

**HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN DAN KELINCAHAN
TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING
BOLA PADA PEMAIN SEPAKBOLA
TUNAS HARAPAN TAHUN 2020**

Oleh

M. Ryan Padli, NIM 1616041004

Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola. Penelitian kali ini menggunakan jenis penelitian korelasional. Penelitian kali ini menggunakan pemain sepakbola klub Tunas Harapan Tahun 2020 dengan jumlah 20 orang dan rentang usianya 18 sampai 20 tahun sebagai subjek penelitian. Objek yang digunakan dalam penelitian ini adalah kecepatan, kelincahan, dan kemampuan menggiring bola. Instrumen yang digunakan untuk mengukur kecepatan lari yaitu 30 meter *sprint test*, untuk mengukur kelincahan menggunakan tes *Illinois agility run*, dan untuk mengukur kemampuan menggiring bola digunakan tes menggiring bola. Hasil penghitungan korelasi ganda diperoleh hasil nilai r hitung $>$ r tabel yaitu $= 0.602 > 0.444$, artinya variabel x_1 , x_2 , dan y memiliki hubungan. Berdasarkan hasil tersebut, kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola memiliki hubungan yang signifikan, kecepatan dalam menggiring bola digunakan untuk memenangkan duel saat menggiring bola dan untuk melewati pertahanan lawan dengan menerobos pertahanan lawan saat menggiring bola, kelincahan digunakan untuk melakukan gerakan merubah arah saat menggiring bola secara cepat sehingga pemain lawan tidak dapat mengantisipasi gerakan saat menggiring bola. Saran bagi pelatih sepakbola klub Tunas Harapan agar dalam latihan lebih meningkatkan kecepatan lari dan kelincahan pemain saat menggiring bola. Kecepatan digunakan untuk menerobos pertahanan lawan, dan kelincahan digunakan untuk mengecoh lawan saat melakukan gerakan menggiring bola.

Kata kunci: kecepatan lari, kelincahan, menggiring bola.

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between speed and agility on the ability to dribble. This research uses a correlational type of research. This research uses the club football player Tunas Harapan 2020 with a total of 20 people and the age range of 18 to 20 years as research subjects. The objects used in this study are speed, agility, and ability to dribble. The instrument used to measure running speed is a 30 meter sprint test, to measure agility using the Illinois agility run test, and to measure dribbling ability using a dribbling test. The results of the calculation of multiple correlations obtained the value of $r_{count} > r_{table}$ that is $= 0.602 > 0.444$, meaning that the variables x_1 , x_2 , and y have a relationship. Based on these results, the speed and agility of the ability to dribble have a significant relationship, the speed in dribbling the ball is used to win the duel when dribbling the ball and to get past the opponent's defense by breaking through the opponent's defense while dribbling, agility is used to make movements to change direction when dribbling the ball quickly so that the opposing player cannot anticipate movements when dribbling. Suggestions for the club's soccer coach Tunas Harapan so that in practice further improve the running speed and agility of players when grind the ball. Speed is used to break through the opponent's defense, and agility is used to outwit the opponent when making dribbling movements.

Keywords: running speed, agility, dribbling.