pembentukannya, karena kelincahan adalah hasil dari kombinasi pembentukan unsur kecepatan, kekuatan, dan keseimbangan. Kelincahan sangat membantu *foot work* dalam permainan. Tanpa gerakan kaki yang lincah dan teratur pemain tidak dapat merubah-ubah arah dengan cepat ketika melewati lawan. Kelincahan seorang pemain akan nampak saat pemain dapat membuat gerakan yang cepat untuk merubah arah dan posisi tubuhnya, menghindari benturan dengan lawan dan mampu melewati hadangan pemain lawan. Kelincahan digunakan untuk mengkoordinasikan berbagai gerakan, mempermudah penguasaan teknik dan mempermudah orientasi terhadap lawan dan keadaan disekitarnya. Untuk meningkatkan keterampilan menggiring bola, kelincahan merupakan salah satu komponen yang dapat memberikan kontribusi terhadap meningkatkannya keterampilan tersebut. Hal ini dibuktikan dari hasil penelitian Kurniawan (2019:7) menyimpulkan bahwa ada hubungan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola. Hasil penelitian lainnya, Akhmad (2018:319) menyimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola. Dan hasil penelitian Nugroho (2005:51) juga menyimpulkan bahwa semakin tinggi kelincahan seorang pemain sepakbola akan diikuti naiknya keterampilan menggiring bola. Berdasarkan beberapa hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola.

### **Koordinasi (*Coordination*)**

Koordinasi adalah mengintegrasikan bermacam-macam gerakan yang berbeda ke dalam pola gerakan tunggal yang efektif (Amiq, 2016:29). Koordinasi adalah keharmonisan gerakan otot dalam menghasilkan keterampilan yang mudah dan efisien (Kirkendall, 1979:243). Menurut Harsono (1988:219) koordinasi adalah suatu kemampuan biomotorik kompleks dan erat kaitannya dengan kemampuan fisik lainnya. Kemampuan tersebut digunakan untuk mengendalikan dan mengkombinasikan bagian tubuh lainnya yang dilibatkan dalam model gerakan yang kompleks, dengan urutan yang benar dan menggabungkan bagian-bagian tersebut dalam suatu model gerakan yang lancar. Suatu keterampilan biasanya melibatkan koordinasi antara dua anggota tubuh. Dalam permainan sepakbola koordinasi mata dan kaki menjadi hal mutlak dalam bermain sepakbola. Koordinasi mata dan kaki merupakan suatu integrasi antara mata sebagai pemegang fungsi utama dalam melihat situasi permainan yang akan mengirim informasi visualisasi kepada otak dan kaki sebagai pemegang fungsi untuk melakukan suatu gerakan yang dikehendaki sesuai dengan perintah otak untuk menanggapi situasi yang sedang terjadi sesuai dengan informasi yang disampaikan oleh mata melalui gambaran visualnya. Gerakan antara mata dan kaki harus dirangkaian menjadi satu pola gerakan yang harmonis serta efisien dalam gerakannya. Koordinasi mata dan kaki memiliki hubungan dengan keterampilan menggiring bola. Hal ini dibuktikan dari hasil penelitian Mappaompo (2012:94) yang menyimpulkan bahwa ada hubungan antara koordinasi mata dan kaki dengan keterampilan menggiring bola. Hasil penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa ada hubungan antara koordinasi mata-kaki dengan keterampilan menggiring bola (Kurniawan, 2019:7). Gabungan unsur kecepatan, kelincahan, dan koordinasi saat menggiring bola dapat menyulitkan lawan untuk merebut bola karena bola selalu dalam penguasaan dan dekat dengan bagian-bagian kaki. Ketiga unsur kondisi fisik tersebut dapat memberikan ketenangan ketika pemain menggiring bola dalam mempertahankan bola dari serangan lawan. Pemain dapat memanfaatkan kecepatannya untuk menerobos ke daerah pertahanan lawan serta pemain dapat merubah-ubah arah lari untuk melewati hadangan pemain lawan. Hal ini membuat koordinasi mata-kaki menjadi unsur yang berperan bersama dengan unsur kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola. Hal ini juga dibuktikan dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa ada kontribusi antara koordinasi mata-

kaki dengan keterampilan menggiring bola bersama dengan unsur kecepatan dan kelincahan (Hasanuddin, 2018:118).

### Karakteristik Anak Usia 14 Tahun

Kelompok usia 14 tahun disebut juga masa usia krisis (*age of crisis*), karena di usia ini seorang anak mengalami masa pubertas. Pertumbuhan pada masa ini mengalami fisiologis yang sangat cepat. Perkembangan pada masa ini mengalami peningkatan kapasitas fungsi, kemampuan kerja organ-organ tubuh, peningkatan fungsi-fungsi daya fisik, koordinasi, kontrol tubuh, misalnya peningkatan fungsi-fungsi otot, otak, syaraf, jantung, paru-paru dan sebagainya. Masa remaja terdiri dari serangkaian kejadian-kejadian secara biologis yang kompleks, meliputi berbagai perubahan ukuran, seperti percepatan pertumbuhan, perubahan komposisi dan proporsi bentuk tubuh, kematangan ciri-ciri seks primer dan sekunder, perubahan pada sistem pernafasan dan kerja jantung, dan sistem syaraf dan endokrin yang memprakarsai dan mengkoordinasikan perubahan-perubahan tubuh, seksual dan fisiologis. Pada masa antara usia 12-18 tahun, secara biologi perkembangan sistem reproduksi mencapai masa kematangan. Pada masa remaja awal, setiap pemain mengalami perubahan perkembangan fisik, psikologi dan emosional yang signifikan. Para pelatih perlu membantu para pemainnya untuk bisa melewati perubahan-perubahan ini. Pelatih juga perlu menolong para pemain menerima perubahan yang sulit ini serta melewati tantangan-tantangan baru dan menyiapkan dukungan sepanjang periode ini, sehingga program latihan yang diberikan harus bisa menjawab semua tantangan pada masa ini.

### METODE

Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif menggunakan pendekatan kuantitatif. Untuk menguatkan data penelitian ini, peneliti menggunakan jenis penelitian kuantitatif berupa tes, karena data yang diperoleh dalam penelitian ini merupakan data angka. Sedangkan teknik analisisnya menggunakan analisis korelasional. Teknik analisis korelasi yang digunakan adalah korelasi *Product Moment* dari *Person*, karena untuk menentukan kecenderungan hubungan antara dua variabel interval atau rasio. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa Akademi Arema U-14 yang berjumlah 30 anak. Penelitian ini menggunakan instrumen sesuai dengan variabel yang diteliti, berupa: 1) tes lari jarak 40 meter yang digunakan untuk mengukur kecepatan, 2) *Illionis agility test* yang digunakan untuk mengukur kelincahan, 3) *mitchel soccer test* yang digunakan untuk mengukur koordinasi, dan 4) *slalom dribbling test* yang digunakan untuk mengukur keterampilan menggiring bola.

### HASIL

Data hasil penelitian yang digunakan untuk analisis adalah skor hasil tes kecepatan, kelincahan, koordinasi dan keterampilan menggiring bola siswa Akademi Arema U-14. Deskripsi data hasil penelitian tersebut disajikan pada tabel 4.1 berikut ini.

Tabel 1. Deskripsi Data Hasil Tes Kecepatan, Kelincahan, Koordinasi, dan Keterampilan *Dribbling*

Variabel	n	Jumlah	Mean	Standart Deviasi
X <sub>1</sub>	30	173,61	5,79	0,4
X <sub>2</sub>	30	535,49	17,85	0,85
X <sub>3</sub>	30	440	14,67	1,45
Y	30	311,74	10,4	1,61

Keterangan:

X<sub>1</sub> : Variabel bebas kecepatan.

X<sub>2</sub> : Variabel bebas kelincahan.

X<sub>3</sub> : Variabel bebas koordinasi.

Y : Variabel terikat keterampilan *dribbling*.

Berdasarkan data pada tabel 1 data tersebut memiliki jenis dan satuan yang berbeda-beda maka data kecepatan, kelincahan, koordinasi dan keterampilan *dribbling* harus diubah menjadi angka standar dengan menggunakan Tskor agar data dapat ditambah dan dikurangi dalam penghitungan.

## Uji Persyaratan Analisis

### Hasil Uji Normalitas

Tabel 2 Hasil Uji Normalitas Data

Variabel	Hasil Analisis	Nilai Tabel L (0,05)	Keterangan
X <sub>1</sub>	0,115	0,161	L <sub>hitung</sub> < L <sub>tabel</sub> (normal)
X <sub>2</sub>	0,099	0,161	L <sub>hitung</sub> < L <sub>tabel</sub> (normal)
X <sub>3</sub>	0,124	0,161	L <sub>hitung</sub> < L <sub>tabel</sub> (normal)
Y	0,123	0,161	L <sub>hitung</sub> < L <sub>tabel</sub> (normal)

Berdasarkan tabel 2 di atas menunjukkan bahwa semua variabel dalam penelitian ini berdistribusi normal.

### Uji Linieritas

Tabel 3 Hasil Uji Linieritas

Variabel	F <sub>hitung</sub>	F <sub>tabel</sub>	Keterangan
X <sub>1</sub> Y	0,69	3,15	F <sub>hitung</sub> < F <sub>tabel</sub> (linier)
X <sub>2</sub> Y	3,86	19,46	F <sub>hitung</sub> < F <sub>tabel</sub> (linier)
X <sub>3</sub> Y	1,42	2,64	F <sub>hitung</sub> < F <sub>tabel</sub> (linier)

Berdasarkan tabel 3 di atas menunjukkan bahwa setiap variabel bebas dalam penelitian ini memiliki hubungan yang linier dengan variabel terikat.

### Uji Hipotesis

#### Persamaan Regresi

Tabel 4 Hasil Persamaan Regresi

Model	Unstandardized Coefficients	
	B	
Constant (b <sub>0</sub> )	33,39	
Kecepatan (b <sub>1</sub> )	-0,27	
Kelincahan (b <sub>2</sub> )	0,33	
Koordinasi (b <sub>3</sub> )	0,27	

Berdasarkan hasil tabel 4 di atas menunjukkan bahwa nilai regresi keterampilan *dribbling* (Y) atas kecepatan (X<sub>1</sub>), kelincahan (X<sub>2</sub>) dan koordinasi (X<sub>3</sub>) adalah  $\hat{Y} = 33,39 + -0,27X_1 + 0,33X_2 + 0,27X_3$ .

### Korelasi Sederhana Antar Variabel

Tabel 5 Hasil Penghitungan Korelasi antara Variabel Bebas dengan Variabel Terikat

Variabel	r <sub>hitung</sub>	r <sub>tabel</sub>	Keterangan
X <sub>1</sub> Y	0,233	0,361	r <sub>hitung</sub> < r <sub>tabel</sub> (tidak ada hubungan)
X <sub>2</sub> Y	0,326	0,361	r <sub>hitung</sub> < r <sub>tabel</sub> (tidak ada hubungan)
X <sub>3</sub> Y	0,318	0,361	r <sub>hitung</sub> < r <sub>tabel</sub> (tidak ada hubungan)

Berdasarkan tabel 5 di atas menunjukkan bahwa setiap variabel bebas dalam penelitian ini tidak memiliki hubungan dengan variabel terikat

### Korelasi Ganda

Tabel 6 rangkuman hasil penghitungan koefisien korelasi antara kecepatan, kelincahan dan koordinasi dengan keterampilan dribbling

R	$R_{square}$	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
				R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
.507 <sup>a</sup>	.257	.171	9.10311	.257	2.999	3	26	.049

a. Predictors: (Constant), Koordinasi, Kecepatan, Kelincahan

Berdasarkan tabel 6 di atas menunjukkan bahwa variabel bebas dalam penelitian ini memiliki hubungan secara bersama-sama dengan variabel terikat.

### Regresi Ganda

Tabel 7 Hasil Perhitungan Statistik Regresi

Model Summary				
R	$R_{square}$	Adjusted R Square	Standard Error	Observations
0.5070	0.2571	0.1713	9.1031	30

Berdasarkan tabel 7 di atas menunjukkan bahwa besarnya sumbangan semua variabel bebas terhadap variabel terikat sebesar 25,71% dan sisahnya dipengaruhi variabel lain. Hasil analisis regresi tersebut dirangkum dan disajikan dalam tabel berikut,

Tabel 8 Rangkuman Hasil Analisis Regresi

ANOVA <sup>b</sup>					
Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	745.469	3	248.490	2.999	.049 <sup>a</sup>
Residual	2154.531	26	82.867		
Total	2900.000	29			

a. Predictors: (Constant), Koordinasi, Kecepatan, Kelincahan

b. Dependent Variable: Dribbling

Berdasarkan tabel 8 di atas menunjukkan bahwa semua variabel bebas dalam penelitian ini memiliki hubungan yang signifikan secara bersama-sama dengan variabel terikat.

### Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif

Tabel 9 Hasil Penghitungan Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif

Variabel	Sumbangan Efektif	Sumbangan Relatif
X <sub>1</sub>	6,29%	24,48%
X <sub>2</sub>	10,86%	42,24%
X <sub>3</sub>	8,55%	33,28%

Berdasarkan tabel 4.9 di atas menunjukkan bahwa kelincahan memiliki sumbangan efektif dan sumbangan relatif paling besar daripada variabel lainnya.

### Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan antara variabel bebas kecepatan dengan variabel terikat keterampilan *dribbling* diperoleh tabel Nilai koefisien korelasi r sebesar 0,233 < dari  $r_{tabel}$  sebesar 0,361 maka diterima. Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan antara variabel bebas kelincahan dengan variabel terikat keterampilan *dribbling* diperoleh nilai koefisien korelasi r sebesar 0,326 < dari  $r_{tabel}$  sebesar 0,361 maka  $H_0$  diterima. Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan antara variabel bebas koordinasi dengan

variabel terikat keterampilan *dribbling* diperoleh nilai koefisien korelasi  $r$  sebesar  $0,318 <$  dari  $r_{tabel}$  sebesar  $0,361$  maka  $H_0$  diterima. Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan antara variabel bebas kecepatan, variabel bebas kelincahan dan variabel bebas koordinasi dengan variabel terikat keterampilan *dribbling* diperoleh nilai koefisien korelasi  $R$  sebesar  $0,507 >$  dari  $r_{tabel}$  sebesar  $0,361$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

## DISKUSI

### Hubungan antara Kecepatan dengan Keterampilan *Dribbling*

Uji hipotesis yang pertama adalah “tidak ada hubungan antara kecepatan dengan keterampilan *dribbling* siswa Akademi Arema U-14”. Hasil uji hipotesis dengan menggunakan analisis korelasi. Berdasarkan analisis tersebut diperoleh nilai koefisien korelasi antara kecepatan dengan keterampilan *dribbling* sebesar  $r = 0,233$  artinya makin kecil nilai koefisien korelasi yang mempengaruhi, maka makin kecil pengaruhnya. Uji keberartian koefisien korelasi tersebut dilakukan dengan cara membandingkan nilai  $r_{hitung}$  dengan  $r_{tabel}$  dengan  $\alpha$  taraf signifikan  $0,05$  dan  $n = 30$  diperoleh nilai  $r_{tabel}$  sebesar  $0,361$ . Karena koefisien korelasi antara  $r_{x1,y} = 0,233 <$   $r_{tabel} = 0,361$ , berarti koefisien korelasi tersebut tidak signifikan. Artinya  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kecepatan dengan keterampilan *dribbling*.

Hasil analisis yang dilihat dari hasil korelasi signifikansi dalam penelitian ini kecepatan bukan salah satu faktor yang mempengaruhi meningkatnya keterampilan *dribbling* pemain sepakbola. Dengan demikian apabila mengukur tingkat keterampilan menggiring bola pemain sepakbola dari tingkat kecepatannya, maka atlet *sprint* 100 meter juga dapat melakukan *dribbling* dengan sangat baik. Hal ini juga dibuktikan oleh hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kecepatan kontribusi dengan keterampilan menggiring bola (Rahman, 2012:7). Namun jika pemain ingin menggiring bola dengan cepat ketika pemain berada lari dengan pemain lawan atau pada saat melakukan serangan balik (*counter attack*) ke daerah pertahanan lawan, maka yang harus diperhatikan adalah meningkatkan keterampilan menggiring bola sebelum meningkatkan kecepatan menggiring bola tersebut. Hal ini dikarenakan pemain tidak akan dapat menggiring bola dengan cepat apabila keterampilan menggiring bola berbanding terbalik dengan kecepatan yang dimiliki pemain tersebut.

### Hubungan antara Kelincahan dengan Keterampilan *Dribbling*

Uji hipotesis yang kedua adalah “tidak ada hubungan antara kelincahan dengan keterampilan *dribbling* siswa Akademi Arema U-14”. Hasil uji hipotesis dengan menggunakan analisis korelasi. Berdasarkan analisis tersebut diperoleh koefisien korelasi antara kelincahan dengan keterampilan *dribbling* sebesar  $r = 0,333$  artinya makin kecil nilai koefisien korelasi yang mempengaruhi, maka makin kecil pengaruhnya. Uji keberartian koefisien korelasi tersebut dilakukan dengan cara membandingkan nilai  $r_{hitung}$  dengan  $r_{tabel}$  dengan  $\alpha$  taraf signifikan  $0,05$  dan  $n = 30$  diperoleh nilai  $r_{tabel}$  sebesar  $0,361$ . Karena koefisien korelasi antara  $r_{x2,y} = 0,326 <$   $r_{tabel} = 0,361$ , berarti koefisien korelasi tersebut tidak signifikan. Artinya  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan keterampilan *dribbling*.

Hasil analisis yang dilihat dari hasil korelasi signifikansi dalam penelitian ini kelincahan bukan salah satu faktor yang mempengaruhi bertambahnya keterampilan *dribbling* pemain sepakbola. Hal ini dikarenakan jika seorang pemain memiliki kelincahan yang baik namun jika tidak didasari dengan dasar keterampilan menggiring bola yang baik, maka pemain yang mempunyai tingkat kelincahan yang bagus sekalipun tidak akan memberikan dampak yang positif pada meningkatnya keterampilan menggiring bola (Nurcahyono, 2015:8). Hal ini dikarenakan pemain tidak dapat merubah-ubah arah dengan meliukkan badannya karena tidak adanya koordinasi yang baik antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pada saat pemain lawan memberikan tekanan pada pemain tersebut, sehingga pemain yang menggiring bola akan kesulitan melewati serangan pemain lawan. Jadi seorang pemain dapat melakukan gerakan liukan pada badannya (kelincahan) apabila pemain memiliki tingkat kelincahan dan keterampilan menggiring bola yang baik dan seimbang. Hasil penelitian lainnya milik Zulfikar (2011:2) menyimpulkan bahwa tidak adanya hubungan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola dikarenakan semua pemain yang terlibat atau yang menjadi subjek dalam penelitian tersebut tidak memiliki dasar keterampilan menggiring bola yang baik dan mereka bukan berasal dari SSB.

### **Hubungan antara Koordinasi dengan Keterampilan *Dribbling***

Uji hipotesis yang ketiga adalah “tidak ada hubungan antara koordinasi dengan keterampilan *dribbling* siswa Akademi Arema U-14”. Hasil uji hipotesis dengan menggunakan analisis korelasi. Berdasarkan analisis tersebut diperoleh koefisien korelasi antara koordinasi dengan keterampilan *dribbling* sebesar  $r = 0,318$  artinya makin kecil nilai koefisien korelasi yang mempengaruhi, maka makin kecil pengaruhnya. Uji keberartian koefisien korelasi tersebut dilakukan dengan cara membandingkan nilai  $r_{hitung}$  dengan  $r_{tabel}$  dengan  $\alpha$  taraf signifikan 0,05 dan  $n = 30$  diperoleh nilai  $r_{tabel}$  sebesar 0,361. Karena koefisien korelasi antara  $r_{x3,y} = 0,318 < r_{tabel} = 0,361$ , berarti koefisien korelasi tersebut tidak signifikan. Artinya  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara koordinasi dengan keterampilan *dribbling*.

Hasil analisis yang dilihat dari hasil korelasi signifikansi dalam penelitian ini koordinasi bukan salah faktor yang mempengaruhi bertambahnya keterampilan *dribbling* pemain sepakbola. Hal ini dikarenakan jika seorang pemain sepakbola belum bisa menguasai keterampilan *dribbling* dengan baik, koordinasi dalam hal ini adalah koordinasi mata dan kaki, tidak akan berdampak pada meningkatnya keterampilan menggiring bola. Tidak adanya dasar keterampilan menggiring bola yang baik akan berdampak pada ketidakselarasan pemain terhadap keadaan disekitarnya (permainan) dengan menggiring bola. Hal ini juga didukung oleh hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara koordinasi mata-kaki dengan keterampilan menggiring bola, karena siswa yang dijadikan sebagai subjek dalam penelitian tidak memiliki keterampilan menggiring bola yang baik (Kurniawan, dkk., 2017:11). Pemain cenderung fokus terhadap bola yang ada dikakinya dan mengabaikan posisi pemain lawan dan rekan di depannya, sehingga resiko kehilangan bola cukup besar. Selain itu rendahnya tingkat koordinasi seorang pemain juga akan mempengaruhi tingkat kemampuan fisik dan teknik dalam bermain sepakbola. Pemain tidak dapat menggabungkan beberapa komponen kondisi fisik seperti kecepatan dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola. Koordinasi yang baik akan terlihat apabila pemain mampu melakukan suatu keterampilan dengan cepat dan dengan gerakan-gerakan yang mudah. Artinya pemain tidak fokus pada bola karena pemain sudah memiliki *feeling ball* yang baik sehingga pemain dapat melihat gerakan lawan. Pemain dapat mengkombinasikan kelincahan gerakan kaki dalam mengolah bola, sehingga pemain dapat melewati lawan dengan mudah tanpa harus kehilangan kontrol bola pada kaki.

### **Hubungan antara Kecepatan, Kelincahan dan Koordinasi dengan Keterampilan *Dribbling***

Uji hipotesis yang keempat adalah “ada hubungan antara kecepatan, kelincahan dan koordinasi dengan keterampilan *dribbling* siswa Akademi Arema U-14”. Hasil uji hipotesis dengan menggunakan analisis korelasi. Berdasarkan analisis tersebut diperoleh koefisien korelasi antara kecepatan, kelincahan dan koordinasi dengan keterampilan *dribbling* sebesar  $R = 0,507$  artinya makin besar nilai koefisien korelasi yang mempengaruhi, maka makin besar pengaruhnya. Uji keberartian koefisien korelasi tersebut dilakukan dengan cara membandingkan nilai  $r_{hitung}$  dengan  $r_{tabel}$  dengan  $\alpha$  taraf signifikan 0,05 dan  $n = 30$  diperoleh nilai  $r_{tabel}$  sebesar 0,361. Karena koefisien korelasi antara  $r_{x1x2x3,y} = 0,507 > r_{tabel} = 0,361$ , berarti koefisien korelasi tersebut signifikan. Artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecepatan, kelincahan dan koordinasi dengan keterampilan *dribbling*. Besarnya sumbangan antara kecepatan, kelincahan dan koordinasi dengan kemampuan *dribbling* adalah sebesar 21,71% dan sisanya 74,29% dipengaruhi oleh variabel lain.

Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa kecepatan, kelincahan dan koordinasi memiliki hubungan dengan keterampilan *dribbling*. Oleh karena itu keterampilan menggiring bola harus dilatih terus menerus untuk memperoleh dasar keterampilan menggiring bola yang baik. Setelah itu mereka dapat melatih kemampuan fisik yang memiliki hubungan dengan keterampilan *dribbling* seperti unsur kecepatan, kelincahan dan koordinasi. Hal ini juga disampaikan dari hasil penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa kecepatan, kelincahan dan koordinasi memberikan kontribusi terhadap keterampilan menggiring bola sebesar 59,6% (Hasanuddin, 2018:117-118). Pemain yang memiliki keterampilan dasar menggiring bola yang baik tidak akan kesulitan dengan metode latihan yang membutuhkan kombinasi dari ketiga unsur kondisi fisik tersebut, sehingga pemain dapat menyempurnakan kemampuan menggiring bolanya.

### **Faktor Yang Mempengaruhi Hasil Penelitian**

Kesimpulan dari pembahasan hasil kuesioner yang dibagikan kepada siswa Akademi Arema U-14 di atas adalah siswa tidak memiliki dasar keterampilan sepakbola yang baik, yaitu keterampilan menggiring bola. Siswa yang tidak memiliki keterampilan menggiring bola yang baik akan kesulitan dalam mengolah bola

meskipun pemain tersebut memiliki kemampuan fisik yang baik. Siswa Akademi Arema U-14 yang berjumlah 30 anak, 8 siswa diantaranya merupakan siswa dengan karakteristik; 1) siswa yang baru bergabung dengan Akademi Arema U-14 Periode 2019, 2) siswa yang tidak pernah mengikuti klub SSB, dan 3) siswa yang tidak pernah menambah waktu latihan di luar latihan Akademi Arema. Hal ini yang membuat siswa tidak memiliki keterampilan menggiring bola yang baik. Selain itu kemampuan fisik mereka lebih rendah daripada siswa lainnya.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pemain yang mengikuti latihan secara rutin minimal 1 tahun dapat menunjukkan hasil yang signifikan terhadap penelitiannya tentang hubungan antara kecepatan dan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola (Patraserasah, 2017:8). Frekuensi latihan yang semakin meningkat memberikan pengaruh terhadap hasil latihan. Kemampuan menggiring bola yang dilatih secara berulang-ulang akan memberikan dampak bersama meningkatnya komponen kondisi fisik yang mendukung meningkatnya keterampilan menggiring bola, karena keterampilan menggiring bola juga dilatih bersama kemampuan fisiknya. Senada dengan itu hasil penelitian milik Iman (2013:16) menyatakan bahwa pemain yang aktif dalam kegiatan latihan sepakbola akan memberikan dampak yang positif terhadap kemampuan fisik yang mempengaruhi keterampilan menggiring bola seperti kecepatan dan kelincahan. Dalam hal ini 8 pemain (28,57%) dengan kriteria baru bergabung dengan tim Akademi Arema U-14 yang sebelumnya tidak pernah mengikuti SSB dan tidak menambah waktu latihan di luar waktu latihan di Akademi Arema, meskipun mereka memiliki kecepatan, kelincahan dan koordinasi yang baik dan dilatih secara berulang-ulang, tidak akan memberikan pengaruh terhadap keterampilan menggiring bola mereka, sehingga keterampilan menggiring bola harus dilatih terlebih dahulu sebelum melatih kemampuan fisiknya. Jadi dapat disimpulkan bahwa tidak adanya hubungan antara masing-masing variabel bebas kecepatan, kelincahan dan koordinasi dengan keterampilan menggiring bola adalah **kurangnya frekuensi latihan dan rendahnya keterampilan menggiring bola siswa Akademi Arema U-14.**

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis kecepatan tidak berhubungan dengan keterampilan *dribbling* siswa Akademi Arema U-14 dengan koefisien korelasi ( $r_{X_1, Y}$ )  $r_{hitung} 0,233 < r_{tabel} 0,361$  dan memberikan sumbangan efektif sebesar 6,29% terhadap keterampilan *dribbling*, kelincahan tidak berhubungan dengan keterampilan *dribbling* siswa Akademi Arema U-14 dengan koefisien korelasi ( $r_{X_2, Y}$ )  $r_{hitung} 0,326 < r_{tabel} 0,361$  dan memberikan sumbangan efektif sebesar 10,86% terhadap keterampilan *dribbling*, koordinasi tidak berhubungan dengan keterampilan *dribbling* siswa Akademi Arema U-14 dengan koefisien korelasi ( $r_{X_3, Y}$ )  $r_{hitung} 0,318 < r_{tabel} 0,361$  dan memberikan sumbangan efektif sebesar 8,55% terhadap keterampilan *dribbling*, dan terdapat hubungan secara bersama-sama antara kecepatan, kelincahan dan koordinasi dengan keterampilan *dribbling* siswa Akademi Arema U-14 dengan koefisien korelasi ( $R_{y.X_{123}}$ )  $r_{hitung} 0,507 > r_{tabel} 0,361$  dan memiliki hubungan dengan sumbangan 25,7%.

## Ucapan Terima Kasih

Peneliti menyadari, bahwa dalam penulisan skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak, sehingga diksempatkan yang baik peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Dr. Sapto Adi, M.Kes., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang, yang telah memberikan kesempatan bagi peneliti untuk menyelesaikan pendidikan dan menempuh jenjang sarjana di FIK UM, Dr. dr. Moch. Yunus, M.Kes., selaku Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah membantu dan memberikan izin dalam proses penelitian, Dr. Lokananta Teguh Hari Wigunao, M.Kes., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Prof. Dr. M. E. Winarno. M.Pd., selaku dosen pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu memberikan bimbingan, motivasi, masukan dan saran-saran yang sangat berharga bagi peneliti, Bapak Dicky Firasat selaku pelatih dari tim Akademi Arema U-14 dan semua siswa Akademi Arema U-14 yang telah membantu dalam penelitian.

## REFERENSI

Acar, H., & Eler, N. (2019). The Effect of Balance Exercises on Speed and Agility in Physical Education Lessons. *Universal Journal of Educational Research* , 7 (1), 74-79.

- Adil, A. (2011). Kontribusi Kecepatan, Kelincahan, dan Koordinasi Kaki Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola PS. Aspura UNM. *Jalara* , 1 (1), 70-77.
- Akhmad, N. (2018). Hubungan Antara Kecepatan dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Sepakbola Pada Klub Red Bee Warrior Mataram. *JISIP* , 41 (4), 345-362.
- Alvarisi, T. (2018). Correlation Of Speed and Agility With Ability Herding Ball In Soccer Ball Team Taruna Satria. *JOM* , 5 (2), 1-10.
- Amiq, F. (2016). *Sepakbola*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Batty, E. C. (2003). *Latihan Sepakbola Metode Baru Serangan*. Bandung: CV. Pionir Jaya.
- Budiwanto, S. (2015). *Biomekanika Olahraga*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Candrawati, S., Signa, N., Nanang, M., Eva, P., Cahya, M., & Safira, S. (2017). The Relationship of ACTN3 Gene Polymorphisms with Agility, Explosive Power and Speed. 29 (4), 329-334.
- Devaney, J. (1994). *Rahasia Para Bintang Sepakbola*. New York: Effhar Group.
- Faisal, I. (2019). Pengaruh Kecepatan, Kelincahan dan Percaya Diri Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Pemain Sepakbola Peserta Didik SMPN 3 Watansoppeng.
- Harsono. (1988). *Coaching Dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Bandung: Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan.
- Harsono. (2015). *Periodisasi Program Latihan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Hasanuddin, I. (2018). Kontribusi Antara Kecepatan, Kelincahan dan Koordinasi Mata-Kaki Dengan Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa MTS Negeri 1 Kotabaru. *Jurnal ilmiah Pendidikan* , 6 (1), 96-119.
- Iman, I. (2013). Hubungan Antara Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Hasil Menggiring Bola. *JOM* , 1-16.
- Kirkendall, D. R. (1979). *Measurement and Evaluation for Physical Educators*. William C Brown Pub.
- Koger, R. (2005). 101 Great Youth Soccer Drills. In A. Subiyanto, *Latihan Dasar Andal Sepak Bola Remaja*. Klaten: Kantor Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga.
- Koger, R. (2005). *Latihan Dasar Andal Sepakbola Remaja*. Klaten: PT Saka Mitra Kompetensi.
- Kosasih, E. (1985). *Olahraga, Teknik dan Program Latihan*. Jakarta: CV. Akademika Pressindo.
- Kurniawan, D. (2016). Hubungan Antara Kecepatan Lari Dengan Kemampuan Menggiring Bola Sepak Pada Siswa Usia 13-14 Tahun Ssb Unibraw 82 Malang. *Pendidikan Jasmani* , 26 (2), 381-397.
- Kurniawan, D., Saripin, & Agust, K. (2017). The Correlation Between Ankle Coordination And The Agility Towards The Skill of Soccer Dribbling of Soccer Dribbling of SSB Tama Putra Pekanbaru. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM)* , 1 (1), 1-12.
- Kurniawan, Y. D. (2019). Hubungan Kekuatan Otot Tungkai, Koordinasi Mata Kaki Dan Kelincahan Dengan Keterampilan Menggiring Bola Pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak Bola Smk Muhammadiyah 2 Kediri. *JOM* .
- M. I., & Kiram, Y. (2019). Hubungan Koordinasi Mata-Kaki Dan Kelincahan Dengan Dengan Kemampuan Dribbling Pemain Sepakbola Di Sekolah Sepakbola (SSB) Excellent Kota Batusangkar. *Patriot* , 2 (2), 204-212.
- Mappaompo, M. A. (2012). Hubungan Koordinasi Mata-Kaki, Keseimbangan dan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Tim Gelora Kabupaten Sinjai. *Ilara* , 3 (2), 86-94.
- Nicholls, A., & Sintonen, K. (2018). *Developing a Football Training Product*. Netherland: University of Applied Science.
- Nugroho, T. P. (2005). *Hubungan Antara Keceptaan dan Kelincahan Terhadap Ketrampilan Menggiring Bola Dalam Sepakbola Pada Siswa Lembaga Pendidikan Sepakbola Atlas Binatama Semarang*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.

- Nurchayono, A. (2015). Hubungan Antara Kecepatan dan Kelincahan Dengan Keterampilan Menggiring Bola Pada Peserta SSB Walet Angkasa Desa Rejoso Kecamatan Binangun Kabupaten Blitar Tahun 2015. *Universitas Nusantara PGRI Kediri* , 1 (11).
- Nurrochmah, S. (2015). *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani dan Keolahragaan*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Patraserasah, J. (2017). Correlation Of Speed, Agility, and Leg Power On Ball Dribbling Ability Of 13-15 Years Old Football Players of Bengkulu Football School (SSB). *Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi* , 6 (3).
- Pranata, A. (2019). The Relationship Of Speed and Coordination of The Eyes and Feet With The Ability Dribbel On Soccer Player FC Ososber. *JOM* , 6 (1).
- Putra, G. (2017, Mei 2). *Akademi Arema Harumkan Nama Indonesia di Singapura*. Retrieved Agustus 21, 2019, from Bolalob.com.
- Rahman, A. (2012). *Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai, Kecepatan Lari dan Kelincahan Dengan Keterampilan Menggiring Bola Pada Siswa Peserta Sekolah Sepakbola (SSB) Piyaman Wonosari*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Rizky, J. (2018). Relationship Of Speed and Distribution To Ability About Balling SSB Bina Partners Of Sungai Apit District. *JOM* .
- Skogvang, B., Peitersen, B., & Stanly-Kehl, K. (2000). *Soccer Today*. USA: Wadsworth Thomson Learning.
- Tarmizi. (2015). Hubungan Kelincahan dan Kecepatan Dengan Keterampilan Menggiring Bola Pada Tim Sepakbola SMKN 5 Pekanbaru. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM)* , 3 (1), 1-12.
- Zulfikar, I. (2011). Pengaruh Kecepatan Kelincahan dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Dribbling Pemain Futsal Di SMAN 2 Surabaya. *JOM* .