

HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN DENGAN KEMAMPUAN DRIBBLING DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA PADA MAHASISWA JURUSAN POR FIKKM UNIMA

Jodi Dadamuda

Universitas Negeri Manado, Sulawesi Utara, Indonesia

Korespondensi: jodidadamuda@email.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kelincahan dengan kemampuan dribbling bola dalam permainan sepak bola pada mahasiswa Jurusan POR FIKKM Universitas Negeri Manado. Penelitian menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan korelasional. Sampel berjumlah 20 mahasiswa putra yang dipilih secara acak sederhana. Instrumen pengumpulan data terdiri dari tes kelincahan (shuttle run 4×10 meter) dan tes kemampuan dribbling bola zig-zag menggunakan stopwatch. Hasil analisis menunjukkan nilai korelasi (r) sebesar 0,91 yang termasuk dalam kategori hubungan sangat kuat, dengan kontribusi sebesar 82,81%. Uji signifikansi menunjukkan $t_{hitung} = 9,312 > t_{tabel} = 2,101$ ($p < 0,05$), sehingga disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dan kemampuan dribbling bola.

Kata kunci: kelincahan, kemampuan dribbling, sepak bola, mahasiswa.

Abstract

This study aims to determine the correlation between agility and dribbling ability in football among students of the Department of Physical Education at FIKKM UNIMA. The research applied a descriptive method with a correlational approach. A total of 20 male students were randomly selected. Data collection instruments included an agility test (4×10 meter shuttle run) and a zig-zag dribbling test using a stopwatch. The analysis revealed a correlation coefficient (r) of 0.91, indicating a very strong relationship, with a contribution of 82.81%. The significance test showed $t_{count} = 9.312 > t_{table} = 2.101$ ($p < 0.05$), confirming a significant relationship between agility and dribbling ability.

Keywords: agility, dribbling ability, football, students.

1. PENDAHULUAN

Permainan sepak bola menuntut penguasaan teknik dan kondisi fisik yang baik untuk menunjang performa atlet secara keseluruhan. Salah satu teknik dasar yang penting dikuasai oleh pemain adalah dribbling atau kemampuan menggiring bola, yang sangat berkaitan erat dengan unsur kelincahan. Kelincahan merupakan kemampuan tubuh untuk melakukan perubahan posisi secara cepat dan tepat tanpa kehilangan keseimbangan.

Mahasiswa jurusan pendidikan olahraga sebagai calon pendidik dan pelatih masa depan harus memiliki kompetensi teknik dan kondisi fisik yang mumpuni, termasuk kemampuan dalam menggiring bola yang efektif. Berdasarkan observasi awal terhadap

Received: Mei 09, 2025; Revised: Mei 17, 2025; Accepted: Mei 29, 2025; Online Available: Juni 12, 2025.

Jodi Dadamuda, jodidadamuda@email.com

mahasiswa Jurusan POR FIKKM UNIMA, terlihat bahwa kemampuan dribbling mereka masih bervariasi dan belum optimal. Hal ini mendorong peneliti untuk menelusuri apakah terdapat hubungan yang nyata antara kelincahan dan kemampuan dribbling bola.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Penelitian ini bertujuan menguji sejauh mana hubungan antara variabel bebas (kelincahan) dan variabel terikat (kemampuan dribbling bola). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa putra Jurusan POR FIKKM UNIMA berjumlah 65 orang. Sampel diambil secara random sederhana sebanyak 20 mahasiswa. Instrumen Pengumpulan Data menggunakan tes Kelincahan menggunakan Shuttle Run 4x10 meter dan tes Kemampuan Dribbling Bola menggunakan lintasan zig-zag dengan 10 tiang pancang. Teknik Analisis Data yang digunakan adalah uji normalitas dengan lilliefors., uji korelasi pearson product moment dan uji signifikansi dengan uji-t.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Statistik Deskriptif

Berikut adalah data statistik deskriptif untuk variabel kelincahan dan kemampuan dribbling bola pada mahasiswa Jurusan POR FIKKM UNIMA:

Variabel	Rata-rata	Standar Deviasi	Skor Minimum	Skor Maksimum
Kelincahan	22,05 detik	1,62	19,05	25,33
Dribbling	21,65 detik	1,68	18,69	24,88

3.2 Uji Normalitas dan Korelasi

Hasil uji normalitas menggunakan Lilliefors menunjukkan bahwa data berdistribusi normal, dengan nilai Lo kelincahan = 0,0865 dan Lo dribbling = 0,0906, lebih kecil dari $L_{tabel} = 0,190$. Oleh karena itu, data dapat dianggap berdistribusi normal dan layak untuk dilakukan analisis korelasi Pearson Product Moment.

Hasil perhitungan nilai korelasi menunjukkan $r = 0,91$, yang berarti terdapat hubungan yang sangat kuat antara kelincahan dan kemampuan dribbling. Koefisien determinasi (r^2) sebesar 0,8281 menunjukkan bahwa kelincahan menyumbang 82,81% terhadap kemampuan

dribbling. Uji signifikansi menghasilkan $t_{hitung} = 9,312 > t_{tabel} = 2,101$, yang berarti hubungan ini signifikan secara statistik pada taraf signifikansi 0,05.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa dengan kelincahan yang baik cenderung memiliki kemampuan dribbling yang lebih baik pula. Kelincahan memberikan kontribusi besar dalam mendukung performa teknik menggiring bola karena memungkinkan pemain bergerak cepat, menjaga keseimbangan, dan menghindari lawan dalam situasi permainan. Dalam konteks pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga, temuan ini penting untuk menjadi perhatian dalam penyusunan program latihan. Latihan kelincahan seperti shuttle run, cone drills, dan zig-zag running sebaiknya menjadi bagian dari latihan teknik dribbling bola. Dosen dan pelatih dianjurkan untuk mengintegrasikan latihan-latihan kelincahan dalam kurikulum pembelajaran agar dapat meningkatkan performa teknik dasar permainan sepak bola. Meskipun kelincahan menyumbang sebesar 82,81% terhadap kemampuan dribbling, sisanya kemungkinan dipengaruhi oleh faktor lain seperti koordinasi, kekuatan otot, konsentrasi, dan pengalaman bermain. Hal ini membuka peluang untuk penelitian lanjutan dengan memasukkan variabel-variabel tersebut.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Terdapat hubungan yang sangat kuat dan signifikan antara kelincahan dengan kemampuan dribbling bola pada mahasiswa Jurusan POR FIKKM UNIMA. Kelincahan menyumbang sebesar 82,81% terhadap kemampuan dribbling. Mahasiswa dan pelatih hendaknya memberikan perhatian lebih pada latihan kelincahan. Pengajaran teknik dribbling hendaknya dipadukan dengan latihan fisik yang mengembangkan kelincahan. Penelitian lanjutan disarankan menambahkan variabel seperti koordinasi dan keseimbangan.

REFERENSI

- Azwar, S. (2012). Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya. Yogyakarta: Liberty Baley,
James A. (1986). Pedoman Atlet Teknik Peningkatan Ketangkasan dan Stamina.
Semarang: Dahara Prise.
- Arikunto, S. (2002). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek Edisi Revisi V. Jakarta:
PT Rienka Cipta.
- Batty, Eric C. (1982). Latihan Sepakbola Metode Baru (Serangan). Bandung: PIONIR.

- Depdikbud. (2003). Undang-Undang RI Nomor 20, Tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional.
- Guntur. (2009). Peranan Pendekatan Andragogis Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia (Volume 6 Nomor 2). Halaman 15.
- Iman, I. (2013). Hubungan antara kelincahan dan kecepatan terhadap hasil menggiring bola. Skripsi. Pontianak: FIK,UTP.
- Irianto, S. dan Sismadiyanto. (1995). Penyusunan Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Bagi Siswa Sekolah Sepakbola Puspor IKIP Yogyakarta, tanggal 29 Desember 1995. Hasil Penelitian. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.
- Irianto, S. (2010). Pedoman Pelaksanaan Pengembangan Tes Kecakapan “David Lee” untuk Sekolah Sepakbola (SSB) Kelompok Umur 14-15 Tahun. Tesis. Yogyakarta: FIK UNY.
- Kharismayanda. (2013). Uji Validitas, Reliabilitas, dan Objektivitas Tes kelincahan sepakbola Balsom untuk siswa ekstrakurikuler sepakbola di SMAN Se-Kota Cimahi. Skripsi. Bandung: FPOK-UPI.
- Luxbacher, J.A. (2011). Sepakbola. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Mielke, D. (2007). Dasar-Dasar Sepak Bola. Bandung: Pakar Raya Pustaka.
- Purwanto, S. (n.d.). Hubungan Antara Kecepatan Dan Kelincahan Dengan Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola. Jurnal Keolahragaan. 1–7.
- Rahman, S. (2016). Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Kelincahan Balsom Agility Test untuk Atlet Sekolah Menengah Pertama Kelas Khusus Olahraga di Daerah Istimewa Yogyakarta. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Soegiyanto dan Sodjarwo. (1993). Perkembangan dan belajar gerak. Jakarta: Depdikbud.