

# HUBUNGAN ANTARA KEKUATAN OTOT KAKI DAN KELINCAHAN DENGAN KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA PUTRA KELAS X SMA MUHAMMADIYAH 1 PONTIANAK

**Zusyah Porja Daryanto**

Program Studi Pendidikan Jasamani dan Kesehatan STKIP  
PGRI Pontianak Jl. Ampera No. 88 Pontianak  
e-mail:porja\_daryanto@yahoo.com

## **Abstrak**

Masalah penelitian ini, adalah: (a) Adakah hubungan antara kekuatan otot kaki dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra kelas X SMA Muhammadiyah 1 Pontianak?; (b) Adakah hubungan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra kelas X SMA Muhammadiyah 1 Pontianak?; (c) Adakah hubungan antara kekuatan otot kaki dan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra kelas X SMA Muhammadiyah 1 Pontianak? Sesuai dengan permasalahan yang ada, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara masing-masing variabel bebas dengan variabel terikat serta mengetahui hubungan ganda dari semua variabel bebas dengan variabel terikat. Dalam penelitian ini, sampel penelitian diambil dari seluruh jumlah populasi penelitian, yaitu seluruh siswa putra kelas X SMA Muhammadiyah 1 Pontianak, yang berjumlah 30 siswa. Teknik pengumpulan data yang dipergunakan adalah teknik tes *performance*, yang digunakan untuk mengetes kekuatan otot kaki, kelincahan, dan keterampilan menggiring bola. Teknik analisa data dalam penelitian ini adalah menggunakan korelasi *product moment*, yang bertujuan untuk menghitung koefisien korelasi antara masing-masing variabel bebas dengan variabel terikat. Sedangkan analisis regresi ganda dipergunakan untuk menghitung koefisien korelasi ganda antara gabungan semua variabel bebas dengan variabel terikat. Berdasarkan hasil analisis data, maka dapat ditarik kesimpulan: (1) Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot kaki dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra kelas X SMA Muhammadiyah 1 Pontianak pada taraf signifikansi 5%, terbukti dengan besaran nilai  $r_{hitung} = 0,367$ , sedangkan  $r_{tabel}$  pada taraf signifikansi 5% = 0,361, jadi  $r_{hitung}$  lebih besar dari  $r_{tabel}$ ; (2) Ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra kelas X SMA Muhammadiyah 1 Pontianak pada taraf signifikansi 5%, terbukti dengan besaran nilai  $r_{hitung} = 0,403$ , sedangkan  $r_{tabel}$  pada taraf signifikansi 5% = 0,361, jadi  $r_{hitung}$  lebih besar dari  $r_{tabel}$ ; (3) Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot kaki dan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra kelas X SMA Muhammadiyah 1 Pontianak pada taraf signifikansi 5%. Terbukti nilai  $F_{hitung}$  sebesar 3,499 dan  $F_{tabel}$  sebesar 3,35 dengan *db* 2 lawan 27 pada taraf signifikan 5%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kekuatan otot kaki dan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra kelas X SMA Muhammadiyah 1 Pontianak.

**Kata Kunci:** Kekuatan Otot Kaki, Kelincahan, Keterampilan menggiring bola.

## **Abstract**

*The problem of this study is: (a) Is there any correlation between the leg muscle strength with the skill of dribbling ball in a football game to the male students of 10 grades in SMA Muhammadiyah 1 Pontianak? (b) is there any correlation between agility and the skill of dribbling ball in football game to the male students of 10 grades in SMA Muhammadiyah 1 Pontianak? (c) is there any correlation between the leg muscle strength and the skill of dribbling ball in football game to the male students of 10 grades in SMA Muhammadiyah 1*

Pontianak? In accordance with the problem stated, then this research aimed to know the correlation between each independent variable with dependent variable and to know the multiple correlation from all independent variable and dependent variable. In this research the sample was taken from the whole population, they are the male students of 10 grades in SMA Muhammadiyah 1 Pontianak which consist of 30 students. The technique of collecting data used in this research is performance test technique, it is used to test the leg muscle strength, agility and the skill of dribbling ball. The data analysis technique in this research is using product moment correlation, which is aimed to calculate the correlation coefficient between each independent variable with the dependent variable. While the multiple regression analysis used to calculate the coefficient of multiple correlation with the combination of all independent variable with the dependent variable. Based on the result of data analysis, it can be conclude that: (1) there is significant correlation between the leg muscle strength with the skill of dribbling ball in football game to the male students of 10 grades in SMA Muhammadiyah 1 Pontianak with 5 % significant level, showed with the score 0,367, while  $r_{table}$  with the level of significant 5% with the score 0,361, so  $r_{hitung}$  is higher than  $r_{table}$  (2) there is significant correlation between the agility with the skill of dribbling ball in football game to the male students of 10 grades in SMA Muhammadiyah 1 Pontianak with the significant level 5 %, with the score 0,403, while  $r_{table}$  with the significant level 5% and the score is 0,361, so  $r_{hitung}$  is higher than  $r_{table}$  (3) there is significant correlation between the leg muscle strength and the agility with the skill of dribbling ball in football game to the male students of 10 grades in SMA Muhammadiyah 1 Pontianak with the significant level 5% with the score of  $F_{hitung}$  3,499 and  $F_{tabel}$  3,35 with db 2 against 27 with the significant level 5%. It can be concluded that the result of this research shows that there is significant correlation between the leg muscle strength and the agility with the skill of dribbling ball in football game to the male students of 10 grades in SMA Muhammadiyah 1 Pontianak.

**Key Words:** Leg Muscle Strength, Agility, skill of dribbling ball

## PENDAHULUAN

Olahraga sebagai suatu gejala sosial budaya telah tumbuh dan berkembang dengan pesat di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Semakin berkembangnya ilmu pengetahuan dan teknologi serta masyarakat, olahraga semakin dibutuhkan untuk memelihara keserasian, keselarasan dan keseimbangan hidup manusia. Berkaitan dengan hal tersebut, pendidikan jasmani dan olahraga perlu mendapatkan penanganan yang tepat dalam mewujudkan dan membentuk sikap manusia seutuhnya yang kuat dan sehat baik jasmani maupun rohani.

Perkembangan permainan sepak bola dewasa ini adalah mencapai tingkat yang sangat menggembirakan, karena selain permainan ini dapat dilakukan oleh setiap individu dari seluruh kalangan masyarakat, juga dapat dilakukan dengan melibatkan banyak orang. Permainan sepak bola kita ketahui sangat populer di kota maupun di pedesaan, di Indonesia maupun di seluruh negara di dunia. Hal ini dapat kita lihat, dimana pada setiap tahun kita menyaksikan kejuaraan-kejuaraan sepak bola, baik tingkat regional, nasional maupun internasional.

Namun demikian, bukan berarti bahwa apa yang saat ini berkembang tidak memiliki suatu kelemahan di dalam segi penguasaan teknik, melainkan masih banyak hal yang perlu

diperhatikan terutama segi teknik dasar, di antaranya teknik menggiring bola, yang peranannya dalam permainan sepak bola sangat dominan, khususnya untuk melewati lawan.

Secara sederhana, sepak bola dapat dirumuskan ke dalam dua pengertian, yaitu penguasaan dan kehilangan bola. Penguasaan bola yaitu menciptakan peluang membuat gol dan memanfaatkan peluang itu. Sedangkan kehilangan bola yaitu mencegah penciptaan gol oleh lawan. "Bila pemain benar-benar telah menguasai teknik-teknik dasar, maka logis apabila mereka lebih lama menguasai bola, sehingga penguasaan bola itu dapat diubah menjadi penciptaan peluang untuk membuat gol" (Josef Sneyers, 1993:7).

Teknik dasar dalam permainan sepak bola itu sangat diperlukan, Jozef Sneyers mengatakan teknik dasar keterampilan sepak bola, antara lain:

- 1) Menghentikan (*controlling*) bola
- 2) Menendang (*shooting*) bola
- 3) Menggiring (*dribbling*) bola
- 4) Menyundul (*heading*) bola
- 5) Gerak tipu dengan bola
- 6) Merampas atau merebut bola dari lawan
- 7) Teknik khusus Penjaga gawang (*keeper*)
- 8) Melempar bola ke dalam lapangan permainan (*throw in*);

(Josef Sneyers, 1993).

Olahraga sepak bola merupakan sarana dalam pembinaan fisik, mental, maupun sosial. Sepak bola adalah cabang olahraga beregu yang sangat kompleks. Sesuai dengan apa yang dikatakan oleh Aang Wirtarsa, sebagai berikut: "Dalam olahraga sepak bola, ada dua teknik mendasar yang harus dikuasai, yaitu; (1) teknik pergerakan tanpa bola, seperti gerakan melompat, gerak tipu keeper; (2) teknik pergerakan dengan bola, seperti menendang bola, mengontrol, menggiring, menyundul, gerak tipu dengan bola, melempar bola, dll" (Aang Wirtarsa, 1991).

Keterampilan menggiring bola adalah salah satu bagian yang penting dan diperlukan dalam permainan sepak bola. Namun demikian kalau kita lihat, di samping penguasaan dasar tentunya ada pengaruh yang lain sebagai penunjang untuk meningkatkan keterampilan dalam permainan sepak bola, yaitu kondisi fisik pemain. Suharno H.P. menerangkan mengenai aspek-aspek penunjang peningkatan keterampilan seseorang dalam bermain sepak bola, sebagai berikut:

”Aspek-aspek penunjang keterampilan bermain sepak bola: (1) Unsur-unsur gerak fisik secara khusus, mencakup stamina, keseimbangan, reaksi, dan daya ledak; (2) gerak fisik secara umum, meliputi kelentukan, daya tahan, kelincahan, serta kecepatan” (Suharno H.P., 1985). Untuk mengatasi masalah-masalah berkaitan dengan persepak-bolaan nasional, harus mengubah cara-cara melatih secara menyeluruh, dulu yang sifatnya tradisional harus diubah dengan cara pendekatan ilmiah. Dengan demikian diharapkan nantinya prestasi sepak bola Indonesia mengalami kemajuan.

Selain itu, seorang pelatih harus profesional dan harus dapat mengetahui kelebihan dan kekurangan para pemainnya, sehingga pelatih dapat mengetahui apa yang nantinya akan diberikan atau dilatihkan pada pemainnya, dan bagian otot-otot mana yang perlu dilatih, sehingga otot-otot yang digunakan itu bisa kuat untuk bermain, ini tentunya harus sesuai dengan olahraga yang dilakukan. Sedangkan untuk meningkatkan ketahanan maupun kekuatan otot-otot diperlukan gerakan-gerakan tes yang menjadikan seorang pemain menjadi kuat maupun menguasai *skill*. Bentuk-bentuk tes tersebut ada beberapa macam, di antaranya adalah dengan squat jump untuk meningkatkan kekuatan otot kaki dan lari bolak-balik 4x10 meter untuk meningkatkan kelincahan seorang pemain, di samping itu tes/ kegiatan harus bertahap pada permulaan tetapi lama-kelamaan menjadi khusus.

Dalam kaitannya dengan permasalahan di atas, maka penulis mengadakan penelitian di bidang olahraga, khususnya sepak bola, dan penulis mengupas tentang “Hubungan antara Kekuatan Otot Kaki dan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola pada Siswa Putra Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Pontianak”.

## **METODE**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan studi korelasional. Marzuki (2004: 129) menyatakan, “ melalui studi korelasional dapat diketahui apakah satu variabel berasosiasi dengan variabel yang lain dengan menggunakan analisis korelasi bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan kekuatan otot kaki dan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola. Bentuk penelitian yang digunakan adalah desain korelasional atau correlational design. Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah studi hubungan atau correlation studies yaitu penelitian yang berusaha melihat apakah antara dua variabel atau lebih mempunyai hubungan atau tidak, Zuldafrial (2009: 8), dan dalam penelitian ini hubungan yang dimaksud adalah hubungan kekuatan otot kaki dan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola

dalam permainan sepak bola pada siswa putra kelas X SMA Muhammadiyah 1 Pontianak.

Peneliti mengambil populasi siswa putra kelas X A dan X B SMA Muhammadiyah 1 Pontianak yang berjumlah 30 siswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah total sampling . Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 131). Sampel adalah apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian maka penelitiannya merupakan penelitian populasi. Sekedar ancer-ancer, apabila subyeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Selanjutnya, jika subyeknya lebih dari 100 maka dapat diambil antara 10 % sampai 15 %, atau 20% sampai 25 %, atau lebih.

Dari uraian di atas maka sampel dalam penelitian ini adalah siswa putra kelas X SMA Muhammadiyah 1 Pontianak yang diambil dari semua jumlah populasi dengan menggunakan cara pengambilan sampel secara total yaitu diambil semua dari total populasi dan diperoleh sebanyak 30 siswa putra kelas X SMA Muhammadiyah 1 Pontianak.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yang relevan adalah teknik pengukuran. Pengukuran adalah cara pengumpulan data yang bersifat kuantitatif untuk mengetahui tingkat atau derajat aspek tertentu dibandingkan dengan norma tertentu pula sebagai satuan ukur yang relevan. Dalam penelitian ini, untuk memperoleh data yang diperlukan digunakan teknik pengambilan data dengan cara tes dan pengukuran. Tes yang digunakan untuk pengambilan data yaitu; tes kekuatan otot kaki, tes kelincuhan, dan tes keterampilan menggiring bola

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Dalam pelaksanaan pengumpulan data dapat ditempuh langkah-langkah sebagai berikut.

### 1. Tes kekuatan otot kaki

Untuk mengetahui kekuatan otot kaki sampel, digunakan tes *squat jump*. Dalam tes ini, skor terbaik yang dicatat sebagai hasil tes.

### 2. Tes kelincuhan

Untuk mengetahui tingkat kelincuhan masing-masing sampel, peneliti menggunakan tes lari bolak-balik 4x10 meter. Tes ini bertujuan untuk mengetahui kelincuhan dan daya tahan sampel dalam waktu tertentu.

### 3. Menggiring bola

Menggiring bola adalah bentuk tes untuk mengetahui atau mengumpulkan data keterampilan menggiring bola siswa putra kelas X SMA. Tes diberikan dengan kriteria, setiap sampel Muhammadiyah 1 Pontianak mampu menggiring bola melewati rintangan sepanjang 40 meter. Rintangan diberikan dalam bentuk patok-patok tongkat dan sampel harus melewatinya dengan berlari menggiring bola secara zig-zag. Jauh jarak antar rintangan adalah 75 cm.

### Penyajian Hasil Perhitungan dan Uji Hipotesis

#### 1. Mean dan standar deviasi

Berdasarkan penghitungan data hasil penelitian yang ada, diketahui nilai *mean* dan standar deviasi dari tiap-tiap variabel, sebagai berikut:

Tabel 1.  
Mean dengan standar deviasi dari masing-masing variabel

Variabel	Mean	Standar Deviasi
X <sub>1</sub>	16,967	2,714
X <sub>2</sub>	24,016	1,025
Y	26,599	0,287

Keterangan:

- X<sub>1</sub> : Kekuatan otot kaki  
 X<sub>2</sub> : Kelincahan  
 Y : Keterampilan menggiring bola

Interpretasi:

- a) Setelah *mean* atau rata-rata dan standar deviasi masing-masing variabel diteliti, untuk variabel kekuatan otot kaki (X<sub>1</sub>) dengan mean atau rata-rata 16,967 dan standar deviasi 2,714.
- b) Setelah *mean* atau rata-rata dan standar deviasi masing-masing variabel diteliti, untuk variabel kelincahan (X<sub>2</sub>) dengan mean atau rata-rata 24,016 dan standar deviasi 1,025.
- c) Setelah *mean* atau rata-rata dan standar deviasi masing-masing variabel diteliti, untuk variabel keterampilan menggiring bola (Y) dengan mean atau rata-rata 26,599 dan standar deviasi 0,287.

#### 2. Korelasi antara masing-masing variabel bebas dan variabel terikat

Hasil korelasi atau hubungan antara dua variabel bebas dan variabel terikat, yaitu hubungan antara kekuatan otot kaki dan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra kelas X SMA Muhammadiyah 1 Pontianak tercantum dalam tabel berikut.

Tabel 2.  
Korelasi antara variabel bebas dengan variabel terikat

Variabel	R <sub>xy</sub> Hitung	R <sub>tabel</sub>	Keterangan
X <sub>1</sub>	0,367	0,361	Ada hubungan
X <sub>2</sub>	0,403	0,361	Ada hubungan

Keterangan:

X<sub>1</sub> : Kekuatan otot kaki

X<sub>2</sub> : Kelincahan

R<sub>X<sub>1</sub>Y</sub> : Nilai korelasi antara kekuatan otot kaki dengan keterampilan menggiring bola

R<sub>X<sub>2</sub>Y</sub> : Nilai korelasi antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola.

Interpretasi:

- a) Koefisien korelasi antara kekuatan otot kaki dan keterampilan menggiring bola diperoleh  $r_{hitung} = 0,367$ , pada taraf signifikansi 5%  $r_{tabel} 0,361$ . Oleh karena itu  $r_{hitung}$  lebih besar daripada  $r_{tabel}$ , maka hipotesis nihil (H<sub>0</sub>) dinyatakan ditolak, dan hipotesis kerja (H<sub>a</sub>) yang berbunyi “ada hubungan antara kekuatan otot kaki dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra kelas X SMA Muhammadiyah 1 Pontianak” diterima, berarti antara variabel bebas kekuatan otot kaki dengan variabel terikat keterampilan menggiring bola terdapat hubungan yang signifikan.
- b) Koefisien korelasi antara kelincahan dan keterampilan menggiring bola diperoleh  $r_{hitung} = 0,403$  pada taraf signifikan 5%,  $r_{tabel} 0,361$ . Oleh karena itu  $r_{hitung}$  lebih besar daripada  $r_{tabel}$ , maka hipotesis nihil (H<sub>0</sub>) dinyatakan ditolak, dan hipotesis alternatif (H<sub>a</sub>) yang berbunyi “ada hubungan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra kelas X SMA Muhammadiyah 1 Pontianak” diterima, berarti antara variabel bebas kelincahan dengan variabel terikat keterampilan menggiring bola terdapat hubungan yang signifikan.

3. Analisis regresi

Hasil analisis regresi dari hubungan antara kekuatan otot kaki dan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra kelas X SMA Muhammadiyah 1 Pontianak tercantum pada tabel di bawah ini.

Tabel 3.  
Hasil analisis regresi antara variabel bebas dan variabel terikat

Sumber Variasi	Db	Jk	rK	F
Regresi	M	$R^2(\sum Y^2)$	$\frac{(R^2)(\sum y^2)}{(1-R^2)(\sum Y)^2}$	$\frac{R^2(n-m-1)}{M(1-r^2)}$
Residu	n-m	$(1-R^2)(\sum y^2)$		
TOTAL	-1	$\sum y^2$	$n-m-1$	-

Menjadi:

Sumber Variasi	Db	Jk	Rk	F	F <sub>tabel</sub>
Regresi	2	617,0093	308,50465	3,499	3,35
Residu	28	2380,801	88,117815	-	3,35
TOTAL	9	2997,81	-	-	-

Keterangan:

- Jk : Jumlah kuadrat  
 Rk : Mean kuadrat  
 Db : Derajat kebebasan  
 F : Hasil F<sub>hitung</sub> analisis regresi

Interpretasi:

Dari hasil analisis regresi, diketahui bahwa F<sub>hitung</sub> sebesar 3,499, dan F<sub>tabel</sub> pada taraf signifikansi 5% sebesar 3,35. Dari hasil ini diketahui bahwa F<sub>hitung</sub> lebih besar dari F<sub>tabel</sub>, dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis alternatif (Ha) yang berbunyi “ada hubungan antara kekuatan otot kaki dan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra kelas X SMA Muhammadiyah 1 Pontianak” diterima, sementara hipotesis nihil (Ho) ditolak. Hal ini berarti ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot kaki dan kelincahan bersama-sama dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra kelas X SMA Muhammadiyah 1 Pontianak.

#### 4. Bobot sumbangan prediktor

Hasil bobot sumbangan relatif dan efektif dari kekuatan otot kaki dan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra kelas X SMA Muhammadiyah 1 Pontianak dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4.  
Bobot Sumbangan Prediktor

Variabel Bebas	Korelasi Rxy	Sumbangan Relatif (SR%)	Sumbangan Efektif (SE%)
X <sub>1</sub>	-	$\frac{a_1 \sum X_1 y}{Jk_{reg}} 100\%$	SR X <sub>1</sub> % . R <sup>2</sup>
X <sub>2</sub>	-	$\frac{a_2 \sum X_2 y}{Jk_{reg}} 100\%$	SR X <sub>2</sub> % . R <sup>2</sup>

Menjadi:

Variabel Bebas	Korelasi Rxy	Sumbangan Relatif (SR%)	Sumbangan Efektif (SE%)
X <sub>1</sub>	0,367	53,56%	11,00%
X <sub>2</sub>	0,403	46,44%	10,00%
TOTAL	-	100,00	21,00

Interpretasi:

- a) Hasil bobot Sumbangan Relatif (SR) diketahui bahwa sumbangan totalnya sebesar 100,00%, yang terdiri dari Sumbangan Relatif kekuatan otot kaki ( $X_1$ ) sebesar 53,56% dan Sumbangan Relatif kelincahan ( $X_2$ ) sebesar 46,44%. Jadi dapat disimpulkan bahwa variabel kekuatan otot kaki lebih besar sumbangannya daripada variabel kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola.
- b) Dari hasil bobot Sumbangan Efektif (SE) diketahui bahwa sumbangan totalnya sebesar 21,00%, yang terdiri dari Sumbangan Efektif kekuatan otot kaki ( $X_1$ ) sebesar 11,00% dan Sumbangan Efektif kelincahan sebesar ( $X_2$ ) 10,00%. Jadi dapat disimpulkan bahwa variabel kekuatan otot kaki lebih besar sumbangannya daripada variabel kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola.

## **SIMPULAN**

Dari hasil analisis data yang diperoleh berdasarkan perhitungan secara manual, maka hasil penelitian ini dapat disimpulkan:

1. Koefisien korelasi antara kekuatan otot kaki ( $X_1$ ) dengan keterampilan menggiring bola (Y) sebesar  $R_{x_1y} = 0,367 > r_t = 0,361$  pada taraf signifikansi 5%. Dari hasil ini, maka dinyatakan ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot kaki dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra kelas X SMA Muhammadiyah 1 Pontianak.
2. Koefisien korelasi antara kelincahan ( $X_2$ ) dengan keterampilan menggiring bola (Y) sebesar  $R_{x_2y} = 0,403 > r_t = 0,361$  pada taraf signifikansi 5%. Berdasarkan hasil ini, maka dinyatakan ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra kelas X SMA Muhammadiyah 1 Pontianak.
3. Koefisien korelasi antara kekuatan otot kaki ( $X_1$ ) dan kelincahan ( $X_2$ ) dengan keterampilan menggiring bola (Y) sebesar  $F_{hitung} = 3,499$  dan  $F_{tabel}$  sebesar  $= 3,35$  pada taraf signifikansi 5%. Berdasarkan hasil ini maka hipotesa alternatif ( $H_a$ ) yang berbunyi “ada hubungan antara kekuatan otot kaki dan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra kelas X SMA Muhammadiyah 1 Pontianak” diterima, sementara hipotesa nihil ( $H_o$ ) ditolak. Dengan demikian, hasil

penelitian ini menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot kaki dan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra kelas X SMA Muhammadiyah 1 Pontianak.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Marzuki, dkk. 2009. *Statistik Terapan*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Sneyers, Jozef. 1993. *Petunjuk dan Latihan Bagi Kesebelasan Remaja*. Bandung: Rosda Jayaputra
- Suharno, H.P. 1985. *Ilmu Coaching Umum*. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta.
- Wirtarsa, Aang. 1991. *Teknik Sepak Bola*. Jakarta.
- Zuldafrial. 2009. *Penelitian Kuantitatif*. Pontianak: Stain Pontianak.