

**KONTRIBUSI KECEPATAN DAN KELINCAHAN TERHADAP
KEMAMPUAN *DRIBBLING* PEMAIN SEPAKBOLA PUSLAT
PANDANARAN**



Skripsi Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Pada Program Studi Pendidikan Olahraga.

Diajukan Oleh:

Daru Ady Wicaksono

A810170046

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS KEGURUAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2021

HALAMAN PERSETUJUAN

KONTRIBUSI KECEPATAN DAN KELINCAHAN TERHADAP KEMAMPUAN *DRIBBLING* PEMAIN SEPAKBOLA PUSLAT PANDANARAN

Disusun Oleh:

Daru Ady Wicaksono

A810170046

Skripsi telah disetujui oleh pembimbing skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu
Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Surakarta untuk dipertahankan
dihadapan tim penguji skripsi.

Pembimbing



Pungki Indarto S.pd., M.Or.

Nidn: 0628128603

HALAMAN PENGESAHAN

**KONTRIBUSI KECEPATAN DAN KELINCAHAN TERHADAP
KEMAMPUAN *DRIBBLING* PEMAIN PUSLAT PANDANARAN**

OLEH

DARU ADY WICAKSONO

A810170046

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan

Pada hari, Jumat 19 Agustus 2021

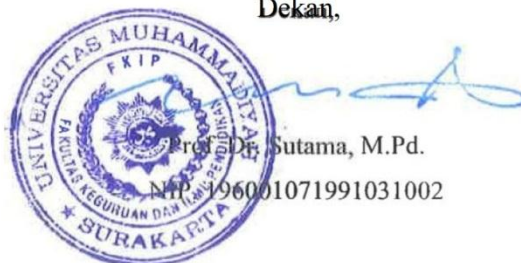
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dewan Penguji:

1. **Pungki Indarto S.Pd., M.Or**
Ketua Penguji
2. **Agam Akhmad Syaukani S.Si, M.Ed**
Anggota I Penguji
3. **Muhad Fatoni S.Pd., M.Or**
Anggota II Penguji

(.....)
(.....)
(.....)

Dekan,



Prof. Dr. Sutama, M.Pd.
NIP. 196001071991031002

PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : Daru Ady Wicaksono

NIM : A810170046

Program Studi : Pendidikan Olahraga

Judul Proposal Skripsi : Kontribusi Kecepatan dan Kelincahan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Pada Pemain Sepakbola Puslat Pandanaran Boyolali.

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi yang saya buat ini benar-benar hasil karya saya sendiri dan bebas plagiat karya orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu/dikutip dalam naskah dan disebutkan pada daftar pustaka. Apabila di kemudian hari terbukti skripsi ini hasil plagiat, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku.

Surakarta, 19 Agustus 2021

Penulis



DARU ADY WICAKSONO

A810170046

PERSEMBAHAN

Dengan puji syukur rahmat dan nikmat dari Allah Swt dan suri tauladan Nabi Muhammad SAW, penulis bisa mengarungi kehidupan ini dan mengetahui yang benar dan yang salah, melalui karya sederhana ini penulis persembahkan untuk:

1. Bapak (Tri Tarto) dan Ibu (Partimah) yang selalu memberikan semangat dan do'anya buat saya.
2. Bapak/Ibu Dosen Pendidikan Olahraga Universitas Muhammadiyah Surakarta yang sangat saya hormati
3. Bapak Pungki Indarto S.Pd., M.Pd ang membimbing dan memotivasi saya sebagai pembimbing skripsi saya.
4. Teman teman mahasiswa POR UMS terutama angkatan 2017.
5. Teman yang selalu memotivasi saya yaitu Riandika, Chandra, Hamzah, dan Ilzam.
6. Pelatih dan pemain sepakbola Puslat Pandanaran yang telah membantu penelitian saya.

RINGKASAN

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui kontribusi kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pada pemain sepakbola Puslat Pandanaran Boyolali tahun 2021. Menghitung kontribusi secara kecepatan terhadap kemampuan *dribbling*, kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* dan secara bersamaan. Metode penelitian dalam penelitian ini adalah jenis kuantitatif komperatif dengan menggunakan 3 variabel yaitu 2 variabel bebas dan 1 variabel terikat. Dasar penelitian ini adalah mencari kontribusi antara variabel bebas yaitu kecepatan dan kelincahan terhadap variabel terikat yaitu kemampuan *dribbling*. Populasi yang digunakan adalah seluruh pemain sepakbola Puslat Pandanaran Boyolali yang berjumlah 72 orang. Terdiri dari U-14 yang berjumlah 49 pemain dan U-16 yang berjumlah 23 pemain. Sampel yang digunakan adalah pemain U-16 dengan cara *purposive sampling* diambil sampel 16 pemain. Instrumen tes dalam penelitian ini yaitu tes lari *sprint* 60 meter dan tes *shuttle run* dan tes kemampuan *dribbling*. Hasil penelitian ini yaitu terdapat kontribusi kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* pemain sepakbola Puslat Pandanaran Boyolali sebesar 29,8%, terdapat kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* sebesar 56,7% dan terdapat kontribusi kecepatan dan kelincahan secara bersamaan terhadap kemampuan *dribbling* sebesar 59,5%.

Kata Kunci: Kecepatan, Kelincahan, Kemampuan *Dribbling*.

SUMMARY

The purpose of this study was to determine the contribution of speed and agility to the dribbling ability of the football players of the Pandanaran Boyolali Center in 2021. To calculate the contribution of speed to dribbling ability, agility to dribbling ability and simultaneously. The research method in this study is a comparative quantitative type using 3 variables, namely 2 independent variables and 1 dependent variable. The basis of this research is to find the contribution between the independent variables, namely speed and agility to the dependent variable, namely dribbling ability. The population used were all soccer players from the Pandanaran Boyolali Center, which amounted to 72 people. Consisting of U-14 totaling 49 players and U-16 totaling 23 players. The sample used is U-16 players by purposive sampling taken a sample of 16 players. The test instruments in this study were the 60 meter sprint test and the shuttle run test and the dribbling ability test. The results of this study are that there is a contribution of speed to the dribbling ability of the Puslat Pandanaran Boyolali soccer players by 29,8%, there is a contribution of agility to dribbling ability of 56,7% and there is a contribution of speed and agility simultaneously to dribbling ability of 59,5%.

Keyword: Speed, Aqility, And Dribbling Ability

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
PERSEMBAHAN	iv
RINGKASAN	v
SUMMARY	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Pembatasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah.....	4
E. Tujuan Penelitian.....	4
F. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Penelitian yang Relevan.....	6
B. Kajian Teori	9
C. Kerangka Berfikir	22
D. Hipotesis	23
BAB III METODE PENELITIAN.....	24
A. Jenis dan Desain Penelitian	24
B. Tempat dan Waktu Penelitian	24
C. Populasi, Sampel, dan Sampling.....	24
D. Alat dan Bahan.....	25
E. Definisi Operasional Variabel	25
F. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	26

G. Teknik Analisis Data	29
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	32
A. Deskripsi Data.....	32
B. Hasil Analisis Data.....	34
C. Pembahasan.....	41
D. Keterbatasan Penelitian.....	43
BAB V PENUTUP.....	44
A. Simpulan	44
B. Implikasi.....	44
C. Saran.....	45
DAFTAR PUSTAKA	46
LAMPIRAN	48

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Persamaan dan Perbedaan Penelitian	8
Tabel 2. Skala Intensitas Latihan	15
Tabel 3. Norma Lari Sprint 60 meter	27
Tabel 4. Norma Tes Shuttle Run.....	28
Tabel 5. Norma Tes Kemampuan Dribbling.....	29
Tabel 6. Deskripsi Hasil Data	32
Tabel 7. Uji Normalitas Shapiro Wilk	34
Tabel 8. Uji Linearitas Kecepatan - Kemampuan Dribbling	35
Tabel 9. Uji Linearitas Kelincahan – Kemampuan Dribbling	35
Tabel 10. Rangkuman Pengujian Anova (Uji-F) X1 X2 atas Y	36
Tabel 11. Uji Signifikansi dan Linearitas Regresi X1 X2 atas Y, $\hat{Y} = -8.306 + 0,923 X1 + 1,794 X2$	36
Tabel 12. Uji T Parsial	37
Tabel 13. Kontribusi kecepatan dan kelincahan	39
Tabel 14. Kontribusi kecepatan dan kelincahan	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berfikir.....	22
Gambar 2. Konstelasi Penelitian.....	24
Gambar 3. Lari Sprint 60 meter	26
Gambar 4. Test Shuttle Run	27
Gambar 5. Tes Kemampuan Dribbling	28

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Rincian Waktu Dan Jenis Kegiatan Penelitian	48
Lampiran 2. Hasil Tes Penelitian	49
Lampiran 3. T Tabel.....	51
Lampiran 4. F Tabel	52
Lampiran 5. Hasil Perhitungan SPSS V 25.....	53
Lampiran 6. Foto Dokumentasi Penelitian.....	63
Lampiran 7. Daftar Pemain Puslat Pandanaran.....	65
Lampiran 8. Surat-surat.....	67