JURNAL

HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN LARI DAN KELINCAHAN TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA PERMAINAN SEPAKBOLA SISWA PUTRA M.Ts WALISONGO KELAS IX-C SUGIHWARAS BOJONEGORO TAHUN AJARAN 2016/2017

Oleh:

MUHAMMAD SYAMSUDIN
NPM: 12.1.01.09.0167

Dibimbing oleh :

1. **Drs. Slamet Junaidi, M.Pd.**
2. **Septyaning Lusianti, M.Pd.**

PROGRAM STUDI PENJASKESREK

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

TAHUN 2017

SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2017

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap	: Muhammad Syamsudin
NPM	: 12.1.01.09.0167
Telepon/HP	: 085727088336
Alamat Email	: muhammadsyamsudin4444@gmail.com
Judul Artikel	: Hubungan Antara Kecepatan Lari dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Siswa Putra M.Ts Walisongo Kelas IX-C Sugihwaras Bojonegoro Tahun Ajaran 2016/2017.
Fakultas - Program Studi	: FKIP - Penjaskesrek
Nama Perguruan Tinggi	: Universitas Nusantara PGRI Kediri
Alamat Perguruan Tinggi	: JL. K.H. Achmad Dahlan No. 76, Mojoroto, Kediri, Jawa Timur.

Dengan ini menyatakan bahwa :

a. Artikel yang saya tulid merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis**)** dan bebas plagiarisme;
b. artikel telah diteliti dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggungjawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		Kediri, 25 Januari 2017
Pembimbing I	Pembimbing II	Penulis,
Drs. Slamet Junaidi, M.Pd. NIDN: 0015066801	Septyaning Lusianti, M.Pd. NIDN: 0722098601	Muhammad Syamsudin NPM: 12.1.01.09.0167

HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN LARI DAN KELINCAHAN TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA PERMAINAN SEPAKBOLA SISWA PUTRA M.Ts WALISONGO KELAS IX-C SUGIHWARAS BOJONEGORO TAHUN AJARAN 2016/2017

MUHAMMAD SYAMSUDIN
NPM : 12 .1.01.09.0167
FKIP-PENJASKESREK
muhammadsyamsudin4444@gmail.com
Drs. Slamet Junaidi, M.Pd. dan Septyaning Lusianti, M.Pd.
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK: MUHAMMAD SYAMSUDIN: Hubungan antara Kecepatan Lari dan Kelincahan terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Siswa Putra M.Ts Walisongo Kelas IX-C Sugihwaras Bojonegoro Tahun Ajaran 2016/2017. Skripsi, PENJASKESREK, FKIP UN PGRI Kediri, 2017.

Penelitian ini dilatar belakangi hasil pengamatan peneliti, bahwa pembelajaran permainan sepakbola di M.Ts walisongo kurang optimal dalam pembelajaran menggiring bola karena kurangnya sarpras.

Permasalahan penelitian ini adalah (1) Adakah hubungan kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola? (2) Adakah hubungan kelincahan lari terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola? (3) Adakah hubungan kecepatan lari dan kelincahan lari terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola?.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan teknik tes dan pengukuran. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas IX M.Ts Walisongo Sugihwaras Bojonegoro Tahun Ajaran 2016/2017 sebanyak 122 siswa/siswi dengan rincian kelas IX-A=39, IX-B=41, IX-C=42 sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive* sampling dan yang dipilih siswa kelas IX-C berjumlah 16 siswa. Variabel penelitian terdiri dari dua variabel bebas yaitu kecepatan dan kelincahan, serta satu variabel terikat yaitu kemampuan menggiring bola. Instrumen tes dalam penelitian ini yaitu tes kecepatan lari, tes kelincahan *shuttle run* dan tes menggiring bola. Analisis data menggunakan korelasi *product moment* dan korelasi ganda.

Hasil analisis koefisien korelasi untuk kecepatan yaitu: r hitung rx_1y= 0,714 sedangkan r tabel: 0,623 dengan taraf signifikan 1%, r hitung lebih besar dari r tabel (0,714 > 0,623). Hasil analisis koefisien korelasi untuk kelincahan yaitu: r hitung rx_2y= 0,758 sedangkan r tabel: 0,623 dengan taraf signifikan 1%, r hitung lebih besar dari r tabel (0,758 > 0,623). Hasil analisis koefisien korelasi ganda untuk kecepatan, kelincahan dan kemampuan menggiring bola yaitu: r hitung $ry.x_1x_2$= 0,767 selanjutnya diuji keberartiannya menggunakan uji F diperoleh F hitung: 9,30, ternyata F hitung lebih besar dari F tabel: 6,71 dengan taraf signifikan 1%, maka Ha: diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa putra M.Ts Walisongo kelas IX-C Sugihwaras Bojonegoro Tahun Ajaran 2016/2017.

Diharapkan hasil penelitian ini disarankan bagi guru olahraga agar lebih bervariatif dalam mengajar dan ditingkatkan latihan fisik agar semakin bagus tingkat keterampilan dan kemampuan menggiring bola para siswa.

Kata Kunci: kecepatan lari , kelincahan, kemampuan menggiring bola.

I. LATAR BELAKANG

Sepakbola merupakan cabang olahraga yang sudah masyarakat baik sebagai hiburan, mulai dari latihan peningkatan kondisi tubuh atau sebagai prestasi untuk membela desa, daerah dan negara. Sepakbola yang sudah masyarakat itu merupakan gambaran persepakbolaan di indonesia khususnya negara maju pada umumnya.

Menurut Soegijanto, dkk (dalam Abdoellah Arma 1981 : 409) sepak bola adalah permainan beregu yang dimainkan masing-masing oleh sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang. Sepakbola merupakan permainan tim, oleh karena itu kerja sama tim merupakan kebutuhan permain sepakbola yang harus dipenuhi oleh setiap kesebelasan yang menginginkan kemenangan, kemenangan dalam permainan sepakbola hanya akan diraih secara perseorangan dalam permainan tim, disamping itu setiap individu atau pemain harus memiliki kondisi fisik yang bagus, teknik dasar yang baik dan mental bertanding yang baik pula.

Tujuan olahraga bermacam-macam sesuai dengan olahraga yang dilakukan, tetapi olahraga secara umum meliputi memelihara dan meningkatkan kesegaran jasmani, memelihara dan meningkatkan kesehatan, meningkatkan kegemaran manusia berolahraga sebagai rekreasi serta menjaga dan meningkatkan prestasi olah raga setinggi-tingginya. Keberhasilan akan diraih apabila latihan yang dilakukan sesuai dan berdasarkan prinsip latihan yang terencana, terprogram yang mempunyai tujuan tertentu.

Menurut Soekatamsi (1988: 11) dalam pembelajaran sepakbola, kita mengenal aspek-aspek yang perlu dikembangkan yaitu:

1. Pembinaan teknik (keterampilan)
2.Pembinaan fisik (kesegaran jasmani)
3. Pembinaan taktik
4. Kematangan juara

Dalam peningkatan kecakapan permainan sepakbola, kemampuan dasar erat sekali hubungannya dengan kemampuan koordinasi gerak fisik, taktik dan mental. Kemampuan dasar harus betul-betul dikuasai dan dipelajari lebih awal untuk mengembangkan mutu permainan yang merupakan salah satu faktor yang menentukan menang atau kalahnya suatu kesebelasan dalam suatu pertandingan. Untuk meningkatkan prestasi sepakbola, banyak faktor yang harus diperhatikan seperti sarana prasarana, pelatih yang berkualitas, pemain berbakat dan

kompetisi yang teratur serta harus didukung oleh ilmu dan teknologi yang memadahi. Faktor yang penting dalam pencapaian prestasi sepak bola adalah penguasaan kemampuan dasar yang dimiliki oleh pemain itu sendiri, sehingga pandai bermain sepakbola.

Pengertian pandai bermain sepakbola adalah memahami, memiliki pengetahuan dan kemampuan dasar-dasar melaksanakan dasar-dasar bermain sepakbola, untuk meningkatkan dan mencapai prestasi yang setinggi-tingginya, (Soekatamsi, 1984: 1). Faktor-faktor yang mempengaruhi pencapaian sepak bola diantaranya ialah kemampuan gerak dasar permainan sepakbola para pemainnya. Oleh karena itu, seorang pemain yang tidak memiliki kemampuan gerak dasar bermain sepakbola yang baik tidak mungkin akan menjadi pemain yang baik dan sulit untuk mencapai prestasi maksimal. Dengan melakukan kemampuan gerak dasar yang teratur dan sebaiknya dimulai sejak usia dini. Untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar, biasanya akan dilakukan *drill* mengenai cara menendang (*kicking*), mengumpan(*passing*),mengontrol/men ghe-ntikan bola (*controling*), menggiring bola (*dribbling*), menyundul bola (*heading*) dan lainnya (Nurhasan, 2002: 17).

Unsur-unsur kondisi fisik yang perlu dilatih dan ditingkatkan sesuai dengan cabang olahraga masing-masing sesuai dengan kebutuhannya dalam permainan maupun pertandingan. Selain harus menguasai teknik dasar bermain sepakbola yang benar, pemain juga harus mempunyai kondisi fisik yang baik. Komponen kondisi fisik yang diperlukan, meliputi: kekuatan, daya tahan, daya ledak, kecepatan, kelentukan, keseimbangan, koordinasi, kelincahan, ketepatan dan reaksi (Sajoto, 1988: 57-59).

Selain kondisi perlu memiliki kondisi fisik yang prima, semua pemain sepakbola harus menguasai teknik dasar bermain sepakbola yang baik terkait keterampilan para pemain dalam menendang bola, memberikan bola, menyundul bola, menembakkan bola ke gawang lawan untuk membuat gol. Oleh karena itu, tanpa menguasai teknik-teknik dasar dan keterampilan bermain sepakbola dengan baik, untuk selanjutnya pemain tidak akan dapat melakukan prinsip-prinsip bermain, tidak dapat melakukan bermacam-macam sistem permainan atau

pengembangan taktik modern dan tidak akan dapat pula membaca permainan (Sukatamsi, 1984:12).

Dalam latihan kondisi fisik, dapat dibedakan menjadi dua macam program latihan. Pertama, program latihan peningkatan kondisi fisik baik perkomponen maupun secara keseluruhan. Hal ini dilaksanakan bila berdasarkan tes awal pemain yang bersangkutan belum berada dalam status kondisi fisik yang diperlukan untuk pertandingan-pertandingan yang dilakukannya. Kedua, program latihan mempertahankan kondisi fisik, yaitu program latihan yang disusun sedemikian rupa sehingga dengan program tersebut diharapkan akan berada dalam status kondisi puncak sesuai dengan kondisi fisik yang dibutuhkan untuk cabang olahraga yang bersangkutan dalam suatu turnamen atau pertandingan tertentu (M. Sajoto, 1995:29).

Tiap-tiap cabang olahraga mempunyai sifat tertentu dan pesertanya harus memenuhi syarat-syarat tertentu. Seseorang pemain sepak bola harus memiliki dan mengusai teknik bermain yang baik terutama teknik dengan bola, yang diperlukan saat menyerang dan mengusai bola. Untuk teknik yang diperlukan adalah teknik menggiring bola (dribbling). Yang perlu dilatih dengan posisi yang cukup, disamping itu untuk menghindari dan melalukan gerak tipu untuk mengecoh lawan saat mengusai boal perlu memiliki kecepatan dan kelincahan tubuh untuk menghindari serangan lawan.

Kecepatan dan kelincahan dibutuhkan oleh seseorang pemain sepakbola dalam menghadapi situasi tertentu dan kondisi pertandingan yang menuntut unsur kecepatan dan kelincahan dalam bergerak untuk mengusai bola maupun dalam bertahan untuk menghindari benturan yang mungkin terjadi. Kecepatan dan kelincahan dapat dilatih secara bersama-sama, baik dengan bola maupun tanpa bola. Bagi seorang pemain sepakbola situasi yang berbeda-beda selalu dihadapi dalam setiap pertandingan, juga seorang pemain sepak bola menghendaki gerakan yang indah dan cepat sering dilakukan unsur kecepatan dan kelincahan.

Menurut Soegijanto, dkk (dalam Abdoellah Arma 1981 : 426-427) menggiring bola dapat diartikan seni menggunakan beberapa bagian kaki menyentuh atau menggulingkan bola terus-menerus di tanah sambil lari.

Menggiring bola hanya dilakukan jika keadaan terpaksa, misalnya bola akan diberikan kepada teman, tetapi semua teman dijaga ketat oleh lawan, maka keadaan ini memaksa pemain itu menggiring bola untuk mendekat ke gawang lawan. Karena dengan menggiring bola berarti memperlambat permainan. Namun demikian tidak berarti bahwa teknik ini tidak perlu, setiap pemain harus dapat menggiring bola dengan baik.

Driblling berguna untuk melewati lawan, mencari kesempatan memberi umpan kepada kawan dan untuk menahan bola tetap ada dalam penguasaan. Dribling memerlukan keterampilan yang baik dan dukungan dari unsur-unsur kondisik fisik yang baik pula seperti kecepatan dan kelincahan dapat memberikan kemampuan gerak lebih cepat. Dengan metode ulangan yang banyak maka kemampuan dribling yang lincah dan cepat dapat dicapai dan ditampilkan dalam pertandingan.

Melihat dari pernyataan di atas, dapat dijadikan acuan untuk meneliti bagaimana tingkat kecepatan, kelincahan dan keterampilan menggiring bola siswa M.Ts walisongo. Berdasarkan observasi dan wawancara dengan guru olahraga masih banyak siswa yang belum bisa bermain sepakbola dengan baik, khususnya dalam keterampilan menggiring bola. Selain itu berbagai macam kendala yang kurang mendukung dalam latihan sepakbola, Salah satunya adalah kurangnya alat dan fasilitas dalam pembelajaran, misalnya bola yang digunakan masih sedikit dan sudah ada beberapa yang rusak. Alat dan fasilitas merupakan hal yang juga perlu mendapatkan perhatian dari pihak sekolah. Saat ini alat yang dimiliki yaitu 2 buah bola sepak dan 6 buah cone atau kerucut. Dengan tersedianya alat dan fasilitas yang cukup serta kondisi alat dan fasilitas yang baik akan menjadikan pembelajaran lebih efektif.

Waktu pembelajaran sepakbola guru merasakan kesulitan karena kurangnya sarpras yang tidak sebanding dengan jumlah siswa. Untuk dapat bermain sepakbola yang baik, siswa harus menguasai teknik-teknik dasar sepakbola dengan benar. Melihat pernyataan di atas peneliti menemukan adanya permasalahan dalam pembelajaran sepakbola di M.Ts walisongo kec. Sugihwaras kab. Bojonegoro, yaitu kurangnya sarpras dan guru kesulitan dalam pembelajaran khususnya teknik

menggiring bola .permasalahan untuk siswa khususnya dalam keterampilan menggiring bola dan latihan kondisi fisik jarang dilakukan. Oleh karena itu perlu diadakan penelitian untuk mengetahui hubungan antara kecepatan lari (lari 30 meter) dan kelincahan (*shuttle run*) terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa putra M.Ts walisongo kelas IX-C Sugihwaras Bojonegoro. Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat dibuat program untuk lebih meningkatkan keterampilan siswa dalam menggiring bola pada permainan sepakbola, Peneliti melihat sejauh ini belum ada penelitian yang mengkaji tingkat keterampilan dasar menggiring bola permainan sepakbola di M.Ts walisongo. Maka pada kesempatan ini peneliti bermaksud mengadakan penelitian tentang "Hubungan Antara Kecepatan Lari Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Siswa Putra M.Ts Walisongo Kelas IX-C Sugihwaras Bojonegoro".

II. METODE

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Sugiyono (2012: 38) menyatakan bahwa: "Variabel penelitian adalah segala yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya".

Arikunto (2010 : 169) menyatakan bahwa: "Variabel adalah segala yang bervariasi, yang menjadi obyek penelitian. Variabel dibedakan atas kuantitatif dan kualitatif.

Dari pengertian di atas, dapat dipahami bahwa variabel penelitian adalah suatu, sifat, nilai dari obyek, kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulan.

Pada penelitian ini ada 2 variabel yaitu:

1. *Variable Independent* (Bebas)
2. *VariableDependent* (Tergantung atau Terikat)

Variabel bebas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kecepatan lari (lari 30 meter) dan kelincahan (shuttle run), dan variabel terikatnya adalah kemampuan menggiring bola.

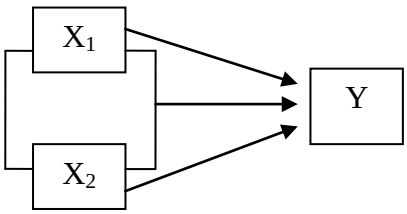
B. Teknik danPendekatan Penelitian

1. **Pendekatan Penelitian**

Di dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode ini disebut metode kuantitatif karena data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik. (Sugiyono, 2012:7)

2. **Teknik Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Penelitian korelasional yaitu penelitian yang dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kedua atau beberapa variabel (Suharsimi Arikunto 2002: 247). Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Metode survei adalah penyelidikan yang diadakan untuk memperoleh fakta-fakta dari gejala-gejala yang ada dan mencari kekurangan-kekurangan secara faktual (Suharsimi Arikunto, 2002: 56).



Gambar 3.1. Desain Penelitian

Sumber : (Sugiyono, 2012:166)

X_1 : Kecepatan Lari 30 Meter

X_2 : Kelincahan (*Shuttle Run*)

Y : Menggiring Bola

Dengan demikian, dalam rancangan penelitian korelasional melibatkan paling tidak dua variabel, sesuai dengan penjelasan diatas didalam penelitian ini menggunakan 3 variabel yaitu variabel bebas (X_1) adalah kecepatan, variabel bebas (X_2) adalah kelincahan, dan variabel terikat (Y) adalah kemampauan menggiring bola. Bahwa penelitian ini mengambil judul Hubungan Antara Kecepatan dan KelincahanTerhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Siwa Putra M.Ts WalisongoKelas IX-C Sugihwaras Bojonegoro Tahun Ajaran 2016/2017.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari perhitungan hasil penelitian dapat

diambil beberapa kesimpulan antara lain :

1. Adanya hubungan antara kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa putra M.Ts Walisongo kelas IX-C Sugihwaras Bojonegoro.

   Untuk mendapatkan kecepatan yang maksimal dalam melakukan menggiring bola, seorang siswa harus mempunyai faktor yang sangat penting dalam mencapai atau menunjang prestasi tersebut. Kecepatan lari merupakan salah satu faktor yang sangat dominan dalam mencapai prestasi olahraga terutama dalam melakukan menggiring bola. Berdasarkan pembahasan tersebut peneliti merumuskan hipotesis bahwa adanya hubungan antara kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa putra M.Ts Walisongo kelas IX-C Sugihwaras Bojonegoro.

   Sebagai bahan peneliti melakukan tes atau percobaan untuk merumuskan hipotesis tersebut. Melalui hasil analisis data peneliti memperoleh hasil yaitu: r hitung rx_1y = 0,714 sedangakan r tabel = 0,623 dengan taraf signifikan 1%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Ha: diterima dan Ho: ditolak, hal tersebut membuktikan bahwa terdapat hubungan antara kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa putra M.Ts Walisongo kelas IX-C Sugihwaras Bojonegoro.

2. Adanya hubungan antara kelincahan lari *shuttle run* terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa putra M.Ts Walisongo kelas IX-C Sugihwaras Bojonegoro.

   Untuk menunjang kecepatan dan keterampilan menggiring bola maka perlu adanya latihan lain atau faktor yang dapat menunjang kecepatan menggring bola. Dalam hal ini peneliti menggunakan kelincahan lari *shuttle run*, diharapkan dengan adanya kecepatan dan kelincahan dapat membantu siswa dalam melakukan menggiring bola secara optimal dan efektif. Berdasarkan pembahasan tersebut peneliti merumuskan hipotesis bahwa terdapat hubungan antara kelincahan lari *shuttle run*

terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa putra M.Ts Walisongo kelas IX-C Sugihwaras Bojonegoro.

Sebagai bahan peneliti melakukan tes atau percobaan untuk merumuskan hipotesis tersebut. Melalui hasil analisis data peneliti memperoleh hasil yaitu: r hitung rx_2y = 0,758 sedangakan r tabel = 0,623 dengan taraf signifikan 1%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Ha: diterima dan Ho: ditolak, hal tersebut membuktikan bahwa terdapat hubungan antara kelincahan lari *shuttle run* terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa putra M.Ts Walisongo kelas IX-C Sugihwaras Bojonegoro.

3. Adanya hubungan antara kecepatan lari dan kelincahan lari *shuttle run* terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa putra M.Ts Walisongo kelas IX-C Sugihwaras Bojonegoro.

Dari hasil yang dilakukan oleh peneliti menunjukan bahwa ada hubungan antara kecepatan lari dan kelincahan lari *shuttle run* terhadap kemampuan menggiring bola padapermainan sepakbola siswa putra M.Ts Walisongo kelas IX-C Sugihwaras Bojonegoro.

Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh peneliti maka hasil korelasi ganda r hitung $Ry.x_1x_2$ = 0,767. Dari hasil tersebut kemudian peneliti menguji signifikan korelasi ganda menggunakan uji F dan hasilnya F hitung Fh = 9,30. Harga tersebut selanjutnya dibandingkan dengan F tabel dengan dk pembilang = k dan dk penyebut = (n – k – 1). Jadi dk pembilang = 2 dan dk penyebut = (16 – 2 – 1 = 13) dengan taraf signifikan 1%, harga F tabel ditemukan Ft = 6,71. Ternyata harga F hitung lebih besar dari F tabel (9,30 > 6,71) karena Fh > Ft maka Ha: diterima dan Ho: ditolak. Jadi koefisien korelasi ganda yang ditemukan adalah signifikan.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Abdoellah Arma, 1981. *Olahraga Untuk Perguruan Tinggi*. Yogyakarta: Pt Sastra Husada.

Arikunto,Suharsimi. 2013. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka

Balay, James A, 1986. *Teknik Peningkatan Ketangkasan Dan Stamina*. Semarang: Dahara Pri 2e

Dangsina Moeloek Dan Arjadno Tjokno,1984.FaktorKelincahan.*HubunganAntaraKecepatandanKelincahanTerhadapKeterampilanBermainSepakbolaSiswaUsia1415Tahun2012.(Online),2012:17.*Tersedia:Eprints.Uny.Ac.Id/1/Agus%20budianto_05602241052. Diunduh 23 Juni 2016

Engkos Kosasih, 1994. Menggiring Bola. *Perbedaan Pengaruh Latihan Menggiring Bola Menggunakan Kura-Kura Kaki Dalam Dan Kura-Kura Kaki Luar Terhadap Kecepatan Menggiring Bola Dalam Sepakbola Pada Tim Popda Sma Negeri JumapoloTahun2013.*(Online),2013:12,Tersedia:Lib.Unnes,Ac,Id/1707/1/6301409154. Diunduh 24 Juni 2016

Fenanlampir Albertus dan Faruq Muhyi Muhammad, 2015. *Tes dan Pengukuran Dalam Olahraga*. Yogyakarta. CV ANDI OFFSET

Harsono,1988.Kecepatan.*HubunganAntaraKecepatanDanKelincahanTerhadapKeterampilanMenggiring Bola Dalam Sepakbola Pada Siswa LembagaPendidikanSepakbolaAtlasBinatamaSemarangTahun2005.*(Online),2005:11,Tersedia:Lib.Unnes.Ac.Id/748/1/1297. Diunduh 23 Juni 2016

Ismaryanti,2008. Macam Kecepatan. *Hubungan Kecepatan Lari Dan Kelincahan Dengan Keterampilan Menggiring Bola Pada Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket Putra Di Sman 2 BangunTapan Kab Bantul Tahun2015.*(Online).2015:22, Tersedia:Eprints.Uny.Ac.Id/24802/1/Skripsi. Diunduh 23 Juni 2016

Luxbacher, Ph. D, Joseph A, 2001. *Sepak Bola*. Jakarta: Pt Rajagrafindo Persada.

M.Sajoto,1995. Kondisi Fisik. *Survei Teknik Dasar Dan Kondisi Fisik Pada Sisiwa Sekolah Sepakbola(Ssb) Se Kabupaten Demak Tahun 2012* (Online) 2012:43,Tersedia:Lib.Unnes.Ac.Id/19208/1/6101406605. Diunduh 23 Juni 2016.

Nossek,1982.Macam-macam Kecepatan.Hubungan*KecepatanLariDanKelincahanDengan Keterampilan Menggiring BolaPadaPesertaEkstrakurikulerBolaBasketPutraDiSman 2BangunTapanKabBantulTahun2015.*(Online).2015:23,Tersedia:Eprints.Uny.Ac.Id/24802/1/Skripsi. Diunduh 23 Juni 2016

RemmyMuchtar, 1992. Macam-macam Kelincahan. *Pengaruh Latihan Shuttle Run Dan Lari Zig-Zag TerhadapPeningkatanKelincahan Gerak Shadow 6 TitikAtletBulutangkisUsia1113Tahun.*(Online),2014:1214,tersedia:eprints.uny.ac.id/14501/1/SKRIPSISKRIPSI%20FAJAR%20WICAKSONONIM%2010602241011%20. Diunduh 22 juli 2016.

Sucipto,Dalam Adrian Nusmoy, 2000. Hakikat Sepakbola. *Studi Kondisi Fisik Atlet Sepakbola PersatuanSepakbola Fakultas*

Keguruan Dan Ilmu PendidikanUniversitasBengkuluTahun2014.(Online).2014: 9.Tesedia:Repository.Unib.Ac.Id/9024/2/I.Ii.Iii.Ii-14 Dan. Fk. Diunduh 23 Juni 2016

Sugiyono,2012. *Metode Penelitian Kuantitaf Dan Kualitatif Dan R & D.* Bandung. Alfabeta

Sugiyono, 2013. *Statistika Untuk Penelitian.*Bandung. Alfabeta

Suharsono,1982. Hakikat Sepakbola. *Identifikasi Teknik Dasar Sepakbola Pada Siswa Ssb Selabora Uny Yogyakarta Tahun 2012.* (Online) 2012:7, Tersedia:Eprints.Uny.Ac.Id/15310/1/Skripsi%20hero. Diunduh 23 Juni 2016

Sukadiyanto, 2005. *Pengantar Teori Dan Metodologi Melatih Fisik.* Yogyakarta : Fakultas IlmuKeolahragaanUniversitas Negeri

Sukatamsi,1984.PrinsipPrinsipMenggiringBola.*Survei Keterampilan Teknik Dasar Permainan Sepakbola Pada Pemain Umur 12-13 Tahun Diklub PSDKabupatenDemakTahun 2009.*(Online),2009:19-20, Tersedia:Lib.Unnes.Ac.Id/2092/1/5148. Diunduh 23 Juni 2016.