



Hubungan Kecepatan Lari Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Pada Permainan Sepakbola Mahasiswa FIK UNM

The Relationship Between Running Speed and Agility on Skills in the Football Game of FIK UNM Students

Akbar Hidayat^{1*}, Ahmad Rum Bismar², Muhammad Ishak³

¹²³Prodi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, Universitas Negeri Makassar, Indonesia

¹²³Jalan Wijaya Kusuma Raya No. 14 (Kampus FIK Banta-Bantaeng) Kota Makassar, Sulawesi Selatan, 90222

¹limboro48@gmail.com, ²ahmad.rum.bismar@unm.ac.id, ³m.ishak@unm.ac.id

Received: 25-October-2021; Reviewed: 07-November-2021; Accepted: 05-December-2021;

Published: 21-December 2021

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) Hubungan kecepatan lari terhadap keterampilan menggiring dalam permainan sepakbolapada mahasiswa FIK UNM, (2) Hubungan kelincahan terhadap keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola pada mahasiswa FIK UNM, dan (3) Hubungan kecepatan lari dan kelincahan terhadap keterampilan menggiring dalam permainan sepakbolapada mahasiswa FIK UNM. Penelitian ini termasuk jenis penelitian korelasi. Populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswa laki-laki FIK UNM dengan jumlah sampel penelitian 30 mahasiswa yang dipilih secara random sampling atau sistem acak. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif, normalitas data dan korelasi dengan menggunakan sistem SPSS Versi 16.00 pada taraf signifikan 95% atau $\alpha_{0,05}$. Bertolak dari hasil analisis data, maka penelitian ini menyimpulkan bahwa: (1) Kecepatan lari memiliki hubungan yang signifikan terhadap keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola pada mahasiswa FIK UNM, diperoleh nilai korelasi (r) 0,861 dengan tingkat probabilitas $(0,000) < \alpha_{0,05}$; (2) Kelincahan memiliki hubungan yang signifikan terhadap keterampilan menggiring dalam permainan sepakbolamahasiswa FIK UNM, diperoleh nilai korelasi (r) 0,907 dengan tingkat probabilitas $(0,000) < \alpha_{0,05}$; dan (3) Kecepatan lari dan kelincahan memiliki hubungan yang signifikan terhadap keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola mahasiswa FIK UNM, diperoleh nilai korelasi (R) 0,923 dengan tingkat probabilitas $(0,000) < \alpha_{0,05}$

Kata Kunci: Kecepatan Lari, Kelincahan, Keterampilan, Dribbling Bola, Sepakbola

PENDAHULUAN

Sepakbola merupakan cabang olahraga yang tidak asing lagi dimata masyarakat Indonesia, terlebih di Sulawesi Selatan. Olahraga ini dikenal mulai dari kalangan atas hingga kalangan bawah dan tak mengenal strata yang ada dalam masyarakat. Sehingga dengan olahraga ini dapat menyatukan persatuan dan tali persaudaraan antar individual. Perkembangan olahraga sepakbola di Sulawesi Selatan dapat dikatakan sudah menampakkan hasil yang menggembirakan dan memuaskan terbukti dengan prestasi yang

telah dicapai di beberapa kejuaraan nasional yang pernah diselenggarakan sudah mampu mengangkat derajat dan membawa keharuman nama daerah, sehingga dapat dikatakan penampilan para pemain kita memiliki kemampuan untuk bersaing di tingkat nasional. Berbicara masalah sepakbola, ada beberapa teknik yang merupakan teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepakbola agar dapat bermain dengan baik, seperti menendang bola, menyundul bola, menggiring bola, dan sebagainya. Namun dalam hubungannya dengan penelitian ini hanya berfokus pada satu teknik saja yakni teknik menggiring bola.

Menggiring bola atau *dribbling* adalah unsur dasar yang harus dimiliki oleh setiap pemain sepakbola karena teknik ini adalah teknik penunjang dalam penguasaan teknik-teknik lainnya termasuk unsur fisik yang terlibat didalamnya. Teknik menggiring bola merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam permainan sepakbola karena dapat menunjang terciptanya gol dalam suatu pertandingan. Seperti halnya seorang pemain yang sukses menggiring bola dalam usahanya keluar dari kawalan lawan pada saat berada di depan gawang akan memberikan peluang yang besar untuk menciptakan gol karena keberhasilannya menggiring bola dengan melewati lawan yang menghadang menuju ke daerah kosong membuat posisinya bebas dan leluasa dalam melakukan tendangan ke gawang. Analisis gerak dalam menggiring bola yang merupakan kemampuan dasar yang harus dimiliki oleh seorang pemain sepakbola, aplikasi pada saat bermain misalnya kondisi dalam usaha keluar dari kawalan lawan, maka pemain tersebut harus mampu melakukan gerakan menggiring bola secara berkelok-kelok atau gerakan merubah arah secara tiba-tiba dengan cepat, karena dengan gerakan-gerakan yang seperti ini akan memudahkan dalam melewati lawan yang menghadang. Perlu diketahui bahwa kemampuan menggiring bola seperti yang diuraikan di atas, tidak dapat terjadi tanpa didukung oleh beberapa unsur yang dapat menunjang, dan salah satunya yang paling dominan adalah unsur kemampuan fisik. Hal ini disebabkan karena tanpa kemampuan fisik yang memadai sulit untuk mengembangkan teknik menggiring yang baik. Begitu pula sebaliknya dengan kemampuan fisik yang baik maka pelaksanaan teknik gerakan menggiring akan dapat ditampilkan secara sempurna.

Kemampuan fisik yang dimaksud terutama ditekankan pada bagian tubuh yang memegang peranan penting dalam menggiring bola seperti unsur fisik kecepatan lari, kelincahan, merupakan hal yang sangat penting agar dapat melakukan gerakan menggiring bola secara berkelok-kelok maupun gerakan merubah arah secara tiba-tiba pada beberapa sisi dalam usaha untuk melewati lawan. Menggiring bola adalah salah satu cara untuk lolos dari hadangan lawan yang biasa dilakukan oleh pemain sepakbola di lapangan, salah satu

satu cara efektif akan tetapi beresiko bagi pemain yang menggiring bola yang kemudian mencoba ataupun memaksa untuk lolos dari hadangan lawan.

Keterampilan kecepatan sebagai elemen terpenting dalam menggiring bola dalam permainan sepakbola, yang biasanya dipakai untuk mengecoh gerakan dari hadangan lawan, keterampilan ini sangat menunjang baik, indahnya permainan dan menangnya suatu pertandingan. Keterampilan kelincahan diperlukan bagi pemain sepakbola untuk menampilkan gerakan, terutama pada saat menggiring bola. Proses gerak menggiring bola dalam permainan sepakbola, pemain harus bergerak cepat atau berlari sambil merubah posisi tubuh dan mampu meliukkan badan pada saat ada lawan yang berusaha merebut bola dalam usaha melewati lawan dengan cepat.

Permasalahan yang timbul bahwa dari hasil observasi awal yang dilakukan oleh peneliti, seperti *passing*, *dbribling*, kurang lincah dan lambat bergerak, maka dari itu teknik dasar dalam permainan sepakbola belum terlalu dikuasai oleh mahasiswa FIK UNM sehingga cara mainnya tidak terlalu bagus. Jadi peneliti menganalisa komponen fisik yang mendukung teknik dasar menggiring bola adalah kecepatan lari dan kelincahan. Menyimak uraian tersebut di atas, sehingga diduga bahwa kecepatan dan kelincahan yang dimiliki seseorang mempunyai kontribusi yang erat dengan kemampuannya menggiring bola dalam permainan sepakbola.

METODE

Metodologi merupakan teknik dan alat yang dipergunakan untuk mencari pembuktian secara ilmiah yang dilakukan secara sistematis untuk mengungkapkan dan memberikan jawaban atas permasalahan yang dikemukakan dalam suatu penelitian. Sehingga arah dan tujuan mengungkapkan fakta atau kebenaran sesuai dengan apa yang ditemukan dalam penelitian, betul-betul sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Ada dua variabel yang terlibat dalam penelitian, yakni variabel bebas yang terdiri dari kecepatan lari dan kelincahan, serta variabel terikat adalah menggiring bola. Desain penelitian suatu gambaran penelitian yang dilakukan oleh peneliti, pada penelitian digunakan desain korelasional. Populasi pada penelitian adalah seluruh mahasiswa laki-laki FIKUNM. Sampel dalam penelitian ini dipilih dengan pertimbangan dianggap paling tahu tentang hal yang diharapkan dalam menjelajahi situasi yang diteliti. Sampel dipilih oleh peneliti dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Dengan demikian sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa laki-laki FIK UNM sebanyak 30 mahasiswa. Pengumpulan data yang diperlukan dalam penelitian ini meliputi : tes kecepatan lari, tes kelincahan dan keterampilan menggiring pada permainan sepakbola. Data yang terkumpul tersebut perlu dianalisis secara statistik deskriptif, maupun inferensial untuk keperluan pengujian hipotesis penelitian. Adapun gambaran yang digunakan dalam penelitian ini, sebagai berikut: analisis data secara

deskriptif dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran umum tentang data yang meliputi rata-rata, dan standar deviasi, dan analisis secara inferensial digunakan untuk menguji hipotesis-hipotesis penelitian dengan menggunakan uji korelasi dan regresi. Secara keseluruhan analisis data statistik yang digunakan pada umumnya menggunakan analisis komputer pada program SPSS versi 21.00 dengan taraf signifikan 95% atau $\alpha 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis deskriptif meliputi; total nilai, rata-rata, standar deviasi, range, maksimal dan minimum. Dari nilai-nilai statistik ini diharapkan dapat memberi gambaran umum tentang keadaan kecepatan, kelincahan dan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola. Hasil analisis deskriptif setiap variabel penelitian dapat dilihat dalam **Tabel 1**.

Tabel 1.

Hasil analisis deskriptif tiap variabel.

Variabel	N	Sum	Mean	Stdv	Range	Min.	Max.
Kecepatan	30	194,06	6,4687	0,44413	2,21	5,21	7,42
Kelincahan	30	626,37	20,8790	0,67996	2,74	19,47	22,21
Keterampilan menggiring	30	345,01	11,5003	0,42761	1,75	10,58	12,33

Hasil dari **Tabel 1** yang merupakan gambaran kecepatan, kelincahan dan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola dapat dikemukakan sebagai berikut:

Untuk kecepatan pada mahasiswa FIK UNM dari 30 jumlah sampel diperoleh total nilai sebanyak 194,06 detik dan rata-rata yang diperoleh 6,4687 detik dengan hasil standar deviasi 0,44413 dari range data 2,21 detik antara nilai minimum 5,21 detik dan 7,42 detik untuk nilai maksimal. Untuk data kelincahan pada mahasiswa FIK UNM dari 30 jumlah sampel diperoleh total nilai sebanyak 626,37 detik rata-rata yang diperoleh 20,8790 detik dengan hasil standar deviasi 0,67996 dari range data 2,74 detik antara nilai minimum 19,00 detik dan 22,21 detik untuk nilai maksimal. Untuk data keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola pada mahasiswa FIK UNM dari 30 jumlah sampel diperoleh total nilai sebanyak 345,01 detik dan rata-rata yang diperoleh 11,5003 detik dengan hasil standar deviasi 0,42761 dari range data 1,75 detik antara nilai minimum 10,58 detik dan 12,33 detik untuk nilai maksimal.

Untuk mengetahui sebaran kecepatan, kelincahan dan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola pada mahasiswa FIK UNM, maka dilakukan uji normalitas data dengan menggunakan Uji Kolmogorov Smirnov (KS-Z). Hasil analisis normalitas data dapat dilihat dalam rangkuman **Tabel 2.** berikut:

Tabel 2.
Hasil uji normalitas tiap variabel

Variabel	K – SZ	P	α	Ket.
Kecepatan	0,153	0,073	0,05	Normal
Kelincahan	0,099	0,200	0,05	Normal
Keterampilan menggiring	0,128	0,200	0,05	Normal

Berdasarkan **Tabel 2** menunjukkan bahwa dari hasil pengujian normalitas kecepatan, kelincahan dan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola menggunakan Uji Kolmogorov Smirnov menunjukkan hasil sebagai berikut:

Dalam pengujian normalitas kecepatan pada mahasiswa FIK UNM diperoleh nilai uji Kolmogorov-Smirnov Test 0,153 dengan tingkat probabilitas (P) 0,073 lebih besar dari pada nilai $\alpha_{0,05}$. Dengan demikian kecepatan pada mahasiswa FIK UNM yang diperoleh mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal. Dalam pengujian normalitas data kelincahan pada mahasiswa FIK UNM diperoleh nilai uji Kolmogorov-Smirnov Test 0,099 dengan tingkat probabilitas (P) 0,200 lebih besar dari pada nilai $\alpha_{0,05}$. Dengan demikian data kelincahan pada mahasiswa FIK UNM yang diperoleh mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal. Dalam pengujian normalitas data keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola pada mahasiswa FIK UNM diperoleh nilai uji Kolmogorov-Smirnov Test 0,128 dengan tingkat probabilitas (P) 0,200 lebih besar dari pada nilai $\alpha_{0,05}$. Dengan demikian data keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola pada mahasiswa FIK UNM yang diperoleh mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal.

Tabel 3.
Hasil analisis korelasi dan regresi untuk hipotesis pertama

VARIABEL	r/R	Rs	F	t	P	α
Kecepatan (X_1) Keterampilan menggiring (Y)	0,861	0,741	80,242	8,958	0,000	0,05

Berdasarkan hasil pengujian analisis korelasi dan regresi data antara kecepatan dengan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola pada mahasiswa FIK UNM. Diperoleh nilai korelasi (r) 0,861 dengan tingkat probabilitas (0,000) $< \alpha_{0,05}$, untuk nilai R Square (koefisien determinasi) 0,741. Hal ini berarti 74,1% keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola dijelaskan oleh kecepatan. Dari uji Anova atau F test, di dapat F hitung adalah 80,242 dengan tingkat signifikansi 0,000. Oleh karena probabilitas (0,000)

jauh lebih kecil dari $\alpha_{0,05}$, maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola (dapat diberlakukan untuk populasi dimana sampel diambil). Dari uji t diperoleh 8,958 dengan tingkat signifikan 0,000. Oleh karena probabilitas (0,000) jauh lebih kecil dari $\alpha_{0,05}$. Maka H_0 ditolak dan H_1 diterima atau koefisien regresi signifikan, atau kecepatan benar-benar berhubungan secara signifikan dengan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan kecepatan dengan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola pada mahasiswa FIK UNM, diperoleh nilai korelasi (r) 0,861 dengan tingkat probabilitas (0,000) $< \alpha_{0,05}$.

Tabel 4.
Hasil analisis korelasi dan regresi untuk hipotesis kedua

VARIABEL	r/R	Rs	F	t	P	α
Kelincahan (X_2) Keterampilan menggiring (Y)	0,907	0,823	130,249	11,413	0,000	0,05

Berdasarkan hasil pengujian analisis korelasi dan regresi data antara kelincahan dengan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola pada mahasiswa FIK UNM. Diperoleh nilai korelasi (r) 0,907 dengan tingkat probabilitas (0,000) $< \alpha_{0,05}$, untuk nilai R Square (koefisien determinasi) 0,823. Hal ini berarti 82,3% keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola dijelaskan oleh kelincahan. Dari uji Anova atau F test, didapat F hitung adalah 130,249 dengan tingkat signifikansi 0,000. Oleh karena probabilitas (0,000) jauh lebih kecil dari $\alpha_{0,05}$, maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola (dapat diberlakukan untuk populasi dimana sampel diambil). Dari uji t diperoleh 11,413 dengan tingkat signifikan 0,000. Oleh karena probabilitas (0,000) jauh lebih kecil dari $\alpha_{0,05}$. Maka H_0 ditolak dan H_1 diterima atau koefisien regresi signifikan, atau kelincahan benar-benar berhubungan secara signifikan dengan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan kelincahan dengan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola pada mahasiswa FIK UNM, diperoleh nilai korelasi (r) 0,907 dengan tingkat probabilitas (0,000) $< \alpha_{0,05}$.

Tabel 5.
Hasil analisis regresi untuk hipotesis ketiga

VARIABEL	r/R	Rs	F	P	α
Kecepatan (X_1) dan kelincahan (X_2) Keterampilan menggiring (Y)	0,923	0,853	78,128	0,000	0,05

Berdasarkan hasil pengujian analisis regresi data antara kecepatan dan kelincahan dengan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola pada mahasiswa FIK UNM. Diperoleh nilai regresi (R) 0,923 dengan tingkat probabilitas $(0,000) < \alpha_{0,05}$, untuk nilai R Square (koefisien determinasi) 0,853. Hal ini berarti 85,3% keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola dijelaskan oleh kecepatan dan kelincahan. Dari uji Anova atau F test, didapat F hitung adalah 78,125 dengan tingkat signifikansi 0,000. Oleh karena probabilitas $(0,000)$ jauh lebih kecil dari $\alpha_{0,05}$, maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola (dapat diberlakukan untuk populasi dimana sampel diambil). Maka H_0 ditolak dan H_1 diterima atau koefisien regresi signifikan, atau kecepatan dan kelincahan benar-benar berhubungan secara signifikan dengan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan kecepatan dan kelincahan dengan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola pada mahasiswa FIK UNM, diperoleh nilai korelasi (R) 0,923 dengan tingkat probabilitas $(0,000) < \alpha_{0,05}$.

Pembahasan

Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan kecepatan dengan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola pada mahasiswa FIK UNM. Apabila hasil penelitian ini dikaitkan dengan teori dan kerangka pikir yang mendasarinya, maka dalam dasarnya hasil penelitian mendukung dan memperkuat teori dan hasil-hasil penelitian terdahulu yang sudah ada. Ini membuktikan bahwa kecepatan sangat menunjang dalam melakukan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola. Namun pada mahasiswa FIK UNM memiliki kecepatan dikategorikan baik untuk menunjang keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola. Kecepatan merupakan salah satu faktor yang mendukung dalam pencapaian keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola. Kecepatan adalah kemampuan seseorang dalam berlari mulai dari garis start sampai garis finish. Analisis gerak *dribbling* dalam permainan sepakbola yaitu pemain harus berlari dan menghindari lawan yang ada di depannya sambil membawa bola. Jadi, fungsi kecepatan dalam pelaksanaan *dribbling* dalam permainan sepakbola adalah pada saat mendribbling bola, pemain harus memiliki kecepatan yang baik karena dengan memiliki kecepatan yang baik maka lawan akan sulit mengejar bola yang *didribbling*. Lain halnya dengan pemain yang tidak memiliki kecepatan yang bagus maka akan menyulitkan dalam melakukan *dribbling* atau mudah diantisipasi dalam gerak *dribbling*. Dengan demikian kecepatan memiliki hubungan yang signifikan dengan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola mahasiswa FIK UNM.

Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan kelincahan dengan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola pada mahasiswa FIK UNM. Apabila hasil penelitian ini dikaitkan dengan teori dan kerangka pikir yang mendasarinya, maka

dalam dasarnya hasil penelitian mendukung dan memperkuat teori dan hasil-hasil penelitian terdahulu yang sudah ada. Ini membuktikan bahwa kelincahan sangat menunjang dalam melakukan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola. Namun pada mahasiswa FIK UNM memiliki kelincahan dikategorikan baik sekali untuk menunjang keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola. Kelincahan merupakan salah satu faktor yang mendukung dalam pencapaian keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola. Kelincahan adalah kemampuan seseorang dalam mempertahankan posisi badan agar tetap seimbang. Analisis gerak dalam pelaksanaan *dribbling* yaitu pemain harus mendribbling bola sambil mempertahankan bola yang ada di kakinya. Jadi, fungsi kelincahan pada saat melakukan *dribbling* dalam permainan sepakbola adalah pada saat melakukan *dribbling*, pemain harus mempertahankan bola sambil berlari dengan kencang dan juga bagaimana cara melewati lawan yang ada didepannya, maka dari itu agar memudahkan melewati lawan yang ada didepannya, pemain harus memiliki kelincahan yang baik. Lain halnya pemain yang tidak memiliki kelincahan yang sempurna maka akan lebih mudah diantisipasi bola yang ada di kakinya dan juga akan lebih sulit menghindari lawan yang ada didepannya. Dengan demikian kelincahan memiliki hubungan yang signifikan dengan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola pada mahasiswa FIK UNM.

Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan kecepatan dan kelincahan dengan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola pada Mahasiswa FIK UNM. Apabila hasil penelitian ini dikaitkan dengan teori dan kerangka pikir yang mendasarinya, pada dasarnya hasil penelitian ini mendukung dan memperkuat teori yang sudah ada. Ini membuktikan bahwa kedua faktor tersebut yaitu kecepatan dan kelincahan saling berhubungan dalam pencapaian dan peningkatan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola. Mahasiswa FIK UNM memiliki kecepatan dan kelincahan yang dimiliki dikategorikan baik sekali untuk menunjang pencapaian hasil keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola. Analisis gerakan *dribbling* dalam permainan sepakbola yaitu pemain harus mendribbling bola dengan cara berlari dan juga harus dengan mudah melewati rintangan yang ada didepannya. maka dari itu agar pemain lebih mudah membawa bola sambil berlari, dibutuhkan kecepatan yang tinggi agar lawan akan sulit mengejar bola yang ada di kakinya. Selain kecepatan, kelincahan juga sangat diperlukan dalam pelaksanaan *dribbling* karena dalam mendribbling, pemain harus menghindari lawan yang ada didepannya. Dengan demikian seorang pemain yang memiliki keterampilan menggiring yang baik bila memiliki kedua komponen fisik yaitu kecepatan dan kelincahan. Akan tetapi bukan hanya kedua komponen fisik tersebut yang dijadikan sebagai patokan atau ukuran untuk menghasilkan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola. Dengan demikian kecepatan dan kelincahan memiliki

hubungan yang signifikan dengan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola mahasiswa FIK UNM.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan, maka dapat ditarik sebuah kesimpulan sebagai berikut: (1) Kecepatan memiliki hubungan yang signifikan dengan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola pada mahasiswa FIK UNM, (2) Kelincahan memiliki hubungan yang signifikan dengan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola pada mahasiswa FIK UNM, dan (3) Kecepatan dan kelincahan memiliki hubungan yang signifikan dengan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola mahasiswa FIK UNM.

Berdasarkan kesimpulan penelitian tersebut di atas, maka dapat disarankan sebagai berikut: (1) Bagi peneliti selanjutnya, agar didalam memilih teknik permainan sepakbola yang ingin dikembangkan perlu memperhatikan komponen fisik yang dimiliki seperti kecepatan dan kelincahan, (2) Bagi pemain sepakbola, diharapkan agar supaya melakukan aktivitas olahraga dengan bentuk-bentuk latihan yang disesuaikan dengan kebutuhan agar komponen fisik yang dimiliki tidak memengaruhi struktur tubuh yang berakibat fatal atau merugikan, dan (3) Fakultas Ilmu Keolahragaan merupakan suatu wadah untuk memperoleh ilmu keolahragaan, sehingga diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan masukan dan ilmu yang berguna bagi Mahasiswa Olahraga.

DAFTAR RUJUKAN

- Abdullah Ma'ruf. 2015. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta : Aswaja Pressindo.
- Baley, James, A. 1982. *The Athletis Guide Increasing Strength Power And Agality*. Porher Publising, New York.
- Danny Mielke. 2007. *Dasar-dasar Sepakbola*. Bandung: Pakar Raya.
- Darmadi, Hamid. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan dan Sosial*. Bandung: Alfabeta
- Halim, Nur Ichsan. 2011. *Tes dan Pengukuran Kesegaran Jasmani*. Makassar: Universitas Negeri Makassar.
- Haddade, Ilyas dan Tola, Ismail. 1991. *Penuntun Mengajar Dan Melatih Sepakbola*. Ujung Pandang. FPOK IKIP.
- Harsono. 1988. *Coaching Dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Depdikbud P2LPTK, Jakarta.
- Muhajir, 2004. *Pendidikan Jasmani Olahraga & Kesehatan*. Bandung: Yudhi Tira.

- Rani, Adib, Abd. 1992. *Materi Dan Evaluasi Mengajar Permainan Sepakbola*. FPOK IKIP Ujung Pandang.
- Sajoto, Mochamad. 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Depdikbud Dirjen Dikti, Jakarta.
- Saifudin. (1999). *Anatomi Untuk Siswa Perawat*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Soekarman R. 1987. *Dasar Olahraga Untuk Pembinaan, Pelatih dan Atlet*. Jakarta : Inti Idayu Press.
- Sucipto. 1999. *Pembelajaran Sepakbola*. Bandung:Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Suharno HP. 1993. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Yogyakarta.
- Verducci, Frank M. 1980. *Measurement Concepts in Physical Education*. CV. Mosby Company, Saint Louis.