

KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KECEPATAN TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA SSB PATRIOT MUDA KUOK**M. Zahlul Hidayat¹, Raffly Henjilito²**

Universitas Islam Riau

mzahlulhidayat@student.uir.ac.id, rafflyhenjilito@edu.uir.ac.id**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap kemampuan menggiring bola pada SSB Patriot Muda Kuok. Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional. Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian, populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain SSB Patriot Muda Kuok berjumlah 18 orang. Sampel penelitian ini 18 orang. Berdasarkan analisis data diperoleh: a) Terdapat kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain SSB Patriot Muda Kuok sebesar 34.33%, dilihat dari nilai sebesar $r_{hitung} 0.568 > r_{tabel} 0.486$. b) Terdapat kontribusi kecepatan terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain SSB Patriot Muda Kuok sebesar 30.08%, dilihat dari nilai sebesar $r_{hitung} 0.555 > r_{tabel} 0.468$. c) Terdapat kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain SSB Patriot Muda Kuok sebesar 36.96%, dilihat dari nilai sebesar $r_{hitung} 0.608 > r_{tabel} 0.468$.

Kata kunci: Kelincahan, Kecepatan, Menggiring Bola**Abstract**

The purpose of this study is to ascertain how much speed and agility contribute to SSB Patriot Muda Kuok's ball-dribbling prowess. Correlational research is the term for this kind of study. The study's population consists of the 18 SSB Patriot Muda Kuok players who are the research subjects. Eighteen people made up the study's sample. The following conclusions were drawn from the data analysis: a) Agility contributed 34.33% to the ball dribbling ability of SSB Patriot Muda Kuok players, as shown by the value of r (count) $0.568 > r$ (table) 0.486 . The SSB Patriot Muda Kuok players' ball dribbling skill is influenced by speed to the tune of 30.08%, as evidenced by the calculated value of r (r (calculated) $0.555 > r$ (table) 0.468). c) The result of r (count) $0.608 > r$ (table) 0.468 indicates that agility and speed contribute 36.96% to the ball dribbling skill of SSB Patriot Muda Kuok players.

Keywords: *Agility, Speed, Dribble Ability*

Pendahuluan

Olahraga merupakan aktivitas yang harus dilakukan secara rutin dan berkesinambungan yang gunanya untuk meningkatkan performa dalam kehidupan sehari-hari (Basrizal, Hauw Sin, Irawan, & Soniawan, 2020). Berolahraga merupakan suatu kegiatan jasmani yang dapat mendorong pengembangan kondisi fisik, mental, maupun rohani yang sangat dibutuhkan dalam kehidupan. Istilah olahraga saat ini tidak asing lagi bagi masyarakat. Mulai dari anak-anak sampai orang tua dari desa sampai ke kota, olahraga dianggap sebagai suatu bentuk aktivitas fisik yang berguna membentuk jasmani dan rohani yang sehat. Sampai saat ini olahraga telah memberikan kontribusi positif bagi peningkatan kesehatan manusia. Dalam perkembangannya olahraga telah menjadi kebutuhan bagi masyarakat untuk menjaga kondisi fisik agar tetap bersemangat dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari (Setyawan, Arsil, Rasyid, & Lawanis, 2023).

Dalam kehidupan modern sekarang ini manusia tidak bisa dipisahkan dalam kegiatan berolahraga, baik untuk meningkatkan prestasi maupun untuk kebutuhan dalam menjaga kebutuhan tubuh agar tetap sehat. Misalnya saja suatu olahraga yang dilaksanakan di sekolah jadi seorang guru olahraga harus melihat potensi dan minat peserta didik dalam melaksanakan olahraga pendidikan di sekolah tersebut (Hasrion, Sari, & Gazali, 2020).

Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi. Sebagaimana yang tertuang dalam UU RI Nomor 3 Tahun 2005 Pasal 20 Ayat 3 tentang sistem keolahragaan nasional yaitu: "Olahraga prestasi dilaksanakan melalui proses pembinaan dan pengembangan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Berdasarkan pasal di atas berarti dapat diartikan bahwa pembinaan dan pengembangan keolahragaan meliputi pengolahragaan, ketenagaan, pengorganisasian, pendanaan, metode, prasarana dan sarana, serta penghargaan keolahragaan yang dilaksanakan melalui tahap pengenalan olahraga, pemantauan, pemanduan, serta pengembangan bakat dan peningkatan prestasi.

Diantara cabang olahraga prestasi yang banyak dilakukan pembinaan dan pengembangannya adalah cabang olahraga sepakbola. Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat digemari oleh sebagian besar manusia bahkan mendapatkan simpati dari masyarakat Indonesia. Sepakbola juga digemari oleh semua lapisan masyarakat baik dari tingkat daerah, nasional, Internasional, anak-anak, dewasa, hingga orang tua. Permainan sepakbola berkembang dengan pesat diseluruh dunia hampir semua negara melakukan pembinaan di usia dini termasuk di negara kita (Widodo & Noviardila, 2021).

Cabang olahraga sepakbola merupakan permainan yang dimainkan oleh dua tim, masing-masing tim beranggotakan sebelas orang termasuk di antaranya penjaga gawang. Untuk menunjang hal tersebut dibutuhkan penguasaan kondisi fisik, sebab hal tersebut merupakan syarat utama untuk mendukung dalam permainan sepakbola. Permainan sepakbola merupakan permainan beregu yang memerlukan dasar kerjasama antar sesama anggota regu,

sebagai salah satu ciri khas dari permainan sepakbola (Fajrin, Agustiyawan, Purnamadyawati, & Mahayati, 2021). Untuk bisa bermain sepakbola dengan baik dan benar para pemain menguasai teknik-teknik dasar sepakbola. Untuk bermain bola dengan baik pemain dibekali dengan teknik dasar yang baik, pemain yang memiliki teknik dasar yang baik pemain tersebut cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula. Jika tidak menguasai teknik-teknik sepakbola dengan sempurna, maka tujuan dari permainan yaitu menang akan sulit tercapai. Teknik-teknik dasar dalam permainan sepakbola ada beberapa macam, seperti *stop ball* (menghentikan bola), *shooting* (menendang bola ke gawang), *passing* (mengumpan), *heading* (menyundul bola), dan *dribbling* (menggiring bola) (Iskandar & Pradana, 2017).

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 (Kurniawan, 2020). Menggiring bola adalah hal yang penting dalam permainan sepakbola namun juga sulit dilakukan oleh pemain di lapangan karena membutuhkan koordinasi dan fokus yang baik, karena menggiring bola juga diartikan dengan mengontrol bola. Gerakan menggiring bola pada permainan sepakbola adalah gerakan kompleks dimana pemain dituntut untuk terus-menerus membawa bola dengan melihat situasi lapangan dan permainan serta melihat posisi teman dan lawan agar bola tetap dalam penguasaan. Menggiring bola adalah usaha membawa bola dalam terkontrol sehingga terhindar dari rampasan lawan, menggiring bola digunakan untuk melewati lawan, dan memberi kesempatan pada teman untuk membebaskan diri, dan memperlambat tempo dalam permainan (Darma, 2021).

Pada waktu menggiring bola, bola harus tetap berada dalam penguasaan dan pengontrolan dan menjaga agar bola tidak terlalu jauh dari kaki sehingga bola dapat kita arahkan dengan mudah, serta sangat diperlukan kelincahan dan kecepatan dari seorang pemain (Hidayat & Rahmadani, 2023). Salah satu faktor yang mempengaruhi hasil dalam keterampilan menggiring bola adalah kelincahan dan kecepatan. Dengan demikian kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola jelas membutuhkan unsur kemampuan fisik, yang dianggap dapat memberikan sumbangan atau kontribusi terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola adalah komponen kondisi fisik seperti kelincahan dan kecepatan.

Kelincahan merupakan komponen yang sangat penting dalam permainan sepakbola, gerakan gerakan yang dilakukan dalam permainan sepakbola lebih mengutamakan kelincahan seorang atlet untuk berpindah dari setiap sudut posisi yang dimainkan. Kelincahan dibutuhkan oleh seorang pemain sepakbola dalam menghadapi situasi tertentu dan kondisi pertandingan yang menuntut unsur kelincahan dalam bergerak untuk menguasai bola maupun dalam bertahan untuk menghindari benturan yang mungkin terjadi. Kelincahan juga merupakan aspek untuk mengukur kemampuan seorang atlet dalam bermain. Selain itu, kecepatan dalam sepakbola sangat berpengaruh, hal ini dapat dilihat pada saat melewati lawan baik dengan bola maupun tanpa bola (Darma, 2021). Kecepatan dalam kebugaran jasmani adalah kemampuan untuk melakukan

gerakan-gerakan sejenis secara berturut turut dengan waktu yang sesingkat singkatnya. Kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk dapat mengubah arah dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak tanpa kehilangan keseimbangan.

Dari hasil observasi yang peneliti lakukan pada pemain SSB Patriot Muda Kuok terlihat penguasaan teknik dasar menggiring bola belum optimal, pemain tampak kesulitan saat menggiring bola sambil berlari, terkadang masih ada pemain yang tidak bisa mengontrol bola dan sering terlepas dari kontrol kaki pemain karena bola terlalu jauh dari kaki atau jangkauan pemain, perkenaan bola pada punggung kaki saat menggiring bola kurang tepat sehingga arah bola yang digiring tidak sesuai dengan keinginan, terkadang pemain sulit menghindari lawan yang hendak merebut bola, kelincahan dan kecepatan pemain yang tidak maksimal sehingga mudahnya lawan melewati dan mengejar pemain disebabkan karena kurangnya kecepatan pemain saat berlari.

Berdasarkan permasalahan yang dikemukakan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada SSB Patriot Muda Kuok”.

Metode Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasi. Sebagaimana menurut (Priadana & Sunarsi, 2021) menyebutkan bahwa korelasional yaitu suatu alat statistik, yang dapat digunakan untuk membandingkan hasil pengukuran dua variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel ini. Dalam hal ini sebagai variabel bebas (X_1) adalah kelincahan, dan (X_2) adalah kecepatan sebagai variabel terikat (Y) adalah menggiring bola. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain SSB Patriot Muda Kuok Kabupaten Kampar yang berjumlah 18 orang. Cara pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling, sehingga jumlah sampel pada penelitian ini adalah 18 orang. Instrumen test sebagai alat untuk mengumpulkan data yang digunakan adalah tes kelincahan (tes *zig zag run*), tes kecepatan lari 40 M, dan tes menggiring bola pada SSb Patriot Muda Kuok.

Hasil dan Pembahasan

Hasil

1. Hasil Kelincahan (X_1) Pada SSB Patriot Muda Kuok

Setelah melakukan pengukuran hasil kelincahan pada pemain SSB Patriot Muda Kuok didapatkan distribusi frekuensinya sebanyak 5 kelas interval, dengan panjang kelas intervalnya adalah 0,89. Pada kelas *interval* pertama pada rentang 12.43-13.32 terdapat 3 orang atau 16.66%, pada kelas *interval* kedua pada rentang 13.33-14.22 terdapat 6 orang atau 33.33%, pada kelas *interval* ketiga pada rentang 14.23-15.12 terdapat 7 orang atau 38.88%, pada kelas *interval* keempat pada rentang 15.13-16.02 terdapat 1 orang atau 5.55%, pada kelas *interval* kelima pada rentang 16.03-16.92 terdapat 1 orang atau 5.55%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Data Hasil Kelincahan Pada SSB Patriot Muda Kuok

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	12.43 – 13.32	3	16.66%
2	13.33 – 14.22	6	33.33%
3	14.23 – 15.12	7	38.88%
4	15.13 – 16.02	1	5.55%
5	16.03 – 16.92	1	5.55%
Jumlah		18	100%

Kemudian dari data pengukuran hasil kelincahan pada pemain SSB Patriot Muda Kuok bahwa dari 18 sampel didapat jumlah data keseluruhan sebanyak 256 dengan rata-rata (*mean*) sebesar 14.21, nilai tertinggi (*maximal*) sebesar 16.82, nilai terendah (*minimal*) sebesar 12.43, serta nilai standar deviasinya (*stdev*) adalah 0,99. Nilai yang sering muncul (*modus*) adalah 14,50 dan nilai tengah (*median*) adalah 14.19.

2. Hasil Kecepatan (x_2) Pada SSB Patriot Muda Kuok

Setelah melakukan pengukuran hasil kecepatan pada pemain SSB Patriot Muda Kuok didapatkan distribusi frekuensinya sebanyak 5 kelas interval, dengan panjang kelas intervalnya adalah 0,44 . Pada kelas *interval* pertama pada rentang 6.03-6.47 terdapat 8 orang atau 44.44%, pada kelas *interval* kedua pada rentang 6.48-6.92 terdapat 5 orang atau 27.77%, pada kelas *interval* ketiga pada rentang 6.93-7.37 terdapat 3 orang atau 16.66%, pada kelas *interval* keempat pada rentang 7.38-7.82 tidak ada terdapat orang atau 0%, pada kelas *interval* kelima pada rentang 7.83-8.27 terdapat 2 orang atau 11.11%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Data Hasil Kecepatan Pada SSB Patriot Muda Kuok

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	6.03 – 6.47	8	44.44%
2	6.48 – 6.92	5	27.77%
3	6.93 – 7.37	3	16.66%
4	7.38 – 7.82	0	0%
5	7.83 – 8.27	2	11.11%
Jumlah		18	100%

Kemudian dari data pengukuran hasil kecepatan pada pemain SSB Patriot Muda Kuok bahwa dari 18 sampel didapat jumlah data keseluruhan sebanyak 121 dengan rata-rata (*mean*) sebesar 6.71, nilai tertinggi (*maximal*) sebesar 8.22, nilai terendah (*minimal*) sebesar 6.03, serta nilai standar deviasinya (*stdev*) adalah 0.65. Nilai yang sering muncul (*modus*) adalah 6.03 dan nilai tengah (*median*) adalah 6.60.

3. Hasil Menggiring Bola (Y) Pada SSB Patriot Muda Kuok

Setelah melakukan pengukuran hasil menggiring bola pada pemain SSB Patriot Muda Kuok didapatkan distribusi frekuensinya sebanyak 5 kelas interval, dengan panjang kelas intervalnya adalah 1.70. Pada kelas *interval* pertama pada rentang 17.53-19.23 terdapat 8 orang atau 44.44%, pada kelas *interval*

kedua pada rentang 19.24-20.94 terdapat 5 orang atau 27.77%, pada kelas *interval* ketiga pada rentang 20.95-22.65 terdapat 3 orang atau 16.66%, pada kelas *interval* keempat pada rentang 22.66-24.36 terdapat 1 orang atau 5.55%, pada kelas *interval* kelima pada rentang 24.37-26.07 terdapat 1 orang atau 5.55%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Data Hasil Menggiring Bola Pada SSB Patriot Muda Kuok

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	17.53 – 19.23	8	44.44%
2	19.24 – 20.94	5	27.77%
3	20.95 – 22.65	3	16.66%
4	22.66 – 24.36	1	5.55%
5	24.37 – 26.07	1	5.55%
Jumlah		18	100%

Kemudian dari data pengukuran hasil menggiring bola pada pemain SSB Patriot Muda Kuok bahwa dari 18 sampel didapat jumlah data keseluruhan sebanyak 364 dengan rata-rata (*mean*) sebesar 20.20, nilai tertinggi (*maximal*) sebesar 26.00, nilai terendah (*minimal*) sebesar 17.53, serta nilai standar deviasinya (*stdev*) adalah 2.16. Nilai yang sering muncul (*modus*) adalah 18.78 dan nilai tengah (*median*) adalah 19.42.

Pembahasan

Hasil pengujian hipotesis di atas, menjelaskan bahwa secara bersamaan kedua faktor memberikan kontribusi yang cukup besar disaat pemain menggiring bola. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada penjelasan berikut ini:

1. Terdapat Kontribusi Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pemain SSB Patriot Muda Kuok

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelincahan seorang pemain mempengaruhi kemampuannya dalam menggiring bola, ini menandakan bahwa kelincahan mempunyai kontribusi yang baik terhadap menggiring bola pada SSB Patriot Muda Kuok. Kelincahan yang bagus akan memaksimalkan kemampuan seorang pemain sewaktu menggiring bola tanpa kehilangan kontrol terhadap bola yang sedang digiring.

Dari analisis data yang telah dikemukakan sebelumnya diketahui bahwa kelincahan mempunyai kontribusi yang signifikan terhadap hasil menggiring bola sebesar 34.33%. Nilai kontribusi ini cukup besar untuk mempengaruhi kemampuan menggiring bola seseorang, walaupun masih ada faktor lain yang mempengaruhi kemampuan menggiring bola namun faktor kecepatan ini merupakan faktor penting yang harus dimiliki secara maksimal oleh seorang pemain sepakbola.

2. Terdapat Kontribusi Kecepatan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pemain SSB Patriot Muda Kuok

Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa kecepatan mempengaruhi hasil menggiring bola. Hal ini menandakan bahwa kecepatan mempunyai kontribusi yang baik terhadap menggiring bola pada SSB Patriot Muda Kuok. Kecepatan yang bagus akan memaksimalkan kemampuan seorang pemain

sewaktu menggiring bola tanpa kehilangan kontrol terhadap bola yang sedang digiring. Semakin besar kecepatan seseorang, maka hasil menggiring bola akan semakin cepat, sebaliknya semakin lambata kecepatannya, maka hasil menggiring bola semakin lambat pula. Kecepatan merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi gerak. Kecepatan merupakan unsur kemampuan gerak yang harus dimiliki seorang pemain sepakbola sebab dengan kecepatan yang tinggi, pemain yang menggiring bola dapat menerobos dan melemahkan daerah pertahanan lawan.

Dari analisis data yang telah dikemukakan sebelumnya diketahui bahwa kecepatan mempunyai kontribusi yang signifikan terhadap hasil menggiring bola sebesar 30.08%. Nilai kontribusi ini cukup besar untuk mempengaruhi kemampuan menggiring bola seseorang, walaupun masih ada faktor lain yang mempengaruhi kemampuan menggiring bola namun faktor kecepatan ini merupakan faktor penting yang harus dimiliki secara maksimal oleh seorang pemain sepakbola.

3. Terdapat Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pemain SSB Patriot Muda Kuok

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa secara bersamaan kelincahan dan kecepatan yang dimiliki oleh seorang pemain bola akan menghasilkan keterampilan yang baik disaat menggiring bola, dimana penelitian ini menunjukkan bahwa besar nilai kontribusi dari kelincahan dan kecepatan pemain SSB Patriot Muda Kuok sewaktu menggiring bola ada sebesar 36.96%. Selain faktor kecepatan dan kelincahan terdapat faktor lain yang juga mempunyai kontribusi sewaktu pemain menggiring bola seperti, kelenturan tubuh, tingkat penguasaan teknik menggiring sepakbola, dan kelenturan pergelangan kaki terhadap kemampuan menggiring bola diperkirakan sebesar 63.04%.

Kesimpulan

1. Terdapat kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain SSB Patriot Muda Kuok sebesar 34.33%, dilihat dari nilai sebesar $r_{hitung} 0.568 > r_{tabel} 0.486$.
2. Terdapat kontribusi kecepatan terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain SSB Patriot Muda Kuok sebesar 30.08%, dilihat dari nilai sebesar $r_{hitung} 0.555 > r_{tabel} 0.468$.
3. Terdapat kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain SSB Patriot Muda Kuok sebesar 36.96%, dilihat dari nilai sebesar $r_{hitung} 0.608 > r_{tabel} 0.468$.

Bibliografi

- Basrizal, Roni, Hauw Sin, Tjung, Irawan, Roma, & Soniawan, Vega. (2020). Latihan Kelincahan Terhadap Peningkatan Kemampuan Dribbling Pemain Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 2(3). <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/patriot.v2i3.667>
- Darma, Ibnu Zaki. (2021). *Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Dribbling Bola Pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak Bola SMA Negeri 1 Kampar Kabupaten Kampar* (Universitas Islam Riau). Retrieved from

- <http://repository.uir.ac.id/id/eprint/17068>
- Fajrin, Sabila Nur, Agustiyawan, Purnamadyawati, & Mahayati, Dewi Suci. (2021). Hubungan Koorinasi Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Sepakbola. *Indonesian Journal of Physiotherapy*, 1(1), 1–11. <https://doi.org/https://doi.org/10.52019/ijpt.v1i1.2605>
- Hasrion, Sari, Merlina, & Gazali, Novri. (2020). Meningkatkan kemampuan teknik dasar shooting sepakbola melalui metode bagian. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 1(1), 16–24. [https://doi.org/10.25299/es:ijope.2020.vol1\(1\).5119](https://doi.org/10.25299/es:ijope.2020.vol1(1).5119)
- Hidayat, Rahmad, & Rahmadani, Ahmad. (2023). Kontribusi Kecepatan Lari Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Permainan Sepakbola Pada SSB Garuda U-14 Kabupaten Siak. *Science and Education Journal*, 2(1), 2023. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/sicedu.v2i1.94>
- Iskandar, Tatang, & Pradana, Dimas. (2017). Hubungan Antara Keseimbangan dan Kelincahan Terhadap keterampilan Menggiring Bola Pada Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Di SMA Negeri 1 Setu. *Jurnal Motion*, VIII(2), 182–190. Retrieved from <http://www.brianmac.co.uk>
- Kurniawan, Rudi. (2020). *Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak* (Universitas Islam Riau). Retrieved from <http://repository.uir.ac.id/id/eprint/17116>
- Priadana, Sidik, & Sunarsi, Denok. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Tangerang Selatan: Tangerang: Pascal Books.
- Setyawan, Rahmat, Arsil, Rasyid, Willadi, & Lawanis, Haripah. (2023). Hubungan Kecepatan dan Kelincahan Dengan Kemampuan Mendribel Bola Pemain Sekolah Sepakbola Putra Sicincin Kabupaten Padang Pariaman. *Jurnal Pendidikan Dan Olahraga*, 6(4), 115–121. Retrieved from <http://jpdo.ppj.unp.ac.id/index.php/jpdo/article/view/1339>
- Widodo, Antoni, & Noviardila, Iska. (2021). Hubungan Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan Dengan Kemampuan Menggiring Bola Pada Sekolah Sepakbola Bina Bintang Muda Kepri. *Jurnal Bola*, 4(1), 1–17. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/bola.v4i1.2282>

Copyright holder:

M. Zahlul Hidayat (2024)

First publication right:

Catha : Journal of Creative and Innovative Research