

KONTRIBUSI KELENTUKAN PINGGANG, KELINCAHAN, DAN KECEPATAN (*SPEED*) TERHADAP KETERAMPILAN *DRIBBLING* PADA CABOR FUTSAL

Ilman Ajiz ¹; Dikdik Zafar Sidik ²;
Alen Rismayadi ³

Jurusan/Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Universitas Pendidikan Indonesia
Ilman_ajiz@yahoo.co.id

Abstrak

Dribbling merupakan salah satu senjata ampuh dalam permainan futsal, karena *dribbling* memungkinkan seorang pemain menciptakan ruang dalam mencetak gol. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui besarnya dukungan kontribusi kelentukan pinggang, kelincahan, dan kecepatan (*speed*) terhadap keterampilan *dribbling* cabor futsal. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif korelasional. Sampel penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler futsal SMA Pasundan 8 Bandung sebanyak 15 orang. Adapun teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah *The Modified Sit and Reach Test*, *Zig Zag Run*, lari 20 meter, dan Tes keterampilan *Dribbling*. Dari hasil penelitian penulis memperoleh temuan baru, pemain yang memiliki kelentukan pinggang, kelincahan, dan kecepatan yang baik, tidak menjamin memiliki sebuah teknik *dribbling* yang baik pula, itu terlihat dari kemampuan yang dimiliki oleh setiap pemain. Maka ketiga komponen fisik tersebut bukanlah faktor utama yang mendukung terhadap keterampilan *dribbling*, akan tetapi faktor yang dapat mendukung terhadap keterampilan *dribbling* salah satunya adalah faktor penguasaan teknik dasar *dribbling* dan kepercayaan diri.

Kata Kunci : Kontribusi, Kelentukan Pinggang, Kelincahan, Kecepatan, *Dribbling*

CONTRIBUTION TO WAIST FLEXIBILITY, AGILITY, AND SPEED DRIBBLING SKILLS AGAINST THE FUTSAL SPORT.

**Ilman Ajiz ¹; Dikdik Zafar Sidik ²;
Alen Rismayadi ³**

*Jurusan/Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Universitas Pendidikan Indonesia
Ilman_ajiz@yahoo.co.id*

Abstrak

Dribbling is one of the powerful weapons in the game of futsal, because it aims to close the gap targets dribbling, passing opponents, and inhibit the game, but it also allows a player to create space to score. The purpose of this study to support the magnitude of the contribution megetahui waist flexibility , agility , and speed (speed) of the sports indoor soccer dribbling skills . The method used is descriptive correlational method . The sample was high school students in extracurricular futsal Pasundan 8 Bandung as many as 15 people . The sampling technique using purposive sampling . The instrument used is the Modified Sit and Reach Test , Zig Zag Run , run 20 meters , and test Dribbling skills . From the research, the authors obtained new findings , a player who has a waist flexibility , agility , and speed is good , does not guarantee to have a good dribbling technique anyway , it looks from the capabilities possessed by each player . So these three physical components is not the main factor that supports the dribbling skills , but factors that can support the dribbling skills of factors one of which is the mastery of basic dribbling technique and confidence .

Key word : Countribution, Waist Flexibility, Agility, Speed, Dribbling.