HUBUNGAN KESEIMBANGAN DENGAN HASIL MENENDANG BOLA KESASARAN SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 1 DONOROJO TAHUN PEMBELAJARAN 2014/2015

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)
Pada Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan
dan Rekreasi FKIP UNP Kediri

Oleh:

NOVY EDHIK WIDIANTO
NPM: 11.1.01.09.1330

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

2015

Skripsi oleh:

NOVY EDHIK WIDIANTO

NIM. 11.1.01.09.1330

Judul:

HUBUNGAN KESEIMBANGAN DENGAN HASIL MENENDANG BOLA KESASARAN SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 1 DONOROJO TAHUN AJARAN 2015/2016

Telah disetujui untuk diajukan Kepada

Panitia Ujian/Sidang Skripsi Jurusan PJKR

FKIP UNP Kediri

Tanggal: 8 Agustus 2015

Pembimbing I	Pembimbing II
Drs. SETYO HARMONO, M.Pd.	**WASIS HIMAWANTO, M.Or.**

ii

Skripsi oleh:

NOVY EDHIK WIDIANTO

NIM. 11.1.01.09.1330

Judul:

HUBUNGAN KESEIMBANGAN DENGAN HASIL MENENDANG BOLA KESASARAN SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 1 DONOROJO TAHUN AJARAN 2015/2016

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi

Jurusan PJKR FKIP UNP Kediri

Pada tanggal: 12 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

Dr. Hj. SRI PANCA SETYAWATI, M.Pd.
NIDN. 0716046202

iii

HUBUNGAN KESEIMBANGAN DENGAN HASIL MENENDANG BOLA KESASARAN SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 1 DONOROJO TAHUN PEMBELAJARAN 2014/2015

Novy Edhik Widianto
11.1.01.09.1330
FKIP - PJKR
-
Drs. SETYO HARMONO, M.Pd. dan WASIS HIMAWANTO, M.Or.
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan keseimbangan dengan hasil menendang bola kesasaran siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Donorojo tahun pembelajaran 2014/2015.

Metode penelitian ini menggunakan korelasi dengan pendekatan deskriptif. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah *modifikasi bass test* dan ketepatan menendang bola serta dokumentasi. Sampel dalam penelitian ini adalah 30 responden dengan teknik pengambilan sampel *random sampling*. Instrumen dalam penelitian ini sudah *valid* dan *reliable*, dengan koefisien reliabilitasnya sebesar 0,87. Teknik analisis data instrumen menggunakan rumus *product* dan *cronbach alpha* serta korelasi melalui uji prasyarat normalitas, homogenitas dan linearitas. Analisis data menggunakan bantuan komputer program *SPSS 17.0 for Windows*. Tingkat signifikansi ditentukan 5%.

Hasil penelitian dari 30 subjek siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Donorojo menunjukkan bahwa tes keseimbangan siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Donorojo tahun pembelajaran 2014/2015 adalah ***sedang***, yaitu berada pada konversi interval $79{,}02 \leq X < 85{,}98$. Sedangkan tes menendang bola siswa adalah ***sedang***, yaitu berada pada konversi interval $72 \leq X < 78$. Berdasarkan uji korelasi didapatkan bahwa ada hubungan antara keseimbangan dengan hasil menendang bola. Hasil korelasi diperoleh rhitung sebesar ($0{,}812 > 0{,}361$) pada $N = 30$ dengan nilai probabilitas 0,00 ($0{,}000 < 0{,}01$). Hal itu membuktikan adanya hubungan signifikan/positif antara *power* tungkai dengan hasil menendang bola siswa dan sangat kuat, sehingga dapat dikatakan mendukung fakta yang tampak dari lokasi penelitian yang berbalik arah dengan hasil analisis data.

Kata Kunci : keseimbangan, menendang bola kesasaran, siswa SMP.

I. LATAR BELAKANG

Sepak bola merupakan olahraga yang paling terkenal di dunia, tidak hanya oleh orang dewasa, anak-anak, pria, bahkan wanitapun memainkan olahraga ini. Sepak bola adalah olahraga menggunakan bola yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing beranggotakan 11 (sebelas) orang. Memasuki abad ke-21, olahraga ini telah dimainkan oleh lebih dari 250 juta orang di 200 negara, yang menjadikannya olahraga paling populer di dunia. Sepak bola bertujuan untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya dengan menggunakan bola kulit ke gawang lawan. Sepak bola dimainkan dalam lapangan yang berbentuk persegi panjang, di atas rumput atau rumput sintetis. Organisasi sepak bola dunia adalah FIFA (*Federation International De Football Association*). Sedangkan di Indonesia dinaungi oleh PSSI (Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia).

Menendang bola merupakan teknik dasar bermain sepak bola yang paling banyak digunakan dalam permainan sepak bola. Sebab kegunaan menendang bola adalah untuk memberikan operan bola kepada teman, memberikan umpan untuk menembakan bola ke gawang lawan, membersihkan dan menyapu bola di daerah pertahanan sendiri, untuk mematahkan serangan lawan, tendangan bebas, tendangan sudut, tendangan gawang dan tendangan hukuman. (Subroto, dkk 2010: 8.32). Kondisi fisik pasti berperan dalam setiap teknik dasar permainan sepak bola.

Kualitas keterampilan teknik dasar bermain setiap pemain tidak lepas dari faktor-faktor kondisi fisik. Seperti yang dijelaskan sebelumnya ada sembilan komponen kondisi fisik. Menurut Subroto (2010: 7.35) dan ditambahkan oleh Rudy (2012:47) yaitu: 1) Kecepatan (*speed*) 2) Ketepatan (*accuracy*) 3) Kekuatan (*strength*) 4) Kelentukan (flexibility) 5) Kelincahan (*agility*) 6) Keseimbangan (*balance*) 7) Daya tahan (*endurance*) 8) Koordinasi (coordination) 9) Reaksi (*reaction*).

Sembilan komponen ini mempunyai hubungan dengan kualitas suatu teknik dalam sepak bola dari menggiring bola, menendang bola, menghentikan bola, menyundul bola dan melempar bola. Keseimbangan (*balance*) adalah salah satu komponen kondisi fisik yang berperan dalam menentukan kualitas teknik dalam sepak bola khususnya teknik menendang bola. Menurut Nurhasan dan Hasanudin (2007: 180) "Keseimbangan (*balance*) diartikan sebagai kemampuan seseorang mengontrol alat-alat tubuhnya yang bersifat *neuro-muscular*". Dari pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa bila seseorang atau altet tidak memiliki keseimbangan, maka ketika menendang bola tidak akan sempurna atau kurang maksimal.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru di SMP Negeri 1 Donorojo kelas VIII, pada saat mengajar olahraga kususnya sepak bola. pada waktu bermain dan latihan menendang bola ke gawang, bola yang ditendang siswa tak jarang melambung tinggi di atas mistar gawang atau melebar di sisi tiang gawang, dan ketika melakukan tendangan bola-bola mati baik tendangan bebas, tendangan sudut dan tendangan gawang, posisi tubuh atau badan dari siswa tidak terjaga keseimbangannya, ada yang miring ke kiri, miring ke kanan dan ada pula yang terjatuh saat menedang bola.

Berdasarkan observasi dan penemuan masalah, maka dari itu peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul **"Hubungan keseimbangan dengan hasil menendang bola kesasaran siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Donorojo tahun pembelajaran 2014/2015".**

II. METODE

Peneliti dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan deskriptif korelasional. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang bermaksud menjelaskan/menerangkan secara tepat sifat-sifat individu, keadaan, gejala-gejala, atau kelompok tertentu, untuk menentukan frekuensi, penyebaran suatu gejala, serangkaian peristiwa berulang-ulang atau adanya hubungan antara suatu gejala dengan gejala lain dalam masyarakat (Suharsimi Arikunto, 2010: 35). Sedangkan penelitian korelasional adalah penelitian yang bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara dua fenomena/variabel atau lebih; dan apabila ada, berapa eratnya hubungan serta berarti atau tidaknya hubungan itu (Suharsimi Arikunto, 2010: 37).

Penerapan metode penelitian kuantitatif yaitu suatu penelitian yang dituntut menggunakan angka mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut, serta penampilan dari hasilnya.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Hasil Perhitungan

Hasil perhitungan uji hipotesis hubungan keseimbangan dengan hasil menendang bola kesasaran siswa-siswi SMP Negeri 1 Donorojo yang terdapat pada lampiran 3 disajikan rangkumannya sebagai berikut:

Tabel 4.14

Korelasi Product Moment

Correlations

		Keseimbangan	Menendang Bola Kesasaran
Keseimbangan	Pearson Correlation	1	.812**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	30	30

Menendang Bola Kesasaran	Pearson Correlation	.812**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	30	30

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Pada hubungan hubungan keseimbangan dengan hasil menendang bola kesasaran terdapat nilai koefisien korelasi sebesar 0,812 dengan probabilitas (*sign*) sebesar 0,000. Nilai ini lebih besar dari *r* tabel (0,812 > 0,361) pada taraf signifikansi 5% dan nilai probabilitas lebih kecil dari 0,00 (0,000 < 0,01). Hal ini menunjukkan bahwa terjadi hubungan yang signifikan antara keseimbangan (variabel X) dengan menendang bola kesasaran (variabel Y) serta hubungan antara keduanya positif. Artinya jika keseimbangan mengalami peningkatan, maka akan terjadi kecenderungan peningkatan menendang bola kesasaran pada siswa di SMP Negeri 1 Donorojo.

Pengujian secara statistik pada penelitian ini dilakukan pada hipotesis alternatif yang berbunyi "Ada hubungan keseimbangan dengan menendang bola kesasaran siswa di kelas VIII SMP Negeri 1 Donorojo tahun pembelajaran 2014/2015". Maka dalam penelitian ini penulis menggunakan rumus korelasi *Product Moment* dengan bantuan komputer program *SPSS Version 17.0 for Windows*. Hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa koefisien rhitung sebesar 0,812 dan nilai rtabel = 0,361. Dasar pengambilan keputusan berdasarkan nilai rhitung adalah:

1. Jika nilai rhitung > 0,361 maka Ha diterima.
2. Jika nilai rhitung < 0,361 maka H0 ditolak.

Dari tabel uji hipotesis di atas dapat disimpulkan bahwa korelasi antara keseimbangan dengan menendang bola kesasaran dapat diterima pada taraf signifikansi 5%. Hasil tersebut berarti bahwa hipotesis yang diajukan, yaitu harga rhitung dari hasil analisis korelasi *Product Moment* adalah 0,812 maka: ***Ha diterima***. Jadi secara nyata kedua variabel berkorelasi. Tidak ada tanda negatif (–) pada hasil koefisien r maka hal itu menandakan kedua variabel berkorelasi positif (+) atau searah. Tingkat korelasinya juga sangat kuat, yaitu koefisien rtabel = 0,361.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, pengujian hipotesis dan pembahasan, dapat disimpulkan:

1. Ada hubungan yang signifikan antara keseimbangan dengan hasil menendang bola kesasaran siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Donorojo tahun pembelajaran 2014/2015 sebesar 0,812 dibandingkan dengan N=30 r_{tabel} = 0,361. Dengan demikian,

hipotesis nihil ditolak, hipotesis alternatif diterima.

2. Hubungan keseimbangan dengan hasil menendang bola kesasaran tersebut dapat dilihat dari koefisien skor dari 0,46 menjadi 0,812 yang diperoleh oleh siswa sesuai dengan analisis data yang telah dilakukan.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Abdul Rohim. (2008). *Bermain Sepak Bola*. Semarang: C.V. Aneka Ilmu

Ade Mardiana (2008). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: UT

Agus Mukholid (2007). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Surakarta: Yudistira

Agus Salim. (2008). *Buku Pintar Sepak Bola*. Bandung: Nuansa.

Djawal (2006). *Bermain Sepak Bola*. Yogyakarta: Intan

Enung Fatimah (2010). *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Bandung: Pustaka Setia

Fredy Rangkuti (2009). *Analisis SWOT teknik membedah kasus bisnis*. Jakarta: Gramedia.

Iskandarwassid & Dadang Sunendar (2008). *Strategi pembelajaran bahasa*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Ismaryati (2009). *Tes & Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret Surakata.

Mielke, Danny (2007). *Dasar-Dasar Sepak Bola*.Bandung: Pakar Raya.

M.Sajoto (2005). *Peningkatan dan Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Pric

Nana Syaodih Sukmadinata (2011). *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

NM, Rudy (2012). *Pedoman dan Panduan Praktikum Tes Pengukuran dan Evaluasi Olahraga*. Palembang:Universitas PGRI Palembang

Nurhasan dan Hasanudin (2007). *Modul Tes dan Pengukuran Keolahragaan*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia Bandung

Nurhasan (2001). *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas

Ratal Wirjasantosa (2004). *Supervisi Pendidikan Olahraga*. Jakarta: UI Press.

Sarlito Wirawan Sarwono. (2011). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Syamsu Yusuf (2004). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya

Suharsimi Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian (suatu pendekatan praktek).* Edisi Revisi V.Yogyakarta: Rineka Cipta.

Syaiful Bahri Djamarah. (2004). *Prestasi Belajar dan Kompetensi Guru*. Surabaya: Usaha Nasional.

Ricahard and Widdows (2002). *Sepakbola Keterampilan Ataktik dan Fakta*. Jakarta: Mertju Buana Football Club

Subroto, Toto dkk (2010). *Permainan Besar (bola voli dan sepak bola).* Jakarta: Universitas Terbuka.

Sucipto, dkk (2000). *Sepak Bola*. Depdiknas Direktorat Jendral Pendidikan Dasar Dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.

Sukatamsi (2004). *Teknik Dasar Bermain Sepak Bola*. Solo: Tiga Serangkai

Sukirno (2012). *Kesehatan Olahraga, Doping dan Kesegaran Jasmani.* Palembang: UNSRI Press

Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia tahun 1945. *Tentang Pembangunan Nasional*. Jakarta: Sinar Grafika.

WJS Poerwadarminta. (1986). *Kamus umum bahasa Indonesia*. Jakarta: BP.

Wira Indra Satya (2008). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: UT