

HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN DAN KELINCAHAN DISWA PADA SAAT MENGGIRING BOLA

Ahmad Sholihin*, Hegen Dadang Prayoga¹, Ahmad Maulana²
Pendidikan Olahraga, 89201.Fkip, Uniska 18240067
Pendidikan Olahraga, 89201.Fkip, Uniska 1103089102
Pendidikan Olahraga, 89201.Fkip, Uniska 111059401

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui bagaimana kondisi fisik Pemain Bola Pemain Sepakbola Smp Negeri 15 Banjarmasin. di tinjau dari Kelincahan Dan Range Of Motion, dengan Menganalisis seberapa besar Tingkat Kelincahan Dan Range Of Motion Pemain Bola Pemain Sepakbola Smp Negeri 15 Banjarmasin. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *survey* yaitu dengan teknik pengumpulan data melalui tes dan pengukuran.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan kondisi fisik Dapat diambil kesimpulan berdasarkan tes kapasitas vital paru dan tes daya tahan Kardiorespiratori yang dilakukan oleh Pemain Bola Pemain Sepakbola Smp Negeri 15 Banjarmasin sebagian besar menunjukkan kategori sedang.

abstract

The aim of this research is to find out the physical condition of the football players at SMP Negeri 15 Banjarmasin. in terms of agility and range of motion, by analyzing the level of agility and range of motion of football players at SMP Negeri 15 Banjarmasin. The method used in this research is a survey method, namely data collection techniques through tests and measurements. Based on the research results and discussion of physical conditions, conclusions can be drawn based on vital lung capacity tests and cardiorespiratory endurance tests carried out by soccer players at SMP Negeri 15 Banjarmasin, most of which show the moderate category.

DAFTAR PUSTAKA

Anhar, et. al. (2017) Hubungan Kecepatan Lari dengan Keterampilan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola pada Siswa Putra Kelas VIII SMP Negeri 1 Sape Tahun Pelajaran Jurnal Pendidikan Olahraga, Vol. 7. No. 1, Januari–Juni 2017 ISSN: 2088-0324

Sanusi, et. al. 2022. Hubungan Kecepatan Lari terhadap Keterampilan *Shooting* pada Pemain Sekolah Sepak Bola Hafizh. *ISSN 114-562X (Cetak), ISSN 2722-7030 (Online) Volume 22 Nomor 1 Tahun 2022 Doi: <https://doi.org/10.24036/JSOPJ.72>Halaman : 17 – 25*

Dahlan, et.al. 2022. Efek Latihan *Zig – Zag Run* Dan *Boomerang Run* Terhadap Keterampilan Menggiring Bola. *Jambura Journal of Sports Coaching* Vol. 4, No. 2 Juli 2022 p-ISSN: 2654-3435, e-ISSN: 2656-0437

Kurniawan, et. al. 2016. Hubungan Antara Kecepatan Lari Dengan Kemampuan Menggiring Bola Sepak Pada Siswa Usia 13-14 Tahun SSB UNIBRAW 82 Malang. *Pendidikan Jasmani, Volume 26, Nomor 02, Tahun 2016, Halaman 381-397*

Aprianova, F. (2016). Metode Drill Untuk Meningkatkan Teknik Dasar Menggiring Bola (Dribbling)Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Sekolah Sepakbola Putra Zodiac Kabupaten Bojonegoro Usia 13-15 Tahun. *Jurnal Kepelatihan Olahraga, 1(1)*, 63–74.

Wisesa, et . al. 2021. Perbedaan metode latihan dan tingkat koordinasi berpengaruh terhadap kemampuan dribbling pemain sepakbola U-12. *Sepakbola, 1 (1)*, 2021, 33 Available Online: <https://ejournal.ressi.id/index.php/sepakbola>

Elmanisar, V. (2017). Hubungan Kelincahan dengan Kecepatan Dribbling dalam Pengembangan Diri Cabang Sepakbola. *Sport Science, 17(1)*, 36-47. <https://doi.org/10.24036/jss.v17i1.6>

Hubungan Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Bola Futsal Pada Atlet O2sn Kecamatan Sumedang Utara. *SP VOL 1 NO 1 2016*