HUBUNGAN KETERAMPILAN MOTOR FITNES DENGAN HASIL MENENDANG BOLA KE ARAH GAWANG PADA SISWA SEKOLAH SEPAK BOLA (SSB) SIDAYU GRESIK TAHUN 2016

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna
Memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Pada Jurusan Penjaskesrek

Oleh :

FAIZIN
NPM : 10.1.01.09.2041

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
2016

SKRIPSI

ATAS NAMA :

FAIZIN

NPM : 10.1.01.09.2041

DENGAN JUDUL :

HUBUNGAN KETERAMPILAN MOTOR FITNES DENGAN HASIL MENENDANG BOLA KE ARAH GAWANG PADA SISWA SEKOLAH SEPAK BOLA (SSB) SIDAYU GRESIK TAHUN 2016

Telah disetujui untuk diajukan
Panitia Ujian/Sidang Skripsi Jurusan Penjaskesrek
FKIP UNP Kediri

Tanggal _____

Pembimbing I	Pembimbing II
Drs. Sugito, M.Pd	**Budiman Agung P, M.Pd**
NIDN. 0004086001	NIDN. 0706078801

ii

SKRIPSI

ATAS NAMA :

FAIZIN

NPM : 10.1.01.09.2041

DENGAN JUDUL :

HUBUNGAN KETERAMPILAN MOTOR FITNES DENGAN HASIL MENENDANG BOLA KE ARAH GAWANG PADA SISWA SEKOLAH SEPAK BOLA (SSB) SIDAYU GRESIK TAHUN 2016

Telah dipertahankan di depan Panitia Penguji
Jurusan Penjaskesrek FKIP UNP Kediri
pada tanggal _____

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan.

Panitia Penguji :

1. Ketua : Drs. Sugito, M.Pd
2. Penguji I : Drs. Slamet Junaidi, M.Pd.I
3. Penguji II : Budiman Agung P. M.Pd.

Mengesahkan :
Dekan FKIP

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

ABSTRAK

Faizin. *Hubungan Keterampilan Motor Fitnes Dengan Hasil Menendang Bola Ke Arah Gawang Pada Siswa Sekolah Sepak Bola (SSB) Sidayu Gresik Tahun 2016*. **Skripsi. Universitas Nusantara PGRI (UNP-Kediri)**. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Jurusan/Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi. 2016.

Kata Kunci : Keterampilan motor fitnes dengan hasil menendang bola ke arah gawang

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui : 1) Apakah ada hubungan antara kecepatan dengan hasil menendang bola ke arah gawang, 2) Apakah ada hubungan antara daya ledak dengan hasil menendang bola ke arah gawang, dan 3) Apakah ada hubungan antara kelincahan dengan hasil menendang bola ke arah gawang, dan 4) Apakah ada hubungan antara ketiga keterampilan motorik tersebut dengan hasil menendang bola ke arah gawang, 5) Seberapa besar sumbangan yang diberikan aspek-aspek keterampilan motorik terhadap hasil menendang bola ke arah gawang.

Metode penelitian menggunakan survei dengan teknik tes. Hipotesis penelitian adalah : 1) Ada hubungan antara kecepatan lari dengan hasil menendang bola ke arah gawang, 2) Ada hubungan antara daya ledak dengan hasil menendang bola ke arah gawang, 3) Ada hubungan antara kelincahan dengan hasil menendang bola ke arah gawang, 4) Ada hubungan antara ketiga keterampilan motorik tersebut dengan hasil menendang bola ke arah gawang, 5) Ketiga keterampilan motorik tersebut memberikan sumbangan yang cukup besar terhadap hasil menendang bola ke arah gawang. Variabel penelitian meliputi variabel bebas (prediktor) terdiri dari 1) Kecepatan (X_1), 2) Daya ledak (X_2), 3) Kelincahan (X_3), dan variabel terikat (kriterium) atau Y adalah Hasil menendang bola ke arah gawang. Populasi penelitian sebanyak 30 orang, dengan menggunakan teknik total sampling diperoleh sampel sebanyak 30 orang. Data kemampuan penelitian diolah menggunakan teknik regresi tunggal dan regresi ganda menggunakan program SPSS versi 11, menggunakan taraf signifikansi 5 %.

Hasil analisis data penelitian dengan uji F untuk rX_1-Y = 42,727 atau signifikansi 0,000; uji F untuk rX_2-Y = 91,854 atau signifikansi 0,000 ; uji F untuk rX_3-Y = 58,005 atau signifikansi 0,000; dan rX_{123}-Y = 29,405 atau signifikansi 0,000. Berdasar kemampuan uji F tersebut dapat disimpulkan 1) Ada hubungan antara kecepatan dengan hasil menendang bola ke arah gawang, 2) Ada hubungan antara daya ledak dengan hasil menendang bola ke arah gawang, 3) Ada hubungan antara kelincahan dengan hasil menendang bola ke arah gawang dan 4) Ada hubungan antara kecepatan, daya ledak, dan kelincahan dengan hasil menendang bola ke arah gawang.

Berdasar pada simpulan kemampuan penelitian ini, disarankan kepada para pelatih sepakbola SSB Sidayu, bahwa dalam pelatihan menendang bola ke arah gawang aspek kecepatan, daya ledak, dan kelincahan, dapat dijadikan sebagai materi pendukung didalam penyusunan program pelatihan pada siswa SSB Sidayu, agar proses pelatihan menendang bola ke arah gawang yang dilakukan dapat berhasil guna dan berdaya guna.

I. LATAR BELAKANG

Olahraga telah menjadi gejala sosial yang telah tersebar di seluruh dunia. Olahraga telah menjadi sarana rekreasi, pendidikan, prestasi, dan kesehatan. Olahraga sebagai sarana rekreasi yaitu olaraga yang dilakukan hanya untuk mengisi waktu luang atau senggang, dan dilakukan dengan penuh kegembiraan. Jadi segalanya dilakukan dengan santai dan tidak formal, baik itu tempat, sarana, maupun peraturannya.

Sedangkan kegiatan olahraga untuk tujuan pendidikan seperti anak-anak sekolah yang diasuh oleh guru pendidikan jasmani. Kegiatan olahraga yang dilakukan adalah bersifat formal, dan tujuannya sangat jelas guna memenuhi sasaran pendidikan nasional melalui kegiatan olahraga yang telah disusun melalui kurikulum tertentu dan disampaikan dengan Tujuan Instruksional Umum (TIU) dan Tujuan Instruksioal Khusus (TIK) yang jelas.

Olahraga juga dilakukan untuk tujuan mencapai tingkat kesegaran jasmani tertentu. Dalam hal ini mulai dari berbagai bidang ilmu pengetahuan yang ada kaitannya dengan manusia, seperti pengetahuan kedokteran, sosial, ekonomi, lingkungan hidup dan lain-lain, diperhitungkan dan diperhatikan, dikerjakan dengan formal, baik program, sarana maupun fasilitasnya di bawah asuhan tenaga-tenaga profesional. Yang terakhir adalah kegiatan olahraga yang peruntukkan mencapai sasaran suatu prestasi tertentu. Di dalam hal ini ilmu pengetahuan yang terkait mengenai manusia sebagai objek yang akan diolah prestasinya agar lebih baik, ditinjau secara lebih mendalam dan lebih terinci lagi (M. Sajoto, 1990: 10).

Olahraga dapat digunakan dan diarahkan untuk multi tujuan, sehingga pengertian yang tegas mengenai olahraga belum ada kesatuan yang serasi, oleh karena itu olahraga merupakan gerak manusia yang kompleks. Seiring dengan majunya ilmu pengetahuan dan teknologi, setiap negara di dunia termasuk di Indonesia menghadapi tantangan untuk meningkatkan dan memelihara kesegaran jasmani warga negaranya. Bila kesegaran jasmani di Indonesia sudah baik, maka prestasi olahraga disemua cabang olahraga tentunya akan lebih baik, termasuk cabang permainan sepak bola.

Sepak bola adalah permainan beregu yang dimainkan masing-masing oleh sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang. Berbeda dengan permainan bola *volley* atau bola basket dimana pemain selalu menggunakan kedua tangan pada waktu bermain, maka sepak bola hampir seluruhnya menggunakan kemahiran kaki, kecuali penjaga gawang yang bebas menggunakan anggota badan manapun.

Lapangan yang rata berbentuk segi empat panjang diperlukan untuk bermain dimana lebar dan panjang lapangan kurang lebih berbanding tiga dan dan empat. Sebuah bola dari kulit dibutuhkan pula oleh kedua regu untuk main bersama sedangkan permainnn dipimpin oleh seorang wasit, dan dibantu oleh dua orang pengawas garis.

Tujuan daripada masing-masing regu ialah hendak memasukkan bola ke gawang sebanyak mungkin dengan pengertian pula berusaha sekuat tenaga agar gawangnya terhindar dari kebobolan penyerang lawan. Permainan dilakukan dalam dua babak, sedang diantara dua babak itu diberi waktu istirahat. Disamping itu pada babak kedua diadakan pertukaran tempat. Mengenai kelengkapan pemain dengan menggunakan sepatu bola serta kostum yang berbeda warna antara kedua regu, demikian pula untuk masing-masing penjaga gawang menggunakan kostum yang khusus dan berbeda dengan para pemain. Namun secara sederhana dapat pula dimainkan tanpa sepatu (kaki ayam) dan tidak pula mengurangi gairah kegembiraan pemainya.

Demikianlah kalau sepak bola itu tersebar luas mulai dari kanak-kanak hingga orang dewasa, penggemarnya mulai dari pelosok desa sampai kalangan mahasiswa di perguruan tinggi. Bahkan sekarang sepak bola digemari dan dimainkan oleh kaum wanita. Dalam memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat, sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang diprioritaskan untuk dibina. Maka untuk meningkatkan dan mencapai prestasi, alangkah baiknya jika semenjak anak-anak telah mendapatkan pendidikan olahraga dan khususnya olahraga sepak bola secara benar, teratur dan terarah. Sehingga akan dapat menciptakan pemain-pemain yang potensial dan bisa membawa nama harum bangsa.

Bicara sepak bola prestasi, maka akan banyak sekali yang akan dikupas dan dibicarakan, yang pasti sulit sekali sekarang ini untuk memastikan negara mana yang terkuat dan terbaik dalam sepak bola . Di bandingkan dengan benua-benua lainnya, negara-negara Eropa selangkah lebih maju dalam hal pembinaan dan sistem kompetisi yang maju dibandingkan dengan negara-negara dari benua Amerika, Afrika dan Asia.

Permainan sepak bola modern menurut riwayat perkembangan sepak bola dimulai dari perkunpulan-perkumpulan sekolah dan universitas. Pada tahun 1846 oleh *Cambridge University* dibuatlah peraturan sepak bola terdiri dari 11 pasal. Peraturan ini dapat diterima oleh sekolah-sekolah dan universitas, terkenal dengan nama "*Cambridge Rules of* Footboll," yang kemudian dikenal dengan nama permainan "*Rugby.*"

Di luar sekolah dan universitas sepak bola tumbuh dengan pesat tetapi tidak mau

menggunakan yang sudah ada. Pada tanggal 28 Oktober 1863 oleh perkumpulan-perkumpulan si luar sekolah dan universitas didirikan sebuah badan yang disebut "*The Footboll Association*," Pada tanggal 8 Desember 1863 lahirlah peraturan permainan sepak bola modern yang disusun oleh badan tersebut, yang dalam perkembangannya mengalami perubahan.

Pada tanggal 21 Mei 1904 berdirilah federasi sepak bola sengan nama *Feseration Internationale de Football Assosiation* (FIFA) atas inisiatif Guerin dari Perancis. Pada waktu FIFA berdiri baru beranggotakan tujuh anggota, yaitu Spanyol, Perancis, Belgia, Belanda, Swiss, Denmark dan Swedia.

Pertandingan-pertandingan sepak bola internasional yang diselenggara-kan oleh FIFA ada dua macam, yaitu : 1) Pertandingan sepak bola Olympiade, yang termasuk dalam acara Olympiade dengan ketentuan peserta adalah pemain amatir. Pertandingan sepak bola dalam Olympiade pertama kali diadakan pada tahun 1908 di London; 2) Pertandingan sepak bola piala dunia, dengan ketentuan tidak terbatas pada pemain amatir saja tetapi pemain profesional dapat turut serta. Atas inisiatif Jules Rimet pada tahun 1929 (waktu itu ketua FIFA) untuk mengadakan kejuaraan dunia, tetapi baru tahun 1930 kejuaraan piala dunia dapat diselenggarakan di Montevideo (Uruguai). Karena jasa-jasa Jules Rimet, maka mulai tahun 1946 piala dunia itu disebut Jules Rimet Cup. Kejuaraan ini diadakan tiap empat tahun sekali. Mulai dari tahun 1970 piala itu, menjadi milik Brazillia setelah negara itu berhasil menjuarai kejuaraan itu sampai ketiga kalinya (Arma Abduellah, 1981; 411).

Permainan sepak bola modern berkembang di Indonesia di mulai dari sejak zaman penjajahan Belanda. Sedangkan perkumpulan sepak bola yang didirikan oleh bangsa Indonesia disekitar tahun 1920-1930, dimana saat itu timbul semangat perjuangan untuk mencapai kemersekaan Indonesia dengan mendirikan organisasi-organisasi kebangsaan. Usaha untuk mendirikan organisasi sepak bola itu dapat terwujud pada tanggal 19 April 1930 dalam konferensi bond-bond sepak bola dari tujuh bonden, ialah : 1) *Vortbal Bond Indonesische Jacarta* (VBIJ) sekarang PERSIJA; 2) *Bandoengsche Indonesis-che Voetbal Bond* (BIVB) sekarang PERSIB; 3) Perserikatan Sepak bola Mataram (PSM) Yogyakarta, sekarang PSIM; 4) *Vorstenlandsche Voetbal Bond* (VVB) Surakarta sekarang PERSIS; 5) Persatuan Perkumpulan Sepak bola Magelang (PPSM); 6) *MadioenscheVoetbal Bond* (MVB) Madiun, setelah merseka tidak muncul; 7) *Soerabajasche Indonesische Voetbal Bond* (SIVB) sekarang PESEBAYA (Arma Abdoellah, 1981; 412).

Ketujuh Bond tersebut sepakat untuk membentuk suatu organisasi persepakbolaan nasional yang konferensi pertama kalinya di

Sosifet Proyo Yogyakarta tanggal 19 April 1930. Pada tanggal itu juga lahirlah induk organisasi olahraga nasional yang pertama di Indonesia yang bernama PSSI "Persatuan Sepak bola Seluruh Indonesia" dengan ketua pertama Ir. Soeratin Sosrosoegondo (A. Sarumpaet, dkk. 1991; 3).

Persepak bolaan Indonesia saat ini sudah mengalami perbaikan, walaupun masih saja tertinggal dengan negara Asia Tenggara lainnya. Sebut saja Thailand dan Vietnam sebagai penguasa Sepak bola Asia Tenggara. Hal yang menandai bangkitnya sepak bola di Indonesia yaitu adanya pembibitan atau pembinaan usia belia dimana pemain muda tersebut dilatih dalam suatu kepelatihan yang sekarang di kenal dengan nama LPSB (Lembaga Pendidikan Sepak bola), ditambah lagi dengan adanya kompetisi dibawah senior yaitu U-12 tahun (Liga Milo), U-15 tahun (Bogasari), U-18 tahun (Piala Suratin), sehingga menambah minat dan motivasi para pemain belia untuk mengembangkan bakatnya. Dijejang senior adanya Kompetisi Divisi Utama Liga Indonesia yang merupakan gabungan antara kompetisi perserikatan dan kompetisi galatama, selain liga utama ada juga kompetisi Divisi I Nasional dan Divisi II Nasional.

Salah satu faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya prestasi seorang pemain sepak bola adalah penguasaan teknik dasar permainan sepak bola yang baik dan benar. Teknik dasar yaitu semua kegiatan yang mendasar, sehingga dengan modal teknik dasar yang baik seorang pemain sepak bola akan dapat bermain dengan baik di segala posisinya (A. Sarumpaet, dkk. 1992; 17). Seorang pemain sepak bola yang tidak menguasai teknik dasar dan keterampilan bermain sepak bola tidak akan bisa menjadi pemain yang baik. Pemain sepak bola yang baik harus memenuhi syarat, baik sebagai individu maupun sebagai tim kesebelasan, artinya sebagai individu ialah ia harus memiliki kemampuan fisik dan teknik yang sempurna, sedangkan sebagai anggota kesebelasan dengan kemampuannya ia harus dapat bekerja sama dengan pemain lain membentuk suatu tim yang tangguh.

Menurut M. Sajoto (1992: 2) untuk mendapatkan prestasi yang optimal khususnya sepak bola, perlu memperhatikan faktor-faktor penentu prestasi itu sendiri. Faktor-faktor itu diantaranya : (1) Faktor biologis, (2) psikologis, (3) lingkungan, (4) faktor penunjang. Sedangkan menurut Sukatamsi (1988:11) untuk meningkatkan dan mencapai prestasi yang tinggi dalam sepak bola seorang pemain sepak bola harus memiliki empat kelengkapan pokok, yaitu : 1) Pembinaan teknik (keterampilan), 2) Pembinaan fisik (kesegaran jasmani), 3) Pembinaan taktik (mental, daya ingat dan kecerdasan), 4) Kematangan juara. Pengembangan ke empat aspek tersebut

merupakan suatu mata rantai yang tidak dapat dipisahkan satu dengan yang lain, sehingga diperlukan keseimbangan antara aspek dan sub aspek masing-masing komponen.

Walaupun demikian dari keempat aspek tersebut yang paling mendasar dan harus dikuasai oleh seorang pemain sepak bola adalah teknik dasar keterampilan bermain, seperti menendang bola, menggiring bola, menghentikan bola, menyundul bola, menangkap bola (bagi seorang penjaga gawang). Adapun teknik dasar bermain sepak bola yang perlu dikuasai oleh para pemain menurut A. Sarumpaet, dkk. (1992; 17) adalah : a) Menendang bola, b) Menggiring bola, c) Menahan dan menghentikan bola, d) Menyundul bola, e) Melempar bola, f) Merampas dan merebut bola.

Salah satu aspek yang paling penting dalam sepak bola adalah menendang bola. Menendang bola merupakan suatu usaha untuk memindah-kan bola dari satu tempat ke tempat lain dengan menggunakan kaki atau bagian kaki (A. Sarumpaet, dkk. 1992; 20). Untuk dapat menendang bola dengan baik, pemain harus memperhatikan beberapa prinsip dasar menendang bola, antara lain: 1) Letak kaki tumpu, 2) Kaki yang menendang, 3) Bagian bola yang ditendang, 4) Sikap badan, dan 5) Pandangan mata (Sukatamsi, 1984; 45). Pada dasarnya tendangan dalam permainan sepak bola ada dua macam, yaitu tendangan lambung / jauh dan tendangan menyusur tanah / *ground pass*.

Mencermati pelaksanaan menendang bola di dalam permainan sepak bola, dibutuhkan kemampuan fisik atau kesegaran fisik (*physical fitness*) yang baik agar dapat bermain secara optimal. Unsur-unsur kemampuan fisik secara umum meliputi aspek-aspek : a) Kecepatan, b) Kekuatan, c) Daya ledak, d) Kelincahan, e) Kelenturan. Unsur-unsur kemampuan fisik tersebut biasanya dikembangkan dalam latihan sebelum melakukan latihan teknik secara khusus, sedangkan unsur-unsur teknik secara khusus dalam sepak bola terdiri dari cara lari dan merubah arah, cara melompat dan gerak tipu badan tanpa bola (Arma Abdoellah, 1981; 416).

Kecepatan adalah kemampuan seseorang dalam melakukan gerakan berkesinambungan, dalam bentuk yang sama dan waktu yang sesingkat-singkatnya, seperti kecepatan lari, kecepatan bereaksi dan kecepatan bergerak (M. Sajoto, 1988; 58). Dengan demikian kecepatan maksimal dalam kaitannya dengan penelitian ini adalah kemampuan gerak kaki yang secepat-cepatnya dalam waktu yang singkat sehingga akan memberikan kekuatan *explosive* yang sangat berguna untuk meningkatkan hasil tendangan ke arah gawang.

Daya ledak atau *power* adalah kemampuan seseorang untuk melakukan

kekuatan maksimum, dengan usahanya yang dikerahkan dalam waktu yang sesingkat-singkatnya (M. Sajoto, 1988; 58). Adapun maksud daya ledak dalam penelitian ini adalah kemampuan untuk menggunakan tenaga maksimal dalam waktu relatif singkat bagian kaki pada saat menendang bola.

Kelincahan adalah kemampuan seseorang dalam merubah arah, dalam posisi-posisi di arena tertentu. Seseorang yang mampu merubah satu posisi ke suatu posisi yang berbeda, dengan kecepatan tinggi dan koordinasi gerak yang baik, berarti kelincahannya cukup tinggi (M. Sajoto, 1988; 58).

Pada penelitian ini peneliti ingin meneliti tentang hubungan keterampilan motorik dengan hasil tendangan kura-kura penuh ke arah gawang. Keterampilan motorik yang dimaksud peneliti di sini adalah *motor fitness* yang meliputi kecepatan, kelincahan dan daya ledak (*power*), sedang-kan bagian kaki yang digunakan untuk menendang bola kearah gawang adalah bagian kaki kura-kura penuh, adapun alasan yang mendasari pelaksanaan penelitian ini adalah Kecepatan merupakan faktor penting untuk mencapai prestasi dalam sepak bola, khususnya kecepatan gerak awalan yang diubah menjadi daya mendorong pada ayunan kaki saat menendang kearah gawang (*shooting*). Daya ledak sangat penting untuk menunjang prestasi dalam sepak bola, sebab daya ledak sangat dibutuhkan untuk menghasilkan tendangan yang keras dan akurat. Jadi sangat menunjang untuk keberhasilan menendang bola ke arah gawang. Kelincahan memiliki peran yang sangat besar untuk membantu kemudahan dalam melakukan gerak langkah kaki saat mengambil awalan dalam melakukan tendangan bola ke arah gawang.

II. METODE

A. Identifikasi Variabel

Sutrisno Hadi mendefinisikan variabel sebagai gejala yang bervariasi. Gejala adalah objek penelitian, sehingga variabel adalah objek penelitian yang bervariasi. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

1. Variabel bebas meliputi keterampilan motorik, yang terdiri dari : 1) kecepatan; 2) daya ledak; 3) kelincahan.
2. Variabel terikat adalah : hasil tendangan ke gawang.

B. Pendekatan Penelitian

Berdasar pada konsep yang tercantum pada definisi operasional variabel, maka dilakukan pembagian variabel (peubah) yang menjadi pusat perhatian pelaksanaan penelitian.

C. Teknik Penelitian

suatu penelitian sebagian tergantung kepada teknik-teknik pengambilan data. Pengumpulan data dalam suatu penelitian ilmiah bermaksud memperoleh bahan-bahan yang relevanakurat dan reliabel. Untuk memperoleh yang dimaksud itu, suatu penelitian harus menggunakan teknik-teknik, alat-alat, prosedur-prosedur serta kegiatan-kegiatan yang dapat dipertanggungjawabkan serta dapat diandalkan.

Teknik penelitian yang digunakan adalah desain korelasional *(Correlational Design)*.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

A. Hasil

1. Diskripsi Data Penelitian

Data dari hasil tes dan pengukuran yaitu tes dan pengukuran kecepatan, dengan satuan waktu (detik), daya ledak dengan satuan meter, kelincahan dengan satuan waktu, serta hasil menendang ke arah gawang dengan satuan angka. Karena masing-masing variabel penelitian memiliki satuan yang berbeda, maka untuk pengolahan data terlebih dulu diubah menjadi skor T dengan jalan nilai hasil dikurangi rata-rata per standar deviasi kali 10 ditambah 50. Untuk waktu karena satuan waktu yang lebih cepat lebih baik, maka pengolahan skor T dengan jalan nilai hasil dikurangi rata-rata per standar deviasi kali -10 ditambah 50.

2. Analisis Data

Agar memenuhi persyaratan analisis dalam menguji hipotesis penelitian, akan dilakukan beberapa langkah uji persyaratan, meliputi : uji normalitas distribusi data, uji homogenitas varians data, uji linieritas dan uji keberartian model garis regresi.

3. Pengujian Hipotesis

Uji hipotesis penelitian yang mengkaji hubungan antara kecepatan, daya ledak, dan kelincahan dengan hasil menendang bola ke arah gawang dilakukan dengan analisis hubungan menggunakan teknik regresi tunggal dan regresi ganda. Perhitungan statistik dilakukan dengan menggunakan bantuan program ***SPSS versi 11.***

Merujuk pada hasil perhitungan dan analisis data penelitian, terlihat ada hubungan yang berarti antara kecepatan, daya ledak, dan kelincahan dengan menendang bola ke arah gawang menunjukkan adanya hubungan yang positif dan berarti pada siswa Sekolah Sepak Bola (SSB) Sidayu Gresik tahun 2015.

B. Kesimpulan

Berdasar pada hasil pengolahan data penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Ada hubungan yang signifikan antara kecepatan dengan hasil menendang bola ke arah gawang pada siswa Sekolah Sepak Bola (SSB) Sidayu Gresik tahun 2015.
2. Ada hubungan yang signifikan antara daya ledak dengan hasil menendang bola ke arah gawang pada siswa Sekolah Sepak Bola (SSB) Sidayu Gresik tahun 2015.
3. Ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan hasil menendang bola ke arah gawang pada siswa Sekolah Sepak Bola (SSB) Sidayu Gresik tahun 2015.
4. Ada hubungan yang signifikan antara kecepatan, daya ledak, dan kelincahan dengan hasil menendang bola ke arah gawang pada siswa Sekolah Sepak Bola (SSB) Sidayu Gresik tahun 2015.
5. Besarnya sumbangan yang dihasilkan kecepatan, daya ledak, dan kelincahan dengan hasil menendang bola ke arah gawang pada siswa Sekolah Sepak Bola (SSB) Sidayu Gresik tahun 2015 sebesar 77,20%.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Aang Witarsa. 1984. ***Teknik Sepak Bola***. Pusdiklat PSSI : Jakarta.

Arikunto Suharsimi. 1997. ***Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik***. PT Rineka Cipta : Jakarta.

. 2002. ***Prosedur Penelitian.*** Rineka Cipta, Jakarta.

A. Sarumpaet. Dkk. 1991. ***Permainan Besar.*** Depdikbud, Jakarta.

Budi Nurokhman, 2002. ***(Hubungan Kekuatan Otot Lengan, Power Otot Tungkai Dan Kelincahan Terhadap Hasil Pukulan Smash Dalam Permainan Bulu Tangkis)*** SKRIPSI UNNES, Semarang.

Bambang Priyono. 2002. ***Hubungan Kekuatan Otot Perut, Daya Ledak Otot Lengan, dan Daya Ledak Otot Panggul, terhadap*** *Neck Kip*. Tesis. Universitas Negeri Semarang.

Dumadi. 1990. ***Dasar-dasar Penelitian***, Semarang, FPOK IKIP Semarang.

Engkos Kosasih. 1994. Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Erlangga : Jakarta.

Gill Harvey. 2003. *Passing and Shooting*, (Alih Bahasa : Tim GMS), PT Gapuramitra Sejati

Harsono. 1988. Coaching dan Aspek Psikologi dalam Coaching. Dirjen Dikti : Jakarta.

M. Sajoto. 1988. ***Peningkatan dan Pembinaan Kondisi Fisik***. Semarang : IKIP Semarang

. 1988. ***Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga.*** Depdikbud, Semarang.

Narbuko Cholid. Ahmadi Abu, 2002. ***Metodologi Penelitian.*** Bumi Aksara, Jakarta.

Oktia Woro KH. 1981. ***Praktikum Pendidikan Jasmani***. FPOK IKIP Semarang : Semarang

Peace. C. Evelyn. 1987. ***Anatomi dan Fisiologi Untuk Para Medis***. Gramedia : Jakarta.

Radioputro. 1973. ***Kinesiologi dan Body Mechanies***. Dirjen Pemuda dan Olahraga Depdikbud : Jakarta

Sudjana. 1992. ***Metode Statistik***. Bandung : Tarsito

Sukatamsi. 1984. ***Bahan Mengajar dan Melatih Sepak Bola*** : Semarang.

Sukintaka. 1982. ***Permainan dan Metodik***. Depdikbud : Jakarta.

Sutrisno Hadi. 1987. ***Statistik.*** Andi Offset, Yogyakarta.