



HUBUNGAN KELINCAHAN DAN KECEPATAN, TERHADAP *DRIBBLING* PADA PEMAIN U15 SSB TAMTAMA KURAU PERMAINAN SEPAK BOLA

Bagus Sabidal¹, Erida Kanalia¹, Ayuni Ristanti¹, Desty Wulansari¹, Muhammad Eka Mardiansyah Simbolon¹✉

¹Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Bangka Belitung

Abstrak

Kata Kunci:
Kelincahan, Kecepatan, *Dribbling*

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mempelajari lebih lanjut tentang apakah terdapat hubungan kelincahan dan kecepatan, terhadap *dribbling* pemain SSB Tamatama Kurau U15 dalam permainan sepak bola. Sampel yang terdiri dari 22 orang. Sampel melakukan tes pengukuran teknik pengumpulan data. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu tes *antropometri* yakni tinggi badan (cm) dan berat badan (kg) juga BMI. Kemudian *sport performance* terdapat beberapa teknik yakni, kelincahan, kecepatan, *dribbling*. Berdasarkan penelitian dan pembahasan diatas maka dapat disimpulkan. Hasil dari r hitung $0,266 > r^{tabel} 0,42$ jadi terdapat hubungan antara kelincahan terhadap *dribbling* SSB u15 Tamtama Kurau. Hasil dari $r^{hitung} 0,211 > r^{tabel} 0,42$ maka di putuskan ada hubungan kecepatan terhadap *dribbling* SSB u15 tamtama kurau. Hasil dari nilai F^{hitung} diatas $0,266$ lebih besar dari F^{tabel} sebesar $0,211$ dengan *significance F* $0,44 > \alpha (0,05)$, menunjukkan H_0 diterima dan H_a di tolak, berarti variabel kelincahan (X1) dan variabel kecepatan (X2) secara simultan ada berpengaruh secara signifikansi terhadap hasil *dribbling*.

Abstract

The goal of this study is to learn more about agility and speed with the dribbling of SSB Tamatama Kurau U15 players in soccer games. The sample consists of 22 people. The sample performs a measurement test of data collection techniques. Data collection techniques used are anthropometric tests, namely height (cm) and weight (kg) as well as BMI. Then sports performance includes several techniques, namely agility, speed, dribbling. Based on the research and discussion above, it can be concluded. The results of rcount $0,266 > rtable 0.42$, so there is a relationship between agility and dribbling SSB u15 tamtama kurau. The results of rcount $0.211 > rtable 0.42$, it was decided that there was a speed relationship with the dribbling of the U15 tamil tamil Kurau SSB. The results of the Fcount value above 0.266 is greater than Ftable of 0.211 with a significance of $F 0.44 > (0.05)$, indicating H_0 is accepted and H_a is rejected, meaning that the agility variable (X1) and speed variable (X2) simultaneously have a significant effect. significance of the dribbling results.

PENDAHULUAN

Olahraga paling populer di planet ini adalah sepak bola, ada 265 juta pemain sepak bola aktif di seluruh dunia, dengan jumlah yang terus meningkat, Selain itu sepak bola juga menarik jutaan pemirsa televisi, dan dampak sosial ekonomi dari sepak bola elit berdampak pada hampir semua budaya di planet ini (Mielgo-Ayuso et al., 2019). Sepak bola juga termasuk olahraga dengan intensitas tinggi yang membutuhkan berbagai kemampuan fisik untuk bersaing, mengenali popularitas global sepak bola kompetitif dan partisipasi akar rumputnya yang luas, telah terjadi peningkatan pesat dalam minat dan signifikansi yang diberikan pada kapasitas untuk mempelajari dan membedakan antara berbagai standar kompetitif pemain sepak bola muda (Dugdale et al., 2019).

Kebugaran fisik adalah prediktor kematian utama dan pelatihan fisik merupakan landasan dalam pencegahan dan pengobatan gangguan gaya hidup seperti hipertensi, diabetes tipe 2, dan osteoporosis (Milanović et al., 2019). Sepak bola juga memiliki tingkat kebugaran fisik yang tinggi di beberapa bidang, termasuk kekuatan otot misalnya, melompat, kecepatan misalnya, *sprint linier*, dan kelincahan misalnya perubahan arah (Negra et al., 2017). Banyak klub sepak bola profesional menerima pemain muda sembilan tahun (Hulse et al., 2013). Pembuktian tes kinerja di seluruh spektrum usia penuh sangat penting. Peningkatan eksposur pelatihan dan volume yang dialami oleh pemain pada tingkat permainan yang lebih kompetitif juga dapat mempengaruhi konsistensi kinerja pengujian (Dugdale et al., 2019). Kebugaran fisik juga termasuk sebagai komponen penting dari pelatihan pemain sepak bola dan permainan pertandingan, hubungan antara performa pertandingan dan kemampuan fisik telah dipelajari secara *ekstensif* (Rago et al., 2017). Perubahan kinerja fisik memiliki dampak yang berbeda pada orang yang berbeda; hasil kemampuan fisik bervariasi berdasarkan posisi, dan pemain harus dinilai secara individual, Akibatnya, klub, pelatih, dan staf klinis mungkin mengalami kesulitan yang signifikan dalam mengatur persiapan fisik untuk kompetisi sepak bola dan membuat keputusan terkait kebugaran selama pertandingan (Mohr et al., 2020).

Kelincahan merupakan kemampuan untuk dengan cepat mengubah arah atau postur tubuh seseorang dalam kombinasi dengan gerakan lain sedangkan kecepatan adalah keterampilan kemampuan untuk beralih dari satu lokasi dalam waktu sesingkat mungkin ke lokasi lain gabungan (Haqiyah et al., 2016).

METODE

Penelitian ini menggunakan analisis kuantitatif deskriptif dengan pendekatan korelasional, bermaksud untuk menguji hubungan antara kelincahan dan kecepatan serta waktu *dribbling* bola pada atlet pemain SSB u15 Tamtama Kurau yang dilakukan langsung di lapangan sepak bola Kurau, dengan populasi sampel dari pemain U15 SSB Tamtama Kurau dengan berjumlah 22 orang. Teknik pengambilan sampel dilakukan melalui tes praktek secara langsung di lapangan sepak bola Kurau. Pemain melakukan tes *antropometri* yaitu berat badan (kg) dan tinggi badan (cm) dengan menggunakan pakaian olahraga yang pantas untuk digunakan.

Pengukuran *sport performance* yaitu tes kelincahan (X_1) yang dilakukan dengan cara lari zigzag dan dilakukan pemain dalam kurun waktu tercepat. Tes kecepatan (X_2) yang dilakukan dengan cara lari *sprint* 25 meter dan dilakukan pemain dalam kurun waktu tercepat. Dan kemudian tes *dribbling* (Y) yang dilakukan dengan menggiring bola zig zag.

Analisis statistik deskriptif dan uji korelasi digunakan untuk penyajian data test *antropometri* pemain dan variabel penelitian, dan digunakan untuk menguji hubungan kelincahan, kecepatan, dan semua analisis statistik menggunakan *Microsoft excel* 2010 untuk *windows* 10.

HASIL

Hasil penelitian

Tabel 1 menjelaskan tentang deskripsi data dari *antropometri* tentang tinggi badan, berat badan, dan BMI dan data *sport performance* tentang kelincahan dan kecepatan terhadap *dribbling*. Dari data tersebut sampel yang diambil berjumlah 22 orang (n: 22). pada tabel terdapat data n, mean, median, modus, standar deviasi, minimum, maksimum. Pada deskripsi data dan pada bagian *antropometri* data U 15 SSB Tamtama Kurau.

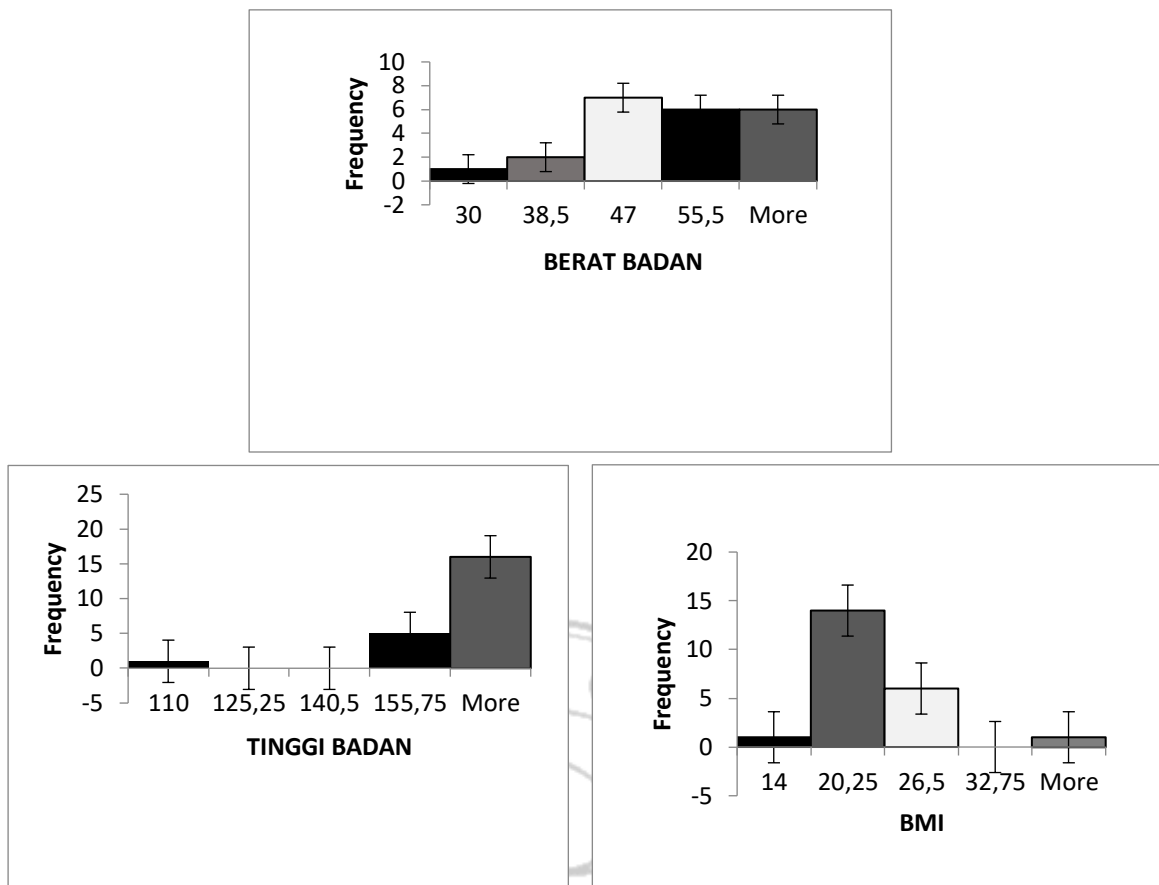
SSB Tamtama Kurau memiliki tinggi badan paling rendah 110 dan paling tinggi 168 dengan nilai rata-rata (mean: 15,27), nilai mediannya 162, serta modus 162, dan standar deviasi 12,80. Data berat badan SSB Tamtama Kurau memiliki berat badan paling rendah 30 dan paling tinggi 64 dengan nilai rata-rata (mean: 49,04), nilai mediannya 48,5, serta modus 46, dan standar deviasi 8,48. Data BMI Tamtama Kurau memiliki BMI paling rendah 14 dan paling tinggi 39 dengan nilai rata-rata (mean: 19,22), nilai medianya 17,5, serta modus 17, dan standar deviasi 5,16. Data kelincahan tamtama kurau memiliki kelincahan paling rendah 15 dan paling tinggi 21 dengan nilai rata-rata (mean: 17,54), nilai medianya 17,5, serta modus 18, dan standar deviasi 1,53. Data kecepatan tamtama kurau memiliki kecepatan paling rendah 14 dan paling tinggi 17,2 dengan nilai rata-rata (mean: 15,42), nilai medianya 15,22, serta modus 16 dan standar deviasi 1,24. Data *dribbling* Tamtama Kurau memiliki paling rendah 2,84 dan paling tinggi 42 dengan nilai rata-rata (mean: 14,37), nilai medianya 10,32, serta standar deviasi 11,79.

Table 1. Deskripsi data

N o.	N	Tinggi Badan	Berat badan	BMI	Kelincahan	Kecepatan	<i>Dribbling</i>
1	Mean	158,27	49,04	19,22	17,54	15,42	14,37
2	Median	162	48,5	17,5	17,5	15,22	10,3
3	Modus	162	46	17	18	16	#N/A
4	Standar Deviasi	12,80	8,48	5,16	1,53	1,24	11,79
5	Minimum	110	30	14	12	13,3	1,42
6	Maksimum	171	64	39	21	17,72	42,97
7	Count	22	22	22	22	22	22

Gambar 1. Menunjukkan *Histogram Antropometri* tentang berat badan, tinggi badan, BMI

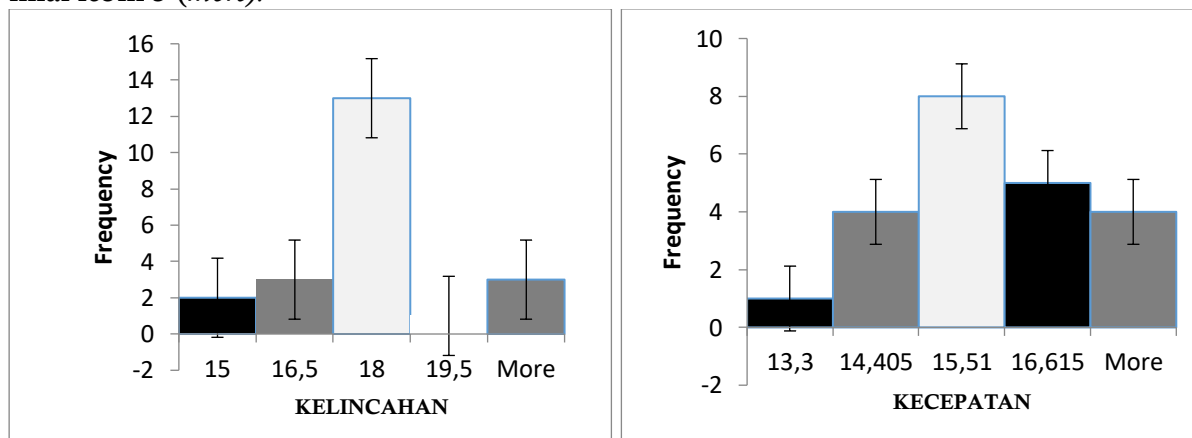
Frekuensi histogram berat badan tertinggi pertama ada pada nilai 47 dan terendah 30, sedangkan dengan nilai lebih dari 6 (*more*). Frekuensi histogram tinggi badan tertinggi pertama ada pada nilai 155,75 dan terendah 125,25. Sedangkan dengan nilai lebih dari 16 (*more*). Frekuensi histogram BMI tertinggi pertama ada pada nilai 20,25 dan terendah 32,75, sedangkan dengan nilai lebih dari 1 (*more*).

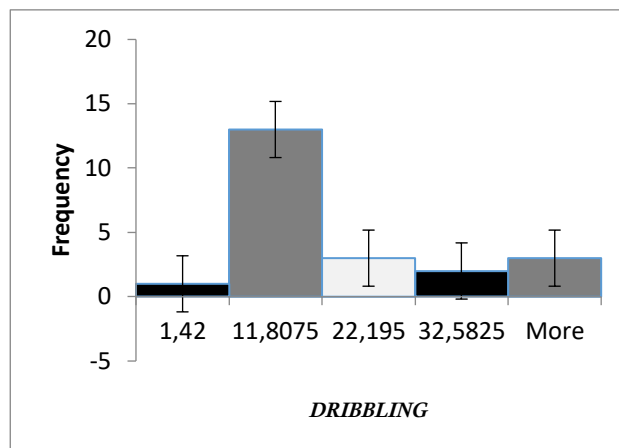


Gambar 1. Histogram of antropometri

Gambar 2. Menunjukkan Histogram tentang Kelincahan, Kecepatan, dan Dribbling

Gambar histogram yang berisi hasil dan masing-masing data *sport performance*. Frekuensi histogram kelincahan tertinggi pertama ada pada nilai 18 dan terendah 19,5, sedangkan dengan nilai lebih 2 (*more*). Frekuensi histogram kecepatan tertinggi pertama pada nilai 15,51 dan terendah 13,3, sedangkan dengan nilai lebih 4 (*more*). Frekuensi histogram *dribbling* tertinggi pertama ada pada nilai 11,8075 dan terendah 1,42, sedangkan nilai lebih 3 (*more*).





Gambar 2. Histogram of sport performance

Berdasarkan perhitungan yang diuji menggunakan korelasi *product moment* pada *microsoft excel 2010* untuk *windows 10*. Hubungan tes kelincahan (X_1) terhadap hasil *dribbling* (Y) Koefisien korelasi sebesar 0.266 diperoleh. Karena $r_{hitung} = 0,266 > r_{tabel} = 0,211$, maka ada hubungan antara tes kelincahan terhadap hasil *dribbling* anggota pemain U15 SSB Tamatama Kurau dapat diuji dengan uji r . pada $\alpha = 0,05$ dengan $n = 22$ diperoleh $r_{tabel} = 0,42$ karena $r_{hitung} = 0,266 > r_{tabel} = 0,42$.

Hubungan tes kecepatan (X_2) terhadap hasil *dribbling* (Y) Koefisien korelasi sebesar 0.211 diperoleh. Isi koefisien korelasi dapat diuji dengan menggunakan uji r . karena $r_{hitung} = 0,211 > r_{tabel} = 0,42$, pada $\alpha = 0,05$ dengan $n = 22$ diperoleh $r_{tabel} = 0,42$, dapat diputuskan ada hubungan antara tes kecepatan terhadap hasil *dribbling*.

Tabel 2. Uji F (Anova)

ANOVA					
	<i>df</i>	<i>SS</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>Significance F</i>
<i>Regression</i>	2	240,5	120,2	0,8	0,44
<i>Residual</i>	19	2679,0	141,0		
<i>Total</i>	21	2919,6			

Hasil dari nilai F_{hitung} diatas adalah 0,8 lebih kecil dari F_{tabel} sebesar 3,52 dengan *significance F* 0,44 $> \alpha$ (0,05), menunjukkan H_0 diterima dan H_a ditolak berarti variabel kelincahan(X_1) dan variabel kecepatan (X_2) secara silmutan berpengaruh secara signifikan terhadap hasil *dribbling* (Y).

PEMBAHASAN

Hubungan Kelincahan Terhadap *Dribbling* Sepak Bola

Berdasarkan hasil analisis korelasi antara tes kelincahan terhadap hasil *dribbling* anggota SSB Tamtama kurau , diperoleh $r_{hitung} = 0,266 > r_{tabel} = 0,42$, ada hubungan antara kelincahan dan hasil *dribbling* anggota SSB Tamtama Kurau, penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh (Saputra, Latiful Kobir, 2019) uji korelasi antara Bengkawas Rambatan Tanah Datar Sekolah Sepak Bola (SSB) kelincahan dengan kemampuan *dribbling* seperti terlihat pada tabel di atas, hasil r hitung yang digunakan adalah 0,429.

Memperoleh rhitung yang lebih besar dari yang terdapat pada rtabel. Ho ditolak, artinya ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola Pemain dari Sekolah Sepak Bola (SSB) Bengkawas Rambatan Tanah Datar, atau $0,429 > 0,413$. Namun ada beberapa penelitian yang tidak berhubungan dengan penelitian lain sebelumnya oleh (Andriansyah, Faris & Winarno, Eko, 2020) yang menyatakan analisis korelasi menghasilkan hasil sebagai berikut, Karena H_0 disetujui dan H_a ditolak, maka dapat disimpulkan bahwa kelincahan dan keterampilan menggiring bola tidak memiliki hubungan. Koefisien korelasi diuji signifikansinya dengan membandingkan rhitung dan rtabel dengan taraf signifikansi 0,05 dan $n = 30$.

Hubungan Kecepatan Terhadap Dribbling Sepak Bola

Berdasarkan hasil analisis korelasi antara tes kecepatan terhadap *dribbling* anggota ssb Tamtama Kurau, di peroleh $r_{hitung} = 0,211 > r_{tabel} = 0,42$, maka dapat diputuskan bahwa ada hubungan antara kecepatan terhadap hasil *dribbling* anggota SSB Tamtama Kurau, penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh (Irawan & Hariadi, 2019) yang menyatakan besarnya koefisien korelasi adalah $r_{hitung} (0,689) > r_{tabel} 5 \text{ persen} = 0,444$, berdasarkan hasil uji korelasi pertama membandingkan kecepatan (X_1) dengan keterampilan menggiring bola (Y), dapat disimpulkan bahwa di SMA Negeri 1 Gading regu sepak bola terdapat ada hubungan yang kuat antara kecepatan dan kemampuan menggiring bola. Namun ada penelitian yang tidak sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh (Andriansyah, Faris & Winarno, Eko, 2020) Nilai kecepatan dan keterampilan menggiring bola koefisien korelasi adalah $r = 0,233$. Uji signifikansi nilai rhitung dibandingkan dengan nilai rtabel untuk menghitung koefisien korelasi. Karena H_0 diterima dan H_a ditolak, tidak ada hubungan substansial yang dapat disimpulkan.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian dan analisis di atas, adalah mungkin untuk menghasilkan suatu hasil. Hasil dari rhitung $0,266 > r_{tabel} 0,42$ jadi diputuskan bahwa ada hubungan antara kelincahan terhadap *dribbling* SSB u15 Tamtama Kurau. Hasil dari $r_{hitung} 0,211 > r_{tabel} 0,42$ maka di putuskan ada hubungan kecepatan terhadap *dribbling* SSB u15 tamtama kurau. Hasil dari nilai F_{hitung} diatas $0,266$ lebih besar dari F_{tabel} sebesar $0,211$ dengan significance $F 0,44 > \alpha (0,05)$, menunjukkan H_0 diterima dan H_a ditolak bearti variabel kelincahan (X_1) dan variabel kecepatan (X_2) secara simultan ada berpengaruh secara signifikansi terhadap hasil *dribbling*.

DAFTAR RUJUKAN

- Andriansyah, Faris, M., & Winarno, Eko, M. (2020). Hubungan Antara Kecepatan , Kelincahan dan Koordinasi dengan Keterampilan Dribbling Siswa Akademi Arema U-14. *Sport Science and Health*, 2(1), 12–23.

- Dugdale, J. H., Arthur, C. A., Sanders, D., & Hunter, A. M. (2019). Reliability and validity of field-based fitness tests in youth soccer players. *European Journal of Sport Science*, 19(6), 745–756. <https://doi.org/10.1080/17461391.2018.1556739>
- Haqiyah, A., Fkip, P., & Islam, U. (2016). Aridhotul Haqiyah: D osen PJKR FKIP Universitas Islam “45” Bekasi 24. 24–36.
- Irawan, A. Y., & Hariadi, I. (2019). Hubungan antara Kecepatan dan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola. *Sport Science and Health*, 1(3), 222–226.
- Mielgo-Ayuso, J., Calleja-Gonzalez, J., Del Coso, J., Urdampilleta, A., León-Guereño, P., & Fernández-Lázaro, D. (2019). Caffeine supplementation and physical performance, muscle damage and perception of fatigue in soccer players: A systematic review. *Nutrients*, 11(2), 1–15. <https://doi.org/10.3390/nu11020440>
- Milanović, Z., Pantelić, S., Čović, N., Sporiš, G., Mohr, M., & Krstrup, P. (2019). Broad-spectrum physical fitness benefits of recreational football: a systematic review and meta-analysis. *British Journal of Sports Medicine*, 53(15), 926–939. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2017-097885>
- Mohr, M., Nassis, G. P., Brito, J., Randers, M. B., Castagna, C., Parnell, D., & Krstrup, P. (2020). Return to elite football after the COVID-19 lockdown. *Managing Sport and Leisure*, 0(0), 1–9. <https://doi.org/10.1080/23750472.2020.1768635>
- Negra, Y., Chaabene, H., Sammoud, S., Bouguezzi, R., Mkaouer, B., Hachana, Y., & Granacher, U. (2017). Effects of plyometric training on components of physical fitness in prepuberal male soccer athletes: The role of surface instability. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 31(12), 3295–3304. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000002262>
- Rago, V., Pizzuto, F., & Raiola, G. (2017). Relationship between intermittent endurance capacity and match performance according to the playing position in sub-19 professional male football players: Preliminary results. *Journal of Physical Education and Sport*, 17(2), 688–691. <https://doi.org/10.7752/jpes.2017.02103>
- Saputra, Latiful Kobir, A. (2019). Hubungan Kelincahan dan Kecepatan dengan Kemampuan Dribbling Pemain Sekolah Sepakbola POPAS. *Jurnal Pendidikan Dan Olahraga*, 2(1), 71–78.