Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: journaljoecy@gmail.com

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X (Printed)
5 (2) 2025, Page: 856-864

Kontribusi Kelincahan Dan Kecepatan Terhadap Kemampuan Drilbling Sepak Bola Pada Ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangko Kabupaten Rokan Hilir Provinsi Riau

Agam Saputra[1], Zulkifli[2]
[1,2] Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Riau, Indonesia
Corresponding Author: Agam Saputra e-mail: Agam_Saputra@gmail.com

Published: April, 2025

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap kemampuan *drilbling* sepak bola pada ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangko Kabupaten Rokan Hilir Provinsi Riau Adapun jenis penelitian ini adalah korelasi. Populasi pada penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangko Kabupaten Rokan Hilir Provinsi Riau yang berjumlah 22 orang, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling* sehingga sampel pada penelitian ini berjumlah 22 orang. Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes *dodging run*, tes lari 30 meter, dan tes *dribbling* bola. Teknik analisa data yang digunakan adalah uji nilai korelasi ganda dan menghitung nilai kontribusi. (1) Terdapat kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangko dengan nilai r_{hitung} = 0,597 > r_{tabel} = 0,423 dan nilai KD sebesar 35.64%. (2) Terdapat kontribusi kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangko dengan nilai r_{hitung} = 0,616 > r_{tabel} = 0,423 dan nilai KD sebesar 38.56%. (3) Terdapat kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangko dengan nilai r_{hitung} = 0,708 > r_{tabel} = 0,423 dan nilai KD sebesar 50.13%.

Kata kunci: Kelincahan, Kecepatan, Kemampuan *Drilbling* Sepak Bola

ABSTRACT

The purpose of this study is to determine the contribution of agility and speed to soccer dribbling skills in extracurricular activities at SMA Negeri 2 Bangko Kabupaten Rokan Hilir Provinsi Riau. This study employs a correlational research design. The population in this study consists of 22 students participating in extracurricular activities at SMA Negeri 2 Bangko Kabupaten Rokan Hilir Provinsi Riau. The sampling technique used is total sampling, making the total number of samples in this study 22 students. The research instruments used include the dodging run test, the 30-meter sprint test, and the ball dribbling test. The data analysis technique applied is the multiple correlation test and contribution value calculation. (1) There is a contribution of agility to soccer dribbling skills among students in extracurricular activities at SMA Negeri 2 Bangko, with a correlation value of r_calculated = 0.597 > r_table = 0.423 and a contribution percentage of 35.64%. (2) There is a contribution of speed to soccer dribbling skills among students in extracurricular activities at SMA Negeri 2 Bangko, with a correlation value of r_calculated = 0.616 > r_table = 0.423 and a contribution percentage of 38.56%. (3) There is a combined contribution of agility and speed to soccer dribbling skills among students in extracurricular activities at SMA Negeri 2 Bangko, with a correlation value of r_calculated = 0.708 > r_table = 0.423 and a contribution percentage of 50.13%

Keywords: Agility, Speed, Soccer Dribbling Skills

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Kegiatan ekstrakurikuler sepakbola sudah termasuk ke dalam materi ekstrakurikuler pilihan. Kegiatan ekstrakurikuler sepakbola merupakan kegiatan sekolah yang dilakukan di luar jam pelajaran dengan tujuan untuk memperdalam dan memperluas pengetahuan, meningkatkan prestasi menyalurkan minat, dan bakat serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya.

Salah satu cabang olahraga yang dilakukan pembinaan yaitu sepak bola. Sepakbola sabagai cabang olahraga paling populer di dunia. Karena banyak diminati seluruh kalangan mulai dari usia anak-anak, remaja, dewasa bahkan orang tua. Sepakbola kini tidak harus dimainkan oleh laki-laki namun perempuan juga dapat memainkannya.

Pada materi sepakbola diajarkan teknik dasar sepakbola, kerja sama dalam permainan, strategi dalam permainan, pembinaan mental dan lain-lain yang dibutuhkan seorang pemain sepakbola. Dari sekian banyak teknik dasar sepakbola, ketepatan Dribbling bola merupakan elemen yang sangat penting guna dikuasai seorang pemain sepakbola.

Dribbling adalah teknik dasar dalam permainan sepak bola selain dari shooting, treping, hedding, dan teknik dasar lainnya serta dribbling dalam permainan sepak bola merupakan faktor yang sangat penting dalam upaya mencapai keberhasilan dalam permainan sepak bola dengan memiliki kemampuan yang baik dalam driibling bola maka kita akan mudah mengusai permainan sehingga berjalan sesuai dengan apa yang diharapkan. Teknik menggiring bola adalah gerakan membawa bola dengan cara menendang bola secara terputus-putus ke segala arah dalam permainan sepak bola. Dalam permainan sepak bola, teknik menggiring bola berfungsi untuk membawa bola ke daerah permainan lawan, menguasai bola, dan mengatur ritme permainan. Dalam permainan sepak bola, teknik menggiring bola dapat dilakukan dengan tiga bagian kaki (kaki bagian dalam, bagian luar, punggung kaki) Kelincahan merupakan kemampuan merubah arah dengan cepat dan tepat tanpa kehilangan keseimbangan. kelincahan sangat nampak dan dibutuhkan saat melakukan dribble bola. Seorang pemain yang memiliki kelincahan yang baik saat melakuan dribble akan mudah melewati hadangan pemain lawan. Selain itu kelincahan juga akan membuat pemain lain memiliki ruang gerak yang lebih besar sehingga peluang keberhasilan serangan akan semakin besar pula.

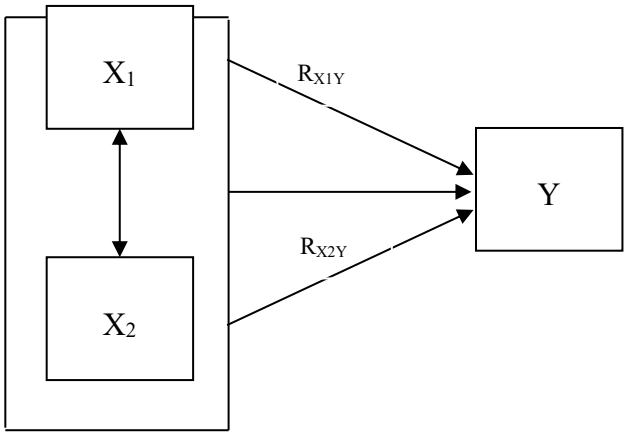
Berdasarkan hasil pengamatan penulis terhadap pemain Siswa SMA Negeri 2 Bangko Rokan Hilir diketahui pada saat berlatih sepakbola, terlihat bahwa kemampuan *dribbling* bola dari beberapa pemain masih kurang maksimal, itu terlihat sewaktu pemain menggiring bola, bola terkadang terlepas dari kontrol kaki, hal tersebut disebabkan oleh perkenaan bola pada kaki kurang tepat saat menggiring bola. Masih ada pemain agak kaku dalam menggiring bola, sehingga susah melewati lawan, kecepatan pemain sewaktu menggiring bola juga belum maksimal sehingga bola yang digiring mudah direbut oleh lawan, perkenaan bola pada kaki kurang tepat saat menggiring bola sehingga bola sering terlepas

dari kontrol kaki, sewaktu pemain menggiring bola, bola mudah direbut lawan karena Gerakan pemain susah berkelit dalam menghindari lawan. Kurang maksimalnya kemampuan *dribbling* bola yang dimiliki pemain mungkin juga disebabkan oleh kurangnya melakukan latihan khusus untuk meningkatkan kemampuan fisik seperti kelincahan yang sangat berguna disaat menggiring bola.

Dari hasil observasi tersebut peneliti tertatik mengangkat permasalahan ini menjadi karya tulis sebagai tugas akhir perkuliahan. Adapun judul yang ingin diangkat adalah Kontribusi Kelincahan Dan Kecepatan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Sepakbola Tim Sma Negeri 2 Bangko Kabupaten Rokan Hilir Provinsi Riau.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional, yang merupakan jenis penelitian yang mencari hubungan atau asosiasi antara variabel-variabel. Menurut Kusumawati (2015), hubungan tersebut dapat berupa hubungan simetris atau kausal (sebab akibat). Dalam konteks penelitian ini, variabel X1 adalah kelincahan, variabel X2 adalah kecepatan, dan variabel Y adalah keterampilan *dribbling* sepakbola. Menurut Kusumawati (2015), desain penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut:



Gambar 1. Desain Penelitian Hubungan Timbal Balik Tiga Variabel
(Kusumawati, 2015)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Data

Penelitian ini telah dilaksanakan dengan judul kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap kemampuan *drilbling* sepakbola pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangko. Untuk mengetahui hal tersebut maka akan dibahas secara berturut-turut mengenai deskripsi data dari masing-masing variabel, sebagai berikut:

Tabel 1. Deskripsi Data Kelincahan (X_1), Kecepatan (X_2) dan Kemampuan *Dribling* (Y) Pada Siswa Ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangko

Deskripsi	X_1	X_2	Y
Total Nilai	719,63	102,68	255,61
Nilai Terbaik (MAX)	28,02	3,93	9,81
Nilai Terendah (Min)	40,77	5,58	15,55
STDV	3,41	0,36	1,53
N	22	23	24
Mean	32,71	4,67	11,62
Median	32,60	4,70	10,99
Modus	-	4,74	10,13

Data yang telah terkumpul kemudian dianalisis, yang menjadi variabel X_1 adalah kelincahan dan X_2 adalah kecepatan dan yang menjadi variabel Y adalah hasil kemampuan *dribbling* bola. Adapun hipotesis yang akan diuji yaitu:

1) Terdapat Kontribusi X_1 ke Y (Kelincahan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Bola)

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan kelincahan dengan hasil kemampuan *dribbling* bola pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangko didapat nilai r_{hitung} = 0,597 > r_{tabel} = 0,423 sehingga dengan demikian hipotesis pertama diterima yaitu : terdapat kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangko dengan nilai kontribusi sebesar 35.64%.

Tabel 5. Nilai Kontribusi Kelincahan (X_1) Terhadap Kemampuan *Dribbling* Bola (Y) Pada Siswa Ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangko

Variabel	R hitung	R tabel	Nilai Kontribusi
X_1 (Kelincahan) Terhadap Y (Kemampuan *Dribbling* Bola)	0,597	0,423	35.64%

2) Terdapat Kontribusi X2 ke Y (Kecepatan Terhadap Hasil Kemampuan *Dribbling* Bola)

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan kecepatan dengan hasil kemampuan *dribbling* bola pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangko didapat nilai r_{hitung} = 0,616 > r_{tabel} = 0,423 sehingga dengan demikian hipotesis yang kedua diterima yaitu : terdapat kontribusi kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* bola siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangko dengan nilai kontribusi sebesar 38.56%.

Tabel 6. Nilai Kontribusi Kecepatan (X_2) Terhadap Kemampuan *Dribbling* Bola (Y) Pada Siswa Ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangko

Variabel	R hitung	R tabel	Nilai Kontribusi
X_2 (Kecepatan) Terhadap Y (Kemampuan *Dribbling* Bola)	0,616	0,423	38.56%

3) Terdapat Kontribusi X_1 dan X_2 Ke Y (Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Hasil Kemampuan *Dribbling* Bola)

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan kelincahan dan kecepatan hasil kemampuan *dribbling* bola pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangko secara simultan adalah 0,708 > r_{tabel} = 0,423, hal ini menunjukan adanya korelasi secara bersamaan antara variabel X_1 dan X_2 ke variabel Y atau ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dan kecepatan terhadap hasil kemampuan *dribbling* bola pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangko sehingga hipotesis yang ketiga juga dapat diterima yaitu : terdapat kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* bola siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangko dengan nilai kontribusi sebesar 50.13%.

Tabel 7. Nilai Kontribusi Kelincahan (X_1) dan Kecepatan (X_2) Terhadap Kemampuan *Dribbling* Bola (Y) Pada Siswa Ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangko

Variabel	R hitung	R tabel	Nilai Kontribusi
X_1 (Kelincahan) dan X_2 (Kecepatan) Terhadap Y (Kemampuan *Dribbling* Bola)	0,708	0,423	50.13%

Ketika kelincahan dan kecepatan dikombinasikan, kontribusi keduanya terhadap kemampuan *dribbling* bola meningkat secara signifikan. Analisis data menunjukkan bahwa nilai korelasi simultan antara kedua variabel ini terhadap kemampuan dribbling adalah 0,708 dengan kontribusi sebesar 50,13%. Hal ini menunjukkan bahwa lebih dari setengah dari faktor yang mempengaruhi kemampuan *dribbling* siswa berasal dari kelincahan dan kecepatan.

Temuan ini memiliki implikasi penting dalam pengembangan program latihan. Pelatih harus menggabungkan latihan yang melatih kedua aspek secara bersamaan, seperti dribbling dalam pola *zig-zag* dengan kecepatan tinggi, latihan reaksional untuk meningkatkan respons waktu, serta latihan keseimbangan untuk kontrol bola yang lebih baik. Kombinasi latihan ini akan memastikan pemain

siap menghadapi tekanan permainan yang dinamis. Secara keseluruhan, hasil penelitian menegaskan bahwa kecepatan dan kelincahan saling melengkapi. Meskipun kecepatan memberikan dampak lebih besar, kombinasi keduanya menciptakan sinergi yang optimal untuk meningkatkan keterampilan *dribbling* secara holistik.

Kombinasi kelincahan dan kecepatan dalam *dribbling* tidak hanya meningkatkan efektivitas permainan individu, tetapi juga berdampak pada performa tim secara keseluruhan. Pemain yang memiliki keseimbangan optimal antara kedua aspek ini mampu mengontrol bola dengan baik dalam situasi tekanan tinggi serta lebih mudah mengeksploitasi celah pertahanan lawan. Selain itu, kemampuan untuk beradaptasi dengan perubahan tempo permainan juga meningkat, yang sangat krusial dalam pertandingan sepak bola modern yang dinamis. Oleh karena itu, pelatih perlu merancang program latihan yang tidak hanya berfokus pada peningkatan individu, tetapi juga bagaimana kedua variabel ini dapat diterapkan dalam strategi permainan tim.

Lebih lanjut, peningkatan simultan antara kelincahan dan kecepatan juga berkontribusi pada pengurangan risiko kehilangan bola saat melakukan dribbling. Pemain dengan kecepatan tinggi tetapi kurang lincah cenderung kehilangan keseimbangan atau kesulitan mengubah arah dengan cepat saat menghadapi tekanan lawan. Sebaliknya, pemain yang lincah tetapi kurang cepat mungkin lebih mudah dikejar oleh lawan yang lebih cepat. Oleh karena itu, latihan yang mengombinasikan *sprint* dengan perubahan arah cepat, seperti *agility sprint drill* atau *reaction-based dribbling drill*, sangat direkomendasikan. Latihan ini tidak hanya meningkatkan keterampilan *dribbling*, tetapi juga meningkatkan ketahanan pemain dalam menghadapi duel satu lawan satu dengan lawan

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat ditarik suatu kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangko dengan nilai r_{hitung} = 0,597 > r_{tabel} = 0,423 dan nilai KD sebesar 35.64%.
2. Terdapat kontribusi kecepatan terhadap kemampuan dribbling bola pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangko dengan nilai rhitung = 0,616 > rtabel = 0,423 dan nilai KD sebesar 38.56%.

Terdapat kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangko dengan nilai r_{hitung} = 0,708 > r_{tabel} = 0,423 dan nilai KD sebesar 50.13%.

DAFTAR PUSTAKA

Abdullah, R., & Sari, M. (2023). Kontribusi Kelincahan Dan Kecepatan Terhadap Kemampuan Dribble Futsal Atlet Rajawali Club Pangkalan Kerinci. INNOVATIVE (Journal Of Social Science Research), 3(5), 9117–9127. https://doi.org/10.31004/innovative.v3i5.5753

Afif, M. (2019). Hubungan Kecepatan Dan Kekuatan Otot Tungkai terhadap Kemampuan Long Passing Sepakbola. Jurnal Patriot, 2(1), 773–785.

Aji, F. W., & Tuasikal, A. R. S. (2020). Pembelajaran Dasar Dribbling Sepakbola dengan Pendekatan Kooperatif Team Games Tournament pada Siswa. Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan, 8(2), 17–28.

Akmal, I., & Lesmana, H. S. (2019). Kontribusi kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan dribbling pada pemain SSB POSS. Jurnal Patriot, 1(3), 1197-1210. https://doi.org/10.24036/patriot.v1i3.392

Alficandra, & Zulkifli. (2021). Hubungan Kelincahan Dengan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola Pada Ekstrakulikuler Siswa Smp Negeri 25 Pekanbaru. IJPESS (Indonesian Journal of Physical Education and Sport Science), 1(1), 27–35. https://doi.org/10.52188/ijpess.v1i1.132

Andriansyah, M. F., & Winarno, M. E. (2020). Hubungan Antara Kecepatan , Kelincahan dan Koordinasi dengan Keterampilan Dribbling Siswa Akademi Arema U-14. Sport Science and Health, 2(1), 12–23.

Arifin, R., & Warni, H. (2019). Model Latihan Kelincahan Sepakbola. Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga, 17(2), 63–66. https://doi.org/10.20527/multilateral.v17i2.5702

Arsil. (2010). Evaluasi Pendidikan Jasmani Dan Olahraga. Malang. Wineka Media.

Bagaskara, R. P., Muryadi, A. D., & Nugroho, U. (2022). Pengaruh Latihan Dribble Zig-Zag Dan Dribble Horizontal Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Sekolah Sepak Bola (Ssb) Putra Gawok. Seminar Nasional Dies Natalis Ke-42 Universitas Tunas Pembangunan Surakarta, 63–74. https://doi.org/10.36728/semnasutp.v2i1.49

Budiman, A., & Sin, T. H. (2019). Pengaruh Latihan Kecepatan dan Latihan Kelincahan Terhadap Keterampilan Dribbling Pemain Sepakbola SSB Putra Wijaya. (JOP) Jurnal Pendidikan Dan Olahraga, 2(1), 177–181.

Darma, I. Z., & Fernando, R. (2024). Kontribusi Kelincahan Dan Kecepatan Terhadap Kemampuan Dribbling Sepakbola: Studi Korelasi Pada Siswa Ekstrakurikuler. Sport, Education, and Technology, 1(1), 1–6.

Darmawan, A., & Rahmadani, A. (2023). Kontribusi Kelincahan Dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Dribbling Bola Dalam Permainan Futsal Siswa Ekstrakurikuler SMPN 6 Siak Hulu. Science and Education Journal, 2(3), 632–640. https://doi.org/10.31004/sicedu.v2i3.170

Gumantan, A., & Mahfud, I. (2020). Pengembangan Alat Tes Pengukuran Kelincahan Mengunakan Sensor Infrared. Jendela Olahraga, 5(2), 52–61. https://doi.org/10.26877/jo.v5i2.6165

Gumelar, F., & Cendra, R. (2023). Hubungan Kelincahan Dan Kelenturan Tubuh Terhadap Kemampuan Dribbling Bola Pada Permainan Futsal. Science and Education Journal, 2(3), 467–474.

Gunawan, Y. R., & Suherman, A. (2016). Hubungan kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan dribbling bola Futsal pada atlet O2Sn Kecamatan Sumedang Utara. SpoRTIVE, 1(1), 1-11.

Hapsari, A., Dwikusworo, E. P., & Hidayah, T. (2018). Status Ketrampilan Bermain Bola Basket Pada Club NBC (Ngaliyan Basketball Center) Kota Semarang. JSSF (Journal of Sport Sciences and Fitness), 2(1), 6–10. https://doi.org/10.15294/jssf.v2i1.1934

Hidayat, M. Z., & Henjilito, R. (2024). Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada SSB Patriot Muda Kuok. Catha Journal of Creative and Innovative Research, 1(2), 26–33.

Kamarudin, Zulrafli, & Irma, A. (2023). Latihan Pliometrik Dan Kecepatan Terhadap Kemampuan Tendangan Sabit. Jambura (Health and Sport Journal), 5(1), 66–73. https://doi.org/10.37311/jhsj.v5i1.18492

Kurniawan, Mutmainnah, & Sulaeman. (2024). Kontribusi Kecepatan Reaksi Kaki Terhadap Keterampilan Bermain Sepak Bola SSB Kijang FC. Jurnal Ilara: Jurnal Hasil Penelitian, Aplikasi Teori, Analisa, Dan Pembahasan Kepustakaan Tentang Keolahragaan, 48(2), 39–62. www.ine.es

Kusumawati, M. (2015). Penelitian Penjasorkes Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Bandung. Alfabeta.

Mahfud, I., Yuliandra, R., & Gumantan, A. (2020). Model Latihan Dribling Sepakbola Untuk Pemula Usia SMA. Sport Science & Education Jurnal, 1(2), 1–9. https://doi.org/10.33365/ssej.v1i2.823

Malasari, C. A. (2019). Pengaruh Latihan Shuttle-Run Dan Zig-Zag Run Terhadap Kelincahan Atlet Taekwondo. Gelanggang Olahraga (Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga), 3(1), 81–88. https://doi.org/10.31539/jpjo.v3i1.828

Nugraha, T. Y., & Syafi'i, I. (2022). Perbedaan Pengaruh Latihan Skipping Rope Dan Boomerang Run Terhadap Peningkatan Kelincahan Pemain Sepakbola. Athlete Performance Profile, 5(2), 102–113.

Oktafian, A., Candra, O., Gustiranda, Parulian, T., & Rahmalia, A. (2023). Hubungan Kelentukan Dan Kekuatan Otot Peru Dengan Lemparan Ke Dalam Sepakbola. ProSport: Proklamator Sport, 2(1), 14–22. https://doi.org/10.35569/biormatika.v6i02.820

Paturohman, A. D., Mudian, D., & Haris, I. N. (2018). Hubungan Antara Kecepatan Lari Dan Power Otot Tungkai Terhadap Hasil Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas V Sd Negeri Ciwiru Kecamatan Dawuan. BIORMATIKA, 4(1), 9–14.

Purnomo, A., & Irawan, F. A. (2021). Analisis Kecepatan Dan Kelincahan Dalam Menggiring Bola Pada Tim Futsal. Sepakbola, 1(1), 1–7. https://doi.org/10.33292/sepakbola.v1i1.90

Putra, A. N., & Gazali, V. (2017). Kontribusi Kelentukan Pinggang dan Kelincahan terhadap Kemampuan Dribbling Atlet Sepakbola PSTS Tabing Padang. Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga, 16(2). https://dx.doi.org/10.20527/multilateral.v16i2.4247

Prasetiyo, A. F., & Rudiana, R. D. P. (2020). Korelasi Fleksibilitas, Kecepatan, Indeks Masa Tubuh Dan Kelincahan Terhadap Pemain Futsal. Biormatika (Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan), 6(2), 138–144. https://doi.org/10.35569/biormatika.v6i02.820

Rahman, B. (2021). Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Akurasi Shooting Sepakbola. Universitas Islam Riau. Universitas Islam Riau.

Ramadhan, A., & Zulkifli. (2024). Kontribusi Kelincahan dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Keterampilan Dribble Pemain Futsal IPMKN-P. Integrated Sport Journal, 2(1), 44–54. https://doi.org/10.58707/isj.v1i2.550 ISSN: 2987-8721

Sakti, B. P. I. (2017). Hubungan Koordinasi Mata-Kaki Dan Kelincahan Dengan Kemampuan Dribbling Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Lubuklinggau. Biormatika (Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan), 3(2), 1–7.

Sepdanius, E., Rifki, M. S., & Komaini, A. (2019). Tes Dan Pengukuran Olahraga. Depok. PT Rajagrafindo Persada.

Siregar, A. S., & Yani, A. (2023). Kontribusi Kelincahan dan Kelenturan Tubuh Terhadap Kemampuan Dribbling Bola Futsal Pada Siswa Ekstrakurikuler SMK Taruna Satria Kota Pekanbaru. Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran, 6(3), 782–792. https://doi.org/10.31004/jrpp.v6i3.19159

Syarwani, M., & Rezki. (2024). Kontribusi Kelincahan Dan Kecepatan Terhadap Kemampuan Dribbling Ekstrakurikuler Futsal SMP Muhammadiyah 1 Pekanbaru. Catha (Journal of Creative and Innovative Research), 1(3), 17–24.

Widiastuti. (2017). Tes Dan Pengukuran Olahraga. Bandung. Alfabeta.

Yuliawan, D., & Sugiyanto, F. (2014). Pengaruh Metode Latihan Pukulan Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Bermain Bulutangkis Atlet Tingkat Pemula. Jurnal Keolahragaan, 2(2), 145–154. https://doi.org/10.21831/jk.v2i2.2610