HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN LARI 50 METER DANKELINCAHAN DENGAN KEMAMPUANMENGGIRING BOLA MENGGUNAKAN KAKI BAGIAN LUAR DALAM PERMAINAN SEPAKBOLAPADA SISWA PUTRA KELAS VII SEMESTER GENAPSMP ISLAM PLUS NURUL HIKMAH TRENGGALEK KABUPATEN TRENGGALEKTAHUN PELAJARAN 2014/2015

SKRIPSI

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

OLEH:

ADI TRIANTO

NPM : 11.1.01.09.0784

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)

UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA

UNP KEDIRI

2015

Skripsi oleh :

ADI TRIANTO

NPM : 11.1.01.09.0784

Judul :

HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN LARI 50 METER DAN KELINCAHAN DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA MENGGUNAKAN KAKI BAGIAN LUAR DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA SISWA PUTRA KELAS VII SEMESTER GENAP SMP ISLAM PLUS NURUL HIKMAH TRENGGALEK KABUPATEN TRENGGALEK TAHUN PELAJARAN 2014/2015

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

Tanggal : .....

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

ii

Skiripsi oleh :

ADI TRIANTO

NPM : 11.1.01.09.0784

Judul :

HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN LARI 50 METER DAN KELINCAHAN DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA MENGGUNAKAN KAKI BAGIAN LUAR DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA SISWA PUTRA KELAS VII SEMESTER GENAP SMP ISLAM PLUS NURUL HIKMAH TRENGGALEK KABUPATEN TRENGGALEK TAHUN PELAJARAN 2014/2015

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Jurusan PENJASKESREK FKIP UNP KEDIRI
Pada tanggal : .....

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

PANITIA PENGUJI

1. Ketua : Drs. Setya Adi Sancaya, M.Pd.
2. Penguji I : Ruruh Andayani Bekti, M.Pd.
3. Penguji II : Drs. Sugito, M.Pd.

Mengetahui,
Dekan FKIP

Dra. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd.
NIDN.

iii

HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN LARI 50 METER DAN KELINCAHAN DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA MENGGUNAKAN KAKI BAGIAN LUAR DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA SISWA PUTRA KELAS VII SEMESTER GENAP SMP ISLAM PLUS NURUL HIKMAH TRENGGALEK KABUPATEN TRENGGALEK TAHUN PELAJARAN 2014/2015

ADI TRIANTO
NPM: 11.1.01.09.0784
Falkultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan-Pogram Study Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Adeltrianto.rindi@yahoo.com
Drs.Sugito, M.Pd dan Ruruh Andayani Bekti, M.Pd
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Permainan sepakbola sudah sangat populer dan memasyarakat di Indonesia. Permainan sepakbola sering dipertandingkan baik tingkat daerah, Nasional maupun Internasional. Ditinjau dari berbagai segi perkembangan sepakbola di Indonesia sekarang sudah cukup maju. Untuk meningkatkan prestasi sepakbola harus menggunakan metode yang sifatnya ilmiah yang nantinya diharapkan menaikkan prestasi persepakbolaan di Indonesia.

Salah satu teknik dasar sepakbola merupakan faktor yang sangat dominan dalam sepakbola. Salah satu faktor tersebut adalah kemampuan menggiring bola yang sangat di butuhkan.

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran tentang hubungan antara kecepatan lari 50 meter dan kelincahan dan juga untuk mengetahui berapa besar sumbangan atau kontribusi kecepatan lari dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola yang dalam pembahasan penelitian menggunakan kaki bagian luar.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode studi lapangan yaitu dengan memberikan tes mengenai data yang ada tentang kecepatan lari 50 meter sebagai variabel X_1 dan kelincahan sebagai variabel X_2 dan juga kemampuan menggiring bola menggunakan kaki bagian luar sebagai variabel Y_1. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII semester genap SMP Islam Plus Nurul Hikmah Trenggalek Kabupaten Trenggalek berjumlah 53 siswa, sebagai sempel diambil 31 siswa dengan teknik total sampling. Penelitian ini bersifat korelasional, dengan jenis data kuantitatif berupa angka. Dari data yang terkumpul dilakukan analisis data statistika dengan rumus korelasi product moment untuk mengetahui hubungan antara variabel penelitian, kemudian rumus koefisien determinasi untuk mengetahui besar sumbangan.

Dari hasil analisis data diketahui bahwa r hitung = 0,797 lebih dari r tabel = 0,355 dengan taraf signifikan 5 % Sehingga Ha diterima dan Ho ditolak, dan disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kecepatan lari 50 meter dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pada siswa putra kelas VII semester genap SMP Islam Plus Nurul Hikmah Trenggalek Kabupaten Trenggalek Tahun Pelajaran 2014/2015, dengan koefisien determinasi sebesar 63,57%.

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan di atas, di harapkan kepada semua pihak yang terlibat dalam pembinaan olahraga, khususnya sepakbola, hasil penelitian ini dapat bermanfaat.

Kata Kunci : Kecepatan lari 50 meter, kelincahan menggiring bola dengan kaki bagian luar, permainan sepakbola.

I. Latar Belakang Masalah

Permainan sepakbola merupakan suatu bentuk permainan yang di lakukan oleh dua kelompok pemain yang tiap–tiap kelompok terdiri dari sebelas orang serta menggunakan bola sepak dan kaki sebagai alat penendang. Oleh sebab itu masing–masing regu atau kelompok disebut kesebelasan dan menurut Soendoro pembagianya sebagai berikut: Seorang penjaga gawang dua orang pemain belakang (back kanan dan back kiri), tiga orang pemain tengah (gelandang kanan, tengah dan kiri), Lima orang pemain depan (kanan luar dan kiri luar, kanan dalam dan kiri dalam dan seorang penyerang tengah), (Soendoro, 1988:1).

Sepakbola ialah olahraga beregu didasarkan atas teknik, pengolahan bola dan pergantian setiap pemain terhadap permainan. Faktor–faktor itu semua mempunyai peranan yang sangat penting. Tidak hanya olahraga sepakbola saja yang memerlukan penguasaan teknik dasar, tetapi semua cabang olahraga memerlukan peguasaan teknik dasar. Teknik dasar itu merupakan kemampuan dasar yang harus dimiliki oleh setiap olahragawan atau setiap individu pemain. Karena teknik dasar ini menjadi modal dan sangat diperlukan di dalam suatu pertandingan yang sesungguhnya. Sehingga para pemain bisa menampilkan kemampuan yang maksimal di dalam pertandingan. “Tidak ada cabang olahraga lain yang menghendaki penguasaan teknik yang begitu banyak, seperti sepakbola” (Coerver 1987:19). Karena situasi yang dihadapi senantiasa berubah, sedang lawan yang harus ditanggulangi mungkin seorang, tetapi juga lebih. Penguasaan teknik yang baik merupakan persyaratan agar dapat ditanggulangi berbagai situasi dalam permainan dengan sikap mantap. Oleh karena itu penguasaan teknik dasar dalam sepakbola merupakan hal yang wajib dimiliki oleh setiap pemain. Supaya menjadi seorang pemain sepakbola yang handal, maka teknik dasar harus dikuasai dengan baik. Apabila semua teknik dasar sudah dipenuhi oleh para pemain sepakbola, maka menjadi seorang pemain sepakbola profesional dan mendapatkan prestasi yang diinginkan.

Oleh karena itu, kesebelasan yang tangguh dan baik adalah kesebelasan yang memiliki *teamwork* yang bagus, memiliki kondisi fisik yang prima, dan mental yang bagus. Sepakbola sekarang adalah sepakbola yang *modern*, di mana sepakbola *modern* ini tidak hanya dilatih fisik saja, tetapi taktik, teknik dan juga mental harus dilatih semuanya. Seperti yang di ungkapkan oleh (Scheunemann 2008: 24) “teknik yang hebat tidak akan banyak

berarti apabila tidak didukung oleh stamina yang prima". Pemain sepakbola yang andal dan baik harus mempunyai kondisi fisik yang bagus, penguasaan teknik yang baik, mempunyai kemampuan dalan menjalankan taktik, dan yang paling penting adalah mempunyai jam terbang bermain yang banyak dengan tujuan adalah mengasah mental bertanding. Melihat itu kita harus merasa bangga, meskipun laju perkembangan persepakbolaan di Indonesia ditinjau dari segi prestasi masih kalah jauh dibandingkan dengan prestasi negara-negara Asia maupun Eropa dan bahkan beberapa negara–negara lainya.

Untuk mengatasi dan meningkatkan prestasi sepakbola harus dengan mengubah cara–cara untuk melatih secara menyeluruh, dulu yang sifatnya tradisional harus dirubah dengan pendekatan ilmiah. Sama halnya dalam melakukan menggiring bola, kedua unsur yaitu kecepatan dan kelincahan merupakan unsur-unsur kemampuan fisik dalam menggiring bola dengan baik dan benar. Menggiring bola merupakan salah satu teknik dasar di dalam sepakbola yang harus dilatih dan dipelajari secara seksama oleh setiap pemain sepakbola. Apabila ingin menjadi pemain sepakbola yang handal, maka seorang pemain harus mempunyai persyaratan fisik yang mendukung dirinya, oleh karena itu bermain sepakbola memerlukan kecepatan dan kelincahan dalam menggiring bola yang baik dan benar dalam usahanya untuk melewati lawan dan membebaskan diri dari kepungan lawan serta berusaha untuk mencetak gol ke gawang dengan tujuan mendapatkan kemenangan.

Teknik dasar ini merupakan usaha mempertahankan bola saat berlari melintasi lawan atau maju ke ruang yang terbuka. Tetapi gerakan lari tersebut hanya bisa dilakukan dengan baik jika pemain dibekali kondisi fisik yang istimewa sebagaimana dituntut oleh persepakbolaan *medern*. "Harus seimbang memiliki stamina prima, tenaga yang cukup, kecepatan, kelincahan, daya jelajah, keseimbangan dan kondisi gerak tubuh yang efisien" (Kadir Yusuf, 1981:179). "Menggiring bola dapat menggunakan berbagai bagian kaki *inside, outside, instep* dan telapak kaki" (Luxebacher 2004:47). Dari beberapa pengertian dan pendapat tentang kecepatan dan kelincahan dapat disimpulkan ada hubungan yang erat kaitanya dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola, yang sangat menunjang kemampuan seorang pemain sepakbola dalam mengolah bola, khususnya kemampuan menggiring bola.

II. METODE

Di dalam penelitian ini terdapat tiga variabel yang dapat penulis kemukakan yaitu:

1. Variabel bebas/independent variabel (X_1) yaitu kecepatan lari 50 meter.
2. Variabel bebas/independent variabel (X_2) yaitu kelincahan.
3. Variabel terikat/dependent variabel (Y) yaitu kemampuan menggiring bola menggunakan kaki bagian luar.

Teknik dan Pendekatan Penelitian

1. Teknik Penelitian

Kegunaan rancangan penelitian menurut Kerlinger (1990:484-485), secara garis besar mempunyai dua maksud atau kegunaan mendasar, yaitu:

a. Menyediakan jawaban terhadap pertanyaan-pertanyaan penelitian, dan
b. Mengontrol atau mengendalikan varian.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan rancangan penelitian korelasional. Rancangan penelitian korelasional bermaksud untuk mengungkapkan hubungan antar variabel, (Winarno, 2011:55). Dapat di artikan bahwa penelitian tersebut merupakan suatu penelitian yang meneliti hubungan antara variabel satu dengan variabel yang lain, atau dengan kata lain meneliti hubungan yang ada antara dua variabel.

2. Pendekatan Penelitian

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat dikatakan penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif korelasi dan menggunakan metode kuantitatif. Karena pendekatan deskriptif korelasi adalah penelitian yang memaparkan atau mendeskripsikan hubungan dan menginterhasilkan antara variabel bebas dan variabel terikat, (Sugiyono, 2010:11). Sementara metode kuantitatif adalah karena data dari penelitian ini akan berbentuk data berupa angka. Penelitian ini juga akan diuji menggunakan analisis statistika.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Setelah mengkaji hasil penelitian yang telah diolah dengan analisis statistik maka dapat ditarik suatu kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada hubungan antara kecepatan lari 50 meter dengan kemampuan menggiring bola menggunakan kaki bagian luar dengan kontribusi 53,97%.
2. Ada hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola menggunakan kaki bagian luar dalam permainan sepakbola dengan kontribusi 49,89%.
3. Ada hubungan antara kecepatan lari 50 meter dengan kelincahan dalam permainan sepakbola dengan kontribusi 40,39%.
4. Ada hubungan antara kecepatan lari 50 meter dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola menggunakan kaki bagian luar dalam permainan sepakbola dengan kontribusi 63,57%.

Berdasarkan kesimpulan penelitian diatas, memiliki implikasi atau makna bahwa kecepatan lari 50 meter memiliki hubungan dengan kemampuan menggiring bola menggunakan kaki bagian luar, dengan hasil analisis yang di ketahui tersebut dengan koefisien determinasi sebesar 53,97% Sedangkan kelincahan memiliki hubungan dengan kemampuan menggiring bola menggunakan kaki bagian luar, dengan hasil analisis yang di ketahui tersebut dengan koefisien determinasi sebesar 49,89%. Dan secara bersama–sama benar bahwa kecepatan lari 50 meter dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola menggunakan kaki bagian luar memiliki hubungan dengan hasil analisis yang diketahui tersebut dengan koefisien determinasi sebesar 63,57%.

Banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan menggiring bola, salah satunya adalah kecepatan lari dan juga kelincahan. Maka kepada guru olah raga khususnya dalam membina dan menyiapkan pemain sepakbola, dapat dipergunakan sebagai bahan masukan guna perolehan prestasi yang optimal dengan memperhatikan karakteristik yang ada di dalamnya.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Engkos Kosasi.1985. *Olahraga Untuk Teknik dan Program Latihan*. Jakarta : Akademika Presindo.

Hadi Sutrisno.1983. *Statistik Jilid 2*, Cetakan Keenam. Yogyakarta : Yayasan Penerbit Fakultas Psykologi UGM.

Lukman OT. 1989. *Biomekanika.* Surabaya : Penerbit IKIP Negeri Surabaya.

Mohammad Sajoto. 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Jakarta : Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi, Depdikbud.

Napitulu, WP.1978. *Kebijakan Olahraga di Indonesia*. Jakarta.

Penataran Para Dosen STO serta guru SMA. 1976. *Tes Ketangkasan Berolahraga*. Yogyakarta : Proyek Pembinaan Pendidikan Olahraga, Daerah Istimewa.

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

Sudjana, 1986. Buku *Metode Statistik*.; Bandung : Tarsito.

Soendoro, Drs. 1983. *Teknik Dasar SepakBola*. IKIP Surabaya.

Sudjana.1986. *Metode Statistik Edisi IV*. Bandung : Tarsito