JURNAL

HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN DAN KELINCAHAN DENGAN KECEPATAN MENGGIRING BOLA PADA SEPAKBOLA PEMAIN PUTRA DI SEKOLAH SEPAKBOLA MAHESA DHARMA KEDIRI

Oleh:

BAGUS NUR ROKHIM
NPM: 12.1.01.09.0184

Dibimbing oleh :

1. **Drs. Setyo Harmono, M. Pd.**
2. **Nur Ahmad Muharram, M. Or.**

PROGRAM STUDI PENJASKESREK

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

TAHUN 2017

SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2017

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap	: Bagus Nur Rokhim
NPM	: 12.1.01.09.0184
Telepon/HP	: 085731139090
Alamat Email	: baguztavo4@gmail.com
Judul Artikel	: Hubungan Antara Kecepatan dan Kelincahan Dengan Kecepatan Menggiring Bola Pada Sepakbola Pemain Putra di Sekolah Sepakbola Mahesa Dharma Kediri.
Fakultas -Program Studi	: FKIP - Penjaskesrek
NamaPerguruan Tinggi	: Universitas Nusantara PGRI Kediri
Alamat PerguruanTinggi	: JL. K.H. Achmad Dahlan No. 76, Mojoroto, Kediri, Jawa Timur.

Dengan ini menyatakan bahwa:

a. Artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersam atim 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, 2 Februari 2017
Pembimbing I	Pembimbing II	Penulis,
Drs. SETYO HARMONO, M.Pd. NIDN. 0727095801	Nur Ahmad Muharram, M.Or. NIDN. 0703098802	Bagus Nur Rokhim NPM. 12.1.01.09.1084

HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN DAN KELINCAHAN DENGAN KECEPATAN MENGGIRING BOLA PADA SEPAKBOLA PEMAIN PUTRA DI SEKOLAH SEPAKBOLA MAHESA DHARMA KEDIRI

BAGUS NUR ROKHIM
NPM : 12.1.01.09.0184
FKIP-PENJASKESREK
Baguztavo4@gmail.com
Pembimbing 1: Drs. Setyo Harmono, M. Pd.
Pembimbing 2: Nur Ahmad Muharram, M.Or.
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK: Bagus Nur Rokhim: Hubungan Antara Kecepatan dan Kelincahan dengan Kecepatan Menggiring Bola Pada Sepakbola Pemain Putra di Sekolah Sepakbola Mahesa Dharma Kediri, Skripsi, Penjaskesrek, FKIP UN GRI Kediri, 2017.

Penelitian ini dilatar belakangi hasil pengamatan dan pengalaman peleliti, bahwa sekolah sepakbola berkembang sangat pesat, dengan ditunjang pelatih yang berpengalaman dan tempat untuk berlatih yang baik. Permasalahan penelitian ini adalah (1) Adakah hubungan antara kecepatan dengan kecepatan menggiring bola pada pemain putra di sekolah sepakbola Mahesa Dharma Kediri? (2) Adakah hubungan antara kelincahan dengan kecepatan menggiring bola pada pemain putra di sekolah sepakbola Mahesa Dharma Kediri? (3) Adakah hubungan antara kecepatan dan kelincahan dengan kecepatan menggiring bola pada pemain putra di sekolah sepakbola Mahesa Dharma Kediri?.

Penelitian ini menggunakan Pendekatan Kuantitatif dengan subyek penelitian pemain SSB Mahesa Dharma Kediri. Penelitian ini dilaksanakan pada sore hari dengan menggunakan instrumen, tes dan pengukuran berupa pearson product moment, korelasi ganda,tes signifikan.

Kesimpulan hasil penelitian ini adalah (1) Ada hubungan yang signifikan antara kecepatan lari dengan ketrampilan menggiring bola. Hasil analisis korelasi antara kecepatan dengan ketrampilan menggiring bola pada pemain putra SSB Mahesa Dharma Kediri diperoleh hasil r hitung = 0,455 >r tabel = 0,361. (2) Ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan ketrampilan menggiring bola. Hasil analisis korelasi antara kelincahan dengan ketrampilan menggiring bola pada pemain putra SSB Mahesa Dharma Kediri diperoleh hasil r hitung = 0, 390 > r tabel = 0,361. (3) Ada hubungan yang signifikan antara kecepatan dan kelincahan dengan ketrampilan menggiring bola. Hasil analisis korelasi antara kecepatan dan kelincahan dengan ketrampilan menggiring bola pada pemain putra SSB Mahesa Dharma Kediri diperoleh hasil r hitung = 0,453 > r tabel = 0,361. Hasil analisis korelasi ganda juga diperoleh F hitung = 4,48> F tabel = 3,35.

Kata Kunci: Kecepatan, Kelincahan, Ketrampilan menggiring bola.

I. LATAR BELAKANG

Sepakbola adalah permainan bola yang sangat populer dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing beranggotakan sebelas orang. Sepakbola mulanya berasal dari negeri China, Sekitar abad ke 2-3 pada masa pemerintahan Dinasti Han. Ketika itu sepakbola telah dimainkan oleh prajurit China. Namun, sejarah sepakbola di Indonesia pertama kali diperkenalkan oleh Belanda sewaktu jaman penjajahan .Ketika itu permainan sepakbola menjadi sebuah kelompok bergengsi yang tidak begitu saja dimainkan oleh sembarang orang.

Sepakbola modern memang dilahirkan di Inggris (meski sempat prancis juga mengklaim diri sebagai negera tempat dilahirkannya sepakbola modern). Terlebih bola yang digunakannya ,konon, merupakan kepala prajurit perang musuh. Makanya, tak heran sepakbola ketika itu kemudian dilarang oleh pemerintah Inggris.

Kini sepakbola menjadi sebuah olahraga yang mendunia hingga keberadaaanya sangat ditunggu-tunggu oleh para penonton dan fans yang menggilai sebuah klub atau Negara, bahkan timnas Indonesia pun begitu digandrungi.

Permainan sepakbola di Indonesia juga berkembang pesat.Ini ditandai dengan berdirinya Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia (PSSI) pada tahun 1930 di Yogyakarta yang diketuai oleh Soeratin Sosrosoegondo. Untuk menghargai jasanya, mulai tahun 1966 diadakan kejuaraan sepakbola Piala Soeratin (Soeratin Cup) yakni kejuaraan sepakbola tingkat taruna remaja. Pada saat ini permainan sepakbola digemari oleh hampir seluruh lapisan masyarakat di Indonesia.(Feri, 2011;49).

Sepak bola merupakan cabang olahraga yang sudah memasyarakat, baik sebagai hiburan, mulai dari latihan peningkatan kondisi tubuh atau sebagai prestasi untuk membela desa, daerah dan negara.Sepak bola yang sudah memasyarakat itu merupakan gambaran persepakbolaan di Indonesia khususnya negara maju padaumumnya.

Permainan sepakbola adalah suatu permainan yang menuntut adanya kerjasama yang baik dan

rapi. Sepakbola merupakan permainan tim, oleh karena itu kerja sama tim merupakan kebutuhan permainan sepakbola yang harus dipenuhi oleh setiap kesebelasan yang menginginkan kemenangan. Kemenangan dalam permainan sepakbola hanya akan diraih dengan melalui kerjasama dari tim tersebut. Kemenangan tidak dapat diraih secara perseorangan dalam permainan tim, disamping itu setiap individu atau pemain harus memiliki kondisi fisik yang bagus, teknik dasar yang baik dan mental bertanding yang baik pula.

Tujuan olahraga bermacam-macam sesuai dengan olahraga yang dilakukan, tetapi olahraga secara umum meliputi memelihara dan meningkatkan kesegaran jasmani, memelihara dan meningkatkan kesehatan, meningkatkan kegemaran manusia berolahraga sebagai rekreasi serta menjaga dan meningkatkan prestasi olahraga setinggi tingginya.Tujuan tersebut telah menjadi bagian yang terpenting untuk dicapai secara umum, tetapi tujuan khusus yang lebih penting adalah memenangkan pertandingan dalam permainan sepakbola. Keberhasilan akan diraih apabila latihan yang dilakukan sesuai dan berdasarkan prinsip latihan yang terencana, terprogram yang mempunyai tujuan tertentu.

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

Manusia dapat mencapai prestasi pada berbagi usia, akan tetapi prestasi dalam olahraga terutama dicapai oleh mereka yang masih muda usianya. Pencapaian prestasi semua cabang olahraga khususnya sepakbola dapat ditingkatkan pula pada mereka yang masih muda usianya.

Kondisi fisik pemain sepakbola menjadi sumber bahan untuk dibina oleh pakar sepakbola selain teknik, taktik, mental dan kematangan bertanding.Kondisi fisik yang baik dan prima serta siap untuk menghadapi lawan bertanding merupakan unsur yang

penting dalam permainan sepakbola.Seorang pemain sepakbola dalam bertahan maupun menyerang kadang-kadang menghadapi benturan keras, ataupun harus lari dengan kecepatan penuh ataupun berkelit menghindari lawan, berhenti menguasai bola dengan tiba-tiba.Seorang pemain sepakbola dalam mengatasi hal seperti itu haruslah dibina dan dilatih sejak awal.

Kondisi fisik yang baik serta penguasan teknik yang baik dapat memberikan sumbangan yang cukup besar untuk memiliki kecakapan bermain sepakbola.Tetapi hal itu perlu diselidiki lebih lanjut oleh pakar sepakbola 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.

Untuk itu perlu pembinaan yang baik pada cabang olahraga sepakbola ini sedini mungkin untuk mencapai sasaran pada event tertentu agar prestasi puncak dapat ditampilkan sebaik-baiknya.

Dalam proses latihan unsur-unsur kondisi fisik menempati posisi terdepan untuk dilatih, yang berlanjut ke latihan teknik, taktik, mental dan kematangan bertanding dalam pencapaian prestasi. Lebih lanjut Suharno HP (1985: 24), menyatakan bahwa pembinaan fisik, teknik, taktik, mental dan kematangan bertanding merupakan sasaran latihan secara keseluruhan, dimana aspek yang satu tidak dapat ditinggalkan dalam program latihan yang berkesinambungan sepanjang tahun.

Hocke dan Nasution (1956: 31) menyatakan manusia dapat mencapai prestasi pada berbagai usia, akan tetapi prestasi dalam olahraga terutama dicapai oleh mereka yang muda usianya. Hal ini menunjukan bahwa semua cabang olahraga khususnya sepakbola dapat ditingkatkan pada usia muda untuk pencapaian prestasi tertinggi.

Latihan kondisi fisik secara teratur dan berkesinambungan dapat memberikan sumbangan yang besar bagi peningkatan

kemampuan pengembangan teknik dalam pertandingan.Hal ini ditambahkan oleh Sardjono (1981: 1), bahwa peranan latihan untuk mengembangkan unsur-unsur permainan sepak bola guna meningkatkan kecakapan bermain sangat menentukan.

Unsur-unsur kondisi fisik yang perlu dilatih dan ditingkatkan sesuai dengan cabang olahraga masing- masing sesuai dengan kebutuhannya dalam permainan maupun pertandingan.Dalam peningkatan kondisi fisik maka perlu dilatih dengan beberapa unsur fisik, sedangkan unsur fisik umum meliputi kekuatan, daya tahan, kecepatan dan kelentukan.Sedangkan unsur fisik khususnya mencakup stamina, daya ledak, reaksi, koordinasi, ketepatan dan keseimbangan.

Tiap-tiap cabang olahraga mempunyai sifat tertentu dan pesertanya harus memenuhi syarat-syarat tertentu. Seseorang pemain sepak bola harus memiliki dan menguasai teknik bermain yang baik terutama teknik dengan bola, yang diperlukan saat menyerang dan menguasai bola .Untuk teknik yang diperlukan adalah teknik menggiring bola *(dribbling)*.Yang perlu dilatih dengan posisi yang cukup, disamping itu untuk menghindari dan melakukan gerak tipu untuk mengecoh lawan saat menguasai bola perlu memiliki kecepatan dan kelincahan tubuh untuk menghindari sergapan lawan.

Kecepatan dan kelincahan dibutuhkan oleh seseorang pemain sepak bola dalam menghadapi situasi tertentu dan kondisi pertandingan yang menuntut unsur kecepatan dan kelincahan dalam bergerak untuk menguasai bola maupun dalam bertahan untuk menghindari benturan yang mungkin terjadi.Kecepatan dan kelincahan dapat dilatih secara bersama-sama, baik dengan bola maupun tanpa bola.Bagi seorang pemain sepakbola 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 sepakbola yang harus

dikuasai meliputi menendang bola, menghentikan bola, mengontrol bola , gerak tipu, *tackling* , lemparan kedalam dan teknik menjaga gawang. Mengontrol bola diantaranya adalah menjaga dan melindungi bola dengan kai untuk terus dibawa kedepan disebut juga menggiring *(dribbling).*

Menggiring bola tidak hanya membawa bola menyusuri tanah dan lurus ke depan melainkan menghadapi lawan yang jaraknya cukup dekat dan rapat. Hal ini menuntut seorang pemain untuk memiliki kemampuan menggiring bola dengan baik. Menggiring bola adalah membawa bola dengan kaki dengan tujuan melewati lawan.*Dribling* berguna untuk melewati lawan, mencari kesempatan memberi umpan kepada kawan dan untuk menahan bola tetap ada dalam penguasaan .*Dribling* memerlukan ketrampilan yang baik dan dukungan dari unsur-unsur kondisi fisikyang baik pula seperti kecepatan dan kelincahan dapat memberikan kemampuangerak lebih cepat.Dengan metode ulangan yang banyak maka kemampuan *dribbling* yang lincah dan cepat dapat dicapai dan ditampilkan dalam pertandingan.

II. METODE

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel adalah suatu konsep yang memiliki variabelitas atau keragaman yang menjadi fokus penelitian. (Ali, 2009: 31). Berdasarkan judul penelitian, yaitu “Hubungan antara kecepatan dan kelincahan dengan kecepatan menggiring bola pada sepakbola pemain putra di sekolah sepakbola Mahesa Dharma Kediri. Di dalam penelitian ini terdapat 3 variabel sebagai berikut:

1. Variabel bebas (X): Kecepatan (X1) dan Kelincahan (X2)
2. Variabel terikat(Y): Ketrampilan menggiring bola

B. Teknik danPendekatan Penelitian

1. Pendekatan Penelitian

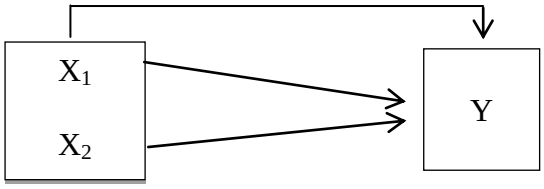
Di dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif adalah analisis yang menggunakan alat analisis bersifat

kuantitatif, yaitu alat analisis yang menggunakan model-model, seperti model matematika(misalnya fungsi multivariate), model statistic, dan ekonometrik. (Misbahuddin dan Iqbal, 2013: 33).

2. Teknik Penelitian

Sesuai dengan permasalahan dan hipotesis yang diajukan maka peneliti ini menggunakan deskripsi analisa yang akan memberikan gambaran sesuai realnya, apa adanya tentang hubungan antara variabel X_1, X_2, dan Y.

Bagan atau skema tentang penelitian antara variabel X_1, variabel X_2, dan variabel Y.



Gambar 3.1. Korelasi Ganda (Husaini dan Purnomo, 2006: 231).

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan, berdasarkan rumusan masalah, analisis data dan pengujian hipotesis disimpulkan sebagai berikut:

1. Ada hubungan yang signifikan antara kecepatan lari dengan ketrampilan menggiring bola. Hasil analisis korelasi antara kecepatan dengan ketrampilan menggiring bola pada pemain putra SSB Mahesa Dharma Kediri diperoleh hasil r hitung = 0,455 >r tabel = 0,361 pada taraf signifikassi 5%.

Berdasarkan hasil analisis korelasi kecepatan (X1) dengan ketrampilan menggiring bola (Y) diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,455. Keberartian dari koefisien korelasi tersebut dapat diuji dengan menggunakan uji r pada α = 5% dengan n = 30 yang diperoleh r tabel = 0,361. Karena r hitung =(0,455) > r tabel = 0,361, maka dapat diputuskan bahwa hipotesis nol (Ho) yang berbunyi “ada hubungan antara kecepatan dengan ketrampilan menggiring bola” **diterima.**

2. Ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan ketrampilan menggiring bola. Hasil analisis korelasi antara kelincahan dengan ketrampilan menggiring bola pada pemain putra SSB Mahesa Dharma Kediri diperoleh hasil r hitung = 0, 390 > r tabel = 0,361 pada taraf signifikasi 5%.

Berdasarkan hasil analisis korelasi kelincahan (X2) dengan ketrampilan menggiring bola (Y) diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,390. Keberartian dari koefisien korelasi tersebut dapat diuji dengan menggunakan uji r pada α = 5% dengan n = 30 yang diperoleh r tabel = 0,361. Karena r hitung =(0,390) > r tabel = 0,361, maka dapat diputuskan bahwa hipotesis nol (Ho) yang berbunyi "ada hubungan antara kecepatan dengan ketrampilan menggiring bola" **diterima.**

3. Ada hubungan yang signifikan antara kecepatan dan kelincahan dengan ketrampilan menggiring bola. Hasil analisis korelasi antara kecepatan dan kelincahan dengan ketrampilan menggiring bola pada pemain putra SSB Mahesa Dharma Kediri diperoleh hasil r hitung = 0,453 > r tabel = 0,361 pada taraf signifikasi 5%. Hasil analisis korelasi ganda juga diperoleh F hitung = 4,48> F tabel = 3,35 pada signifikasi 5%.

Berdasarkan hasil analisis korelasi ganda Kecepatan (X1) kelincahan (X2) dengan ketrampilan menggiring bola (Y) pada tabel di atas diperoleh F hitung = 4,48 pada 5%. Keberartian dari hasil tersebut dapat diuji dengan menggunakan uji F. F tabel dapat dilihat pada tabel statistik pada tingkat signifikasi α = 5% dengan dk pembilang = 2 dan dk penyebut = 30-2-1 = 27. Hasil yang diperoleh untuk F tabel = 3,35 karena F hitung 4,48 > F tabel 3,35 pada signifikasi 5%, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis alternatif (Ha) ditolak dan hipotesis nihil (Ho) **diterima.**

IV. DAFTAR PUSTAKA

Agus Budiarto, 2012. Jurnal Skripsi. Hubungan Antara Kecepatan dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Usia 14-15 Tahun di Sekolah Sepakbola Baturetno Bantul.http://eprints.uny.ac.id/14476/1/Agus%20Budiarto05602241052.pdfdiunduh pada 27 Mei 2016.

http://pecintahockey.blogspot.co.id/2012/06/tes-dan-pengukuran-olahraga.html

http://sportaji.blogspot.co.id/p/blogpage_1322.html

Kurniawan F. 2011. *Buku Pintar Olahraga*. Jakarta: Laskar Aksara.

Maksum A. 2009. *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya.

Misbahuddin dan Hasan I. 2013.*Analisis dan Penelitan dengan Statistik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.

Sajoto. 1995. *Peningkatan & Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Salam Olah Raga*. Semarang: Dahara Prize.

Sugiyono. 2014. *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung: ALFABETA, CV.

Sukadiyanto. 2011. *Pengantar teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta:Universitas Negeri Yogyakarta.

Sukatamsi.1984. *Teknik Dasar Bermail Sepak Bola*. Solo: Tiga Serangkai.

Suprapto.2013. *Metodologi Penelitian Ilmu Pendidikan dan ilmu-ilmu Pengetahuan Sosial*. Yogyakarta: CAPS (Center for Academic Publishing Service).

Sukardi. 2003. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT Bumi Aksara.

Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: ALFABETA, cv.

Tirto Ponco Nugroho, 2005. Jurnal Skripsi. Hubungan Antara Kecepatan dan Kelincahan Terhadap Ketrampilan Menggiring Bola Dalam Sepakbola Pada Siswa Lembaga Pendidikan Sepakbola Atlas Binatama Semarang. (online) tersedia http://lib.unnes.ac.id/748/1/1297.pdf diunduh pada 10 Maret 2016.

Usman H dan Akbar P.S. 2006.*Pengantar Statistik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.

Yudianto L. 2009. *Teknik Bermain Sepak Bola & Futsal*. Surabaya: Visi 7.