

The Relationship between Agility and Dribbling Futsal Skills at State High School 04 Bengkulu Selatan

Hubungan Kelincahan Terhadap Keterampilan *Dribbling* Futsal Di SMA Negeri 04 Bengkulu Selatan

Pendri Kurniawan Putra

Phsyical Education Study Program, Universitas Dehasen Bengkulu, Indonesia

Corresponding Author :

pendrikurniawan99@gmail.com

How to Cite :

Kurniawan Putra P. (2021). *Hubungan Kelincahan Terhadap Keterampilan Dribbling Futsal Di Sma Negeri 04 Bengkulu Selatan*. Sinar Sport Jurnal, 1(2). DOI: <https://doi.org/10.53697/ssjv1i2>

ARTICLE HISTORY

Received [28 November 2021]

Revised [2 December 2021]

Accepted [28 December 2021]

Kata Kunci :

Kecepatan,
Kelincahan,
Dribbling, Futsal

Keywords :

Speed,
Agility,
Dribbling, Futsal

ABSTRAK

Kemampuan menggiring bola pada setiap atlet sangat bervariasi ada persamaan dan perbedaannya. Persamaan dan perbedaan tersebut terlihat dari penguasaan teknik menggiring bola, baik dari kecepatan saat menggiring bola maupun dari kelincahan saat menggiring bola. Hasil dari pengamatan tersebut timbul permasalahan yaitu apakah menggiring bola dipengaruhi oleh kelincahan? Penulis merumuskan masalah yaitu bagaimana hubungan kelincahan terhadap kemampuan dribbling bola futsal? Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan kelincahan terhadap kemampuan dribbling. Untuk memecahkan masalah tersebut, penulis menggunakan metode deskriptif dengan studi korelasional. Populasi yang digunakan adalah seluruh atlet futsal SMA Negeri 04 Bengkulu Selatan sampel yang diambil sebanyak 22 orang atlet. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pengukuran kelincahan. Hasil penelitian menunjukkan harga r_{hitung} dengan r_{tabel} pada $\alpha = 5\%$ dengan $n=22$ diperoleh r_{tabel} sebesar 0,423 Karena koefisien korelasi antara $r_{x,y} = 0,61 > r_{(0,5)(12)} = 0,423$ berarti ada yang signifikan hubungan kelincahan terhadap keterampilan dribbling atlet Futsal SMA Negeri 04 Bengkulu Selatan.

ABSTRACT

The ability to dribble in each athlete varies greatly, there are similarities and differences. These similarities and differences can be seen from the mastery of dribbling techniques, both from speed when dribbling and from agility when dribbling. The results of these observations raise a problem, namely whether dribbling is affected by agility? The author formulates the problem, namely how is the relationship between agility and futsal ball dribbling ability? This study aims to determine whether there is a relationship between agility and dribbling ability. To solve this problem, the writer uses a descriptive method with a correlational study. The population used was all futsal athletes at SMA Negeri 04 Bengkulu Selatan, the sample was taken as many as 22 athletes. The instrument used in this research is agility measurement. The results showed that the value of r_{count} with r_{table} at $\alpha = 5\%$ with $n=22$ obtained a r_{table} of 0.423. Because the correlation coefficient between $r_{x,y} = 0.61 > r_{(0.5)(12)} = 0.423$, it means that there is a significant relationship between agility and dribbling skills of Futsal athletes at SMA Negeri 04 Bengkulu Selatan.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang ada di sekolah. Pendidikan jasmani juga merupakan mata pelajaran pendorong perkembangan dalam pertumbuhan dan pembentukan karakter peserta didik. Pendidikan jasmani juga dapat meningkatkan mutu

pendidikan di sekolah. Pendidikan jasmani tidak pula dapat terlepas dari olahraga. Olahraga merupakan wadah untuk seseorang untuk mengembangkan bakat yang ada pada dirinya.

Pencapaian tujuan dalam pembelajaran pendidikan jasmani secara menyeluruh pada kenyataannya tidak lebih dari sekedar harapan, karena guru pendidikan jasmani terkadang masih menilai peserta didik dari tingkat keterampilan saja. Pada dasarnya pendidikan jasmani merupakan serangkaian gerak berpindah dari satu tempat ke tempat lainnya. Namun jika guru hanya menilai dari tingkat keterampilan saja maka hal lain yang harus diperhatikan adalah karakter peserta didik itu, misalnya bagaimana bersikap dan berbicara.

Pembentukan karakter ini dinilai perlu guna menjalankan pada perencanaan sesuai dengan apa yang diharapkan. Pendidikan jasmani tidak lepas dari olahraga. Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan. Pendidikan jasmani dan olahraga pada hakikatnya adalah suatu proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik dan olahraga untuk menghasilkan perubahan individu dalam hal fisik, mental serta emosional.

Perkembangan olahraga mempunyai kedudukan yang sangat penting dalam dunia pendidikan. Kesehatan merupakan salah satu faktor utama yang dapat mempengaruhi kebugaran dan penampilan tubuh, serta harta yang paling berharga yang tidak pernah bisa ditukar dengan apapun. Olahraga dan kesehatan merupakan kebutuhan bagi setiap orang, karena semua orang pasti ingin sehat, tidak seorangpun yang ingin sakit atau terganggu kesehatannya.

Olahraga dapat dimulai sejak usia dini hingga lanjut usia, olahraga dapat dilakukan kapan saja dan dimana saja. Olahraga merupakan sarana setiap orang dalam meluangkan waktu untuk melakukan aktivitas gerak. Hal ini terbukti bahwa olahraga juga sudah menjadi gaya hidup untuk menuju kehidupan yang sehat. Pelaksanaan pendidikan jasmani dan olahraga merupakan jangka panjang dalam upaya peningkatan kehidupan manusia, bahkan untuk sebagian orang yang lain olahraga menjadi sebuah kebutuhan mendasar dalam hidup.

Salah satu alat yang digunakan untuk meningkatkan kualitas manusia adalah olahraga. Olahraga juga mempunyai peranan yang sangat penting untuk membantu tercapainya kebugaran jasmani. Aspek fisik dapat dari kegiatan keolahragaan di masyarakat sebagai upaya menjaga tubuh yang sehat. Olahraga itu sendiri merupakan serangkaian gerak yang teratur dan terencana untuk memelihara dan meningkatkan kemampuan gerak yang bertujuan untuk mempertahankan hidup serta meningkatkan kualitas hidup seseorang. Tujuan seseorang berolahraga adalah untuk meningkatkan kesehatan yang menyeluruh baik jasmani maupun rohani.

Adapun salah satu alasan seseorang menyukai olahraga adalah dikarenakan selain dapat membuat tubuh sehat olahraga juga dapat sebagai ajang perlombaan dalam meraih prestasi. Olahraga prestasi menjadi suatu alasan. Kaitannya dengan perkembangan dari tingkat anak-anak, remaja bahkan ke tingkat dewasa. Ditingkat sekolah menengah atas merupakan masa dimana olahraga merupakan usia yang paling matang dalam meraih suatu prestasi, seperti halnya dengan olahraga futsal.

Futsal merupakan salah satu cabang olahraga yang termasuk dalam permainan bola besar. Olahraga futsal ini dimainkan oleh lima orang termasuk penjaga gawang dan biasanya dimainkan di lapangan pada area dalam ruangan ataupun juga di area luar ruangan. Futsal merupakan cabang olahraga yang populer dan digemari oleh seluruh lapisan masyarakat yang sudah dianggap sebagai gaya hidup yang mampu menciptakan sebuah permainan dengan kompetisi dan persaingan.

Dengan perkembangan prestasi dan pertumbuhan futsal yang semakin bisa diterima di kalangan masyarakat, dan dengan adanya kompetisi yang sering diadakan tersebut, maka sekolah-sekolah khususnya, ikut berlomba-lomba dalam meningkatkan kualitas dari segi pelatih, pemain, serta metode latihan. Seperti halnya sekolah yang ada di Bengkulu Selatan, tepatnya pada SMA 04, permainan futsal di sekolah tersebut belum dirasakan prestasi yang membanggakan. Dalam hal ini kaitannya mengenai pemahaman futsal yang kurang baik dalam segi mental, fisik, serta perkembangan baik tingkat kelincahan maupun teknik dasar *dribbling*. Hal ini terlihat dari beberapa kali yang penulis amati pada saat latihan. Banyak pemain yang mudah kehilangan pola permainan yang disebabkan masih kaku dalam bergerak, penempatan posisi serta terlalu mudah kehilangan bola dikarenakan kelincahan dalam melakukan *dribbling* yang masih dari kata baik.

Pembahasan mengenai teknik dasar yang ada di atas mengenai teknik dasar, *dribbling* merupakan salah satu teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain futsal. Kelincahan dalam bermain futsal dapat diartikan sebagai kunci dalam setiap aktivitas keterampilan gerak, sedangkan *dribbling* merupakan salah satu teknik dasar yang selalu digunakan pemain untuk mengecoh lawan sehingga membongkar pertahanan lawan dalam menciptakan gol untuk memenangkan suatu pertandingan.

Berdasarkan dari beberapa permasalahan serta hasil dari pengamatan yang penulis lakukan di SMA Negeri 04 Bengkulu Selatan, maka peneliti mengajukan sebuah judul dalam melakukan proses penelitian yaitu "Hubungan Kelincahan Terhadap Keterampilan *Dribbling* Futsal Di SMA Negeri 04 Bengkulu Selatan".

METODE PENELITIAN

Metode penelitian merupakan suatu cara atau jalan untuk memperoleh kembali pemecahan terhadap segala permasalahan, Subagyo (2015:2). Adapun variabel bebas disini adalah kelincahan (X), sedangkan variabel terikatnya adalah keterampilan *dribbling* sebagai (Y). Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode korelasional (*correlational research*).

HASIL

Sesuai dengan rancangan penelitian dan studi kepustakaan yang telah dikemukakan terdahulu, analisis data dilakukan terhadap hasil tes kedua variabel. Kedua variabel tersebut adalah Kelincahan sebagai variabel bebas dan keterampilan *dribbling* pada SMA Negeri 04 Bengkulu Selatan sebagai variabel terikatnya. Selanjutnya akan dijabarkan hasil dari penelitian sebagai berikut:

Hasil Tes Kelincahan (X)

Dari hasil pengukuran Kelincahan yang dilakukan terhadap atlet futsal SMA Negeri 04 Bengkulu Selatan didapat skor tertinggi 11.23 dan skor terendah 17, berdasarkan data tersebut rata-rata hitung (*mean*) 14.20 dan simpangan baku (standar deviasi) 1.52. Distribusi kategori Kelincahan yang dilakukan terhadap SMA Negeri 04 Bengkulu Selatan Bengkulu dapat dilihat pada tabel berikut :

Dari tabel di atas dapat disimpulkan bahwa dari 22 futsal SMA Negeri 04 Bengkulu Selatan sebanyak 4 orang atlet (18.18%) memiliki nilai 11.23-12.38. 4 orang atlet (18.18%) memiliki nilai 12.39-13.54. 5 orang atlet (22.72%) memiliki nilai 13.55-14.7 . 7 orang atlet (31.81%) memiliki nilai 14.8-15.95 . 2 orang atlet (9.09%) memiliki nilai 15.96-17.11 . 0 orang atlet (0%) memiliki nilai 17.12-18.27

Hasil Tes Keterampilan *Dribbling* (Y)

Dari hasil pengukuran *Dribbling* yang dilakukan terhadap atlet futsal SMA Negeri 04 Bengkulu Selatan terdapat skor tertinggi 6.44 dan skor terendah 14.09 berdasarkan data tersebut rata-rata hitung (*mean*) 8.35 dan simpangan baku (standar deviasi) 1.87. Distribusi kategori keterampilan *Dribbling* yang dilakukan atlet Futsal SMA Negeri 04 Bengkulu Selatan dapat dilihat pada tabel berikut :

Dapat disimpulkan bahwa dari 22 futsal SMA Negeri 04 Bengkulu Selatan sebanyak 11 orang atlet (50%) memiliki nilai 6.44-7.97. 6 orang atlet (27.27%) memiliki nilai 7.98-9.51. 4 orang atlet (13.63%) memiliki nilai 9.52-11.05. 1 orang atlet (4.54%) dengan nilai 11.06-12.59. 0 orang atlet (0%) memiliki nilai 12.60-14.13.

PEMBAHASAN

Uji normalitas data

Sebelum melakukan pengujian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, maka terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat analisis data yaitu uji normalitas data. Dalam uji normalitas data ini peneliti menggunakan uji normalitas data *lilliefors*. Adapun hasil analisis dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Hasil pengujian untuk kelincahan (X) skor L_{hitung} 0,0835 dengan $n=22$ sedangkan L_{tabel} pada taraf signifikan 5% atau 0,05 diperoleh 0,190. Karena L_{hitung} lebih kecil dari L_{tabel} sehingga dapat disimpulkan bahwa skor yang diperoleh dari kelincahan berdistribusi normal. Selain itu tabel tersebut di atas juga menunjukkan bahwa hasil pengujian untuk keterampilan *Dribbling* (Y) skor $L_{hitung} = 0,1799$ dengan $n=22$, sedangkan L_{tabel} pada taraf signifikan 5% atau 0,05 diperoleh 0,190. Karena L_{hitung} lebih kecil dari pada L_{tabel} sehingga dapat disimpulkan bahwa skor yang diperoleh dari keterampilan *Dribbling* berdistribusi normal.

Uji Homogenitas Data

Uji prasyarat analisis data setelah melakukan uji normalitas data maka dilakukan uji homogenitas data dengan menggunakan uji varians (uji F dari Hevley)

Hasil pengujian varians untuk Kelincahan (X) didapat skor 1.52, sedangkan hasil pengujian varians untuk Keterampilan *Dribbling* (Y) didapat skor 1.87 sehingga didapat F_{hitung} dengan menggunakan uji F dari Hevley diperoleh skor 1.22. Sedangkan untuk nilai F_{tabel} dengan tarap signifikan 5% atau 0,05 adalah =3,44 karena F_{hitung} (1.22) lebih kecil dari F_{tabel} (3,44) maka data dapat disimpulkan bahwa skor yang diperoleh untuk Kelincahan (X) terhadap Keterampilan *Dribbling* (Y) memiliki data yang homogen.

Hasil Uji Hipotesis

Analisis data penelitian yang digunakan untuk menguji hipotesis terdiri atas analisis korelasi sederhana. Hipotesis dalam penelitian ini adalah “Ada hubungan yang signifikan antara kelincahan terhadap keterampilan *dribbling*”. Hasil uji hipotesis dengan menggunakan analisis koefisien korelasi *product moment*

Berdasarkan hasil analisis tersebut di atas diperoleh koefisien korelasi kelincahan terhadap keterampilan *dribbling* futsal SMA Negeri 04 Bengkulu Selatan sebesar 0,61 bernilai positif, artinya semakin besar skor yang diperoleh maka semakin kuat hubungan antara kedua variabel. Uji keberartian koefisien korelasi tersebut dilakukan dengan cara harga r_{hitung} dengan r_{tabel} pada $\alpha = 5\%$ dengan $n=22$ diperoleh r_{tabel} sebesar 0,423 Karena koefisien korelasi antara $r_{x,y} = 0,61 > r_{(0,5)(12)} = 0,423$ berarti hubungan kelincahan terhadap keterampilan *dribbling* atlet Futsal SMA Negeri 04 Bengkulu Selatan adalah signifikan. Dengan demikian hipotesis yang berbunyi “ada hubungan yang kuat antara kelincahan terhadap keterampilan *dribbling* atlet Futsal SMA Negeri 04 Bengkulu Selatan”, diterima. Artinya ada hubungan kelincahan terhadap keterampilan *dribbling* atlet Futsal SMA Negeri 04 Bengkulu Selatan.

Hasil perhitungan yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan (X) dengan keterampilan *dribbling* (Y) menunjukkan harga r_{hitung} dengan r_{tabel} pada $\alpha = 5\%$ dengan $n=22$ diperoleh r_{tabel} sebesar 0,423 Karena koefisien korelasi antara $r_{x,y} = 0,61 > r_{(0,5)(12)} = 0,423$ berarti hubungan kelincahan terhadap keterampilan *dribbling* atlet Futsal SMA Negeri 04 Bengkulu Selatan adalah signifikan

Temuan dalam penelitian ini menjelaskan bahwa atlet yang memiliki kelincahanyang baik, maka akan memiliki keterampilan menggiring bola yang baik. Disamping itu, hasil penelitian menunjukkan bahwa kelincahan penting dimiliki dan ditingkatkan oleh setiap atlet dalam peningkatan keterampilan *dribbling*.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Hasil perhitungan yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan (X) dengan keterampilan *dribbling* (Y) menunjukkan harga r_{hitung} dengan r_{tabel} pada $\alpha = 5\%$ dengan $n=22$ diperoleh r_{tabel} sebesar 0,423 Karena koefisien korelasi antara $r_{x,y} = 0,61 > r_{(0,5)(12)} = 0,423$ berarti hubungan kelincahan terhadap keterampilan *dribbling* atlet Futsal SMA Negeri 04 Bengkulu Selatan adalah signifikan

Saran

Perlu adanya kelincahan dan keterampilan dalam permainan futsal sehingga membuat para atlet dapat bergerak lincah terutama pada atlet futsal SMA Negeri 04 Bengkulu Selatan..

DAFTAR PUSTAKA

1. Arikunto, Suharsimi. 2014. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
2. Charlim, dkk. 2012. *Mengenal Lebih Jauh Tentang Futsal*. Jakarta Barat: Multi Kreasi Satudelapan.
3. FIFA. 2015. *Futsal Laws Of The Game*.
4. Fenanlampir, Albertus. 2015. *Tes dan Pengukuran dalam Olahraga*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
5. Lhaksana, Justinus. 2012. *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta: Be Champion.
6. Lubis, Johansyah. 2013. *Panduan Praktis Penyusun Program Latihan*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
7. Mulyono, Muhammad Asriady. 2017. *Buku Pintar Panduan Futsal*. Jakarta Timur: Anugrah.
8. Murhananto. 2006. *Dasar-Dasar Permainan Futsal*. Tangerang: PT. Agromedia Pustaka.
9. Putra, Angga Yogi. 2019. *Hubungan Antara Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Keterampilan Dribbling Futsal Di Akademi Dehasen (Skipsi)*
10. Subagyo, P. Joko. 2015. *Metode Penelitian Dalam Teori Dan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
11. Sukirno. 2010. *Belajar Bermain Futsal*. Depok: CV Arya Duta.
12. Sutarmin. 2011. *Belajar Futsal*. Solo: PT Pantja Simpati.
13. Widiastuti. 2017. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT Bumi Timur Jaya.