

**HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN DAN KELINCAHAN DENGAN
KEMAMPUAN *DRIBBLING* ATLET FUTSAL USIA 17 TAHUN**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Program Studi Kepelatihan Fisik Olahraga



Oleh :

**Permana Agung
1904634**

**PROGRAM STUDI KEPELATIHAN FISIK OLAHRAGA
DAPATERMEN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2023**

Permana Agung, 2024

*Hubungan Antara Kecepatan Dan Kelincahan Dengan Kemampuan Dribbling Atlet Futsal Usia
17 Tahun*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

**HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN DAN KELINCAHAN DENGAN
KEMAMPUAN *DRIBBLING* ATLET FUTSAL USIA 17 TAHUN**

Permana Agung

NIM 1904634

Sebuah Skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Sains Olahraga (S.S.Or) Program Studi Kepelatihan Fisik Olahraga

© Permana Agung

Universitas Pendidikan Indonesia

Hak Cipta diindungi undang – undang.

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang, difoto copy atau cara lain tanpa izin penulis

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

PERMANA AGUNG

**HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN DAN KELINCAHAN DENGAN
KEMAMPUAN *DRIBBLING* ATLET FUTSAL USIA 17 TAHUN**

Disetujui dan disahkan oleh :

Pembimbing I



Dr. Moch Yamin Saputra, M.Pd.
NIP. 198207242014041001

Pembimbing II



Fitri Rosdiana, M.Pd.
NIP. 920190219930326201

Mengetahui,

Ketua Program Studi Kepelatihan Fisik Olahraga UPI



Dr. Alen Rismayadi, M.Pd.
NIP. 19761228200812100

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN DAN KELINCAHAN DENGAN KEMAMPUAN DRIBBLING ATLET FUTSAL USIA 17 TAHUN

Pembimbing : 1. Dr. Moch Yamin Saputra, M.Pd.

2. Fitri Rosdiana, M.Pd.

Permana Agung

1904634

Dalam permainan futsal kemampuan *dribbling* dibutuhkan terutama dalam penguasaan bola. Kondisi fisik kecepatan dan kelincahan merupakan faktor penunjang kemampuan *dribbling*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecepatan dan kelincahan dengan kemampuan *dribbling* atlet futsal usia 17 tahun. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Populasi yang digunakan merupakan atlet futsal NFC Jajaka Akademi usia 17 tahun sebanyak 24 orang. Sampel yang diambil menggunakan teknik *total sampling* sebanyak 24 orang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik pengumpulan data berupa tes dan pengukuran. Instrumen yang digunakan pengukuran kecepatan dengan sprint 20 meter, pengukuran kelincahan dengan *Illinois Agility* dan pengukuran kemampuan *dribbling* futsal. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa kecepatan memiliki hubungan yang signifikan dengan nilai r hitung sebesar 0.603, dan kelincahan memiliki hubungan yang signifikan dengan nilai r hitung sebesar 0.781, hubungan antara kecepatan dan kelincahan dengan kemampuan *dribbling* memiliki hubungan yang signifikan dengan nilai r hitung 0.840 lebih besar dari r tabel 0.330 dan harga f hitung 25.1 lebih besar dari f tabel pada taraf signifikan 5% dan derajat kebebasan 2;21 yaitu 3.47 maka hasil besarnya hubungan sebesar 70%. dapat disimpulkan bahwa kecepatan memiliki hubungan yang signifikan kemampuan *dribbling* futsal atlet usia 17 tahun, kelincahan memiliki hubungan yang signifikan kemampuan *dribbling* futsal atlet usia 17 tahun., kecepatan dan kelincahan memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan *dribbling* futsal atlet usia 17 tahun.

Kata Kunci : Kecepatan, Kelincahan, Kemampuan *Dribbling*

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN SPEED AND AGILITY ON THE DRIBBLING ABILITY OF 17 YEAR OLD FUTSAL ATHLETES

Supervisor : 1. Dr. Moch Yamin Saputra, M.Pd.

2. Fitri Rosdiana, M.Pd.

Permana Agung

1904634

In futsal, dribbling skills are needed, especially in controlling the ball. Physical condition, speed and agility are supporting factors for dribbling ability. This study aims to determine the relationship between speed and agility on the dribbling ability of 17 year old futsal athletes. This research is a descriptive research. The population used was 24 NFC Jajaka Academy futsal athletes aged 17 years. The samples taken using a total sampling technique were 24 people. The method used in this research is a survey method with data collection techniques in the form of tests and measurements. The instruments used were measuring speed with a 20 meter sprint, measuring agility with Illinois Agility and measuring futsal dribbling ability. Based on the research results, it can be concluded that speed has a significant relationship with the calculated r value of 0.603, and agility has a significant relationship with the calculated r value of 0.781, the relationship between speed and agility on dribbling ability has a significant relationship with the calculated r value of 0.840 which is greater. From the r table of 0.330 and the calculated f value of 25.1, it is greater than the f table at a significance level of 5% and a degree of freedom of 2;21, namely 3.47, so the result of the relationship is 70%. It can be concluded that speed has a significant relationship to the futsal dribbling ability of 17 year old athletes, agility has a significant relationship to the futsal dribbling ability of 17 year old athletes. Speed and agility have a significant relationship to the futsal dribbling ability of 17 year old athletes.

Keywords: Speed, Agility, Dribbling ability

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	ii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
KATA PENGANTAR	iv
UCAPAN TERIMA KASIH	vi
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
1.5 Struktur Organisasi	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	7
2.1 Pengertian Olahraga Futsal	7
2.2 Komponen Kondisi Fisik Futsal	11
2.2.1 Kelenturan.....	13
2.2.2 Kecepatan.....	13
2.2.3 Kelincahan	16
2.2.4 Kekuatan	17
2.2.5 Daya tahan	18
2.3 Teknik Dasar Futsal	19
2.3.1 Teknik Dasar Mengumpan (<i>passing</i>).....	20
2.3.2 Teknik Dasar Menembak bola (<i>shooting</i>).....	20
2.3.3 Teknik Dasar Menahan Bola (<i>control</i>)	20
2.3.4 Teknik Dasar Mengumpan Bola Lambung (<i>chipping</i>)	21
2.3.5 Teknik Dasar Menggiring bola (<i>Dribbling</i>).....	21
2.4 Penelitian Relevan	23

2.5 Kerangka Berfikir	25
2.6 Hipotesis	26
BAB III METODE PENELITIAN	27
3.1 Desain Penelitian	27
3.1.1 Metode Penelitian	27
3.1.2 Desain Penelitian.....	27
3.2 Partisipan.....	28
3.3 Populasi Dan Sampel	29
3.3.1 Populasi.....	29
3.3.2 Sampel.....	29
3.4 Instrumen Penelitian	29
3.5 Prosedur Penelitian	33
3.6 Teknik Analisis Data.....	33
BAB IV TEMUAN DAN HASIL PENELITIAN	36
4.1 Temuan hasil penelitian	36
4.1.1 Deskripsi data Kecepatan.....	36
4.1.2 Deskripsi data Kelincahan	37
4.1.3 Deskripsi data kemampuan <i>dribbling</i>	38
4.2 Hasil Analisis Data	40
4.2.1 Hasil Uji Prasyarat	40
4.2.2 Uji Hipotesis	41
4.3 Pembahasan.....	43
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI	48
5.1 Simpulan	48
5.2 Implikasi	48
5.3 Rekomendasi.....	49
DAFTAR PUSTAKA	50
DAFTAR LAMPIRAN	54

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Norma Kecepatan Sprint 20 meter.....	30
Tabel 3. 2 Norma Ilinoist Agility Test.....	31
Tabel 3. 3 Norma Dribbling Bola Futsal.....	32
Tabel 4. 1 Deskripsi Statistik Hasil Tes.....	36
Tabel 4. 2 Hasil kemampuan tes kecepatan sprint 20 meter.....	37
Tabel 4. 3 Hasil tes kemampuan kelincahan.....	38
Tabel 4. 4 Hasil tes kemampuan dribbling.....	39
Tabel 4. 5 Rangkuman Hasil Uji Normalitas.....	40
Tabel 4. 6 Rangkuman Hasil Uji Linearitas.....	40
Tabel 4. 7 Koefisien Korelasi antara kecepatan (X1) dan kemampuan.....	41
Tabel 4. 8 Koefisien Korelasi antara kelincahan (X2) dan kemampuan.....	41
Tabel 4. 9 Koefisien korelasi antara kecepatan (X1) dan kelincahan (X2) dengan kemampuan dribbling (Y).....	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berfikir.....	25
Gambar 3. 1 Desain Penelitian.....	28
Gambar 3. 2 Sprint 20 meter	30
Gambar 3. 3 Ilinoist Agility Test	31
Gambar 3. 4 Tes Kemampuan <i>Dribbling</i> bola futsal	32
Gambar 3. 5 Alur Penelitian.....	33
Gambar 4. 1 Diagram kemampuan tes sprint 20 meter.....	37
Gambar 4. 2 Diagram Kemampuan hasil tes Ilinois Agility	38
Gambar 4. 3 Diagram hasil tes kemampuan <i>dribbling</i>	39

DAFTAR PUSTAKA

- A Dwi Juniarsyah, D. Z. (2019). Profil Kondisi Fisik Pemain Futsal Kota Bandung. *Jurnal Sains Keolahragaan dan Kesehatan* .
- Ajeng, D., & Buqini, A. (2021). Analisis Passing Dan Control Tim Nasional Futsal Putra Indonesia Pada Pertandingan Semifinal - Final Piala Kejuaraan Futsal Asean Championship 2019. *Journal Unesa*.
- Aji, S. (2016). *Buku Olahraga Paling lengkap*. Jakarta: PT Serambi Semesta Distribusi.
- Aljabar, G. A., & Purnomo, M. (2023). Profil Kondisi Fisik Atlet Futsal Profesional Tim Bintang Timur Surabaya. *Jurnal Prestasi Olahraga*.
- ARHAM, S. (2019). Kontribusi Kekuatan, Kecepatan, Kelincahan Dan Percaya Diri Terhadap Keterampilan Teknik Pada Permainan Futsal . *Journal of Physical Education and Sport*, 10-2.
- Arrahman. (2020). Model Latihan Teknik Dasar Dribbling Futsal berbasis permainan untuk anak usia sekolah menengah pertama. *Jurnal Olympica Binadarma*.
- Asriady, M. (2014). *Buku Pintar Panduan Futsal*. Jakarta Timur: Laskar Aksara.
- Atakan, M., Karavelioglu, M., Harmanci, H., M.Cook, & S.Bulut. (2019). Short term creatine loading without weight gain improves sprint, agility and leg strength performance in female futsal players. *Une charge de créatine à court terme sans gain de poids améliore la performance du sprint, de l'agilité et de la résistance des j. Journal Science & Sport* , 321-327.
- Bagus, F. (2013). Pengaruh Pendekatan Bermain Dalam Meningkatkan Teknik Passing Pendek. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*.
- Bafirman HB, M. A., & Asep Sujana Wahyuri, S. M. (2019). *Pembentukan Kondisi Fisik*. Rajawali Pers.
- Catarina, Campa, F., Cavaca, M., Paoli, A., & Filipe. (2023). Fat-free mass estimation in male elite futsal players: Development and validation of a new bioelectrical impedance-based predictive equation. *Jurnal Nutrition*.
- Corrêa, U. C., Pinho, S. T., Silva, S. L., Fabian, Souza, T. d., & tani, G. (2016). Revealing the decision-making of dribbling in the. *Journal of Sports Sciences*.
- D, C., & Dong, S. (2013). Study on teamwork in robot football game based on multi-agent system (MAS). *International Journal of Control and Automation*.

Permana Agung, 2024

Hubungan Antara Kecepatan Dan Kelincahan Dengan Kemampuan Dribbling Atlet Futsal Usia 17 Tahun

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- Deni, & Fajar, A. (2023). Korelasi Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Dribbling Futsal. *Jurnal ilmiah fakultas keguruan dan ilmu pendidikan*, 59-67.
- Dewi, R., & Pakpahan, M. T. (2018). Pengembangan Instrumen Tes Dribbling Pada Olahraga Futsal. *Jurnal Prestasi*, 1-6.
- Edwar, Bachtiar, & Saleh, M. (2022). Metode Latihan Drill Untuk meningkatkan kemampuan Passing pada permainan Futsal. *Jurnal Education*.
- H, M., Maulana, F., & Alwi, A. (2022). Latihan Kecepatan, Kelincahan dan Keseimbangan Untuk Meningkatkan Kemampuan Dribbling Dalam Permainan Futsal . *Jurnal Education*.
- Hanafi, I., & Kusuma, I. D. (2022). Teknik Yang Paling Dominan Pada Pertandingan Futsal Putri Profesional 2018. *Journal Of Sport And Exercise Science*.
- Hasbillah, M., & Herman. (2021). Hubungan Keseimbangan dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Futsal Klub Karsa Utama Putri Wajo. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP Mataram*.
- Hendri, M., Vai, A., & Prima, A. (2023). Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Futsal Putri Kota Pekanbaru Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Sport Scince Indonesia*.
- Hidayat, I., Primadi, D., & Daniyati, I. (2021). Tingkat Kelincahan Pemain Futsal SMA Negeri 1 Kawali Kabupaten Ciamis. *Jurnal Keolahraagaan*, 55-62.
- Horicka, Hianik, J., & Šimonek, J. (2017). The differences in acceleration, maximal speed and agility between soccer, basketball, volleyball and handball players. *Journal of Human Sport and Exercise*, 73-82.
- Hutomo, A. S., Kristiyanto, A., & Kunta, S. (2019). Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar Futsal melalui Penggunaan Media Video pada Mahasiswa Putra Penghobi Futsal. *Jurnal IPTEK Olahraga*.
- Ilham, A., Rahma, Z., & Irfandi. (2020). Jurnal Ilmiah Mahasiswa. *Evaluasi Kondisi Fisik Dominan Pada Atletfutsal Stkip Bbg Banda Aceh*.
- Indra, R., Darni, Jonni, & Atradinal. (2023). Pengaruh Latihan Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling Pemain Futsal CV NL FC di Pesaman Barat. *Jurnal Pendidikan dan Olahraga* .
- Insan, J., Iyakrus, & Y, H. (2022). Jendela Olahraga. *Pengaruh Latihan Lari (Sprint) 20 Meter Terhadap Kecepatan Menggiring Bola (Dribbling)*.
- Irawan, H. (2011). *Kondisi Fisik dan Pengukuran*. Padang.

Permana Agung, 2024

Hubungan Antara Kecepatan Dan Kelincahan Dengan Kemampuan Dribbling Atlet Futsal Usia 17 Tahun

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- Ismaryati. (2006). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Sebelas Maret University Press.
- Kharisma, Y., & Mubarak, M. (2020). Analisis Tingkat Daya Tahan Aerobik Pada Atlet Futsal Putri AFKAB Indramayu. *Physical Activity Journal*.
- Kusuma, E. F. (2022). Pengaruh Latihan Kelincahan Untuk Meningkatkan Kualitas Dribbling Pada Anak Usia 15-17 Tahun Pada Ssb Mliwis Tulungagung. *Jurnal Unesa*.
- Leonardo, C., Yuzo, F., Xavier, M., Cristina, G., Carlet, R., Clarissa, . . . Ronei. (2023). Total and regional body composition are related with aerobic fitness performance in elite futsal players. *Jurnal of Bodywork and Movement Therapies*, 164-168.
- Lhaksana, J. (2011). *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta.
- Malang, P. L. (2014). Rohmat Ainul Yaqin; Olivia Andana, S.Or. M.Kes; Dr. Rias Gesang Kinanti, M.Kes. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*.
- Mansur, Kurniawan, F., Irianto, S., Herwin, & Nurfadhila, R. (2020). JORPRES (Jurnal Olahraga Prestasi). *Analisis kondisi fisik (kelincahan) atlet cabang olahraga unggulan, 72-77*.
- Mappaompo, M. A. (2023). Kontribusi Kecepatan Reaksi Kaki Dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Keterampilan Menggiring Bola. *Hanoman Jurnal*.
- Mashud, Hamid, A., & Abdillah, S. (2019). Pengaruh Komponen Fisik Dominan Olahraga Futsal Terhadap Teknik Dasar Permainan Futsal. *Jurnal Unj*.
- Mirza, Yudik, & Cerika. (2023). Analysis Of The Components Of Physical Condition Towards The Improvement Of Futsal Player Performance. *Jurnal Medikora*.
- Nada, O., & April, L. (2021). Presepsi Masyarakat terhadap Kegiatan Mata Kuliah Event Entertainment pada kegiatan atlas futsal camphionsip semarang. *Indonesian Journal For Physical Education and Sport*, 191-196.
- Nala. (2011). *Prinsip Pelatihan Fisik Olahraga*. Denpasar: Udayana University Press. .
- Prima, P., & Kartiko, D. C. (2021). Survei Kondisi Fisik Atlet Pada Berbagai Cabang Olahraga. *Jurnal UNESA*.
- Purnomo, A., & Irawan, F. A. (2021). Analisis Kecepatan Dan Kelincahan Dalam Menggiring Bola Tim Futsal. *Jurnal Sepak Bola*, 1-7.
- Putra, L. S. (2020). Reiza M; Osa M; Bertika K. *Journal Of Sport Coaching N Physical Education*, 48-54.

- Rahimi, A., Amani, S., & Manuel, F. (2020). The Effects Of Foam Roll On Perceptual And Performance Recovery During A Futsal Tournament. *Journal Physiology And Behavior*.
- Rahman, F. J. (2018). Peningkatan Daya Tahan, Kelincahan, Dan Kecepatan pada Pemain Futsal: Studi Eksperimen Metode Circuit Training. *Jurnal SPORTIF Jurnal Penelitian Pembelajaran*.
- Rahmani, M. (2014). *Buku Super Lengkap Olahraga*. Jakarta: Dunia Cerdas.
- Rama, M., & Bawono, M. N. (2020). Pengaruh Latihan Illinois Agility Run Terhadap Peningkatan Kelincahan Pada Pemain Scudetto Mente Fc. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 87-92.
- Ridwan, M. (2020). Kondisi Fisik Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Kota Padang. *Jurnal Performa Olahraga*.
- Saputra, M., & Elra, F. (2020). Hubungan Kecepatan Terhadap Keterampilan Dribbling Permainan Futsal Di Akademi Dehasen Kota Bengkulu. *Journal of Dehasen Education*.
- Silassie, & Demenna, T. (2016). a Study of Agility, Coordination and Speed As Related To Dribbling and Kicking Performance of Jimma, Woliso and Sebeta Town Male Football Players Andualem. *Journal of Physical Education Research*, 47-55.
- Sidik, D.Z, L. Pesurnay, P., & Afari Lucky, M. (2019). *Pelatihan Kondisi Fisik*.
- Sintaro, S., Surahman, A., & Khairandi, N. (2020). Aplikasi Pembelajaran Teknik Dasar Futsal Menggunakan Augmented Reality Berbasis Android. *Journal Of Telematic And Information Technology*, 22-31.
- Sucipto, E., & Widiyanto. (2016). Pengaruh Latihan Beban Dan Kekuatan Otot Terhadap Hypertrophy Otot Dan Ketebalan Lemak. *Jurnal Keolahragaan*, 111-121.
- Susilo, R. R., & Bawono, M. N. (2021). Upaya Peningkatan Kelincahan Melalui Latihan Kombinasi Ladder-Cone Pada Pemain Ekstrakurikuler Futsal Siswa Sman 3 Jombang. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 223-228.
- Toha, M. (2020). Analisis Keterampilan Dribbling Permainan Futsal pada Remaja Putus sekolah di desa suka maju Bengkulu. *Jurnal Educative Sportive EDUSPORT*, 6-12.
- Travassos, B., Araújo, D., Vilar, L., & McGarry, T. (2011). Human Movement Science. *Interpersonal coordination and ball dynamics in futsal*.
- Tri, & Irma. (2019). Analisis Karakter Tanggung Jawab Siswa Pada Mata Pelajaran IPA di SMPN 21 Kota Jambi. *Jurnal Profesi Keguruan*, 133-136.

- Velnika Elmanisar, Y. (2015). Hubungan Kelincahan Dengan keepatan Dribbling dalam cabang sepak bola. *Jurnal Sains Olahraga dan pendidikan Jasmani*.
- Wirawan, M. S. (2017). Motivasi Masyarakat Terhadap Olahraga Futsal. *Jurnal Kesehatan*, 17-25.
- Yiannaki, C., Barron, D., Collins, D., & Carling, C. (2020). Match performance in a reference futsal team during an international tournament – implications for talent development in soccer. *Biology of Sport*, 147-156.
- ZR, M. I. (2019). Ejournal Unesa. *Pengaruh Kecepatan, Kelincahan Dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Dribbling Pemain Futsal Di Sman 2 Surabaya*.