KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KELENTUKAN TERHADAP PRESTASI MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA PUTRA KELAS X SMK MUHAMMADIYAH II KEDIRI TAHUN PELAJARAN 2014/2015

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna

Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)

Pada Jurusan PENJASKESREK

OLEH :

MUHAMMAD IRAWAN

NPM. 11.1.01.09.0321

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)

UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA

UNP KEDIRI

2015

Skripsi Oleh :

MUHAMMAD IRAWAN
NPM. 11.1.01.09.0321

Judul :

KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KELENTUKAN TERHADAP PRESTASI MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA SISWA PUTRA KELAS X SMK MUHAMMADIYAH II KEDIRI

Telah disetujui untuk diajukan Kepada

PanitiaUjian/Sidang Skripsi Jurusan Penjaskesrek

FKIP UNP Kediri

Tanggal : 13 April 2015

Pembembing I	Pembimbing II
Ruruh Andayani Bekti,M.Pd	**Wasis Himawanto, S.Pd, M.Or**
NIDN. 725018205	**NIDN. 07123128103**

Skripsi Oleh :

MUHAMMAD IRAWAN
NPM. 11.1.01.09.0321

Judul :

KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KELENTUKAN TERHADAP PRESTASI MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA SISWA PUTRA KELAS X SMK MUHAMMADIYAH II KEDIRI

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi

Jurusan PENJASKESREK FKIP UNP Kediri

Pada tanggal : 13 April 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 : Ruruh Andayani Bekti, M.Pd _____

Mengetahui
Dekan FKIP

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

KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KELENTUKAN TERHADAP PRESTASI MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA PUTRA KELAS X SMK MUHAMMADIYAH II KEDIRI TAHUN PELAJARAN 2014/2015

Muhammad Irawan
11.1.01.09.0321
FKIP-Program Studi Penjaskesrek
Irawanmoh573@yahoo.co.id
Ruruh Andayani Bekti,M.Pd dan WasisHimawanto, S.Pd, M.Or
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Muhammad Irawan: Kontribusi Kelincahan dan Kelentukan terhadap Prestasi Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola pada Siswa Putra Kelas X SMK Muhammadiyah II Kediri, Skripsi, Penjaskesrek, FKIP UNP Kediri 2015

Kata Kunci: kelincahan, kelentukan, menggiring bola.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana kontribusi kelincahan dan kelentukan terhadap prestasi menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra kelas X SMK Muhammadiyah II Kediri .

Permasalahan penelitian ini adalah (1) Bagaimanakah kontribusi kelincahan terhadap prestasi menggiring bola dalam permainan sepakbola? (2) Apakan kelincahan dan kelentukan dapat mempengaruhi prestasi menggiring bola dalam permainan sepakbola?.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian yang diteliti adalah keleincahan dan kelentukan terhadap prestasi menggiring bola. Teknik pengambilan sampel yang digunakan penulis adalah teknik *random sampling*, karena pengambilan sampel dari anggota populasi secara acak dan berstrata secara proporsional. Sampel yang digunakan yaitu 30 dari 127 siswa SMK Muhammadiyah II Kediri. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis statistik meliputi analisis korelasi yang menghasilkan nilai sebesar 56.45. Hasil perbandingan nilai statistik uji r_{hitung} dengan nilai r_{tabel} menunjukan bahwa nilai r_{hitung} = 56.45 berada disebelah kanan nilai r_{tabel} =0.381 (r_{hitung} lebih besar dari r_{tabel}).

Kesimpulan hasil penelitian ini adalah bahwa adanya kontribusi kelincahan dan kelentukan terhadap prestasi menggiring bola pada siswa putra SMK Muhammadiyah II Kediri, adanya kontribusi kelincahan terhadap prestasi menggiring bola dan adanya kontribusi kelentukan terhadap prestasi menggiring bola.

Berdasarkan simpulan hasil penelitian ini, direkomendasikan : 1). Diharapkan kepada peneliti berikutnya untuk melakukan penelitian serupa guna mengecek hasil kebenaran penelitian ini. 2). Walaupun Shuttle-run dan Sit and Reach bukan merupakan satu –satunya dari jenis latihan terhadap prestasi menggiring bola olah raga sepak bola namun hal ini perlu mendapat perhatian dari pembina olah raga dan pelatih sepak bola. 3). Dalam melaksanakan program olahraga maka pelatih atau guru olahraga memperhatikan unsur – unsur gerak fisik para siswa / atlet.

Kata Kunci: kelincahan, kelentukan, menggiring bola.

I. LATAR BELAKANG

Penemuan mesin-mesin dan alat-alat moderen memang suatu keuntungan bagi manusia, tetapi hal ini ternyata dapat menimbulkan masalah baru bagi sebagian orang, seperti yang telah diketahui bahwa didalam kehidupan sehari-hari manusia sangatlah memerlukan gerak, lebih-lebih untuk menjaga serta memelihara keseimbanghan tubuhnya. Karena banyaknya pekerjaan manusia yang telah digantikan oleh mesin maka aktifitas gerak yang dibutuhkan manusia cenderung berkurang, karena hal tersebut kemudian muncul masalah atau persoalan-persoalan baru utamanya yang berhubungan dengan kesehatan dan kebugaran jasmani, Kepala Pusat Kesegaran Jasmani dan Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan menyatakan bahwa : Latar belakang terjadinya gangguan kesehatan adalah kurangnya gerak

yang menyebabkan kurang lancarnya darah dalam tubuh, sehingga penyaluran unsur-unsur yang diperlukan tubuh kurang lancar. Tap. MPR. No. IV /MPR/1999 tentang GBHN menjelaskan : Menumbuhkan adanya olahraga guna meningkatkan kualitas manusia Indonesia sehingga memiliki tingkat kesehatan dan kebugaran yang cukup, yang harus dimulai sejak usia dini melalui pendidikan olahraga di sekolah dan di masyarakat (Tap. MPR No. IV/ MPR/1999).

Berdasarkan pernyataan diatas, maka dapat dimengerti begitu pentingnya olahraga pada masa sekarang. Sepakbola salah satunya,sebagai cabang olahraga yang sangat populer hampir disetiap Negara sangatlah menarik setiap orang mampu melakukan permainan ini sesuai dengan teknik bermain dan juga peraturan permainan yang ada. Disamping itu sepakbola merupakan jenis olahraga fisik yang secara menyeluruh melibatkan seluruh anggota badan serta kemampuan intelektual atau dapat dikatakan sepakbola adalah bentuk permainan yang memadukan antara seni dan ketrampilan gerak sehingga tercipta suatu permainan yang menarik, bahwa mereka yang mengamati pun akan terhanyut atau terbawa oleh irama permainan yang mengasikan. Kemampuan dan penguasaan teknik menggiring bola memang sangat menunjang prestasi dalam permainan sepakbola. Masalahnya adalah untuk dapat menguasai salah satu teknik seperti teknik menggiring bola sangat

diperlukan sekali unsur kondisi fisik yang baik. Dengan memperhatikan uraian di atas, maka kaitanya dengan penelitian ini penulis mengadakan penelitian di bidang olahraga terutama yang berhubungan dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola sehingga penulis mengambil judul "**Kontribusi Kelincahan Dan Kelentukan Terhadap Prestasi Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Putra Kelas X SMK MUHAMMADIYAH II Kediri Tahun Pelajaran 2014/2015"**

II. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Teknik penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dengan alasan bahwa data yang diperoleh melalui tes dan pengukuran berwujud angka-angka. Teknik pengambilan sampel yang digunakan penulis adalah teknik *random sampling*, karena pengambilan sampel dari anggota populasi secara acak dan berstrata secara proporsional. Sampel yang digunakan yaitu 30 dari 127 siswa SMK Muhammadiyah II Kediri. Instrumen penelitian ini berupa test. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis statistik.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis korelasi yang menghasilkan nilai sebesar 56.45. Hasil perbandingan nilai statistik uji r_{hitung} dengan nilai r_{tabel} menunjukan bahwa nilai r_{hitung} = 56.45 berada disebelah kanan nilai r_{tabel} =0.381 (r_{hitung} lebih besar dari r_{tabel}). Kesimpulan hasil penelitian ini adalah bahwa adanya kontribusi kelincahan dan kelentukan terhadap prestasi menggiring bola pada siswa putra SMK Muhammadiyah II Kediri, adanya kontribusi kelincahan terhadap prestasi menggiring bola dan adanya kontribusi kelentukan terhadap prestasi menggiring bola.

IV. DAFTAR PUSTAKA

A Baley James ,1986. *Pedoman atletik teknik peningkatan ketangkasan dan stamina*. Semarang : Dahara Prez.

Bambang Soekarno. 1999. *Pokok-pokok Statistika untuk Inferensial*

Iwan Setiawan, 2005. *Manusia dan Olahraga.* Bandung. ITB

Nurhasan , 1986. *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani,*

Prinsip prinsip dan Penerapannya. Jakarta : Direktorat Jendral Olahraga.

Poerwodarminto, 1986. *Buku Kamus Bahasa Indonesia*. Jakarta : Balai Pustaka.

Slamet Rifa'I , 1984. *Mengenal Permainan Sepakbola*.

Soekatamsi. 1987. *Teknik Dasar Bermain Sepak Bola*. Surakarta: Tiga Serangkai.

Sugiono, 2007. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung:

Suharsimi Arikunto, 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta

Wisnu Hadi, 2011. *Skripsi Hubungan antara Kelincahan dan Kelentukan Dengan Kecepatan Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola* Kediri