JURNAL

HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN LARI DAN KEKUATAN DAYA LEDAK OTOT KAKI TERHADAP KEMAMPUAN MENENDANG BOLA DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA KELAS VII SMPN 2 GANDUSARI TAHUN PELAJARAN 2016/2017

Oleh:

RIBUT ANGEL DANI

12.1.01.09.0179

Dibimbing oleh :

1. **Drs. Slamet Junaidi, M.Pd**
2. **Septyaning Lusianti, M.Pd**

PROGRAM STUDI PENJASKESREK

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

2017

SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2017

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap	: RIBUT ANGEL DANI
NPM	: 12.1.01.09.0179
Telepun/HP	: 085 645 290 979
Alamat Surel (Email)	: -
Judul Artikel	: Hubungan Antara Kecepatan Lari Dan Kekuatan Daya Ledak Otot Kaki Terhadap Kemampuan Menendang Bola Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Gandusari Tahun 2016/2017
Fakultas – Program Studi	: FKIP - PENJASKESREK
Nama Perguruan Tinggi	: Universitas Nusantara PGRI Kediri
Alamat Perguruan Tinggi	: Jln. K.H Achmad Dahlan No. 76 Telp. : (0354) 77156771503, 771495 Kediri

Dengan ini menyatakan bahwa :

a. artikel yang saya tulid 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 31 Januari 2017
Pembimbing I	Pembimbing II	Penulis,
Drs. Slamet Junaidi, M.Pd NIDN. 00450668011	Septyaning Lusianti, M.Pd NIDN. 0722098601	Ribut Angel Dani 12.1.01.09.0179

HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN LARI DAN KEKUATAN DAYA LEDAK OTOT KAKI TERHADAP KEMAMPUAN MENENDANG BOLA DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA KELAS VII SMPN 2 GANDUSARI TAHUN PELAJARAN 2016/2017

Ribut Angel Dani
12.1.01.09.0179
FKIP - PENJASKESREK
Ribut.dany@gmail.com
1. Drs. Slamet Junaidi, M.Pd
2. Septyaning Lusianti, M.Pd
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Ribut Angel Dani : Hubungan Antara Kecepatan Lari Dan Kekuatan Daya Ledak Otot Kaki Terhadap Kemampuan Menendang Bola Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Kelas VII SMPN 2 Gandusari Tahun Pelajaran 2016/2017, Skripsi, Penjaskesrek, FKIP UN PGRI, 2016.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah (1) Apakah terdapat hubungan antara kecepatan lari dengan kemampuan menendang bola dalam permainan sepak bola pada siswa kelas VII SMPN 2 Gandusari? (2) Apakah terdapat hubungan antara kekuatan daya ledak otot kaki dengan kemampuan menendang bola dalam permainan sepak bola pada siswa kelas VII SMPN 2 Gandusari ? (3) Apakah terdapat hubungan antara kecepatan lari dan kekuatan daya ledak otot kaki terhadap kemampuan menendang bola dalam permainan sepak bola pada siswa kelas VII SMPN 2 Gandusari? Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah (1) Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kecepatan lari dengan kemampuan menendang bola dalam permainan sepak bola pada siswa kelas VII SMPN 2 Gandusari? (2) Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kekuatan daya ledak otot kaki dengan kemampuan menendang bola dalam permainan sepak bola pada siswa kelas VII SMPN 2 Gandusari ? (3) Untuk mengetaui apakah terdapat hubungan antara kecepatan lari dan kekuatan daya ledak otot kaki terhadap kemampuan menendang bola dalam permainan sepak bola pada siswa kelas VII SMPN 2 Gandusari?

Penelitian ini menggunakan pendekatan Kuantitatif dengan subyek penelitian hubungan kecepatan lari dan kekuatan daya ledak otot terhadap kemampuan menendang bola SMP Negeri 2 Gandusari. Penelitian menggunakan *sampling purposive* dengan jumlah 30 siswa. Istrumen penelitian ini menggunakan test dan pengukuran.

Kesimpulan hasil penelitian ini antara kecepatan lari (X1) dan kemampuan menendang bola(Y) adalah rx1y = -0,0309. Kekuatan daya ledak otot kaki (X2) dengan kemampuan menendang bola (Y) adalah rx2y = -0,370. Kecepatan lari (X1) dengan kekuatan daya ledak oto kaki (X2) adalah rx1x2 = 0,382 dan perhitungan korelasi ganda antara kecepatan lari (X1) dan kekuatan daya ledak otot kaki (X2) dengan kemampuan menendang (Y) adalah rx1x2y= 0,412 beserta uji signifikan untuk korelasi ganda adalah Fh = 2,76

KATA KUNCI : Menendang bola, hubungan antara kecepatan lari dan kekuatan daya ledak otot kaki.

I. LATAR BELAKANG

Ilmu pengetahuan sekarang ini telah berkembang sangat pesat, sehingga mendorong kesadaran masyarakat akan arti pentingnya kesehatan dan orang lebih tahu akan arti pentingnya olahraga bagi kesehatan. Pada kenyataannya ada empat dasar tujuan manusia melakukan aktivitas olahraga. Pertama, mereka yang melakukan kegiatan olahraga untuk tujuan rekreasi. Kedua, mereka yang melakukan kegiatan olahraga untuk pendidikan. Ketiga, mereka yang melakukan kegiatan olahraga dengan tujuan untuk mencapai tingkat kesegaran jasmani tertentu. Keempat, mereka yang melakukan kegiatan olahraga tertentu untuk mencapai prestasi yang optimal. Kegiatan olahraga pada hakekatnya dapat dibedakan menjadi dua aktivitas utama jika ditinjau dari sasarannya, yaitu kegiatan prestasi dan non prestasi.

Berdasarkan hasil pengamatan kegiatan olahraga pretasi nampak lebih menonjol diberbagai tingkat di Indonesia, sifat kompetitif merupakan karakteristik khas yang dimiliki oleh kegiatan olahraga prestasi, sementara itu kegiatan non prestasi kelihatan agak sepi dari publikasi. Sekarang pada umumnya masyarakat luas memberikan dukungan sangat besar kepada kegiatan umumnya dan olahraga sepak bola pada khususnya. Partispasi dan dukungan dari masyarakat untuk dapat mengambil bagian secara aktif berperan serta dalam kegiatan olahraga merupakan salah satu modal untuk memajukan dunia olahraga di Indonesia.

Tujuan olah raga bermacam-macam sesuai dengan olah raga yang dilakukan, menurut salah satu buku

olah raga memiliki tujuan berbeda-beda yaitu untuk memperoleh kesenangan, kesehatan, status sosial, dan juga untuk berprestasi sebagai olah raga profesional. (Nurhasan,dkk 2005:4) tetapi olahraga secara umum meliputi memelihara dan meningkatkan kesegaran jasmani,memelihara dan meningkatkan kesehatan, dan meningkatkan prestasi olah raga setinggi-tingginya. Tujuan tersebut telah menjadi bagian yang terpenting untuk dicapai secara umum, tetapi tujuan khusus yang lebih penting adalah memenangkan setiap pertandingan khususnya dalam permainan sepakbola. Keberhasilan akan diraih apabila latihan yang dilakukan sesuai dan berdasarkan prinsip latihan yang terencana dan terprogram.

Sepak bola adalah salah satu cabang olahraga yang sangat banyak diminati oleh masyarakat di dunia, termasuk masyarakat Indonesia. Dimana inti dari permainan ini adalah memasukkan bola kedalam gawang lawan. Dalam melakukan permainan ini tentu saja butuh keahlian khusus, seperti keahlian dalam menggiring bola, kelincahan sang pemain, kecepatan sang pemain, dan kecerdasan agar dapat lolos dari kawalan pemain belakang tim lawan. Sayangnya di Indonesia,sepak bola dianggap belum dapat memberikan prestasi yang berarti bagi bangsa.

Dalam permainan sepak bola itu sendiri dituntut adanya kerjasama yang baik antara satu pemain dengan pemain yang lainnya,karena sepak bola merupakan permainan tim, oleh karena itu kerja sama tim merupakan kebutuhan permainan sepak bola yang harus dipenuhi oleh setiap kesebelasan yang menginginkan kemenangan. Kemenangan dalam permainan sepak bola hanya akan

diraih dengan melalui kerjasama dari tim tersebut. Kemenangan tidak dapat diraih secara perseorangan dalam permainan tim, selain itu setiap pemain harus memiliki kondisi fisik yang bagus, teknik yang baik dan mental bertanding yang baik pula.

Permainan sepak bola modern saat ini telah mengalami banyak kemajuan, perubahan serta perkembangan yang pesat, baik dari segi kondisi fisik, teknik, taktik permainan maupun mental pemain itu sendiri. Kemajuan dan perkembangan tersebut dapat dilihat dalam siaran langsung Televisi pada pertandingan-pertandingan besar seperti Piala Eropa, dan Piala Dunia oleh tim-tim kesebelasan Asia, Afrika, Eropa maupun Amerika Latin. Bagaimana permainan cepat dan teknik yang baik yang didukung oleh kemampuan individu menonjol serta seni gerak telah pula ditampilkan. Permainan yang cepat dan teknik yang baik, itulah yang perlu dicontoh oleh persepak bolaan Indonesia agar dapat maju dan berkembang dengan baik.

Masalah peningkatan prestasi di bidang olah raga sebagai sasaran yang ingin dicapai dalam pembinaan olah raga di Indonesia membutuhkan waktu yang lama dalam proses pembinaannya. Pembinaan olahraga menuntut partisipasi dari semua pihak demi peningkatan prestasi olah raga di Indonesia.

Kondisi fisik yang baik serta penguasan teknik yang baik dapat memberikan sumbangan yang cukup besar untuk bermain sepak bola. Tetapi hal itu perlu diselidiki lebih lanjut oleh pakar sepak bola di tanah air. Kondisi fisik yang baik tanpa didukung dengan penguasaan teknik bermain, taktik yang yang baik serta mental yang baik, maka prestasi

yang akan dicapai tidak dapat berjalan seimbang. Demikian pula sebaliknya memiliki kondisi yang jelek tetapi teknik, taktik dan mental yang baik juga kurang mendukung untuk pencapaian prestasi.

Kecepatan dibutuhkan oleh seseorang pemain sepak bola dalam menghadapi situasi tertentu dan kondisi pertandingan yang menuntut unsur kecepatan dalam bergerak untuk menguasai bola maupun dalam bertahan untuk menghindari benturan yang mungkin terjadi, kecepatan dapat dilatih secara bersama-sama, baik dengan bola maupun tanpa bola. Bagi seorang pemain sepak bola situasi yang berbeda-beda selalu dihadapi dalam setiap pertandingan, juga seorang pemain sepak bola menghendaki gerakan yang indah dan cepat sering dilakukan unsur kecepatan dan kelincahan.

Teknik dalam permainan sepak bola meliputi 2 macam teknik yaitu : teknik dengan bola dan tanpa bola. Teknik dasar bermain sepak bola yang harus dikuasai meliputi menendang bola, menghentikan bola, mengontrol bola, gerak tipu, tackling, lemparan kedalam dan teknik menjaga gawang.

Menendang bola merupakan faktor terpenting dan utama dalam permainan sepak bola. Agar dapat menjadi pemain sepak bola yang berkualitas, seorang pemain perlu mengembangkan kemahirannya dalam menendang bola, baik oleh kaki kanan maupun kaki kiri. Selain itu, seorang pemain juga harus dapat mengukur sejauh mana tendangan yang dicapainya dan kearah mana bola itu hendak di tuju. Dengan metode ulangan yang banyak maka kemampuan menendang bola dengan baik dapat dicapai dan ditampilkan dalam pertandingan.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis ingin mengadakan penelitian yang berjudul : Hubungan Antara Kecepatan Lari Dan Kekuatan Daya Ledak Otot kaki Terhadap Kemampuan Menendang Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Putra Kelas VII SMP NEGERI 2 Gandusari tahun ajaran 2016/2017.

II. METODE

Sesuai masalah dan hipotesis yang telah diajukan maka dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang berupa angka-angka yang diperoleh dari hasil penelitian yang kemudian dianalisis. Penelitian kuantitatif dapat diartikian sebagi metode penelitian yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu. Teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunkan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/ statistic dengna tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. (Sugiono,2010:14).

Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang datanya berupa angka-angka dan dianalisi secara statistik untuk mencari jawaban dari rumusan masalah suatu penelitian. Peneliti mengambil 30 sampel dari 70 siswa untuk menentukan perbedaan dari setiap siswa dalam melakukan tes lari, vertical jump dan tes menendang bola.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Untuk mendapatkan kekuatan yang maksimal siswa harus mempunyai faktor yang sangat penting dalam mencapai atau menunjang prestasi tersebut. Kecepatan lari merupakan salah satu faktor yang sangat dominan dalam mencapai prestasi terutama dalam permainan sepak bola. Namun berdasarkan pembahasan tersebut

peneliti merumuskan hipotesis bahwa tidak ada hubungan antara kecepatan lari dengan kemampuan menendang pada permainan sepak bola siswa putra kelas VII SMPN 2 Gandusari tahun pelajaran 2016/2017.

Berdasarkan hasil analisis data diperolah hasil perhitungan korelasi antara kecepatan lari (X_1) dengan kemampuan menendang (Y) adalah rx_1y = -0,309. Kemudian hasil dari perhitungan korelasi antara kekuatan daya ledak otot kaki (X_2) dengan kemampuan menendang (Y) adalah rx_2y = -0,370. Sedangkan hasil dari perhitungan korelasi antara kecepatan lari (X_1) dengan kekuatan daya ledak otot kaki (X_2) adalah rx_1x_2 = 0,382 dan perhitungan dari korelasi ganda antara kecepatan lari(X_1) dan kekuatan daya tahan otot kaki(X_2) dengan kemampuan menendang(Y) adalah Rx_1x_2y= 0,412 beserta uji signifikan untuk korelasi ganda adalah Fh = 2,76

IV. DAFTAR PUSTAKA

Fenanlampir, A. & Faruq, M.M. 2015. *Tes dan Pengukuran dalam Olahraga* (Bendatu, M. Ed.). Yogyakarta: CV Andi Offset.

Rikiyanto. 2016. *Hubungan Antaran Kekuatan Otot Tungkai Dan Otot Perut Dengan Ketepatan Tendangan Bola Pada Permainan Sepak Bola Pada Permainan Sepak Bola SMA Katolik ST.* Kediri: Universitas Nusantara PGRI Kediri.

Sugiyono. 2014. *Statistik untuk penelitian*. Bandung: ALFABETA, cv.

Sulaiman. 2008. *Sepak takraw pedoman bagi guru olah raga,Pembina, pelatih, dan atlit.* Semarang: Universitas Negeri Semarang Press.

Suryanto. 2016. *Panduan Penulisan Karya Tulis Ilmiah.* Kediri: Universitas Nusantara PGRI Kediri.