

## Hubungan Kecepatan dan Kelincahan Dengan Kemampuan Dribbling Bola Pemain Futsal Bujang Rimbo FC

Ihkwanul Akbar<sup>1</sup>, Yulifri<sup>2</sup>, Sri Gusti Handayani<sup>3</sup>, Haripah Lawanis<sup>4</sup>

Departemen Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia<sup>1234</sup>  
[ihkwanulakbar@gmail.com](mailto:ihkwanulakbar@gmail.com), [yulifri@fik.unp.ac.id](mailto:yulifri@fik.unp.ac.id), [srigusti@fik.unp.ac.id](mailto:srigusti@fik.unp.ac.id), [haripahlawanis@fik.ac.id](mailto:haripahlawanis@fik.ac.id)

DOI: <https://doi.org/10.24036/JPDO.7.12.2024.1052>

Kata Kunci : Kecepatan, Kelincahan, *Dribbling*, Pemain Futsal

Abstrak : Masalah dalam penelitian ini adalah diduga karena rendahnya prestasi Bujang Rimbo FC. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan kecepatan dan kelincahan dengan kemampuan *dribbling*. Jenis penelitian ini adalah *korelasional*. Populasi adalah pemain sepak bola SMP berjumlah 20 orang. Penarikan sampel menggunakan teknik *Sensus Sampling*, sebanyak 20 orang. Instrumen tes yaitu tes kecepatan, kelincahan dan *dribbling*. Uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov Test Sig.* > 0,05, data berdistribusi normal. Data dianalisis dengan menggunakan statistik korelasi *product moment* menggunakan SPSS v.22. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1. Terdapat hubungan kecepatan dengan kemampuan *dribbling* pemain Futsal Bujang Rimbo FC. (Kontribusi X1 dengan Y) *Sig.* (2-tailed) 0,000 < 0,05 sebesar 89,9%. 2. Terdapat hubungan kelincahan dengan kemampuan *dribbling* pemain Futsal Bujang Rimbo. (Kontribusi X2 dengan Y) *Sig.* (2-tailed) 0,043 < 0,05 sebesar 51,9%. 3. Terdapat hubungan kecepatan dan kelincahan dengan kemampuan *dribbling* pemain Futsal Bujang Rimbo FC (Kontribusi X1 dan X2 dengan Y) *Sig.* F Change sebesar 90,3%. Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis maka dapat ditarik kesimpulan bahwa Terdapat hubungan kecepatan dengan kemampuan *dribbling* pemain Futsal Bujang Rimbo. (Kontribusi X1 dengan Y) *Sig.* (2-tailed) 0,000 < 0,05 sebesar 89,9%. Terdapat hubungan kelincahan dengan kemampuan *dribbling* pemain Futsal Bujang Rimbo FC. (Kontribusi X2 dengan Y) *Sig.* (2-tailed) 0,043 < 0,05 sebesar 51,9%.

Keywords : *Speed, Agility, Dribbling, Futsal Player*

Abstract : *The problem in this research is thought to be due to the low performance of Bujang Rimbo FC. The aim of the research was to determine the relationship between speed and agility and dribbling ability. This type of research is correlational. The population is 20 junior high school football players. Samples were drawn using the Census Sampling technique, as many as 20 people. The test instruments are speed, agility and dribbling tests. Normality test Kolmogorov-Smirnov Test Sig. > 0.05, data is normally distributed. Data were analyzed using product moment correlation statistics using SPSS v.22. The results of the research show that: 1. There is a relationship between speed and the dribbling ability of Bujang Rimbo FC Futsal players. (Contribution of X1 to Y) Sig. (2-tailed) 0.000 < 0.05 for 89.9%. 2. There is a relationship between agility and the dribbling ability of Bujang Rimbo FC Futsal players. (Contribution of X2 to Y) Sig. (2-tailed) 0.043 < 0.05 for 51.9%. 3. There is a relationship between speed and agility and the dribbling ability of Bujang Rimbo FC Futsal players (Contribution of X1 and X2 with Y) Sig. F Change of 90.3%.*

## **PENDAHULUAN**

Olahraga merupakan salah satu aspek yang dapat meningkatkan kualitas manusia secara jasmaniah dan rohaniah. Olahraga mempunyai tujuan yang berbeda-beda sesuai dengan olahraga yang dilakukan, akan tetapi tujuan olahraga secara umum meliputi memelihara dan meningkatkan kesegaran jasmani. Olahraga menjadi kebutuhan yang sangat penting karena tidak terlepas dari kebutuhan mendasar dalam melaksanakan aktivitas gerak sehari-hari. (Nainggolan & Yulifri, 2024).

Memelihara dan meningkatkan kesehatan, meningkatkan kegemaran manusia berolahraga sebagai rekreasi serta menjaga dan meningkatkan prestasi olahraga setinggi-tingginya (Saiful & Wolter Mongsidi, 2021).

Tujuan tersebut telah menjadi bagian yang terpenting untuk dicapai secara umum, tetapi tujuan khusus yang lebih penting adalah memenangkan suatu pertandingan. keberhasilan akan diraih apabila latihan yang dilakukan sesuai dan berdasarkan prinsip latihan yang terencana, dan terprogram yang mempunyai tujuan tertentu.

Menurut undang-undang republik indonesia nomor 11 tahun 2022 tentang keolahragaan. Undang-undang ini menyebutkan bahwa olahraga merupakan segala kegiatan yang melibatkan, raga, dan jiwa secara terinteraksi dan sistematis untuk mendorong, serta mengembangkan potensi jasmani, dan budaya (Wahyuri et al., 2019).

Kemudian menurut (Naldi & Irawan, 2020) olahraga adalah kebutuhan setiap manusia karena olahraga itu merupakan kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial.

Peningkatan mutu olahraga indonesia hendaknya mendapat dorongan dari semua pihak, dimulai dari tingkat nasional sampai

ke tingkat daerah, semua pihak yang terkait dalam peningkatan mutu olahraga indonesia hendaknya saling membantu demi kemajuan olahraga indonesia.

Peningkatan mutu olahraga indonesia hendaknya dimulai dari organisasi olahraga profesional, tenaga pelatih yang baik, sarana dan prasarana yang lengkap dan pembinaan atlet yang terlaksana dengan baik, olahraga dapat membangkitkan kebanggaan daerah nasional dan internasional (Rosmawati, 2016).

Pembangunan dan perkembangan olahraga perlu mendapatkan perhatian yang baik melalui perencanaan dan pelaksanaan yang sistematis dalam pembangunan daerah haingga nasional.

Salah satu cabang olahraga yang berkembang di indonesia adalah futsal. Futsal merupakan olahraga yang sedang banyak di minati oleh masyarakat di berbagai kalangan, anak-anak, remaja maupun orang dewasa terlibat dalam olahraga ini, baik menyehatkan maupun untuk mencapai prestasi.

Prestasi merupakan tujuan utama yang ingin dicapai dalam pembinaan olahraga. Prestasi adalah hasil yang telah dicapai seseorang dalam melakukan kegiatan. (Handayani., 2019).

Hal ini dapat dilihat melalui animo masyarakat yang begitu besar dalam mengikuti kompetisi futsal yang diadakan di berbagai instansi, organisasi dan daerah. Perkembangan olahraga futsal yang begitu pesat mendorong banyak orang untuk membuat berbagai klub futsal.

Menurut (Festiawan, 2020), "Futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim, masing - masing tim beranggotakan 5 orang, dan tujuan bermain futsal adalah memasukkan bola ke gawang lawan yang memainkan bola dengan kaki.

Menurut (Asbanu & Triansyah, 2018), "futsal merupakan olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang berlawanan. Hanya saja, dalam futsal setiap tim terdiri atas lima orang.

Selain itu, futsal umumnya di mainkan di lapangan *indoor* atau ruangan. Olahraga yang satu ini merupakan salah satu olahraga populer di dunia". Menurut (Munif & Pambudi, 2015) mengatakan bahwa "Permainan futsal adalah permainan yang berlangsung cepat antara pemain dengan pergerakan bola".

Olahraga futsal masuk ke Indonesia pada tahun 1998, dan mulai dikenal masyarakat pada awal tahun 2000 sejak saat itu, olahraga futsal berkembang sangat pesat di seluruh Indonesia bukan hanya di kota-kota besar di Indonesia saja, tetapi juga telah merambah ke pelosok daerah.

Hal tersebut terlihat dari banyaknya lapangan-lapangan futsal yang bermunculan. Lahan kosong dibangun lapangan futsal, bangunan tak terpakai direnovasi menjadi lapangan futsal.

Dari banyaknya lapangan futsal dapat diidentifikasi bahwa futsal pun makin banyak digemari dari anak kecil, remaja hingga orang tua dari semua kalangan dan strata sosial.

Dapat dikatakan semua orang sehat dan tidak cacat kaki dapat bermain futsal. Futsal memunculkan atribut-atribut seperti kaos, celana, sepatu, kaos kaki, dekker, dll yang tidak hanya menjadi alat bermain futsal namun berkembang secara fashion (Irfani et al., 2013).

Teknik penguasaan bola atau teknik dasar dalam futsal sangat diperlukan karena hal tersebut dapat mendukung agar permainan dapat berjalan dengan baik dan dapat menarik perhatian penonton yang menontonnya.

(Firmansah et al., 2019) berpendapat bahwa untuk dapat bermain futsal dengan baik seorang pemain harus dibekali dengan skill/teknik dasar yang baik, tidak hanya sekedar bisa menendang bola tapi juga diperlukan keahlian dalam menguasai atau mengontrol bola.

Sama halnya dengan sepakbola, keterampilan teknik dasar sangatlah berperan penting pada permainan futsal dengan baik seorang pemain (Firmansah et al., 2019).

Dalam pencapaian prestasi yang tinggi dalam futsal dipengaruhi oleh banyak faktor diantaranya faktor internal seperti teknik, taktik, mental dan kondisi fisik (Cahyo, 2016).

Sedangkan faktor eksternal adalah pengaruh yang timbul dari luar diri pemain itu sendiri seperti sarana dan prasarana, instruksi pelatih, keluarga dan gizi. Faktor internal kondisi fisik adalah salah satu faktor yang mempengaruhi prestasi seorang pemain futsal. Kondisi fisik adalah kemampuan untuk menghadapi tuntutan fisik suatu olahraga untuk tampil secara optimal. (Putra, et al, 2022).

Kondisi fisik merupakan kemampuan tubuh untuk melakukan penyesuaian (adaptasi) terhadap pembebanan fisik yang diberikan kepadanya tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti.

Faktor kondisi fisik seperti daya tahan, kelincahan. Kecepatan, kelentukan, keseimbangan, koordinasi, kekuatan sangat dibutuhkan untuk menghasilkan permainan yang bagus (Dermawan, 2018).

Seiring dengan pesatnya perkembangan futsal, maka tuntutan terhadap permainan yang bermutu sangat perlu sekali, untuk itu pemain dituntut untuk memiliki teknik yang komplit dan mendukung pencapaian prestasi

yang diinginkan salah satunya yaitu teknik menggiring bola (*dribbling*).

(Prakoso, 2013) menyatakan bahwa "Menggiring bola (*dribbling*) merupakan teknik dalam usaha membawa bola dari satu daerah ke daerah lain ketika permainan sedang berlangsung".

Menurut Suwirman (2019) dalam Asnaldi (2020: 161) olahraga adalah bagian dari aktivitas sehari-hari manusia yang berguna membentuk jasmani dan rohani yang sehat, perkembangan olahraga sampai pada saat ini telah memberikan kontribusi yang positif dan nyata bagi peningkatan kesehatan masyarakat.

Faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang dalam melakukan *dribbling* tersebut diantaranya kecepatan dalam melakukan *dribbling*, kelincahan, kelentukan, keseimbangan, kekuatan, koordinasi, daya tahan, pandangan, perkenaankaki pada bola.

Pada dasarnya setiap pemain diharapkan mampu melakukan *dribbling* dengan baik, ini merupakan bagian yang terpenting dalam futsal selain mencetak gol itu sendiri. Kemampuan melakukan teknik dasar dalam permainan futsal tentunya harus ditunjang dengan kondisi fisik yang baik pula, karena dengan kondisi fisik yang baik.

Maka penguasaan teknik maupun taktik dapat dilakukan dengan baik, namun itupun harus didukung oleh mental yang baik, agar kepercayaan diri itu muncul dengan sendirinya sehingga taktik dapat dijalankan dengan baik (Debyanto et al., 2022).

Salah satu kondisi fisik yang menunjang teknik dalam futsal adalah kecepatan dan kelincahan, yang mana kecepatan merupakan kemampuan untuk melakukan gerakan yang berturut-turut dalam waktu yang singkat, atau kemampuan untuk menempuh suatu jarak dalam waktu yang sesingkat-singkatnya (Setiawan et al., 2021).

Menurut (Juniarsyah et al., 2019) salah satu elemen kondisi fisik yang sangat penting adalah kecepatan (*speed*). Kecepatan merupakan kemampuan untuk menyelesaikan suatu jarak tertentu dengan cepat.

Secara fisiologis, kecepatan diartikan sebagai kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan dalam satu satuan waktu tertentu: yang ditentukan oleh fleksibilitas tubuh, proses sistem persarafan dan kemampuan otot.

Pentingnya kecepatan dalam pelaksanaan *dribbling* bola adalah dalam beberapa situasi tidak perlu melakukan *dribbling* bola dengan control yang rapat, apabila berada di daerah yang terbuka antara Pivot dan Anchor lawan.

Yang berada diposisi yang menguntungkan dibelakang pertahanan lawan, harus mampu *dribbling* bola dengan kecepatan penuh, dorong bola beberapa kaki kedepan kearah gawang yang terbuka kemudian berlari dengan cepat (Bernhardin & Fauzi, 2022).

Pentingnya kelincahan dalam pelaksanaan *dribbling* bola dapat dilihat dari kemampuan bergerak dengan cepat, menjaga keseimbangan, mengubah arah dan posisi, menghindari benturan dengan pemain dan kemampuan berkelit dengan pemain di lapangan.

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan Pada pemain futsal Bujang Rimbo FC pada saat latihan pemain futsal Bujang Rimbo FC masih banyak kelemahan-kelemahan, begitu juga pada saat melakukan suatu pertandingan, operan-operan (*passing*) antar pemain sudah baik. Menurut (Firdo, et al., 2024). Passing merupakan "seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lain". yang dimaksud

dengan menggunakan kaki sebagai media berpindahnya bola.

Akan tetapi pada saat melakukan *dribbling* bola kemampuan *dribbling* yang mereka miliki masih kurang baik, terlihat pada saat pemain futsal Bujang Rimbo FC melakukan *dribbling* dan duel satu lawan satu, bola yang mereka kuasai mudah direbut oleh lawan.

Dikarenakan sewaktu pemain futsal Bujang Rimbo sedang *dribbling* bola pemain tersebut sangat lambat dalam *dribbling* bola atau bisa dikatakan kalah cepat dan lincah dalam menguasai bola sehingga memudahkan pemain lawan untuk merebut bola yang dikuasai oleh pemain tersebut.

Kurangnya kemampuan *dribbling* pemain futsal Bujang Rimbo FC membuat para pemain kesulitan untuk mengatur tempo permainan, menarik lawan, mencari kesempatan untuk mencetak gol.

Sehingga tujuan akhir dari permainan futsal yaitu mencetak gol ke gawang lawan sebanyak-banyaknya sulit dicapai sehingga kemenangan sulit untuk diraih. Apabila hal ini terus dibiarkan akan berdampak kurang baik untuk kemajuan tim futsal Bujang Rimbo FC.

## METODE

### 1. Hipotesis penelitian

Terdapat hubungan kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada tim futsal Bujang Rimbo FC. Jenis penelitian ini adalah korelasional yang bertujuan untuk melihat hubungan kecepatan dan kelincahan dengan kemampuan *dribbling* bola pemain futsal Bujang Rimbo FC.

Populasi dalam penelitian ini adalah tim futsal Bujang Rimbo FC yang berjumlah 20 orang. Berpedoman pada populasi

penelitian di atas yang terdapat di tim futsal Bujang Rimbo, maka semua pemain yang berjumlah 20 orang ditetapkan sebagai sampel dalam penelitian ini.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik sampling jenuh. Untuk mendapatkan data dalam penelitian ini, maka dilakukan:

1. Tes kecepatan yang dilakukan dengan Sprint 20 Meter . Insan, J ( 2022).
2. Tes kelincahan yang dilakukan dengan *T Test Agility*. Yulianto (2023)
3. Tes kemampuan *dribbling*. Nurhasan (2001)

Dokumentasi pengambilan data penelitian:

### 1. Tes Kelincahan

Kelincahan merupakan kemampuan untuk merubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada saat bergerak tanpa mengalami kehilangan keseimbangan dan kesadaran pada posisi tubuh.



Gambar 1. Tes Kelincahan

Sumber: Dokumentasi Penelitian

### 2. Tes Kecepatan

Kecepatan merupakan salah satu kondisi fisik yang sangat dibutuhkan dalam berbagai cabang olahraga, salah satunya adalah sepakbola.



Gambar . Tes Kecepatan  
 Sumber: Dokumentasi Penelitian

Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan uji *lillefors* dengan taraf nyata ( $\alpha$ ) = 0,05. Dasar pengambilan keputusan hasil penelitian dalam uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* Test dengan SPSS, yang pertama jika nilai signifikansi (Sig.) lebih besar dari 0,05 maka data penelitian berdistribusi normal. Yang kedua sebaliknya, jika nilai signifikansi (Sig.) lebih kecil dari 0,05 maka data penelitian tidak berdistribusi normal.

a. Uji Normalitas Variabel Kecepatan, Kelincahan dan *Dribbling*

Tabel 1. Uji Normalitas data X1 dengan Y

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		20
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	.81561326
Most Extreme Differences	Absolute	.177
	Positive	.177
	Negative	-.129
Test Statistic		.177
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>		.102 <sup>c</sup>

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.

Berdasarkan tabel *output* SPSS tersebut, diketahui bahwa nilai signifikansi Sig. untuk semua variabel *Asymp. Sig. (2-tailed)* 0,102 lebih besar dari 0,05. Maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* Test di atas, dapat disimpulkan bahwa data **berdistribusi normal**.

**HASIL**

Uji Kontribusi dimaksudkan untuk mengukur seberapa besar keterkaitan antar satu variabel bebas dengan variabel terikat. Berdasarkan data yang diperoleh dari lapangan, maka data dianalisis dengan aplikasi SPSS v.22:

**1. Kontribusi Kecepatan dengan Kemampuan Dribbling**

Tabel 1. Uji Kontribusi X1 dengan Y

		Kecepatan	<i>Dribbling</i>
Kecepatan	Pearson Correlation	1	-.899**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	20	20
<i>Dribbling</i>	Pearson Correlation	-.899**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	20	20

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

\*\*.. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Diperoleh Sig. 0,000. Angka probabilitas Sig. tersebut lebih kecil dibandingkan dengan taraf Sig. 5% (0,05) atau Sig. (2-tailed) 0,000 < 0,05. Bahwa kedua variabel berhubungan, maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Maka kecepatan berhubungan dengan kemampuan *dribbling* pemain Futsal Bujang Rimbo FC.

## 2. Kontribusi Kelincahan dengan Kemampuan Dribbling

Tabel 2. Uji Kontribusi X2 dengan Y

		Kelincahan	Dribbling
Kelincahan	Pearson Correlation	1	-.519*
	Sig. (2-tailed)		.019
	N	20	20
Dribbling	Pearson Correlation	-.519*	1
	Sig. (2-tailed)	.019	
	N	20	20

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

\*\*. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Diperoleh Sig. 0,019. Angka Sig. tersebut lebih kecil dibandingkan dengan taraf Sig. 5% (0,05) atau Sig. (2-tailed) 0,019 < 0,05. Hal tersebut memberikan gambaran bahwa kedua variabel berhubungan, maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dapat disimpulkan bahwa kelincahan berhubungan dengan kemampuan *dribbling* pemain Futsal Bujang Rimbo FC.

## 3. Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelincahan dengan Kemampuan Dribbling

Tabel 3. Uji Kontribusi X1 dan X2 dengan Y

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.903 <sup>a</sup>	.816	.794	.86226

### Model Summary<sup>b</sup>

Model	Change Statistics		
	df1	df2	Sig. F Change
1	2	17	.000

- Predictors: (Constant), Kelincahan, Kecepatan
- Dependent Variable: *Dribbling*

Dari hasil Output SPSS v.22, diketahui nilai Sig. Sig. F Change lebih kecil dari 0,05 (0,000 < 0,05). Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara variabel kecepatan dan kelincahan.

Dengan kemampuan *dribbling* pemain Futsal Bujang Rimbo FC

Berdasarkan analisis uji signifikansi diperoleh nilai R= 0,903 (**Kontribusi Kuat**) yang mana terdapat hubungan yang signifikan. R besar adalah nilai koefisien nilai Kontribusi.

## PEMBAHASAN

*Dribbling* adalah usaha membawa bola dalam terkontrol sehingga terhindar dari rampasan lawan. *Dribbling* digunakan untuk melewati lawan, dan memberi kesempatan pada teman untuk membebaskan diri, dan memperlambat tempo dalam permainan.

*Dribbling* bola dilakukan dengan kura-kura kaki bagian dalam, kura-kura kaki bagian luar dan kurakura kaki bagian atas. Untuk memperoleh *dribbling* yang baik dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti kelincahan, kelentukan, kecepatan, dayatahan, kekuatan, koordinasi.

Selain itu teknik, mental, sarana dan prasarana, serta program Latihan juga berpengaruh untuk menghasilkan keterampilan *dribbling* yang baik. Jadi semakin baik kemampuan kecepatan dan kelincahan yang dimiliki maka *dribbling* yang dilakukan akan semakin bertenaga karena memiliki kekuatan dan kecepatan yang baik.

Kelincahan sangat menentukan *dribbling* yang dihasilkan. Semakin baik tingkat kelincahan akan mempengaruhi kemampuan sebuah *dribbling* pemain *futsal*. Hasil penelitian membuktikan bahwa terdapat

kontribusi secara signifikan antara kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain Futsal Bujang Rimbo FC.

Menurut (Syamsul Taufik, 2018) menjelaskan bahwa “keterampilan atau skill sendiri bisa melibatkan koordinasi mata-kaki (*foot-eye coordination*) seperti misalnya dalam skill menendang bola”. Kelincahan memiliki fungsi yang penting karena akan menentukan *dribbling* yang dihasilkan.

Pandangan mata untuk melihat posisi bola dan gawang serta kaki yang bertugas untuk melakukan *dribbling*. Sehingga terjadi gerakan yang selaras. Menurut (Ridwan, 2020).

Kemampuan *dribbling* merupakan kemampuan pemain memindahkan bola menggunakan kura-kura kaki dengan secepat-cepatnya untuk mencapai tujuan tanpa kehilangan keseimbangan.

Dalam (Fajrin et al., 2021), Menggiring bola adalah gerakan dan aksi unik dalam permainan sepakbola yang didalamnya mengandung unsur seni, sebab adanya penggunaan kaki yang menyentuh bola dan sanggup mengubah arah dan kelentukan menggiring secara tiba-tiba dengan cara menggulingkan bola ketanah sambil berlari.

## KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1. Terdapat hubungan kecepatan dengan kemampuan *dribbling* pemain Futsal Bujang Rimbo FC. (Kontribusi X1 dengan Y) Sig. (2-tailed)  $0,000 < 0,05$  sebesar 89,9%. 2. Terdapat hubungan kelincahan dengan kemampuan *dribbling* pemain Futsal Bujang Rimbo FC.

(Kontribusi X2 dengan Y) Sig. (2-tailed)  $0,043 < 0,05$  sebesar 51,9%. 3. Terdapat hubungan kecepatan dan kelincahan dengan kemampuan *dribbling* pemain Futsal Bujang Rimbo FC (Kontribusi X1 dan X2 dengan Y)

Sig. F Change sebesar 90,3%.

## DAFTAR PUSTAKA

- Asbanu, R., & Triansyah, A. (2018). Pengaruh Metode Bermain Terhadap Hasil Passing Bola Futsal Pada Ekstrakurikuler SMPN 3 Pontianak. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 7(4), 1–9.
- Asnaldi, A. (2020). Hubungan Kelentukan dan Daya Ledak Otot Lengan Terhadap Ketepatan Smash Bolavoli. *Physical Activity Journal (PAJU)*, 1(2), 160-175.
- Bernhardin, D., & Fauzi, A. (2022). Pengaruh Latihan Zig-Zag terhadap Kelincahan Bermain Futsal. *Journal of Physical and Outdoor Education*, 4(1), 1–7. <https://doi.org/10.37742/jpoe.v4i1.157>
- Cahyo, R. A. (2016). *TINGKAT KETERAMPILAN DASAR BERMAIN FUTSAL PESERTA EKSTRAKURIKULER DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 3 Seragen*.
- Debyanto, K., Atradinal, A., Yulifri, Y., & Edwarsyah, E. (2022). Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Satellite Futsal Club Kota Padang. *Jurnal JPDO*, 5(2), 85–91.
- Dermawan, B. (2018). Profil Kondisi Fisik Pemain Futsal PJKR Angkatan 2017. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 2(2), 78–88. <http://eprints.uny.ac.id>
- Dharmawan, R. D. (2022). Keterampilan Dasar Bermain Futsal Putri: Studi Survei di SMK Terpadu Ibaadurrahman Kota Sukabumi. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 8(2), 453–457. <https://doi.org/10.31949/educatio.v8i2.1955>

- Firdo, S., Yulifri, Y., Atradinal, A., & Suwirman, S. (2024). Studi Keterampilan Teknik Dasar Pemain SSB PSMP Kecamatan Kapur IX Kabupaten Lima Puluh Kota. *Jurnal JPDO*, 7(2), 159-164.
- Firmansah, Y. D., Hernawan, Wasan, A., & Widiastuti. (2019). Meningkatkan Keterampilan Dribbling Futsal Melalui Metode Bermain. *Penjaskesrek Journal*, 6(1), 77. <https://penjaskesrek.stkipgetsem.pena.ac.id/?journal=home&page=article&op=view&path%5B%5D=124>
- Handayani, S. G. (2019). Peranan psikologi olahraga dalam pencapaian prestasi atlet senam artistik kabupaten sijunjung. *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 2(2), 1-12.
- Handayani, Sri Gusti, et al. "Development of android-based gymnastics learning media to improve the ability to roll ahead straddle students in gymnastic learning." *Linguistics and Culture Review* 6.S3 (2022): 275-290.
- Irfani, M. H., Atiq, A., & Yunitaningrum, W. (2013). Pengaruh Metode Bermain Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Permainan Futsal Di Smkn 1 Rasau Jaya. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 2(12).
- Juniarsyah, A. D., Sidik, D. Z., Sunadi, D., & Karim, D. A. (2019). Profil Kondisi Fisik Pemain Futsal Kota Bandung. *Jurnal Sains Keolahragaan Dan Kesehatan*, 4(2), 72-77. <https://doi.org/10.5614/jskk.2019.4.2>.
- Lawanis, Haripah. "Overview of Physical Conditioning of Hockey Athlete." *Jurnal Performa Olahraga* 4.01 (2019): 6-12.
- Naldi, I. Y., & Irawan, R. (2020). Kontribusi Kemampuan Motorik Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Sepak Bola Pada Atlet SSB Balai Baru. *Performa Olahraga*, 4, 9-16.
- Putra, A., Yulifri, Y., Emral, E., & Lawanis, H. (2022). Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Sepakbola SMA Negeri 3 Solok Selatan. *Jurnal JPDO*, 5(10), 7-13.
- Rosmawati. (2016). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Kemampuan Shooting Pemain Club Futsal Sekolah Menengah Kejuruan Nusatama Padang. *Jurnal MensSana*, 1(2), 11. <https://doi.org/10.24036/jm.v1i2.49>
- Sari, Desi Novita. *Persepsi Wisatawan tentang Fasilitas Daya Tarik Wisata Danau Diatas Alahan Panajang Kabupaten Solok*. Diss. Universitas Negeri Padang, 2021.
- Wahyuri, A. S., Nurmai, E., & Emral, E. (2019). Pengaruh Latihan Naik Turun Tanggaterhadap Kemampuan Tendangan Dwi Chagi Atlet Taekwondo Pemusatan Latihan Daerah Sumatera Barat. *Jurnal MensSana*, 4(1), 90. <https://doi.org/10.24036/jm.v4i1.84>
- Yulifri, FIK-UNP, and FIK-UNP Sepriadi. "Hubungan daya ledak otot tungkai dan otot lengan dengan ketepatan smash atlet bolavoli gempar Kabupaten Pasaman Barat." *Jurnal Menssana* 3.1 (2018): 19-32.