

**HUBUNGAN KELINCAHAN DENGAN KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA
DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA PUTRA
EKSTRAKURIKULER SDN 9 MONTONG BAAN
TAHUN PELAJARAN 2014/2015.**

Mahsun^{*)}

*) Guru Pendidikan Jasmani SDN 9 Montong Baan
Email : Mahsun28@yahoo.com

Abstract: *The game of football is one of the most popular sport in the world. Those who helped popularize the game of football is not impossible because thanks to the rigorous training and seriousness in various aspects. One is training agility (Agility), which will help them move around freely, quickly and dodges from the attack , so we can do all that well and successfully, a football player has the good agility . The aim of the research is to know whether correlation between Agility with ball dribbling Skills in the Game of Football at Male Students Extracurricular SDN 9 Baan Montong Academic Year 2014 / 2015. Population in this study were all male students who follow extracurricular football in SDN 9 Montong Baan Academic Year 2014/2015 which amounted to 14 students, while the researchers use the entire population into sampling technique used in this study is population sampling . suitable with the purpose of this study, the method used is the test method works to obtain data agility using tests run back and forth (Shuttle run) and dribbling skills were measured using tests to dribble routes already obtained the results of data analysis value "r_{xy} amounted to 0.586, while the magnitude of the numbers r table with a significant level of 5% and N = 14 is 0.532. This means that r count is greater than r table (0.586 > 0.532) so it concluded that "there is a correlation between Agility with Ball Dribbling Skills in Student Games Men's Football at SDN 9 Montong Baan Extracurricular Academic Year 2014/2015"*

Abstrak: Permainan sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang paling populer di dunia. Mereka yang turut mempopulerkan permainan sepak bola ini bukan tidak mungkin karena berkat latihan-latihan keras dan seriusnya dalam berbagai aspek. Salah satunya adalah latihan kelincahan (*Agility*) yang nantinya sangat membantu mereka bergerak bebas, cepat dan berkelit dari sergapan maupun penyergapan lawan. Agar dapat melakukan semua itu dengan baik dan berhasil, seorang pemain sepak bola hendaklah memiliki kelincahan yang mengagumkan. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada Hubungan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola pada Siswa Putra Ekstrakurikuler SDN 9 Montong Baan Tahun Pelajaran 2014/2015? Sedangkan tujuan penelitiannya adalah ingin mengetahui apakah ada Hubungan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola pada Siswa Putra Ekstrakurikuler SDN 9 Montong Baan Tahun Pelajaran 2014/2015. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SDN 9 Montong Baan Tahun Pelajaran 2014/2015 yang berjumlah 14 siswa, sedangkan peneliti menggunakan seluruh populasi menjadi sampel sehingga teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi populasi. Sesuai dengan tujuan penelitian ini, maka metode yang digunakan adalah metode test perbandingan untuk memperoleh data kelincahan menggunakan tes lari bolak balik (*Shuttle run*) dan keterampilan menggiring bola diukur menggunakan tes menggiring bola melewati rute yang sudah disediakan. Dari hasil analisis data diperoleh nilai "r_{xy} hitung sebesar 0,586 sedangkan besarnya angka r tabel dengan taraf signifikan 5% dan N = 14 adalah 0,532. Hal ini berarti bahwa r hitung lebih besar dari pada r tabel (0,586 > 0,532) sehingga

disimpulkan bahwa “ada Hubungan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola pada Siswa Putra Ekstrakurikuler SDN 9 Montong Baan Tahun Pelajaran 2014/2015”

PENDAHULUAN

Permainan sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang paling populer di dunia. Mereka yang turut mempopulerkan permainan sepak bola ini bukan tidak mungkin karena berkat latihan-latihan keras dan seriusnya dalam berbagai aspek. Salah satunya adalah latihan kelincahan (*Agility*) yang nantinya sangat membantu mereka bergerak bebas, cepat dan berkelit dari sergapan maupun penyergapan lawan.

Agar dapat melakukan semua itu dengan baik dan berhasil, seorang pemain sepak bola hendaklah memiliki kelincahan yang mengagumkan. Hal ini sejalan dengan pendapat Sajoto, M. (1988) bahwa kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dengan cepat pada waktu bergerak dalam kecepatan tinggi. Kelincahan merupakan faktor yang penting untuk dapat berpartisipasi dalam bermacam-macam kegiatan olahraga. Latihan kelincahan disesuaikan dengan macam olahraga. Kecepatan merupakan unsur penting dalam kelincahan, disamping perlu adanya koordinasi.

Permainan sepak bola merupakan permainan kolektif yang dimainkan oleh dua regu secara berhadapan selama 2x45 menit (waktu normal), yang mana tiap regu terdiri atas 11 (sebelas) orang pemain. Di lapangan luas itu banyak kesempatan yang muncul bagi para pemain untuk kepentingan regunya. Serangan dan bertahan silih berganti mendorong perlunya memanfaatkan ide-ide atau pikiran baru dalam waktu singkat. Hal ini tergantung pada kecepatan pemain memahami keadaan dan mengambil keputusan.

Mengatasi kegagalan dalam pertandingan membantu meningkatkan kekuatan, latihan yang teratur serta pemberian semangat pemain. Pemain sepak bola dapat dilatih menjadi lebih

kuat. Benturan badan sering terjadi dalam permainan sepak bola, ini memerlukan pengerahan tenaga yang maksimal.

Sifat dan situasi permainan yang mengadu kelincahan dan keterampilan untuk mengungguli lawan, berlari sepanjang permainan berlangsung, kecepatan, kelincahan dan kekuatan menendang, unsur kondisi fisik yang prima. Seorang pemain yang memiliki kelincahan yang baik akan dapat menyesuaikan diri dengan pergerakan bola yang selalu berubah ketika si pemain kehilangan bola, maka dengan kemampuan dan kelincahannya, lebih memungkinkan baginya untuk mendapat bola itu kembali, tentu saja dengan usaha dan latihan yang keras.

Dengan demikian, dalam latihan penguasaan teknik dasar terutama menggiring bola, unsur kelincahan hendaklah mendapatkan perhatian khusus. Sebab latihan itu merupakan gerakan keseluruhan yang mengaktifkan pergelangan kaki maupun pinggul. Tulang punggungpun sudah ikut pulamelalui gerak memutar dengan cepat yang sering dilakukan. Kelincahan dalam menggiring bola menyebabkan pemain dapat menghemat tenaganya.

Mengingat pentingnya unsur kelincahan dalam permainan sepak bola khususnya dalam menggiring bola, maka perlu diteliti tentang hubungan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola. Untuk itu, peneliti ingin mengangkat judul “Hubungan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola pada Siswa Putra Ekstrakurikuler SDN 9 Montong Baan Tahun Pelajaran 2014/2015 ”

Dengan adanya tujuan yang jelas dapat dijadikan pedoman mengenai apa yang perlu dilakukan dan cara yang paling

baik ditempuh untuk sampai pada tujuan yang diharapkan. Dalam kaitannya dengan penelitian ini, maka yang menjadi tujuan penelitian adalah “ingin mengetahui Hubungan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola pada Siswa Putra Ekstrakurikuler SDN 9 Montong Baan Tahun Pelajaran 2014/2015”.

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Dalam penelitian ini, jenis penelitiannya adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian korelasional yaitu penelitian yang mencari hubungan antara variabel kelincahan dengan variabel menggiring bola. Adapun gambar rancangan penelitiannya seperti gambar di bawah ini.

X \longleftrightarrow Y

Gambar 3.1. Desain Penelitian

Keterangan:

X = Kelincahan

Y = Kemampuan menggiring bola

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (Hulfian, L. 2014). Menurut Sugiyono (2010), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajaridan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa putra yang mengikuti Ekstrakurikuler SDN 9 Montong Baan Lotim Tahun Pelajaran 2014/2015 yang berjumlah 14 siswa.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti (Hulfian, L. 2014). Sedangkan

menurut Sugiyono (2010) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Hulfian, L. (2010) mengatakan bahwa apabila jumlah populasi kurang dari 100 orang, maka diambil seluruhnya sehingga penelitian tersebut merupakan penelitian studi populasi.

Berdasarkan pada pendapat tersebut, oleh karena populasi yang digunakan sedikit yaitu 14 siswa maka semua populasi digunakan sebagai sampel.

C. Instrument Penelitian

Instrumen adalah alat ukur yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian (Maksum, A. 2009). Didalam penelitian ini, peneliti menggunakan instrumen tes dan pengukuran. Tes yang akan digunakan peneliti untuk penelitian ini akan dipaparkan sebagai berikut:

1. Tes Kelincahan

a. Tes yang digunakan adalah: Lari bolak-balik (*Shuttle run*)

b. Prosedur pelaksanaan tes lari bolak-balik adalah sebagai berikut:

1) Pada aba-aba “bersedia” atlet berdiri di belakang garis tengah menghadap garis pertama.

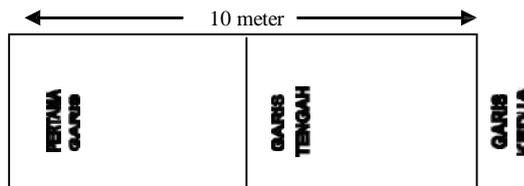
2) Pada aba-aba “siap” atlet lari dengan start berdiri.

3) Dengan aba-aba “ya” atlet segera berlari menuju ke garis pertama dan setelah kedua kaki melewati garis pertama segera berbalik dan menuju ke garis tengah.

4) Atlet berlari lagi dari garis tengah menuju garis kedua dan kembali ke garis tengah, dihitung satu kali.

5) Pelaksanaan lari dilakukan sampai empat kali bolak-balik sehingga menempuh jarak 40 meter.

- 6) Setelah melewati finis di garis tengah, pencatat waktu dihentikan.
- 7) Catatan waktu untuk menentukan norma kelincahan dihitung sampai persepuluh detik (0,1 detik) atau perseratus detik (0,01 detik)



Gambar 3.2. Lintasan Lari Bolak Balik (*shuttle run*)

(Hulfian, L. 2014)

2. Tes keterampilan menggiring bola
 - a. Alat yang digunakan:
 - 1) Bola
 - 2) 10 buah rintangan (*cone*)
 - 3) *Stopwatch*
 - 4) Kapur
 - 5) Peluit
 - 6) Blangko dan alat tulis
 - b. Petunjuk pelaksanaan:
 - 1) Pada aba-aba “siap” testee berdiri di belakang garis start dengan bola berada dalam penguasaan kaki.
 - 2) Pada aba-aba “ya” sambil menekan *stopwatch*, testee mulai *mendribble* bola ke arah kiri melewati rintangan pertama dan berikutnya menuju rintangan dengan arah panah yang di tetapkan hingga menuju ke garis finish.
 - 3) Bila salah arah *mendribble* bola, ia harus memperbaikinya tanpa menggunakan anggota badan selain kaki di tempat kesalahan terjadi, selama itu pula *stopwatch* tetap jalan.
 - 4) Bola digiring oleh kaki kanan dan kiri secara bergantian

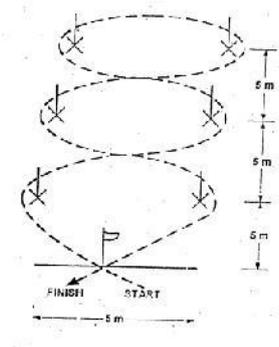
- 5) Gerakan tersebut di nyatakan gagal:
 - a) Testee *mendribble* bola hanya dengan satu kaki saja.
 - b) Testee *mendribble* bola tidak sesuai arah panah.

c. Cara penilaian:

Penilaian setiap siswa melakukan *dribble* bola melalui rintangan-rintangan yang sudah disiapkan. Kegiatan ini dilakukan sebanyak tiga kali dan hasil terbaik atau tercepat yang diambil.

d. Gambar skema alur rintangan

Agar lebih jelas, alur dan skema pelaksanaan dari menggiring bola bisa dilihat pada gambar di bawah ini.



Gambar 3.3. Skema Tes Menggiring Bola Nurhasan (2000)

D. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mendapatkan data-data yang dijadikan bahan penelitian banyak cara atau metode yang digunakan, data-data yang terkumpul masih merupakan data-data mentah dan masih perlu dihimpun, disusun secara sistematis, agar dapat membantu memperoleh mengolahnya. Sebelum menjelaskan tentang pengumpulan data, maka membahas tentang:

1. Jenis data

Untuk mendapatkan data harus dipergunakan alat ukur yang dapat dipercaya, sesuai dengan penelitian yang telah ditentukan yakni data kuantitatif dalam arti bahwa jenis

data tersebut dapat diukur secara langsung, lebih tepatnya dapat dihitung dan dinyatakan dalam bentuk angka.

2. Sumber data

Sumber data sebagai bahan untuk menganalisa permasalahan, maka diperlukan data yang sebanyak-banyaknya dan dapat dipertanggung jawabkan kebenarannya dalam penelitian tersebut sebagai sumber data adalah Siswa Putra Ekstrakurikuler SDN 9 Montong Baan Tahun Pelajaran 2014/2015.

E. Teknik Analisis Data

Metode analisis data adalah suatu metode atau cara yang digunakan untuk menganalisis data atau mengelola data yang diperoleh dari penelitian yaitu hasil tes dan pengukuran pada Siswa Putra Ekstrakurikuler SDN 9 Montong Baan Tahun Pelajaran 2014/2015 (Hulfian, L. 2014)

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{(N \sum X^2 - (\sum X)^2)(N \sum Y^2 - (\sum Y)^2)}}$$

Keterangan :

= koefisien korelasi antara variabel x dan y

- \sum = jumlah sampel
- \sum = jumlah variabel x
- \sum = jumlah variabel y
- \sum = jumlah perkalian skor x dan y
- \sum = jumlah kuadrat dari variabel x
- \sum = jumlah kuadrat dari variabel y
- = kuadrat jumlah variabel x
- = kuadrat jumlah variabel y
- = jumlah perkalian dari variabel x dan y

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. DESKRIPSI DATA

1. Persiapan Penelitian

Langkah pertama yang dilakukan dalam penelitian ini adalah mempersiapkan syarat, sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam pelaksanaan penelitian. Persiapan yang peneliti lakukan adalah sebagai berikut:

- a. Membuat surat izin penelitian dari Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan ke BAPPEDA kabupaten Lombok Timur,.
- b. Memberikan surat pengantar yang diberikan oleh BAPPEDA yang ditujukan kepada Kepala Sekolah SDN 9 Montong Baan untuk memperoleh izin penelitian.
- c. Dengan memperoleh izin penelitian dari Kepala Sekolah SDN 9 Montong Baan, maka penelitian bisa dilakukan
- d. Menyiapkan sarana dan alat-alat yang dibutuhkan dalam penelitian.

2. Pelaksanaan Penelitian

a. Menentukan sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SDN 9 Montong Baan Tahun Pelajaran 2014/2015 yang berjumlah 14 siswa, sedangkan peneliti menggunakan seluruh populasi menjadi sampel sehingga teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi populasi. Adapun nama-nama siswa yang menjadi sampel dapat dilihat pada tabel 4.1 dibawah ini:

Tabel 4.1 Daftar nama siswa yang menjadi sampel

No	Nama Siswa	Ket
1	Aidil	
2	Riandi	
3	Hilmi Tahir	
4	Deni Nasri	
5	Heru Gunawan	
6	Andika Wijaya	
7	Muhammad Hamzan	
8	Dika Kurniawan	
9	Lalu Purna	
10	Mikrajul Haeri	
11	Burhanudin	
12	Muhammad Zaki	
13	Muhammad Jupriadi	
14	Iwan Maulana	

b. Pengumpulan data

Setelah peneliti mendapatkan 14 orang siswa sebagai sampel, maka tugas peneliti selanjutnya adalah mencari data kelincahan dengan menggunakan tes *shuttle rundan* data keterampilan menggiring bola siswa.

Pelaksanaan pengumpulan data ini dilakukan sesuai dengan jadwal yang ada pada tabel 4.2 berikut ini:

Tabel 4.2. Jadwal penelitian

No	Hari/tgl	Waktu	Kegiatan	Tempat
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
1	Selasa, 11 November 2014	07.20-09.00	tes shuttle run	Lapangan SDN 9 Montong Baan
2	amis, 13 November 2014	7.20-09.00	Tes keterampilan menggiring bola	apangan SDN 9 Montong Baan

3. Petugas yang membantu dalam pelaksanaan tes
 - a. Mahsun, guru mata pelajaran penjas kes di SDN 9 Montong Baan sekaligus sebagai peneliti yang mengkoordinir penelitian.
 - b. Jumahur bertugas sebagai pemegang stopwatch.
 - c. Syamsiah bertugas sebagai pencatat skor *shuttlerundan* keterampilan menggiring bola.
 - d. Muhammad Adrik bertugas sebagai dokumentasi dari semua kegiatan

Setelah melakukan pengambilan data penelitian dengan prosedur pelaksanaan yang sudah, maka kita mendapatkan data. Adapun data penelitian yang terkumpul tercantum pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.3. Hasil Tes Kelincahan

No	Nama	Skor (dalam detik)	Ket
1	Aidil	26.75	
2	Riandi	28.31	
3	Hilmi Tahir	28.99	
4	Deni Nasri	29.46	
5	Heru Gunawan	26.61	
6	Andika Wijaya	25.66	
7	Muhammad Hamzan	27.71	
8	Dika Kurniawan	28.91	
9	Lalu Purna	29.78	
10	Mikrajul Haeri	26.65	
11	Burhanudin	26.39	
12	Muhammad Zaki	26.56	
13	Muhammad Jupriadi	28.36	
14	Iwan Maulana	27.66	

Tabel 4.4. Hasil Tes Keterampilan Menggiring bola

No	Nama	Keterampilan Menggiring Bola			Skor terbaik	Ket
		I	II	III		
1	Aidil	18.4 5	18.5 5	19.5 2	18.45	
2	Riandi	18.4 2	19.7 7	18.2 2	18.22	
3	Hilmi Tahir	24.7 5	25.4 5	24.3 5	24.75	
4	Deni Nasri	23.6 6	26.4 6	25.7 7	23.66	
5	Heru Gunawan	19.8 0	19.7 1	19.9 7	19.71	
6	Andika Wijaya	17.3 0	17.7 6	17.6 0	17.76	
7	M. Hamzan	20.5 2	20.7 7	20.2 5	20.25	
8	Dika Kurniawan	21.8 5	22.4 4	21.6 5	21.65	
9	Lalu Purna	23.8 2	24.7 7	23.4 2	23.42	
10	Mikrajul Haeri	18.3 2	19.4 0	20.5 0	18.32	
11	Burhanudin	17.0 8	16.9 8	17.5 4	16.98	
12	M. Zaki	21.3 3	21.8 2	22.4 3	21.33	
13	M. Jupriadi	22.7 0	23.7 9	22.6 9	22.69	
14	Iwan Maulana	26.7 3	25.8 3	25.4 3	25.43	

B. PENGUJIAN HIPOTESIS

Pengujian hipotesis ini dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Merumuskan Hipotesis Nol (Ho)

Hipotesis yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah hipotesis alternatif (kerja) yang menyatakan “Ada Hubungan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola pada Siswa Putra Ekstrakurikuler SDN 9 Montong Baan Tahun Pelajaran 2014/2015”. Untuk membuktikan apakah hipotesis tersebut terbukti kebenarannya, maka hipotesis kerja tersebut harus dirubah dulu menjadi hipotesis Nihil (Ho) yang menyatakan “Tidak ada Hubungan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola pada Siswa Putra Ekstrakurikuler SDN 9 Montong Baan Tahun Pelajaran 2014/2015”

2. Menyusun Tabel Kerja

Untuk langkah pengolahan data-data hasil penghitungan korelasi Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola pada Siswa Putra Ekstrakurikuler SDN 9 Montong Baan Tahun Pelajaran 2014/2015 dalam penelitian ini menggunakan tabel kerja sebagai berikut.

Tabel 4.5: Tabel Kerja Koefisien Korelasi Product Moment

No	Nama	X	Y	X ²	Y ²	XY
1	Aidil	26.75	18.45	716	340	494
2	Riandi	28.31	18.22	801	332	516
3	Hilmi Tahir	28.99	24.75	840	613	718
4	Deni Nasri	29.46	23.66	868	560	697
5	Heru Gunawan	26.61	19.71	708	388	524
6	Andika Wijaya	25.66	17.76	658	315	456
7	Muhammad Hamzan	27.71	20.25	768	410	561
8	Dika Kurniawan	28.91	21.65	836	469	626
9	Lalu Purna	29.78	23.42	887	548	697
10	Mikrajul Haeri	26.65	18.32	710	336	488
11	Burhanudin	26.39	16.98	696	288	448
12	Muhammad Zaki	26.56	21.33	705	455	567
13	Muhammad Jupriadi	28.36	22.69	804	515	643
14	Iwan Maulana	27.66	25.43	765	647	703
	Jumlah	388	293	10764	6216	8138

3. Memasukkan Data Kedalam Rumus

Setelah diketahui jumlah variabel dan jumlah kuadratnya serta hasil kalinya, maka langkah selanjutnya adalah memasukkan data kedalam rumus “*Product Moment*”. Adapun rumusnya adalah sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

$$\begin{aligned} \text{Diketahui : } N &= 14 \\ X &= 388 \\ Y &= 293 \\ x^2 &= 10764 \\ y^2 &= 6216 \\ XY &= 8138 \end{aligned}$$

Maka :

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

$$r_{xy} = \frac{14 \times 8138 - (388)(293)}{\sqrt{\{14 \times 10764 - (388)^2\} \{14 \times 6216 - (293)^2\}}}$$

2 2

$$r_{xy} = \frac{113932 - 113684}{\sqrt{\{150696 - 150544\} \{87024 - 85849\}}}$$

$$r_{xy} = \frac{248}{\sqrt{\{152 \times 1175\}}}$$

$$r_{xy} = \frac{248}{\sqrt{178600}}$$

$$r_{xy} = \frac{248}{422,6}$$

$$r_{xy} = 0,586$$

4. Menguji Nilai (r)

Dari hasil analisis data diperoleh nilai $r_{xy \text{ hitung}}$ sebesar 0,586 sedangkan besarnya angka r_{tabel} dengan taraf signifikan 5% dan $N = 14$ adalah 0,532. Hal ini berarti bahwa r_{hitung} lebih besar dari pada r_{tabel} ($0,586 > 0,532$) sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak.

C. Pembahasan

Permainan sepak bola merupakan permainan kolektif yang dimainkan oleh dua regu secara berhadapan selama 2x45 menit (waktu normal), yang mana tiap regu terdiri atas 11 (sebelas) orang pemain.

Sifat dan situasi permainan yang mengadu kelincahan dan keterampilan untuk mengungguli lawan, berlari sepanjang permainan berlangsung, kecepatan, kelincahan dan kekuatan menendang, unsur kondisi fisik yang

prima. Seorang pemain yang memiliki kelincahan yang baik akan dapat menyesuaikan diri dengan pergerakan bola yang selalu berubah ketika si pemain kehilangan bola, maka dengan kemampuan dan kelincahannya, lebih memungkinkan baginya untuk mendapat bola itu kembali, tentu saja dengan usaha dan latihan yang keras.

Dengan demikian, dalam latihan penguasaan teknik dasar terutama menggiring bola, unsur kelincahan hendaklah mendapatkan perhatian

khusus. Sebab latihan itu merupakan gerakan keseluruhan yang mengaktifkan pergelangan kaki maupun pinggul. Tulang punggung sudah ikut pula melalui gerak memutar dengan cepat yang sering dilakukan. Kelincahan dalam menggiring bola menyebabkan pemain dapat menghemat tenaganya.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang menyatakan ada hubungan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola.

SIMPULAN DAN SARAN

A. SIMPULAN

Dari hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa “ada Hubungan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola pada Siswa Putra Ekstrakurikuler SDN 9 Montong Baan Tahun Pelajaran 2014/2015.

DAFTAR PUSTAKA

- Gunawan. 2008. *Studi Perbandingan Keterampilan Menggiring Bola antara Pemain yang Bertungkal Pendek dalam Permainan Sepak Bola FC. PORKAB TANJUNG TAHUN 2008*. Skripsi S1. FPOK IKIP Mataram.
- Hadi, M.A.I. 2009. *Pengaruh Latihan Kelincahan terhadap Prestasi Menggiring Bola pada Pemain klub Sepak Bola PS PUMA Dasan Geria Kecamatan Lingsar Lombok Barat Tahun 2009*. Skripsi S1. FPOK IKIP Mataram.
- Hulfian, L. 2014. *Statistik Dikjas*. Mataram: Genius
- Hulfian, L. 2014. *Kondisi Fisik dan tes Pengukuran dalam Olahraga*. Mataram: LPP Mandala
- Luxbacher, J. 2004. *Sepak Bola*. Jakarta: PT Raja GrafindoPersada
- Maksum, A. 2009. *Metodelogi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya : UNESA.
- Mielke, D. 2007. *Dasar-DasarSepak Bola*. Bandung:Pakar Raya
- Nurhasan. 2000. *Tes dan Pengukuran*. Bandung: UPI
- Poerwadarminta.1982. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*.Jakarta: airlangga
- Sajoto, M. 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tim Penyusun. 2011. *PedomanPembimbingandanPenulisanKaryaIlmiah (Skripsi)*. IKIP Mataram:Mataram.
- Wahyudi, D. 2010. *Pengaruh Latihan Kelincahan terhadap Keterampilan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola Pada club PS. Maras Mataram Tahun 2009/2010*Skripsi S1. FPOK IKIP Mataram.