HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN, KELINCAHAN, DAN KOORDINASI MATA KAKI DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA PERMAINAN SEPAKBOLA SISWA SMK PGRI KOTA KEDIRI

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Pada Jurusan PENJASKESREK

Oleh :

BAYU ANGGRA SENO
NPM: 11.1.01.09.0093

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UNP KEDIRI
2015

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh:

BAYU ANGGRA SENO
NPM: 11.1.01.09.0093

Judul:

HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN, KELINCAHAN, DAN KOORDINASI MATA KAKI DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA PERMAINAN SEPAKBOLA SISWA SMK PGRI KOTA KEDIRI

Telah disetujui untuk diajukan Kepada Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Nusantara PGRI Kediri

Tanggal : 15 Juli 2015

Pembimbing I	Pembimbing II
Drs. Setyo Harmono, M.Pd.	**Wasis Himawanto, M.Or**
NIDN. 0727095801	**NIDN. 0723128103**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh:

BAYU ANGGRA SENO
NPM: 11.1.01.09.0093

Judul:

HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN, KELINCAHAN, DAN KOORDINASI MATA KAKI DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA PERMAINAN SEPAKBOLA SISWA SMK PGRI KOTA KEDIRI

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Jurusan PENJASKESREK FKIP UNP Kediri
Pada tanggal: 21 Agustus 2015

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji:

1. Ketua : Drs. Setya Adi Sancaya, M.Pd.
2. Penguji I : Wasis Himawanto, M.Or
3. Penguji II : Drs. Setyo Harmono, M.Pd.

Mengetahui,
Dekan FKIP
Universitas Nusantara PGRI Kediri

Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd.
NIDN. 0716046202

HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN, KELINCAHAN, DAN KOORDINASI MATA KAKI DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA PERMAINAN SEPAKBOLA SISWA SMK PGRI KOTA KEDIRI

BAYU ANGGRA SENO
NPM: 11.1.01.09.0093

FKIP – Penjaskesrek
Dosen Pembimbing I : Drs. Setyo Harmono, M.Pd
Dosen Pembimbing II : Wasis Himawanto, M.Or.
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang paling di gemari oleh lapisan masyarakat, disamping bentuk dan permainnaya sangat sederhana juga mudah dimengerti dan dilakukan. Adapun teknik dasar yang ahrus dimiliki oleh pemain sepak bola adalah : passing, controlling, dribbling, heading, shooting.

Menggiring bola sangat perlu dimiliki oleh pemain sepakbola karena menggiring bola merupakan hal yang paling utama guna untuk menerobos pertahanan lawan untuk mendekati gawang dan mencetak gol.

Metode penelitian ini menggunakan metode survey dengan teknik tes dan pengukuran. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 30 siswa, sampel dalam penelitian ini diambil secara total sampling yaitu 30 siswa. Variabel penelitian terdiri dari dua variabel bebas yaitu kecepatan dan kelincahan, serta satu variabel terikat yaitu keterampilan menggiring bola. Instrumen tes dalam penelitian ini yaitu tes kecepatan, tes kelincahan dan tes menggiring bola. Analisis data menggunakan korelasi ganda.

Hasil analisis koefisien korelasi untuk kecepatan sebesar 0,760 dengan nilai sig 0.1 < 0.05, yang berarti hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan ada hubungan secara signifikan antara kecepatan dengan keterampilan menggiring bola. Hal ini berarti bahwa dengan bertambahnya kecepatan akan diikuti pula kecepatan dalam menggiring bola. Hasil analisis koefisien korelasi untuk kelincahan sebesar 0.679 dengan nilai sig 0.09 > 0.05, yang berarti hipotesis ditolak, dengan demikian kelincahan berhubungan secara tidak signifikan dengan keterampilan menggiring bola. Hasil analisis koefisien korelasi untuk koordinasi mata kaki sebesar 0.382 dengan nilai sig 0.09 > 0.05, yang berarti hipotesis ditolak, dengan demikian kelincahan berhubungan secara tidak signifikan dengan keterampilan menggiring bola. Hal ini berarti bahwa walaupun tinggi kelincahan seseorang tidak akan mempengaruhi keterampilan dalam menggiring bola. Hasil analisis korelasi ganda sebesar 0,197. Hal ini menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola. Disarankan kepada guru maupun pelatih dalam menyusun program latihan fisik memprioritaskan latihan kecepatan seperti lari jarak pendek 50 meter, latian reaksi kecepatan guna untuk mengimbangi teknik dasar menggiring bola sehingga berpengaruh dalam gerakan menggiring bola menjadi lebih cepat dan terampil.

Kata kunci: hubungan, kecepatan, kelincahan,koordinasi mata kaki, kemampuan menggiring bola

I. LATAR BELAKANG

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan melalui berbagai kegiatan jasmani yang bertujuan mengembangkan individu secara organik, neuromuskuler, intelektual, dan emosional. Juga terdapat berbagai macam pengertian dan penjelasan tentang pendidikan jasmani seperti yang salah satunya telah dikemukakan oleh : Ade Mardiana, dkk (2011: 1.4)

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan sesorang sebagai individu atau sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematik melalui kegiatan berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemamapuan dan ketrampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak.

Fungsi dan tujuan dari Pendidikan Nasional Republik Indonesia seperti yang diamanatkan dalam pasal 3 Undang-undang No. 20 tahun 2003 tentang sistem Pendidikan Nasional adalah mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Bahan ajar pendidikan meliputi : pembentukan gerak, pembentukan prestasi, pembentukan social, dan pertumbuhan badan. Sedangkan yang dapat dijadikan bahan pelajaran didalam pendidikan jasmani meliputi lingkungan sekitar (geografik) suatu daerah,kebudayaan daerah, aktivitas-aktivitas tradisional dan sebagainya. Dalam Ade Mardiana, dkk (2011: 115)

Pendidikan jasmani juga tidak bisa lepas dari suatu gerak dalam melakukan kegiatanya dalam berolahraga, gerak bagi manusia tak dapat dipisahkan dengan proses perubahan yang berinteraksi dan mereaksi dinamika hidupnya serta dengan lingkungannya yang senantiasa berubah. Melalui olahraga dan latihan seseorang akan mengatasi baik kekuatan dalam dirinya sendiri maupun kekuatan-kekuatan alam semesta. Berikut ini akan di sebutkan faktor-faktor dasar, untuk meningkatkan kualitas-kualitas seperti kemampuan gerak (*motor ability*), kesegaran gerak

(*motor fitness*), keterampilan olahraga (*sport skill*) yang telah dikemukakan oleh : Moelyono Biyakto Atmojo, Sarwono (1993: 288) antara lain :

1. Kekuatan
2. Kecepatan
3. Daya otot
4. Daya tahan
5. Kelincahan
6. Keseimbangan
7. Fleksibilitas
8. Koordinasi
9. Perasaan kinesetik

Pembentukan kekuatan, kecepatan, kelincahan, daya tahan masing-masing atlit sangat berbeda, hal ini harus disesuaikan dengan cabang olahraga yang dilakukan, seperti dalam cabang olahraga sepakbola. Sudah semestinya latihan-latihan yang diterapkan berbeda dengan cabang olahraga lain. Sesuai dengan permasalahan dalam penelitian ini, akan diadakan sebuah latihan kecepatan, dan kelincahan terhadap ketrampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

Setelah mengetahui fungsi dan tujuan dari Pendidikan Nasional Republik Indonesia, hal ini tentunya berpengaruh kepada kondisi sosiologis terhadap proses pembinaan dan pengembangan atlit atau pemain dari sejak usia muda hingga ke top level. Layaknya pabrik, proses pembinaan usia muda kini perlu dikelola dengan penuh terencana, terstruktur, dan sistematis. sehingga secara presisi dapat menghasilkan pemain sesuai dengan tuntutan sepakbola modern. Hal ini menjadikan pekerjaan rumah tersendiri bagi persepakbolaan di Indonesia, khususnya pembinaan usia muda Indonesia. Usaha habis-habisan PSSI memupuk tim nasional senior menjadi percuma saat akar pembinaan usia muda rapuh. Saatnya praktisi sepakbola indonesia kini serius melakukan pembinaan usia muda yang berkualitas.

Sepakbola merupakan olahraga paling populer di dunia dan permainan mendunia hampir semua negara di Eropa, Amerika selatan, Asia, dan Afrika. Dikenal secara internasional sebagai ”*Soccer*”, olahraga ini seakan telah menjadi bahasa persatuan bagi berbagai bangsa sedunia dengan berbagai latar belakang sejarah dan budaya, sebagai alat pemersatu dunia yang sanggup melampui batas-batas perbedaan politik, etnik dan agama.

Sepakbola telah menyita perhatian masyarakat dunia, Banjirnya

informasi sepakbola yang disajikan oleh media cetak dan elektronik menciptakan antusiasme. Ini terjadi dikalangan lintas usia, gender, dan strata. Fenomena ini mencapai puncaknya pada akhir pekan, jutaan warga dunia melibatkan diri dalam sepak bola. Peran yang diambil pun beragam mulai dari pemain, pelatih, pengurus, fans fanatik dan simpatisan. Bak magnet yang berdaya tarik kuat, sepakbola telah menjadi permainan dunia. Dalam kondisi demikian sepakbola berkembang dari waktu ke waktu. Permainan terus menyebar ke berbagai negara. Turnamen sekelas Piala Dunia dan Piala Eropa selalu di mulai dari separuh peserta menjadi kandidat juara. Top organisasi berbagai Negara terus berlomba membenahi diri untuk menjadi yang terbaik. Semua di lakukan demi kejayaan di sepakbola.

Sepakbola merupakan suatu permainan yang didalamnya terdapat macam-macam teknik yang seharusnya dan wajib di berikan kepada anak usia muda sebagai fondasi, seperti halnya sebuah rumah tanpa adanya fondasi yang kuat maka diusia yang akan lama rumah tersebut pasti akan rapuh dan roboh. Seperti halnya latihan teknik dasar sepak bola, Latihan teknik dasar yang dikemukakan oleh : Kushandoko (2002: 51) seperti :

1. Menggiring (*Dribbling*)
2. Mengumpan *(Passing*)
3. Mengontrol (*Controlling*)
4. Perasaan dengan bola *(Ball feeling*)
5. Lemparan ke dalam *(throw-in*)

Diharapkan semua pelatihan seperti itu di berikan kepada anak usia muda, sehingga mereka dapat melakukan teknik tersebut dengan terampil. Seseorang dikatakan terampil ditandai dengan kemampuannya menghasilkan sesuatu dengan kualitas yang tinggi (cermat dan tepat).

Salah satu teknik dasar dalam sepak bola adalah dribbling atau menggiring bola. Menggiring bola dalam permainan sepakbola sangat penting. Karena apabila pemain sepak bola mempunyai kemampuan menggiring bola yang cepat maka pemain itu dapat melewati musuh dengan baik. Hal ini menjadikan penulis untuk lebih ingin mengetahui hubungan-hubungan gerak yang bagaimana yang berpengaruh pada kemampuan dan keterampilan menggiring bola.

Lebih lanjut pengertian menggiring bola sebagai berikut :

Menggiring identik dengan membawa bola sambil berlari. Menggiring yang baik adalah bila bola selalu dalam penguasaan dan kontrol pemain. Dengan kata lain bola selalu dekat dengan pelaku atau pemain. Caranya, bola bola disentuh berulang-ulang ke depan dengan jarak paling jauh 1 meter. Lalu, pelaku ikut berlari mengejarnya dalam (Kushandoko, 2002: 56)

Banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan menggiring bola diantaranya adalah kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata kaki. Dapat dikatakan seorang pemain mempunyai kecepatan berlari dan kelincahan yang bagus akan dapat dengan mudah menggiring bola melewati lawan dan menerobos pertahanan dan kemudian memasukkan bola ke gawang lawan. Dengan melatih kemampuan berlari dan kelincahan yang itu merupakan modal penting dalam peningkatan ketrampilan menggiring bola maka pelatihan menggiring bola harus di tingkatkan. Penelitian ini nantinya akan menjadi *teester* siswa SMK PGRI 2 Kota Kediri. Dan beberapa alas an peneliti mengambil penelitian tersebut adalah :

1. Supaya sepak bola SMK PGRI 2 Kota Kediri maju
2. Mempunyai sarana dan prasarana yang cukup lengkap.

Berdasarkan hal tersebut, menjadikan sebuah dorongan penulis untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan antara kecepatan, kelincahan, koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa siswa SMK PGRI 2 Kota Kediri tahun ajaran 2014/2015".

II. METODE

1. Jenis analisis Korelasi Product Moment

   Untuk menarik suatu kesimpulan yang tepat, harus melalui suatu analisa.Dan untuk menganalisa di perlukan suatu analisis yang sesuai agar hipotesa yang telah diajukan dapat dibuktikan kebenaranya. Teknik korelasi ini digunakan untuk mencari hubungan dan membuktikan hipotesis hubungan dua variabel (Sugiyono, 2012: 228)

2. Norma keputusan

   Hasil dari penghitungan koefisien korelasi dan

pembahasan uji signifikan, selanjutnya dapat digunakan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan. Kriteria pengujian hipotesis dalam penelitian adalah sebagai berikut :

a. Apabila nilai r hitung lebih besar dari nilai r tabel pada taraf signifikan 1% ataupun 5 %, maka hipotesis alternatif (Ha) diterima dan hipotesis nihil (Ho) ditolak.
b. Apabila nilai r hitung lebih kecil dari nilai r tabel pada taraf signifikan 1% atau 5 %, maka hipotesis alternatif (Ha) ditolak dan hipotesis nihil (Ho) diterima.
c. Apabila hasil dari F hitung lebih besar dari F tabel dengan dk pembilang = k dan dk penyebut = (n – k – 1) pada taraf signifikan 1% ataupun 5 %, maka hipotesis alternatif (Ha) diterima dan hipotesis nihil (Ho) ditolak.
d. Apabila hasil dari F hitung lebih kecil dari F tabel dengan dk pembilang = k dan dk penyebut = (n – k – 1) pada taraf signifikan 1% ataupun 5 %, maka hipotesis alternatif (Ha) ditolak dan hipotesis nihil (Ho) diterima.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Dalam sepak bola sebagian besar gerakan dilakukan oleh tungkai dan kaki. Fungsi dari gerakan lengan dan tangan hanya sebatas menjaga keseimbangan pemain sepak bola pada saat berlari, melakukan gerak tipu terhadap lawan pada saat menggiring bola, berbelok, berputar, dan berhenti mendadak. Karena sebagian besar gerakan yang di sepak bola dilakukan oleh tungkai dan kaki, maka koordinasi yang dilatihkan untuk pemain sepak bola adalah koordinasi yang dapat meningkatkan kombinasi gerakan tungkai dan kaki dengan arah pandangan mata, tetapi tanpa mengabaikan ayunan lengan dan tangan. Kombinasi ayunan lengan dan tangan selain membatu dalam keseimbangan juga mendapat membantu dalam pengharmonisan dan keluwesan gerakan. Dengan demikian sasaran utama pada latihan koordinasi adalah untuk meningkatkan kemampuan penguasaan gerak.

Agar penguasan teknik dalam olahraga tertentu menjadi sebuah kemahiran untuk menampilkan keseluruhan keterampilan gerak dari cabang olahraga tersebut. Tentunya hal itu terjadi secara hierarkis melalui

proses yang panjang dan memerlukan waktu yang cukup lama. Dimulai dari penguasaan teknik dasar secara baik, ditingkatkan dengan menguasai teknik tingkat menengah, dan yang teratas.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dari perhitungan hasil penelitian dapat diambil beberapa

1. Hasil analisis koefisien kolerasi untuk kecepatan sebesar 0,760 dengan nilai sig. 0,01 < 0,05, yang berarti hipotesis diterima. Hal ini menunjukan ada hubungn secara signifikan antara kecepatan, terhadap kemapuan menggiring bola pada permainan sepak bola siswa SMP Pawiatan Daha 2 Kota Kediri Tahun 2013.
2. Hasil analisis koefisien kolerasi untuk kelincahan sebesar 0,679 dengan nilai sig. 0,09 < 0,05, yang berarti hipotesis ditolak. Dengan demikian kelincahan tidak berhubungan secara signifikan dengan kemapuan menggiring bola pada perainan sepak bola siswa SMP Pawiatan Daha 2 Kota Kediri Tahun 2013.
3. Hasil analisis koefisien kolerasi untuk koordinasi matakaki sebesar 0,382 dengan nilai sig. 0,07< 0 ,05, yang berarti hipotesis ditolak. Dengan demikian koordinasi mata kaki berhubungan secara signifikan dengan kemapuan menggiring bola pada perainan sepak bola siswa SMP Pawiatan Daha 2 Kota Kediri Tahun 2013.
4. Hasil analisis kolerasi ganda menggunakan r-hitung sebesar 0,197 dengn nilai sig. 0,07 > 0,05, yang berarti hipotesis ditolak.hal ini menunjukan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepk bola siswa SMK PGRI 2 Kota Kediri Tahun Ajaran 2014/2015.

IV. DAFTAR PUSTAKA

A. Hamidsyah Noer. 1996. *Ilmu Kepelatihan Lanjut*. Surakarta : Universitas Sebelas Maret Surakarta Press

Beltasar Tarigan. 2001. *Pendekatan Keterampilan Taktis dalam Pembelajaran Sepakbola.* Jakarta : Depdiknas. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah. Bekerjasama Dengan Direktorat Jenderal Olahraga.

Bompa, Tudor O. 1999. *Theory and Methodology of Training : The Key To Athletic Performance.* Dubuque, IOWA : Kendall /Hunt.

Depdiknas. 2000. *Pedoman dan Modal Pelatihan Kesehatan Olahraga bagi Pelatih Olahragawan Pelajar*. Jakarta : Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani.

Donald K. Mathews. *Measurement in Physical Education*. Philadelphia & London : W.B. Saunders Company.

Eric C. Batty. 2004. *Latihan Sepak Bola Metode Baru Serangan*. Bandung : Pioner Jaya.

Josef Sneyers. 1990. *Sepak Bola Remaja Petunjuk dan Latihan Bagi Kesebelasan Remaja.* Jakarta : PT. Rusda Jaya Putra.

Joseph A. Luxbacher. 2004. *Sepak Bola*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.

M. Furqon H. 2002. *Pembinaan Olahraga Usia Dini*. PUSLITBANG-OR. Surakarta : UNS Press.

M. Sajoto. 1995. *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang : IKIP Semarang Press.

Mulyono B. 2007. *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani/Olahraga*. Surakarta : UNS Press.

Sudjana. 2002. *Metode Statistika*. Bandung : Tarsito.

Sudjarwo. 1993. *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Surakarta : UNS Press.

Sugiyanto. 1995. *Metodologi Penelitian*. Surakarta : UNS Press.

Suharno HP. 1993. *Ilmu Coaching Umum*. Yogyakarta : IKIP Yogyakarta.

Sukintaka. 2004. *Teori Pendidikan Jasmani*. Bandung : Penerbit Nuansa.

Wayne L. Wescott. 1983. *Strength Fitness Physiological Principle and Training Technique*. Massachusetts : Allyn and Bacon. Inc.

Yoyo Bahagia & Adang Suherman. 1999/2000. *Prinsip-prinsip*

Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga. Jakarta : Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah. Bagain Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.

Yusuf Hadisasmita dan Aip Syarifuddin . 1996. *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Jakarta : Depdikbud. Dirjendikti.