HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN DAN KECEPATAN DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA PUTRA KELAS XI MAN 3 KEDIRI TAHUN PELAJARAN 2015-2016

ARTIKEL SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S-1) Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nusantara PGRI Kediri

Oleh:
BENY SUNU PRASETYO
NPM: 11.1.01.09.0099

JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
2016

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh :

BENY SUNU PRASETYO
NPM: 11.1.01.09.0099

Judul :

HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN DAN KECEPATAN DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA PUTRA KELAS XI MAN 3 KEDIRI TAHUN PELAJARAN 2015-2016

Telah disetujui untuk diajukan Kepada

Panitia Ujian/Sidang Sripsi Jurusan Penjaskesrek

FKIP UNP Kediri

Tanggal : 20 Mei 2016

Pembimbing I,	Pembimbing II,
Ruruh Andayani Bekti, M.Pd.	**Drs Sugito, M.Pd.**
NIDN. 0725018205	**NIDN. 0004086001**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh:

BENY SUNU PRASETYO
NPM: 11.1.01.09.0099

Judul :

HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN DAN KECEPATAN DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA PUTRA KELAS XI MAN 3 KEDIRI TAHUN PELAJARAN 2015-2016

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Jurusan Penjaskesrek FKIP UNP Kediri
Pada tanggal: 8 Agustus 2016

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji:

1. Ketua : Ruruh Andayani Bekti, M.Pd.
2. Penguji I : Nur Ahmad Muharram, M.Or.
3. Penguji II : Drs. Sugito, M.Pd.

Mengetahui:
Dekan FKIP.,

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

HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN DAN KECEPATAN DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA PUTRA KELAS XI MAN 3 KEDIRI TAHUN PELAJARAN 2015-2016

BENY SUNU PRASETYO
NPM: 11.1.01.09.0099

FKIP – Penjaskesrek
Dosen Pembimbing I : Ruruh Andayani Bekti, M.Pd.
Dosen Pembimbing II : Drs. Sugito, M.Pd.
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Latar Belakang Masalah: Permainan sepak bola sudah sangat populer dan memasyarakat di Indonesia. Permainan sepak bola sering dipertandingkan baik tingkat daerah, nasional maupun internasional. Ditinjau dari segi kualitas maupun kuantitasnya, memang belum begitu menggembirakan, sebab laju perkembangan sepak bola di Indonesia ditinjau dari prestasinya, masih kalah jauh dibanding dengan negara-negara di Eropa, dan bahkan dengan negara Asia lainnya. Untuk itu dalam usaha mengatasi dan meningkatkan prestasi sepak bola harus menggunakan metode yang bersifat ilmiah yang nantinya diharapkan bisa menaikkan prestasi sepak bola di Indonesia. Salah satu teknik dasar bermain sepak bola yang perlu diperhatikan adalah menggiring bola. Dengan menggiring bola yang baik diharapkan dapat memegang prestasi yang optimal. Untuk itu kelincahan dan kecepatan sangat menunjang dalam peningkatan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola.

Perumusan masalah: Apakah terdapat terdapat hubungan antara kelincahan dan kecepatan dengan kemampuan menggiring bola siswa putra kelas XI MAN 3 Kediri Tahun Pelajaran 2015-2016. Tujuan penelitian: untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kelincahan dan kecepatan dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola. Metode yang digunakan dalam penelitian ini metode deskriptif: suatu metode untuk memecahkan masalah yang ada pada masa sekarang. Disebut deskriptif karena memberi gambaran apa adanya tentang hubungan antara kelincahan dan kecepatan dengan kemampuan menggiring bola. Bersifat analisis karena mencoba memberikan kesimpulan yang bersifat studi korelasional. Populasi dan sampel penelitian: semua siswa putra kelas XI MAN 3 Kediri. Adapun sampel penelitian berjumlah 30 siswa putra yang diambil dengan teknik random sampling.

Pelaksanaan test: test dilaksanakan pada tanggal 15 Nopember 2015, untuk mencari korelasi antara kelincahan dan kecepatan dengan kemampuan menggiring bola, dan hasil perhitungan didapat nilai rx_1y = 0,924, rx_2y = 0,887 dan rx_1x_2y = 0,912 dan pada r tabel untuk N = 30, maka 5% = 0,361 jadi r hitung lebih besar dari r tabel. Kesimpulan: terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dan kecepatan dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola pada siswa putra kelas XI MAN 3 Kediri.

Kata kunci: kelincahan, kecepatan dengan kemampuan menggiring bola.

I. LATAR BELAKANG

Pada masa pembangunan nasional seperti sekarang ini, olahraga merupakan salah satu bagian dari suatu usaha untuk membangun manusia Indonesia seutuhnya, yaitu manusia sebagai totalitas. Manusia seutuhnya diartikan sebagai manusia yang perkembangan jiwa dan raganya tumbuh dan berkembang secara seimbang, ia dapat tumbuh menjadi insane yang sehat jasmani dan rohani.

Perkembangan zaman yang semakin maju tersebut membawa dampak positif terutama dengan munculnya alat-alat modern dan makin meningkatnya bidang ilmu pengetahuan dan teknologi. Kemajuan teknologi yang canggih telah banyak melahirkan mesin-mesin yang serba modern yang dapat menggantikan sebagian besar pekerja manusia, makhluk yang ada di dunia ini memerlukan gerakan hidupnya. Lebih-lebih untuk menjaga serta memelihara keseimbangan antara jasmani dan rohani yang sehat, maka kebutuhan gerak ini harus dipenuhi. Makin maju tingkat ekonomi manusia makin mantap pula kebutuhan tersebut, sebab dengan adanya pola pekerjaan yang berbeda maka kebutuhan akan gerak ini semakin cenderung berkurang. Sehingga menurun derajat keseimbangannya, mekanisme kehidupan manusia, karena kebutuhan akan gerak kehidupannya sudah tidak terpenuhi lagi sebagai mestinya.

Sejarah telah menunjukkan bahwa olahraga sudah ada sejak zaman primitif, namun pada waktu itu gerakan itu bukan bertujuan melakukan olahraga, namun gerakan tersebut untuk memenuhi kebutuhan hidupnya dengan demikian aktivitas dilakukan dengan praktis dan dicurahkan untuk beberapa kepentingan seperti: mempertahankan diri, mencari nafkah, menjaga diri dari gangguan keganasan-keganasan alam. Dalam satu usahanya agar tercapai hal seperti di atas itu hanya tergantung pada efisien jasmaninya. Apabila mereka kurang terampil, kurang tahan lama, kurang cepat larinya, kurang tegas untuk melompat, melempar maka mereka akan mati kelaparan atau menjadi korban bencana alam.

Dengan berbagai cabang olahraga tersebut sekarang timbul masalah-masalah yang dihadapi, baik mengenai atlit, sarana prasarana maupun teknik olah raga dan banyak pula jalan yang ditempuh untuk membangkitan olahraga yang paling murah dan yang paling mahal sesuai

dengan TAP MPR No. II/MPR 1993 tentang Garis-garis Besar Haluan Negara, yaitu:

Gerakan memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat terus ditingkatkan agar lebih meluas dan merata di seluruh pelosok tanah air untuk menciptakan budaya berolahraga dan iklim yang sehat mendorong peran serta aktif masyarakat dalam peningkatan prestasi olahraga perlu ditumbuhkan sikap masyarakat yang sportif dan bertanggung jawab dalam semua kegiatan keolahragaan. (1993: iii).

Dari penjelasan seperti tersebut di atas terlihat jelas bahwa konsep dasar olahraga bangsa Indonesia terletak pada pengertian "Pembangunan Manusia Indonesia Seutuhnya" yang konsep operasionalnya adalah panji olahraga yaitu dengan memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat.

Mengingat begitu pentingnya arti dan kedudukan olahraga dan kesehatan masyarakat perlu mendapat perhatian dan penanganan sedini mungkin, sehubungan dengan persoalan tersebut, salah satu penanggulangannya yang efektif dan efisien adalah meningkatkan dan mengolahkan kegiatan olahraga bagi lapisan masyarakat. Sehubungan dengan hal tersebut di atas dijelaskan dalam TAP MPR No. II/MPR/1993 tentang Garis-garis Besar Haluan Negara (1993: 110) sebagai berikut:

Pembinaan dan pengembangan olahraga yang merupakan bagian dari peningkatan kualitas manusia Indonesia diarahkan pada peningkatan kesehatan jasmani, mental dan rohani masyarakat, serta ditujukan untuk pembentukan watak dan kepribadian, disiplin dan sportifitas yang tinggi serta peningkatan proses yang dapat membangkitkan rasa kebangsaan nasional.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat dimengerti betapa pentingnya olahraga pada masa sekarang ini. Untuk itulah olahraga dipilih sebagai salah satu sarana penanggulangan masalah-masalah gangguan kesehatan. Karena dengan melakukan olahraga kebutuhan akan semakin bertambah, selain itu olahraga juga merupakan alat kebutuhan yang sangat berharga. Karena dapat berfungsi sebagai suatu hiburan guna menghilangkan kejenuhan di dalam kita melakukan pekerjaan sehari-hari.

Demikian pula perkembangan olahraga di lingkungan sekolah, baik

dari tingkat taman kanak-kanak sampai tingkat perguruan tinggi semua telah menunjukkan perkembangan yang cukup memuaskan yang telah dapat berjalan dengan cukup baik pula.

Kegiatan olahraga di sekolah-sekolah telah semakin nyata perkembangannya dan dapat diamati pada saat berlangsungnya kegiatan olahraga yang resmi misalnya: Pekan Olahraga Pelajar Seluruh Indonesia (POPSI), pecan olahraga dan seni, juga pekan olahraga mahasiswa dan lain sebagainya, semua itu merupakan bukti nyata bertapa pentingnya olahraga khususnya di lingkungan para pelajar dan mahasiswa. Dan jika ditinjau lebih luas lagi terutama kegiatan olahraga yang langsung secara umum di tanah air, maka semua telah menunjukkan pada tingkat perkembangan yang menggunakan dan ini terbukti dengan diraihnya beberapa prestasi yang bertaraf nasional dan internasional, dari beberapa cabang olahraga yang ada.

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang telah mendarah daging pada bangsa Indonesia, tak berlebihan jika ada pendapat yang menyatakan sebagai berikut, "Di Indonesia sepak bola merupakan permainan yang paling digemari sehingga karenanya maju mundurnya selalu mendapat sorotan tajam dari masyarakat". (Drs. Untung Suharjo dan J. Harope, 1987: 70).

Sepak bola adalah sebuah permainan yang memadukan antara seni dan keterampilan gerak sehingga tercipta satu permainan yang enak ditonton sehingga mereka yang mengamati dan terhanyut atau terbawa oleh irama permainan yang mengasikkan.

Seperti halnya cabang-cabang olahraga yang lainnya, sepak bola juga membutuhkan penguasaan teknik yang prima dalam setiap pemain, sehingga ia mampu memadukan semua unsur-unsur gerak, menurut Drs. Soendoro unsur-unsur gerak yang ada pada sepak bola dapat dirangkum dalam dua hal yaitu penguasaan keterampilan sepak bola dan pada dasarnya ada dua:

1. TEKNIK TANPA BOLA, yaitu kemampuan (keterampilan) melakukan gerakan tanpa bola baik dalam bentuk lari, melompat, gerak tipun, dan lain sebagainya dengan tujuan untuk membuka pertahanan lawan dan memberi kesempatan teman untuk segera melakukan aksi perorangan dalam usaha mencetak gol.
2. TEKNIK DENGAN BOLA, yaitu melakukan keterampilan aksi dengan bola misalnya menendang, menghentikan, menggiring,

menyundul, menipu lawan dan merampas bola dari lawan yang kesemuanya itu dilakukan dengan kecepatan yang tinggi. (1985: 51).

Dengan memperhatikan uraian di atas, maka kaitannya dengan penelitian ini penulis tertarik dengan kedua dasar bentuk gerakan yaitu gerakan tanpa bola dan yang menggunakan bola, terutama yang berkaitan dengan unsur menggiring karena menurut dalam setiap pertandingan sepak bola unsur menggiring adalah yang paling dominan atau dengan kata lain bahwa setiap permainan sepak bola harus menggiring bola agar mampu bereaksi dengan bola dengan sebaik mungkin.

Dalam kaitannya dengan permasalahan tersebut di atas peneliti mengambil judul Hubungan antara Kelincahan dan Kecepatan dengan Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Putra Kelas XI MAN 3 Kediri.

II. METODE

Metodologi penelitian merupakan faktor yang sangat penting dalam melaksanakan kegiatan penelitian. Hal ini disebabkan karena metode penelitian merupakan faktor penentu berhasil atau tidaknya suatu penelitian. Penentuan dan penetapan metode yang tepat dapat menghindarkan kemungkinan-kemungkinan timbulnya penyimpangan sehingga data yang diperoleh betul-betul obyektif serta dapat diertanggung jawabkan.

Sebelum dibahas tentang metode yang dipergunakan dalam penelitian ini, terlebih dahulu dalam penelitian ini akan dikemukakan mengenai pengertian dari metode itu sendiri. Menurut Sutrisno Hadi (1980: 87), metode adalah "Cara yang fungsinya merupakan alat untuk mencapai tujuan". Dengan demikian dapat dijelaskan bahwa metode penelitian sebagai ilmu yang membicarakan cara-cara atau prosedur yang sistematis. Adapun langkah yang dilakukan dalam penelitian ini antara lain:

Pendekatan Penelitian

Sesuai dengan masalah dan hipotesis yang dilakukan di muka maka penelitian ini dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan deskriptif analisis. Disebut deskriptif karena penelitian ini akan memberikan gambaran sesuai dengan apa adanya tentang hubungan dari tingkat kelincahan dengan kecepatan mendribbling (menggiring) bola pada cabang olahraga sepak bola. Atau dengan kata lain sebab penelitian ini

bertolak pada konsep teori tertentu. Konsep teori dijabarkan untuk mendukung batasan operasional pemecahan pada variabel yang akan diatur termasuk merumuskan hipotesisnya. Dari batasan variabel dan hipotesis ini kemudian dikembangkan alat ukur atau instrumen penelitian. Pengukuran terhadap variabel nantinya menghasilkan data yang kuantitatif.

Sedangkan yang dimaksud bersifat analisis karena selain akan memberikan gambaran sesuai dengan yang ada juga akan mengambil kesimpulan yang bersifat inferensial dengan studi korelasi. Atau dengan kata lain dari analisis statistik inilah akan ditentukan norma ukuran korelasi atau angka signifikan perbedaan.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

1. Dari hasil perhitungan analisa data antara kelincahan (X_1) dengan kemampuan menggiring bola (Y) didapatkan r hitung 0,924 sedangkan r tabel pada taraf signifikan atau 5% adalah 0,361 dengan demikian r hitung > dari r tabel. Jadi terdapat hubungan yang signifikan atau yang berarti antara kelincahan kemampuan menggiring pada siswa putra kelas XI MAN 3 Kediri.
2. Dari hasil perhitungan analisa data antara kecepatan (X_2) dengan kemampuan menggiring bola (Y) didapatkan r hitung (rx_2y) = 0,887 sedangkan r tabel pada taraf signifikan atau 5% adalah 0,05 dengan demikian r hitung > dari r tabel. Jadi terdapat hubungan yang signifikan atau yang berarti antara kecepatan kemampuan menggiring pada siswa putra kelas XI MAN 3 Kediri.
3. Dari hasil perhitungan analisa data antara kelincahan dan kecepatan dengan kemampuan menggiring bola didapat r hitung (ryx1x2) = 0,912 sedangkan r tabel pada taraf signifikan 0,05 atau 5% adalah 0,361. Dengan demikian r hitung > dari r tabel. Jadi terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dan kecepatan dengan kemampuan menggiring bola (Y) pada siswa putra kelas XI MAN 3 Kediri. Pada F hitung = 66,62 bila taraf signifikan 5% dan F tabel = 3,35 maka F hitung > dari F tabel jadi terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dan kecepatan dengan kemampuan menggiring bola pada siswa putra kelas XI MAN 3 Kediri.

Berdasarkan data yang telah terkumpul, dan data yang dianalisa

serta dilakukan pengujian hipotesis sebagaimana telah didapatkan pada bab IV terdahulu, secara umum peneliti telah menjawab semua yang tercantum dalam rumusan masalah dengan telah menguji kebenarannya dan pada hakikatnya dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Korelasi antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola sebesar rx_1y = 0,924 sedangkan r tabel pada taraf signifikan atau 5% adalah 0,361. Dengan demikian r hitung > dari r tabel. Jadi terdapat hubungan yang signifikan atau yang berarti antara kelincahan kemampuan menggiring pada siswa putra kelas XI MAN 3 Kediri.
2. Korelasi antara kecepatan dengan kemampuan menggiring bola sebesar (rx_2y) 0,887 sedangkan r tabel pada taraf signifikan atau 5% adalah 0,05 dengan demikian r hitung > dari r tabel. Jadi terdapat hubungan yang signifikan atau yang berarti antara kecepatan kemampuan menggiring pada siswa putra kelas XI MAN 3 Kediri.
3. Korelasi antara kelincahan dan kecepatan dengan kemampuan menggiring bola sebesar $rxy_{(1,2)}$ = 0,912 sedangkan r tabel pada taraf signifikan 5% adalah 0,361. Dengan demikian r hitung > dari r tabel. Jadi terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dan kecepatan dengan kemampuan menggiring bola (Y) pada siswa putra kelas XI MAN 3 Kediri. Pada F hitung = 66,62 bila taraf signifikan 5% dan F tabel = 3,35 maka F hitung > dari F tabel jadi terdiuapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dan kecepatan dengan kemampuan menggiring bola pada siswa putra kelas XI MAN 3 Kediri.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Abdoellah. *Olahraga untuk Pelatihan, Pembina dan Pengamat.* Jakarta: Sastra Hudaya.

Hadi, Sutrisno. *Statistik Analisis Regresi.* Yogyakarta: Andi Offset, 1982.

----------. *Metodologi Research.* Yogyakarta: Andi Offset, 1991.

Lukman O.T. *Biomekanika.* Surabaya: Penerbit IKIP "KOSGORO".

Poerwadarminta, WJS. *Buku Kamus Umum Bahasa Indonesia.* Jakarta: Balai Pustaka, 1984.

Rifa'i, Slamet. *Mengenai Permainan Sepak Bola.* Yogyakarta: Andi Offset.

Sajoto, Muhammad. *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga.* Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1988.

Sekretariat Negara. *TAP MPR No. II/MPR/1993 Garis-garis Besar Haluan Negara.* Jakarta: Sekretariat Negara, 1993.

Soejoedi. *Permainan dan Metodik.* Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1979.

Suharjo dan J. Larope. *Buku Pendidikan Jasmani*. Surabaya: PT. Kurnia, 1987.