JURNAL

HUBUNGAN KECEPATAN LARI DAN KELINCAHAN TERHADAP KEMAMPUAN *DRIBBLING* BOLA DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA SSB PUTRA BANGSA KABUPATEN MOJOKERTO

OLEH

GALIH ASMARA
NPM 10.1.01.09.2017

Dibimbing oleh :

1. **Drs. Slamet Junaedi, M.Pd**
2. **Ruruh Andayani B, M.Pd**

PROGRAM STUDI S1 PENJASKESREK
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UNP KEDIRI

2017

SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2017

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap	: GALIH ASMARA
NPM	: 10.1.01.09.2017
Telepun/HP	: 081515463353
Alamat Surel (Email)	: ditagusti.novila@gmail.com
Judul Artikel	: Hubungan Kecepatan Lari Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Bola Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Ssb Putra Bangsa Kabupaten Mojokerto
Fakultas – Program Studi	: FKIP- S1 PENJASKESREK
Nama Perguruan Tinggi	:Universitas Nusantara PGRI Kediri
Alamat Perguruan Tinggi	: Jl. KH. Achmad Dahlan No. 76

Dengan ini menyatakan bahwa :

a. artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis**)** dan bebas plagiarisme;
b. artikel telah diteliti dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggungjawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		Kediri, 14 Pebruari 2017
Pembimbing I	Pembimbing II	Penulis,
Drs. Slamet Junaedi, M.Pd **NIDN. 001 5066 801**	**Ruruh Andayani B, M.Pd** **NIDN. 0725 018 2015**	**Galih Asmara** NPM. 10.1.01.09.2017

HUBUNGAN KECEPATAN LARI DAN KELINCAHAN TERHADAP KEMAMPUAN DRIBBLING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA SSB PUTRA BANGSA KABUPATEN MOJOKERTO

GALIH ASMARA
10.1.01.09.2017
FKIP – Penjaskesrek
Drs. Slamet Junaedi, M.Pd dan Ruruh Andayani B, M.Pd
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Abstrak : Hubungan Kecepatan Lari Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Bola Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Ssb Putra Bangsa Kabupaten Mojokerto, Skripsi, Penjaskesrek, FKIP UNP Kediri, 2017

Penelitian ini dilatar belakangi hasil pengamatan dan pengalaman peneliti, bahwa Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perseorangan maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis, melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan dan pembentukan watak. Salah satu cakupan materi yang terkandung dalam Pendidikan Jasmani adalah permainan sepak bola. Permainan sepak bola adalah permainan tim, namun tidak mengabaikan kemampuan individual dalam satu tim.Permasalahan penelitian ini adalah (1) Apakah ada hubungan kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada siswa SSB Putra Bangsa Mojokerto? (2) Bagaimana hubungan kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada siswa SSB Putra Bangsa Mojokerto?Agar mampu mempelajari dan mempraktikkan permainan sepak bola dengan baik, para pemain diharuskan menguasai teknik dasar permainan. Teknik dasar menggunakan bola dalam permainan sepak bola yaitu menendang (*shooting*), menghentikan, menggiring (*dribbling*)., menyundul, merampas, lemparan ke dalam, dan menjaga gawang. Dari teknik dasar tersebut yang paling dominan dalam permainan sepak bola adalah menggiring bola (*dribbling*). Menggiring bola (*dribbling*) adalah kegiatan memberi bola dengan menggunakan kaki pada setiap langkah untuk dibawa ke suatu tujuan tertentu dari bagian lapanganTujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada permainan sepak bola siswa SSB Putra Bangsa Mojokerto. Jumlah siswa yang peneliti ambil dalam penelitian ini adalah 25 orang, dengan rentang usia antara 14 – 15 tahun.Hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan antara kecepatan lari terhadap kemampuan *dribbling* bola pada siswa SSB Putra Bangsa Mojokerto. Hal itu dapat dilihat dari besarnya r-hitung = 0,2594 dan r-tabel 5% = 0,1297 (r-hitung > r-tabel), maka ini berarti hasil hipotesis pertama signifikan. Hubungan antara kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada siswa SSB Putra Bangsa Mojokerto. Hal itu dapat dilihat dari besarnya r-hitung = 0,0859498761dan r-tabel 5% = 0,042974 (r-hitung > r-tabel), maka ini berarti hasil hipotesis kedua signifikan. Sedangkan hubungan antara kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada siswa SSB Putra Bangsa Mojokerto. Hal itu dapat dilihat dari besarnya r-hitung lebih besar dari r-tabel. Maka ini berarti hasil hipotesis kedua signifikan.

KATA KUNCI :Kecepatan, kelincahan, *dribbling*, sepak bola

I. LATAR BELAKANG

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perseorangan maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis, melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan dan pembentukan watak (Ateng, 1992 : 8). Berpartisipasi dalam aktivitas fisik, siswa dapat menguasai keterampilan dan pengetahuan, mengembangkan apresiasi estetis, mengembangkan keterampilan generik serta nilai dan sikap positif, dan memperbaiki kondisi fisik untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani, Samsudin (2008:21).

Melalui proses pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah ingin mewujudkan sumbangannya terhadap perkembangan anak yang tidak berat sebelah. Sumbangan yang diberikan dari Pendidikan Jasmani adalah memberikan perkembangan secara menyeluruh, karena yang dikembangkan bukan hanya aspek keterampilan gerak dan kebugaran jasmani (ranah jasmani dan psikomotorik), tetapi pengembangan ranah kognitif dan efektif juga dikembangkan. Dengan Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan akan diperoleh berbagai ungkapan yang erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan serta berbagai unkapan yang kreatif, inovatif, terampil, memiliki kebugaran jasmani, kebiasaan hidup sehat dan memilki pengetahuan serta pemahaman terhadap gerak manusia.

Salah satu cakupan materi yang terkandung dalam Pendidikan Jasmani adalah permainan sepak bola. Permainan sepak bola adalah permainan tim, namun tidak mengabaikan kemampuan individual dalam satu tim. Menurut Farida Mulyaningsih, dkk (2010 : 7) sepak bola merupakan permainan beregu yang terdiri dari 11 pemain untuk tiap-tiap regu dan salah satu pemain menjadi penjaga gawang.

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang cukup merata di seluruh dunia dan diantara rakyat kita. Meskipun permainan ini sudah sampai ke pelosok-pelosok, namun prestasi olahraga ini belum seperti yang diharapkan. Hal tersebut

terjadi karena pada umumnya pemain sepak bola hanya berlatih teknik dan taktik sepak bola saja. Mereka melupakan faktor penunjang yang lain yaitu kekuatan, stamina, kecepatan, keterampilan, kelincahan dan pengetahuan. Semuanya merupakan aspek yang penting dari penampilan. (Joseph A. Luxbacher, 2001 :1). Tanpa diimbangi dengan faktor-faktor penunjang tersebut, maka pemain sepak bola tidak dapat menyuguhkan permainan dengan optimal.

Menurut Sucipto (2001 : 20) memaparkan bahwa agar mampu mempelajari dan mempraktikkan permainan sepak bola dengan baik, para pemain diharuskan menguasai teknik dasar permainan. Teknik dasar menggunakan bola dalam permainan sepak bola yaitu menendang (*shooting*),menghentikan,menggiring (*dribbling*)., menyundul, merampas, lemparan ke dalam, dan menjaga gawang. Dari teknik dasar tersebut yang paling dominan dalam permainan sepak bola adalah menggiring bola (*dribbling*).

Mengiring bola (*dribbling*) adalah kegiatan memberi bola dengan menggunakan kaki pada setiap langkah untuk dibawa ke suatu tujuan tertentu dari bagian lapangan. (Slamet Rifa'i:57)

Menurut Sukatamsi (2001:11) memaparkan bahwa untuk menciptakan dan mencapai prestasi yang tinggi dalam sepakbola seorang pemain harus memiliki empat aspek yaitu pembinaan teknik (keterampilan), pembinaan fisik (kesegaran jasmani), pembinaan taktik (mental dan kecerdasan), serta kematangan juara.

Sehubungan dengan masalah di atas, maka penelitian ini mengambil judul "**Hubungan Kecepatan Lari dan Kelincahan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Bola dalam Permainan Sepak Bola pada Siswa SSB Putra Bangsa Kabupaten Mojokerto**".

II. METODE

Penelitian ini dilaksanakan pada SSB Putra Bangsa Kabupaten Mojokerto. Penentuan lokasi ini diharapkan memberi kemudahan, khususnya menyangkut pengenalan lingkungan yang berhubungan dengan anak didik sebagai subjek penelitian atau menyangkut personel yang akan membantu dalam kelancaran kegiatan ini.

Mengingat dalam penelitian ini perlu dibantu oleh mitra peneliti,

penulis menentukan mitra yaitu kelompok guru penjas Kecamatan Gondang dan Pelatih SSB Kabupaten Mojokerto adalah mitra peneliti yang diharapkan bisa memberikan pemecahan masalah dalam kegiatan dan membantu penelitian ini, mulai perencanaan, observasi serta proses penelitian.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SSB Putra Bangsa tahun 2016/2017 yang berjumlah 93 orang dengan tingkatan umur dan jenjang yang berbeda. Berikut perincian jumlah siswa SSB Putra Bangsa Mojokerto.

Dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan cara *cluster random sampling* atau sampel klaster. Pengambilan sampel yang menggunakan cara klaster adalah cara mengambil sampel dengan melakukan randomisasi terhadap kelompok, bukan terhadap subyek secara individual (Azwar, 2005).

Menurut Sudjana (dalam Arianto, 2012) gradien jumlah sampel yang digunakan menyusaikan dari sampel yang didapatkan, selain itu beberapa *value* persentase yang digunakan untuk pengambilan data pada umumnya antara lain: 10%, 15%, 20%,dan 25%. Sementara itu semua tahap pengambilan sampel harus disesuaikan beberapa faktor antara lain kemampuan atau jangkauan dari peneliti tersebut. Berdasarkan penjabaran tersebut, peneliti hanya melakukan penelitian terhadap siswa dengan rentang usia 14 – 15 tahun dengan jumlah 25 anak sebagai sampel dengan persentase 25% dari jumlah populasi.

Instrumen merupakan suatu alat bantu yang dipakai dalam penelitian atau alat untuk mengambil data yang akan menentukan kualitas data dalam penelitian. Sedangkan dalam pengumpulan data, teknik yang dipergunakan untuk pengambilan data adalah tes dan pengukuran. Instrumen dan pengambilan data meliputi tes untuk mengukur kecepatan menggunakan lari *sprint* (*Bobby Charlton International Soccer School LTD*, 2004 : 13), tes untuk mengukur kelincahan menggunakan *shuttle run*/lari bolak-balik (Sugiono, 1999:64), tes untuk mengukur kemampuan *dribbling* bola berdasarkan Remmy muchtar (2001 : 114).

Teknik pengumpulan data yang paling utama dalam penelitian ini adalah dengan cara observasi secara

langsung (dicermati dan dicatat langsung) oleh peneliti ketika proses pelatihan sepak bola sedang berlangsung dengan tujuan agar data yang diperoleh bena-benar terjadi secara alami dan dapat dipertanggung jawabkan oleh peneliti. Akan tetapi teknik pendokumentasian juga digunakan guna memperkuat data yang didapat.

Untuk menganalisis data yang telah terkumpul diperlukan suatu teknik analisis data yang sesuai dengan data yang dianalisis. Dalam suatu penelitian, seorang peneliti dapat menggunakan dua jenis analisis statistik dan analisis non statistik. Menurut Sutrisno Hadi (1996 : 21), analisis statistik adalah cara-cara ilmiah yang dipersiapkan untuk mengumpulkan, menyusun, menyajikan dan menganalisa data-data penyelidikan yang terwujud angka-angka.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Adapun faktor – faktor yang mempengaruhi dalam setiap kegiatan olahraga, terutama olahraga yang mengutamakan stamina antara lain kondisi fisik, latihan teratur, minat dan bakat, makanan yang bergizi, sarana penunjang serta masih banyak lagi yang lain.

Khusus disini kemampuan kondisi fisik yang harus dimiliki atlet pemain sepak bola adalah kecepatan gerak dan kelincahan badan. Adanya faktor tersebut diatas mempengaruhi keadaan dan cara bagaimana tingkat keberhasilan dalam menggiring bola, terutama dalam menguasai bola. Kecepatan gerakan berperan cukup besar dalam keberhasilan menggiring bola dalam permainan sepak bola. Yang dimaksud disini adalah kecepatan dimana seseorang mempunyai kecepatan tinggi akan lebih menguntungkan dibandingkan orang yang tidak memiliki taraf kecepatan (relatif rendah).

Begitu pula dengan faktor kelincahan badan sangat berpengaruh terhadap tingkat keberhasilan menggiring bola dalam permainan sepak bola. Seorang atlet yang mempunyai kelincahan badan baik akan lebih menguntungkan dibanding dengan pemain yang tidak mempunyai kelincahan badan. Kelincahan berperan sangat besar dalam melakukan dribbling, karena dengan memiliki kelincahan seorang atlet akan lebih bebas bergerak dan mudah menipu lawan main. Semakin lincah seorang pemain maka akan

semakin baik pula kemampuan dribbling-nya.

Bedasarkan hasil analisis dan pengolahan data, maka peneliti dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kecepatan lari terhadap kemampuan *dribbling* bola pada siswa SSB Putra Bangsa Mojokerto. Hal itu dapat dilihat dari besarnya r-hitung = 0,2594 dan r-tabel 5% = 0,1297 (r-hitung > r-tabel), maka ini berarti hasil hipotesis pertama signifikan. Terdapat hubungan antara kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada siswa SSB Putra Bangsa Mojokerto. Hal itu dapat dilihat dari besarnya r-hitung = 0,0859498761dan r-tabel 5% = 0,042974 (r-hitung > r-tabel), maka ini berarti hasil hipotesis kedua signifikan. Terdapat hubungan antara kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola pada siswa SSB Putra Bangsa Mojokerto. Hal itu dapat dilihat dari besarnya r-hitung lebih besar dari r-tabel. Maka ini berarti hasil hipotesis kedua signifikan. Kecepatan lari dan kelincahan berhubungan dengan kemampuan *dribbling* pada permainan sepak bola pada siswa SSB Putra Bangsa Kabupaten Mojokerto. Besarnya hubungan antara kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* tersebut dapat dilihat dari korelasi antara X_1, X_2 dan Y yang diperoleh sebesar 0,6316. Harga yang bertanda positif menunjukkan bahwa hubungan yang terjadi merupakan hubungan positif yang artinya semakin tinggi kecepatan lari dan kelincahan seseorang maka kemampuan *dribbling* juga semakin baik dan sebaliknya. Semakin rendah kecepatan lari dan kelincahan seorang pemain maka semakin buruk pula kemampuan *dribbling*-nya.

IV. DAFTAR PUSTAKA

A. Car, Gerry. 2003. *Atletik Untuk Sekolah*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada

A. Luxbacher, Joseph.2004. *Sepak Bola*. Jakarta : PT Raja Grafindo

Arikunto, Suharsini. 1989. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek RevisiIV*. Jakarta : Rineka Karya

Ateng, A. 1992. *Asas dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan dan Tenaga Kependidikan

Bobby Charlton International Soccer School, LTD. 2004. *Teknik*

Menyerang. Jakarta : PT. Gapura Mitra sejati

Batty, Eric C. 2012. *Latihan Metode Baru Sepak Bola.Bandung* : CV Pionir Jaya

Coerver, Gerry. 1987. *Sepak Bola Program Pembinaan Pemain Ideal.* Jakarta: Gramedia

Dr. Dikdik.2010.*Mengajar dan Melatih Atletik*.Bandung:PT Rosdakarya

Harsono. 2001. *Coaching dan Aspek – Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta: C.V. Tambak Kusuma.

Kurniawan, Feri. 2011. *Buku Pintar Olahraga*. Jakarta: Niaga Swadaya

Muchtar, Remmy. 2001. *Olahraga Pilihan Sepak Bola*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya

Rifa'i, Slamet. 2008. *Mengenal Permainan Sepak Bola.* Bandung: Rosdakarya

Sarumpeat, A dkk.1992.*Permainan Besar*.Surabaya:Departemen Pendidikan dan Kebudayaan

Sodiq, M.____.*Permainan Sepak Bola*. :CV Bintang Pelajar

Sucipto. 1999. *Sepak Bola*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya

Sugiono. 1999. *Metode Penelitian*. Bandung: ALFABETA

Susni. 2014. *Peningkatan Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola Melalui Bentuk Latihan Sepak Bola Siswa Kela IV SDN 61 Bengkulu Selatan*. Bengkulu: Universitas Bengkulu

Universitas Nusantara PGRI Kediri. 2014. *Panduan Penulisan Karya Tulis Ilmiah*. Kediri: Universitas Nusantara PGRI Kediri