

**HUBUNGAN PENGUASAAN BOLA DAN KELINCAHAN DENGAN  
KECEPATAN DRIBBLING PADA PEMAIN SSB UNI BANDUNG**

**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagai dari  
Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan  
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga**



**Oleh:**

**Rambo Sembiring**

**0807659**

**JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN  
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
BANDUNG  
2014**



*"Lakukan yang Terbaik yang bisa anda lakukan dengan segenap kemampuan, dengan cara apapun, dimanapun, kapanpun sampai anda sudah tidak mampu melakukannya." (John Wesley)*

*"Berbahagialah orang yang yang bertahan dalam percobaan, sebab apabila ia sudah tahan uji, ia akan menerima mahkota kehidupan yang dijanjikan Allah pada barang siapa yang mengasihi Dia".*

*(Yakobus 1 : 12)*

*"Success is to get whatever you want, and happiness is to love whatever you got."*

*Skripsi ini kusembahkan selalu untuk Ibunda, Ayahanda, Kakak dan adik-adikku tersayang, yang telah memberikan dorongan moral dan materiil serta Do'a restunya selama penulis menuntut ilmu. Semoga hidup kita selalu disertai oleh Tuhan*

*Amin...*

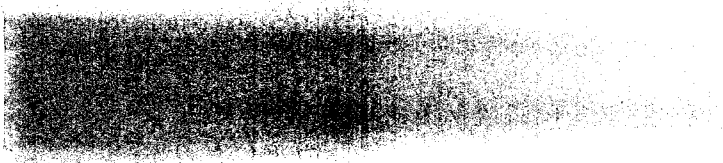


## **PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “**Hubungan Penguasaan Bola dan Kelincahan dengan Kecepatan *Dribbling* Pada Pemain SSB UNI Bandung**” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri, tidak ada bagian di dalamnya merupakan plagiat dari karya orang lain dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Januari 2014  
Yang membuat pernyataan,

**Rambo Sembiring**  
**NIM. 0807659**





**ABSTRAK**  
**HUBUNGAN PENGUASAAN BOLA DAN KELINCAHAN DENGAN**  
**KECEPATAN DRIBBLING**

Pembimbing I : Drs. Yadi Sunaryadi, M.Pd  
Pembimbing II : Alen Rismayadi, M.Pd

**Rambo Sembiring**  
**0807659**

Penelitian ini membahas mengenai hubungan penguasaan bola dan kelincahan dengan kecepatan *dribbling*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan penguasaan bola dan kelincahan dengan kecepatan *dribbling* baik secara sendiri-sendiri maupun bersama-sama. Permasalahan penelitian ini untuk mengetahui: 1) Apakah ada hubungan penguasaan bola dengan kecepatan *dribbling*, 2) Apakah ada hubungan kelincahan dengan kecepatan *dribbling*, 3) Apakah ada hubungan penguasaan bola dan kelincahan dengan kecepatan *dribbling*.

Penelitian ini menggunakan metode *deskriptif*, dengan menggunakan subjek penelitiannya adalah pemain SSB UNI Bandung, Melalui metoda *purposive sampling*, sampel diperoleh sebanyak 10 orang. Instrumen yang digunakan adalah tes *juggling*, tes kelincahan dan tes *dribbling*. Pendekatan statistik yang dipakai adalah analisis regresi dan studi korelasional.

Hasil olah data sebagai berikut: Hubungan penguasaan bola dengan kecepatan *dribbling* diperoleh koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,92. Hubungan kelincahan dengan kecepatan *dribbling* diperoleh koefisien korelasi 0,84. sedangkan hubungan penguasaan bola dan kelincahan dengan kecepatan *dribbling* diperoleh koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,94.

Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa, 1) Terdapat hubungan penguasaan bola dengan kecepatan *dribbling*. 2) Terdapat hubungan kelincahan dengan kecepatan *dribbling*. 3) Terdapat hubungan penguasaan bola dan kelincahan dengan kecepatan *dribbling*. Saran peneliti kepada para pelatih, bahwa latihan aspek penguasaan bola dan kelincahan dapat disajikan sebagai materi pendukung dalam penyusunan program latihan pada para pemain, agar proses pelatihan *dribbling* yang dilakukan dapat berhasil dengan harapan untuk mencapai prestasi yang maksimal.

**\*Mahasiswa Program Studi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga Angkatan  
2008**





## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke-Hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan karunia-Nya lah penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

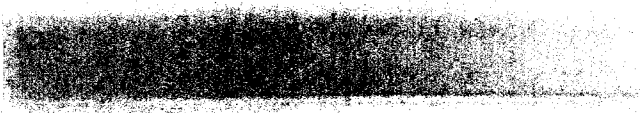
Penulisan skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan di jurusan Pendidikan Kepelatihan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.

Skripsi ini membahas tentang hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat, variabel bebasnya itu antara lain Penguasaan Bola dan Kelincahan dengan variabel terikat Kecepatan *Dribbling*.

Penulis telah berupaya semaksimal mungkin dalam penyelesaian skripsi ini. Oleh karena itu, kami sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun untuk penulisan lebih lanjut. Akhir kata, semogaskripsi ini dapat berguna bagi pembaca sekalian dan khususnya bagi dunia olahraga.

Bandung, Januari 2014

**Rambo Sembiring**



## UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan penuh rasa syukur penulis panjatkan ke-Hadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan berkat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Dalam penyelesaian skripsi ini juga tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dan dorongan berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

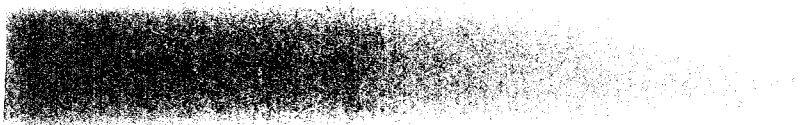
1. Dr. Yunyun Yudiana, M. Pd. selaku dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan.
2. Dr. R. Boyke Mulyana, M.Pd. selaku ketua jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga.
3. Drs. Basiran, M.Pd. selaku dosen pembimbing akademik yang telah membimbing dan memberikan dorongan kepada penulis selama masa perkuliahan.
4. Drs Yadi Sunaryadi, M.Pd. selaku dosen pembimbing I yang telah membimbing, memberikan saran-saran dan pengarahan kepada penulis, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
5. Alen Rismayadi, M.Pd. selaku dosen pembimbing II yang telah membimbing, memberikan saran-saran dan pengarahan kepada penulis, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
6. Seluruh dosen dan asisten dosen di lingkungan Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat bagi penulis selama masa perkuliahan.
7. Bapak Dahri dan Widi Kusumah, S.Pd. yang telah membantu penulis mengurus perijinan untuk melaksanakan penelitian.
8. Kedua orang tua D. Sembiring Muham selaku Ayah dan Ibu Rianta Br Tarigan, serta kakak tercinta Eddy Proklamator Sembiring dan adik-adik Hermanto Sembiring dan Agus Sembiring yang telah memberikan dukungan dan motivasi yang tidak terbatas kepada penulis.
9. Seluruh keluarga besar yang telah memberikan dorongan moril maupun materil sehingga penulis dapat menyelesaikan masa *study*.

10. Keluarga besar PKO angkatan 2008 yang telah memberikan motivasinya selama masa perkuliahan dan penyusunan skripsi ini.
11. Teman-teman KKN di Desa Nagrog Cicalengka Iman, Farhan, Dita, Isma, Ratna, Try, Risza, Hanifah, dan Unis yang telah membantu memberikan dorongan motivasi untuk dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini
12. Teman-teman PPL SMPN 14 Faisal, Dede, Badrian, Karina, Ifa, Feri yang telah membantu memberikan motivasi dan dukungannya selama masa PPL dan penyusunan skripsi ini.
13. Teman-teman Nongkrong Martin, Afri, Jhan zles, Bobby, Irwan, maru Bendri, dll yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu terima kasih atas doanya karena saya bisa menyelesaikan skripsi ini.
14. Teman-teman seperjuangan angkatan 2008, 2009 dan 2010 yang telah memberikan dukungan kepada penulis selama masa perkuliahan.
15. Para pemain SSB UNI Bandung, yang telah bersedia menjadi sampel dalam penelitian ini.
16. Saudara sepupu saya Fernando yang telah membantu saya untuk dapat melakukan penelitian di SSB UNI Bandung.
17. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Semoga amal baik yang diberikan kepada penulis mendapat balasan yang berlipat dari Tuhan Amin.

Bandung, Januari 2014

Penulis



## DAFTAR ISI

	Hal
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>UCAPAN TERIMA KASIH</b> .....	iii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	v
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	ix
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	5
E. Batasan Penelitian .....	5
F. Definisi Istilah .....	7
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b>	
A. Permainan Sepakbola .....	8
B. Teknik Dasar Sepakbola .....	9
C. Penguasaan Bola .....	12
D. Kelincahan .....	15
E. Kecepatan <i>Dribbling</i> .....	19
F. Anggapan Dasar .....	23
G. Hipotesis .....	25
<b>BAB III PROSEDUR PENELITIAN</b>	
A. Metode Penelitian .....	26
B. Populasi dan Sample Penelitian .....	26
C. Desain dan Langkah-langkah Penelitian .....	27
D. Teknik Pengumpulan Data .....	29
E. Instrumen Penelitian .....	30

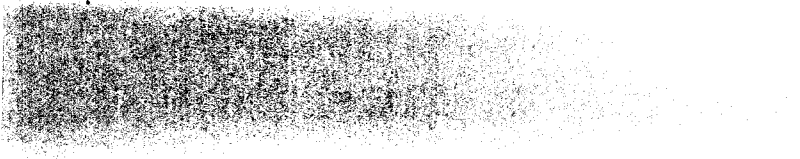
F. Prosedur Pengolahan Data .....	35
<b>BAB IV PENGOLAHAN DATA</b>	
A. Deskripsi Data .....	39
1. Nilai Rata-rata dan Simpangan baku .....	39
2. Uji Normalitas .....	40
3. Uji Hipotesis Penelitian .....	40
a. Penghitungan Korelasi Tunggal .....	41
b. Uji Signifikansi Korelasi .....	41
c. Uji Kebermaknaan Koefisien Korelasi Ganda .....	42
B. Diskusi Penemuan.....	44
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	47
B. Saran .....	47
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>49</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	<b>50</b>





**DAFTAR TABEL**

Tabel	Hal
Tabel 4.1 Hasil Penghitungan Nilai Rata-rata dan Simpangan Baku....	39
Tabel 4.2 Hasil Pengujian Uji Normalitas Variabel Penelitian.....	40
Tabel 4.3 Hasil Penghitungan Koefisien Korelasi Tunggal .....	41
Tabel 4.4 Hasil Penghitungan Signifikansi Korelasi Tunggal .....	41
Tabel 4.5 Hasil Koefisien Korelasi Ganda .....	42
Tabel 4.6 Hasil Penghitungan Koefisien Korelasi $X_1$ , $X_2$ dan $Y$ .....	42
Tabel 4.7 Persentase Dukungan Variabel $X_1$ , $X_2$ dan $Y$ .....	43



**DAFTAR GAMBAR**

Gambar	Hal
Gambar 2.1 Penguasaan Bola .....	13
Gambar 2.2 Juggling .....	14
Gambar 2.3 Macam-macam Bentuk Latihan Kelincahan .....	18
Gambar 2.4 Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Dalam .....	21
Gambar 2.5 Dribbling Menggunakan Kaki bagian Luar .....	22
Gambar 3.1 Desain Penelitian .....	27
Gambar 3.2 Langkah-langkah Penelitian .....	28
Gambar 3.3 Diagram Tes Kelincahan .....	32
Gambar 3.4 Diagram Tes Dribbling .....	34



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Hal
1. Hasil Tes dan Pengukuran .....	51
2. Uji Normalitas Penguasaan Bola .....	52
3. Uji Normalitas Kelincahan .....	53
4. Uji Normalitas Kecepatan <i>Dribbling</i> .....	54
5. Uji Korelasi dan Signifikansi $X_1$ dengan Y .....	55
6. Uji Korelasi dan Signifikansi $X_2$ dengan Y .....	57
7. Uji Korelasi dan Signifikansi $X_1$ dan $X_2$ dengan Y .....	59
8. Uji Korelasi Ganda $X_1$ dan $X_2$ dengan Y .....	60
9. Daftar XIX (11) nilai kritis untuk uji lilliefors .....	62
10. Daftar I .....	63
11. Tabel Distribusi F .....	64
12. Daftar G .....	65



## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Penerbit Rineka Cipta.
- Depdikbud. (1988). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-aspek Psikologi Dalam Coaching*. Bandung: CV. Tambak Kusuma.
- Iriyanto, Subagyo. (2007). *Peningkatan Penguasaan Bola dengan Latihan Ball Feeling*. [online]. [http : //Staff .Uny ac.id/sites/default/files](http://Staff.Uny.ac.id/sites/default/files) (3 Januari 2014).
- Julio Mazei. (1982). *Pele* (Freeartikle Submission.Com 2007). (online). Tersedia: [http: Pele \(Freeartikle Submission.Com 2007\)](http://Pele(FreeartikleSubmission.Com2007)).
- Koger, Robert. (2005). *Latihan Andal Sepak bola Remaja Latihan dan Keterampilan Handal untuk Pertandingan Dasar yang Lebih Baik*. Saka Mitra Kompetensi. Klaten
- Lutan, Rusli, dkk. (1997). *Manusia dan Olahraga*. Bandung: ITB/IKIP Bandung.
- Luxbacher, Joseph A. (2011). *Sepak Bola*. Ed. 2 Jakarta: Rajawali persada.
- Mielke, Danny. (1994). *Dasar-dasar Sepakbola*. Jakarta: Pakar Karya
- Moeloek, Dangsina & Tjokro, Arjadino. (1984). *The Kesehatan Olahraga.on*. [online]. Tersedia:[http://.harrisqnozove.blogspot.com/2013/05/kelincahan-dan kecepatan](http://harrisqnozove.blogspot.com/2013/05/kelincahan-dan-kecepatan). (2 Januari 2014).
- Nurhasan. (2008). *Statistika*. FPOK UPI Bandung.
- Nurhasan. (2007). *Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*. FPOK UPI Bandung.
- Pele, Nigel Reed. (2007). *Pele Freeartikle Submission.Com*. (online). Tersedia: [http: Pele \(Freeartikle Submission.Com 2007\)](http://Pele(FreeartikleSubmission.Com2007)).
- Sucipto. (2000). *Sepak Bola*. Bandung: FPOK Bandung.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* Bandung: Penerbit ALFABETA.

<http://soccerlens.com/files/2012/12/markimg.jpg>

<http://pantrizakusuma.files.wordpress.com/2012/02/lmkomjklkmpmkolmkolmkomk.jpg>

<http://topendsport.com/files/2011/12/markimg.jpg>

<http://blogs.independent.co.uk/wp-content/uploads/2012/12/messi-8.jpg>

[http://ofthebar11.blogspot.com img/iniesta-swivel2306121.jpg](http://ofthebar11.blogspot.com/img/iniesta-swivel2306121.jpg)