



---

---

## HUBUNGAN KECEPATAN DAN KELINCAHAN TERHADAP MENGGIRING BOLA PEMAIN SEKOLAH SEPAKBOLA (SSB) PSG GADUT KOTA PADANG

Aldy Riyantama<sup>1 \*</sup>, Didin Tohidin<sup>2</sup>, Ridho Bahtra<sup>3</sup>, Hady Pery Fajri<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Universitas Negeri Padang, Kesehatan Rekreasi, Padang, 25132, Indonesia

<sup>2</sup> Universitas Negeri Padang, Kesehatan Rekreasi, Padang, 25132, Indonesia

<sup>3</sup> Universitas Negeri Padang, Kesehatan Rekreasi, Padang, 25132, Indonesia

<sup>4</sup> Universitas Negeri Padang, Kesehatan Rekreasi, Padang, 25132, Indonesia

\*Corresponding Author. Email: [aldiriantama565@gmail.com](mailto:aldiriantama565@gmail.com)

---

Received: 10 September artikel dikirim; Revised: 20 September artikel revisi; Accepted: 30 September artikel diterima

---

### Abstrak:

Masalah dengan penelitian ini adalah hipotesis bahwa kurangnya tingkat kecepatan dan kelincuhan optimal para pemain berkontribusi pada kemampuan dribbling mereka yang lebih rendah. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana pemain dari Sekolah Sepak Bola PSG Gadut (SSB) Padang menggiring bola dalam kaitannya dengan kecepatan dan kelincuhan mereka.

Penelitian korelasional adalah istilah untuk jenis penelitian ini. Di lapangan sepak bola Gadut Kota Padang, penelitian ini dilakukan pada bulan April 2023. Jumlah pemain yang menjadi sampel penelitian adalah 55 pemain. 17 pemain termasuk dalam sampel penelitian berkat metode purposive sampling yang diterapkan dalam proses pengambilan sampel. Tes lari cepat 30 meter, tes kelincuhan Illinois, dan instrumen ketiga adalah alat yang digunakan dalam penyelidikan ini.

Hasil penelitian adalah sebagai berikut: 1) Pemain Sekolah Sepak Bola Gadut (SSB) PSG Kota Padang memiliki hubungan yang cukup besar antara kecepatan dan kemampuan smash, dengan  $r_{hitung} 0,586 > r_{tabel} 0,482$ . 2) Pemain Sekolah Sepak Bola Gadut (SSB) PSG Kota Padang menunjukkan korelasi yang cukup besar antara kelincuhan dan kemampuan smash, dengan  $r_{hitung} 0,656 > r_{tabel} 0,482$ . 3) Dengan  $R_{hitung} 0,691 > R_{tabel} 0,482$  maka ada hubungan yang cukup besar antara kecepatan dan kelincuhan terhadap kemampuan smash pemain Sekolah Sepakbola (SSB) PSG Gadut Kota Padang.

**Kata Kunci:** kecepatan, kelincuhan keterampilan menggiring bola, sepakbola

### Abstract:

*The problem with this study was the hypothesis that the players' lack of optimal speed and agility levels contributed to their lower dribbling ability. The purpose of this study was to find out how players from the PSG Gadut Football School (SSB) Padang dribble the ball in relation to their speed and agility.*

*Correlational research is the term for this type of research. On the Gadut football field in Padang City, this research was conducted in April 2023. The number of players who became the research sample was 55 players. 17 players were included in the research sample thanks to the purposive sampling method used in the sampling process. The 30 meter sprint test, the Illinois agility test, and the third instrument were the tools used in this investigation.*

*The results of the study are as follows: 1) PSG Gadut Football School (SSB) players in Padang City have a significant relationship between speed and smash ability, with  $r_{count} 0.586 > r_{table} 0.482$ . 2) Gadut Football School (SSB) players from Padang City show a significant correlation between agility and smash ability, with  $r_{count} 0.656 > r_{table} 0.482$ . 3) With  $R_{count} 0.691 > R_{table} 0.482$ , there is a significant relationship between speed and agility on the smash ability of PSG Gadut Football School (SSB) players, Padang City.*

*Keywords: speed, agility dribbling skills, football*

## PENDAHULUAN

Olahraga adalah jenis aktivitas fisik yang meliputi permainan, kontes, dan latihan intensif untuk mencapai kesuksesan dan prestasi puncak. Tindakan pemerintah membuat kebijakan telah mengatur sedemikian rupa bagi keberlangsungan keolahragaan dalam pencapaian prestasi atlet dibutuhkan pembinaan dan pembangunan dibidang olahraga yang tercantum dalam undang-undang RI N0.11 Tahun 2022 B Pasal 28 Ayat 1 yang berbunyi :

“pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilakukan dan diarahkan untuk mencapai prestasi olahraga pada tingkat daerah, nasional, dan internasional”

Tujuan pertandingan sepak bola adalah untuk mencetak gol melawan lawan dan mencegah tim Anda menyerah. Elemen pendukung seperti latihan fisik, teknik, taktis, dan mental diperlukan untuk memastikan tercapainya tujuan tersebut. Elemen paling penting dari sepak bola adalah mempelajari teknik dasar bermain. Gerakan dasar sepak bola meliputi menggiring bola, mengoper bola, menerimanya, menyundulnya, melemparnya, merebutnya, dan menjaga gawang. (Yunus, 2013).

Mengoptimalkan performa olahraga akan mudah dilakukan dengan pendekatan latihan teknik mental dan tentunya fisik. Untuk meningkatkan kondisi fisik, sangat penting untuk memiliki daya tahan, kekuatan, kelincahan, dan kecepatan. Setiap pemain harus mampu memahami keterampilan dasar sehingga mereka dapat secara efektif menjalankan strategi yang diberikan. Strategi yang efektif dapat menunjukkan seberapa besar basis yang dimiliki pemain untuk meningkatkan level permainan. Setelah fundamental ditetapkan, pemain dapat menikmati permainan menggunakan strategi yang ada untuk mencetak gol melawan lawan. Teknik dasar sepak bola meliputi passing, control, dribbling, tendangan, sundulan, dan lain-lain. Kecepatan, ketepatan, intensitas (strength), kelenturan (flexibility), kelincahan (agile), keseimbangan (balance), daya tahan (endurance), dan koordinasi merupakan unsur-unsur fisik yang membantu dalam bermain sepak bola. Kemampuan dan elemen ini diperlukan untuk pemain sepak bola yang sukses untuk mengatasi tantangan di lapangan. (Ramadhan Arifin dan Herita Warni, 2018).

Menurut (Bahtra, R., & Annas, M, 2020) Untuk dapat bermain dengan baik, penguasaan teknik dasar sepak bola sangat dibutuhkan oleh pemain sepak bola karena teknik dasar merupakan salah satu landasan seseorang untuk dapat bermain sepak bola. Dalam permainan sepakbola ada beberapa teknik dasar yang harus dimiliki oleh seorang pemain, menurut Danny Mielke (2007) Berikut teknik-teknik dasar sepak bola: Pemain sepak bola harus mampu menguasai bola saat bergerak, berdiri, atau bersiap-siap untuk mengoper atau menembak, oleh karena itu menggiring bola merupakan kemampuan yang mendasar. Penguasaan bola ditunjukkan dengan kemampuan melakukan juggling dengan baik dan konsisten.

Daya tarik sepak bola terletak pada kealiaman permainannya, dan merupakan aktivitas dinamis yang membutuhkan kebugaran fisik yang tinggi. Sepak bola juga merupakan olahraga yang sangat disukai dan mudah dipahami (Adziman et al., 2017). Pemain sepak bola, karena harus berlari setiap saat untuk mengejar, menggiring bola, merebut bola dari lawan, bergerak cepat ke segala arah, menggerakkan kaki, tangan, kepala, dan badan dengan tepat, serta melompat dengan tepat. (Nosa & Faruk, 2013).

Menurut Yulifril (2018) Menurut definisinya, “dribbling adalah teknik yang digunakan untuk memindahkan bola dari satu area ke area lain saat permainan sedang berlangsung.” Salah satu faktor yang mempengaruhi seberapa baik pemain menggiring bola saat bermain adalah teknik menggiring bola mereka sendiri. Dribbling dipengaruhi oleh kecepatan, kelincahan, fleksibilitas, keseimbangan, kekuatan, koordinasi, daya tahan, penglihatan, dan kontak kaki seseorang dengan bola, antara lain. Kemampuan menggiring bola dengan baik pada dasarnya dituntut dari setiap pemain karena selain mencetak gol, itu adalah keterampilan yang paling penting dalam sepak bola.

Menurut Hendri Irawadi (2019) mendefinisikan "kecepatan sebagai kapasitas seseorang untuk berpindah dengan cepat dari satu tempat ke tempat lain". Kecepatan adalah kapasitas seseorang untuk bergerak cepat, yang dibedakan dengan periode waktu yang singkat. Laju pergerakan memiliki pengaruh yang signifikan pada permainan sepak bola, terutama jika menyangkut fundamental. Salah satunya adalah dalam kemampuan menggiring bola. Pemain akan dapat menggiring bola dengan baik tanpa melepaskan bola atau membiarkan lawan menguasainya, dan bola akan mengenai sasaran dengan efektif dan efisien jika pemain memiliki unsur kecepatan yang baik. Selain itu, karena kecepatan tidak dapat dihasilkan tanpa kekuatan, kecepatan dan kekuatan sangat erat kaitannya. Menurut Bafirman dan Apri Agus (2008:43), kecepatan dipengaruhi oleh berbagai elemen, antara lain: (1) tipe otot (distribusi otot cepat dan lambat), (2) koordinasi neuromuskuler, (3) biomekanik, dan (4) kekuatan otot.

Menurut (Myalsidayu, 2015) menyatakan bahwa kelincuhan adalah kemampuan untuk berpindah haluan dengan cepat dan gesit saat bergerak. Seorang pemain atau atlet dengan kelincuhan yang kuat akan dapat bergerak lebih cepat dan efektif. Manusia membutuhkan kumpulan keterampilan yang rumit yang disebut kelincuhan untuk merespons rangsangan luar dengan mempercepat, mengubah arah, dan memperlambat. Kelincuhan sangat penting untuk olahraga yang membutuhkan kemampuan adaptasi yang tinggi terhadap perubahan-perubahan situasi dalam pertandingan. Kelincuhan berkaitan dengan kecepatan dan kelentukan. Kelincuhan merupakan salah satu unsur kondisi fisik khusus, yang merupakan gabungan unsur-unsur kekuatan, kecepatan, dan kelentukan. Menurut Hendri irawadi (2012:194) kelincuhan dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain: (1) Sistem saraf pusat (SSP), (2) Kekuatan otot, (3) Bentuk jenis dan struktur sendi, (4) Koordinasi intermuskular, (5) Reaksi otot terhadap rangsangan saraf dan (6) Suhu otot.

Berdasarkan hasil observasi di lapangan, kecepatan dan kelincuhan terhadap keterampilan menggiring bola pemain Sekolah sepak bola (SSB) PSG Gadut masih jauh dari yang diharapkan. Hal ini terlihat dari para pemain yang masih banyak mengalami kesulitan saat menerobos pertahanan lawan, serta kurangnya kecepatan pemain saat melakukan transisi dari menyerang ke bertahan dan kurangnya gerakan kelincuhan pemain saat melewati lawan dengan dribbling bola maupun gerakan tanpa bola, serta tidak percaya diri saat melaksanakan serangan ke daerah pertahanan lawan. Disebabkan mungkin kurangnya konsisten saat latihan. Jika seorang pemain saat menggiring bola lambat dan tidak lincah akan lebih menguntungkan oleh pemain lawan dalam penjagaan, pemain yang menggiring bola tersebut akan mudah dirampas oleh lawan. Disamping itu seorang pemain tidak boleh kaku dalam saat menggiring bola di karenakan jika posisi kaki kaku maka sering terjadinya cedera pada pemain. Hal itu harus di ubah dan tidak boleh dibiarkan sebab jika pemain tidak mempunyai keterampilan yang baik pada saat menggiring bola maka dalam permainan tidak akan maksimal. Mengingat bagaimana pentingnya keterampilan menggiring bola untuk meningkatkan cara bermain yang baik, maka harus mendapat perhatian dari pelatih sepak bola SSB PSG Gadut tanpa adanya perhatian dari seorang pelatih pemain tidak akan tau cara menggiring bola yang baik pada saat bermain. Oleh karena itu, perlu faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan menggiring bola dalam meningkatkan prestasi dalam sepak bola. Dengan penelitian ini maka akan dapat koreksi dari pemain SSB PSG Gadut untuk masa yang akan datang supaya berkembang dalam bermain sepak bola.

Berbicara masalah teknik bermain sepak bola menjadi permasalahan yang harus dibutuhkan oleh sebuah club sepak bola. Untuk mencapai hal itu perlu diterapkan langkah-langkah yang baik pembenahan kemampuan pelatih dalam memprogram suatu latihan. Jika sebuah club sepak bola sudah memiliki teknik yang baik, maka teknik tersebut akan mudah diterapkan oleh pemain saat pertandingan. Hal ini juga dirasakan oleh sebagian pemain jika teknik yang kita punya sudah maksimal maka saat bermain akan lebih mudah diterapkan.

Berdasarkan beberapa permasalahan di atas, dan mengingat bahwa kecepatan dan kelincuhan sangat penting dalam permainan sepakbola, maka peneliti mencoba untuk mengkaji “Hubungan kecepatan dan kelincuhan terhadap keterampilan menggiring bola pemain Sekolah sepak bola (SSB) PSG Gadut kota Padang”.

## **METODE**

Penelitian korelasional yang menitikberatkan pada penentuan dan pengujian derajat hubungan atau fungsi variabel prediktor terhadap variabel prediksi berdasarkan koefisien merupakan jenis penelitian. Penelitian korelasional (disebut juga penelitian korelasional) adalah penelitian yang bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara dua variabel atau lebih, menurut Arikunto (2010: 247–248). Penelitian korelasional membedakan dirinya dengan tidak membutuhkan banyak peserta penelitian. Metode penelitian kuantitatif akan digunakan dalam hal ini

## **HASIL PENELITIAN**

Data penelitian ini terdiri dari: keterampilan dribbling (Y) sebagai variabel terikat, Kecepatan ( $X_1$ ) dan kelincuhan ( $X_2$ ), sebagai variabel bebas. Untuk masing-masing variabel di bawah ini akan disajikan nilai rata-rata, simpangan baku, distribusi frekuensi, serta histogram dari setiap variabel.

### **1. Kecepatan ( $X_1$ )**

Pengukuran kecepatan dilaksanakan dengan *sprint test 30 meter* terhadap 17 orang pemain, didapat skor tertinggi 3,50 detik, skor terendah 6,62 detik, rata-rata (*mean*) 4,70 detik, dan simpangan baku (standar deviasi) 0,93 detik. Dari data hasil tes ini dapat dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut: 14

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kecepatan pemain sepakbola Sekolah Sepakbola (SSB) PSG Gadut kota Padang**

No.	Kelas interval (detik)	Frekuensi Absolut (Fa)	Frekuensi Relatif (%)	Kategori
1.	3,58 – 3,91	4	23.5	Baik sekali
2.	3,92 – 4,34	4	23.5	Baik
3.	4,35 – 4,72	1	5.9	Sedang
4.	4,73 – 5,11	2	11.8	Kurang
5.	5,12 – 5,50	6	35.3	Kurang Sekali
<b>Jumlah</b>		<b>17</b>	<b>100</b>	

Menurut tabel distribusi frekuensi di atas dari 17 orang pemain yang dijadikan sampel, 4 orang (23,5%) pemain mempunyai kecepatan untuk rentang nilai 3,58–3,91 detik, berada pada kategori baik sekali, 4 orang (23,5%) pemain mempunyai kecepatan untuk rentang nilai 3,92–4,34 detik, berada pada kategori baik. 1 orang (5,9%) pemain mempunyai kecepatan untuk rentang nilai 4,35–4,72 detik, berada pada kategori sedang. 2 orang (11,8%) pemain mempunyai kecepatan untuk rentang nilai 4,73–5,11 detik, berada pada kategori kurang, dan 6 orang (35,3%) pemain mempunyai kecepatan untuk rentang nilai 5,12–5,50 detik, berada pada kategori kurang sekali. Dari analisis data diperoleh rata-rata kecepatan pemain sepakbola Sekolah Sepakbola (SSB) PSG Gadut kota Padang adalah sebesar 4,70 detik, maka kecepatan pemain sepakbola Sekolah Sepakbola (SSB) PSG Gadut kota Padang berada pada kategori sedang.

2. Kelincahan ( $X_2$ )

Pengukuran kelincahan dilaksanakan dengan *Illinois Agility Run* terhadap 17 orang pemain, didapat skor tertinggi 13,71 detik, skor terendah 17,24, rata-rata (*mean*) 15,37, dan simpangan baku (standar deviasi) 1,04. Dari data hasil tes ini dapat dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kelincahan pemain sepakbola Sekolah Sepakbola (SSB) PSG Gadut kota Padang**

No.	Kelas interval (detik)	Frekuensi Absolut (Fa)	Frekuensi Relatif (%)	Kategori
1.	<15,2	6	35.3	Baik sekali
2.	16,1-15,2	7	41.2	Baik
3.	18,1-16,2	4	23.5	Sedang
4.	18,3-18,2	0	0.0	Kurang
5.	>18,3	0	0.0	Kurang Sekali
<b>Jumlah</b>		<b>17</b>	<b>100</b>	

Menurut tabel distribusi frekuensi di atas dari 17 orang pemain yang dijadikan sampel, 6 orang (35,3%) pemain mempunyai kelincahan untuk rentang nilai <15,2 detik, berada pada tingkat kategori baik sekali, 7 orang (41,2%) pemain mempunyai kelincahan untuk rentang nilai 16,1-15,2 detik, berada pada tingkat kategori baik, dan 4 orang (23,5%) pemain mempunyai kelincahan untuk rentang nilai 18,1-16,2 detik, berada tingkat kategori sedang. Dari analisis data diperoleh rata-rata kelincahan pemain sepakbola Sekolah Sepakbola (SSB) PSG Gadut kota Padang adalah sebesar 15,37 detik, maka kelincahan pemain sepakbola Sekolah Sepakbola (SSB) PSG Gadut kota Padang berada pada kategori baik.

3. Keterampilan menggiring bola (Y)

Pengukuran keterampilan menggiring bola dilaksanakan dengan tes keterampilan menggiring bola terhadap 17 orang pemain, didapat skor tertinggi 18,16 detik, skor terendah 23,72, rata-rata (*mean*) 20,17, dan simpangan baku (standar deviasi) 1,45. Dari data hasil tes ini dapat dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Hasil Data Keterampilan menggiring bola pemain sepakbola Sekolah Sepakbola (SSB) PSG Gadut kota Padang

No.	Kelas interval (detik)	Frekuensi Absolut (Fa)	Frekuensi Relatif (%)	Kategori
1.	>18.00	0	0.0	Baik sekali
2.	18.01-19.45	7	41.2	Baik
3.	19.46-20.90	6	35.3	Sedang
4.	20.91-22.35	3	17.6	Kurang
5.	>22.36	1	5.9	Kurang Sekali
<b>Jumlah</b>		<b>17</b>	<b>100</b>	

Menurut tabel distribusi frekuensi di atas dari 17 orang pemain yang dijadikan sampel, tidak ada pemain yang mempunyai keterampilan menggiring bola untuk rentang nilai <18.00 detik, berada pada tingkat kategori baik sekali, 7 orang (41,2%) pemain mempunyai keterampilan menggiring bola untuk rentang nilai 19.46-20.90 detik, berada pada tingkat kategori baik. 6 orang (35,3%) pemain mempunyai keterampilan menggiring bola untuk rentang nilai 19.46-20.90 detik, berada pada kategori sedang. 3 orang (17,6%) pemain mempunyai keterampilan menggiring bola untuk rentang nilai 20.91-22.35 detik, berada pada tingkat kategori kurang, dan 1 orang (5,9%) pemain mempunyai keterampilan menggiring bola untuk rentang nilai >22.36 detik, berada pada tingkat kategori kurang sekali. Dari analisis data diperoleh rata-rata keterampilan menggiring bola pemain sepakbola Sekolah Sepakbola (SSB) PSG Gadut kota Padang adalah sebesar 20,17 detik, maka keterampilan menggiring bola pemain sepakbola Sekolah Sepakbola (SSB) PSG Gadut kota Padang berada pada kategori sedang.

## PEMBAHASAN

Menurut hasil penelitian tentang Hubungan kecepatan dan kelincahan terhadap menggiring bola pemain Sekolah Sepakbola (SSB) PSG Gadut Kilangan Kota Padang menggunakan tes dan pengukuran kecepatan, kelincahan dan menggiring bola, telah didapatkan hasil setiap item tes dan dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Terdapat Hubungan Yang Signifikan Antara Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) PSG Gadut kota Padang. Hasil penelitian kedua yang ditemukan dalam penelitian ini sesuai dengan hipotesis yang diajukan, ternyata kecepatan mempunyai hubungan yang berarti (signifikan) dengan kemampuan menggiring bola pemain Sekolah Sepakbola (SSB) PSG Gadut kota Padang, dan diterima kebenarannya secara empiris dengan  $r_{hitung} 0,586 > r_{tabel} 0,489$ . Sesuai dengan temuan penelitian ini, maka dapat diartikan bahwa semakin baik kecepatan seseorang maka semakin baik pula kemampuan menggiring bola yang dimilikinya.
2. Terdapat Hubungan Yang Signifikan Antara Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) PSG Gadut kota Padang. Merujuk pada hasil analisis penelitian yang membuktikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pemain Sekolah Sepakbola Muspan Padang dengan koefisien korelasi = 0.656 pada  $\alpha = 0.05$ .  $r_{xy}$  (koefisien korelasi) = 0.656 >  $r_{tab} 0.482$ . Artinya kemampuan menggiring bolai pemain dipengaruhi oleh kelincahan.

Dari uraian di atas, jelas bahwa terdapat hubungan yang positif antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola dalam olahraga sepakbola. Maka dalam penelitian ini kelincahan sebagai variabel bebas yang akan dijadikan pengaruh utama terhadap kemampuan menggiring bola dalam olahraga sepakbola. Banyak hal yang mempengaruhi kemampuan menggiring bola, diantaranya adalah kelentukan togok, keseimbangan, kekuatan, kecepatan, kelincahan, koordinasi mata kaki, daya tahan otot tungkai dan kekuatan otot tungkai. Dalam penelitian ini kelincahan sebagai variabel bebas akan dijadikan pengaruh utama terhadap kemampuan menggiring bola dalam olahraga sepakbola, artinya kemampuan menggiring bola pemain dipengaruhi oleh kelincahan.

3. Terdapat Hubungan Yang Signifikan Antara Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) PSG Gadut kota Padang. Temuan hasil penelitian ketiga yang ditemukan dalam penelitian ini yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang berarti (signifikan) kecepatan dan kelincahan secara bersama-sama dengan keterampilan menggiring bola pemain Sekolah Sepakbola (SSB) PSG Gadut kota Padang dengan  $R_{hitung} 0,691 > R_{tabel} 0,482$ , dan diterima kebenarannya secara empiris. Sesuai dengan temuan penelitian ini, jelaslah bahwa kedua komponen kondisi fisik yaitu kelincahan dan kecepatan mempunyai peranan penting terhadap keterampilan menggiring bola pemain Sekolah Sepakbola (SSB) PSG Gadut kota Padang. Artinya semakin tinggi tingkat kecepatan dan kelincahan pemain Sekolah Sepakbola (SSB) PSG Gadut kota Padang, maka semakin tinggi pula keterampilan menggiring bola yang mereka miliki.

### **KESIMPULAN**

Menurut hasil penelitian dan pembahasan tentang Hubungan Kecepatan dan Kelincahan terhadap Menggiring Bola Pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) PSG Gadut Kota Padang, maka dapat dikemukakan kesimpulan sebagai berikut: (1) Terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan terhadap kemampuan smash pemain Sekolah Sepakbola (SSB) PSG Gadut Kota Padang dengan  $r_{hitung} 0,586 > r_{tabel} 0,482$ , (2) Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan terhadap kemampuan smash pemain Sekolah Sepakbola (SSB) PSG Gadut Kota Padang dengan  $r_{hitung} 0,656 > r_{tabel} 0,482$ , (3) Terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan dan kelincahan secara bersama-sama terhadap kemampuan smash pemain Sekolah Sepakbola (SSB) PSG Gadut Kota Padang dengan  $R_{hitung} 0,691 > R_{tabel} 0,482$

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azidman, L., Arwin, & Syafrial. (2017). Profil Kondisi Fisik Pemain Sepak Bola SMA Negeri 1 Kaur. *KINESTETIK : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 1(1), 35–39
- Bahtra, R., & Annas, M. (2020). The Effect of Slalom Dribble Training on the Dribbling Skill. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 9(1), 33-3
- Bafirman, Apri Agus (2008). *Buku Ajar Kondisi Fisik.*: FIK UNP Padang
- Danny Mielke. (2007). *Dasar-Dasar Sepakbola*. Klaten: PT Intan Sejati
- Hendri, Irawadi. (2012) *kondisi fisik dan pengukurannya*. Padang: UNP Press
- Hendri, Irawadi. 2019. *Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. Padang: FIK UNP
- Mylsidayu, A. (2015). *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Alfa Beta.
- Nosa, A. S., & Faruk, M. (2013). Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Pemain Persatuan Sepakbola Indonesia Lumajang. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1(1), 1–8
- Ramadhan Arifin., Herita Warni., (2018)., “MODEL LATIHAN KELINCAHAN SEPAKBOLA”. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga* Volume 17 No 2, Desember 2018.
- Undang undang Republik indonesia Nomor 11 Tahun 2022 B Pasal 28 Ayat 1 tentang Sistem Keolahragaan Nasional
- Yunus, M. (2013) *Dasar-dasar Permainan Sepak Bola*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Yulifri. 2018. *Permainan Sepakbola*. Padang: FIK UNP.

