JURNAL

HUBUNGAN KECEPATAN DAN KELINCAHAN DENGAN KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA SSB SISWA TAMA U-14 KEDIRI

THE CORRELATION BETWEEN SPEED AND AGILITY WITH THE SKILL OF HERDED THE BALL OF THE FOOTBALL GAME OF THE TAMANAN KEDIRI STUDENTS U-14

Oleh:

ARDHIKA RESTU B

12.1.01.09.0204

Dibimbing oleh :

1. **Drs. SLAMET JUNAIDI, M.Pd**
2. **ABDIAN ASGI S, S.Pd, M.Or**

PROGRAM STUDI PENJASKESREK

FAKULTAS KEGURUAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

TAHUN 2017

SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2017

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap	: Ardhika Restu Budiman
NPM	: 12.1.01.09.0204
Telepun/HP	: 085736004386
Alamat Surel (Email)	: ardhi_restu@yahoo.com
Judul Artikel	: Hubungan Kecepatan Dan Kelincahan Dengan Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola SSB Siswa Tama U-14 Kediri
Fakultas – Program Studi	: FKIP - PENJASKESREK
Nama Perguruan Tinggi	: UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
Alamat Perguruan Tinggi	:Jl. K.H. Ahmad Dahlan 76 Mojoroto, Kota 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, 30 Januari 2017
Pembimbing I	Pembimbing II	Penulis,
Drs. Slamet Junaidi**,** M.Pd NIDN. 0015066801	Abdian Asgi S, S.Pd, M.Or NIDN. 0720028002	Ardhika Restu Budiman NPM. 12.1.01.09.0204

HUBUNGAN `KECEPATAN DAN KELINCAHAN DENGAN KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA SSB SISWA TAMA U-14 KEDIRI

Ardhika Restu Budiman
12.1.01.09.0204
FKIP - PENJASKESREK
ardhi_restu@yahoo.com
Dosen Pembimbing :
Drs. Slamet Junaidi, M.Pd[1] dan Abdian Asgi S, S.Pd, M.Or[2]
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Ardhika Restu B : Hubungan `Kecepatan Dan Keincahan Dengan Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola SSB Siswa Tama U-14 Kediri. Skripsi, PENJASKESREK, FKIP UN Kediri, 2016

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang paling di gemari di seluruh dunia. Demikian juga Indonesia mendapat simpati di hati masyarakat sepak bola di gemari semua lapisan masyarakat baik dari tingkat daerah nasional,internasional dan juga dari mulai anak anak,dewasa

Permainan sepak bola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan tungkai, kecuali penjaga gawang yang dibolehkan menggunakan lengannya di daerah terntu.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif statistik deskriptif adalah statistik yang berfungsi untuk mendeskripsikan atau memberi gambaran terhadap objek yang diteliti melalui data sampel atau populasi sebagaimana adanya, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecepatan dan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola SSB Siswa Tama Kediri.

Metode yang digunakan adalah survei dengan tehnik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitan ini adalah seluruh SSB Siswa Tama yang berjumplah 40 orang dengan pengambilan sempel sebanyak 20 orang purposive sampling.

Hasil pennelitian menunjukan bahwa ada hubungna antara kecepatan dan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada usia 14 tahun di SSB Siswa Tama. Hasil penelitian menunjukan nilai hitung N menunjukan observasi atau sampel sebanyak 20,sedangkan korelasi ditunjukan oleh angka 0,857 yang artinya besarnya korelasi yang terjadi antara variabel motivasi dan ranking adalah sebesar 0,857. Sedangkan angka (2-tailed) adalah 0,000 nilai ini lebih daripada data kritis α = 0,05 (0,001 < 0,05) berati terdapat hubungan yang sangat singnifikan antar ketiga variabel

KATA KUNCI : Kecepatan Dan Kelincahan

LATAR BELAKANG

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang paling di gemari di seluruh dunia. Demikian juga Indonesia mendapat simpati di hati masyarakat sepak bola di gemari semua lapisan masyarakat baik dari tingkat daerah nasional,internasional dan juga dari mulai anak anak,dewasa sepakbola adalah salah satu permainan yang dilakukan dengan cra menyepak bola kian kemari yang diperubutkan para pemain oleh para pemain dengan tujuan memasukan bola kegawang lawan dan mepertahankan gawang mereka sendiri agar tidak kebobolan. Sucipto dkk, (2000: 7) berpendapat bahwa sepak bola berkembang dengan pesat dikalangan masyarakat karena permainan ini dapat dimainkan oleh laki-laki dan perempuan, anak-anak, dewasa, dan orang tua. . Permainan sepak bola tidak sekedar dilakukan untuk tujuan rekreasi dan pengisi waktu luang akan tetapi dituntut suatu prestasi yang optimal. Upaya peningkatan prestasi olahraga harus dilaksanakan sejak usia dini dan hal itu dilaksanakan melalui proses pembinaan dan pengembangan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan.

kegiatan jasmani dan olahraga. Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap, mental, emosional, spiritual, dan sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan.

Setiap cabang olahraga mempunyai tujuan dari permainannya. Tujuanpermainan sepakbola adalah pemain memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawannya dan berusaha menjaga gawangnya agar tidak kemasukan. Perlu keterampilan atau kemampuan yang dikuasai dalam bermain sepakbola. Keterampilan sepakbola antara lain dribbling, passing, control, shooting, heading dan goal keeping. Salah satu diantaranya yaitu dribbling, dribbling adalah keterampilan dasar dalam sepakbola karena semua pemain harus mampu

menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau tembakan (Danny Mielke, 2007: 1).

Menggiring bola merupakan salah satu teknik dasar yang cukup memiliki peranan penting dalam permainan sepakbola, tidak heran jika para pengamat sepakbola khususnya menyatakan bahwa mahirnya seorang pemain dapat dilihat pada bagaimana seorang pemain tersebut menggiring bola. Menggiring bola *(dribbling)* dapat diartikan sebagai suatu teknik menggiring bola. Untuk meningkatkan keterampilan menggiring bola, komponen yang perlu dilatih, seperti : kekuatan, kecepatan, kelentukan, kelincahan dan sebagainya (Danny Mielke, 2007: 3)

Kemampuan dribbling diperlukan oleh seseorang pemain sepakbola dalam menghadapi situasi tertentu dan kondisi pertandingan yang menuntut unsur agility dalam bergerak untuk menguasai bola maupun dalam bertahan untuk menghindari benturan yang mungkin terjadi. *Dribbling* dapat dilatih secara bersama-sama, baik dengan bola maupun tanpa bola. Beberapa metode latihan untuk peningkatan kemampuan *dribbling* antara lain : lari bolak-balik *(shuttle run), squart trust, lari rintangan,* dan *lari zig-zag*. Metode latihan yang bervariasi menentukan peningkatan kemampuan *dribbling* pemain (DannyMielke, 2007: 4).

I. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Menurut Sugiyono (2003: 21) statistik deskriptif adalah statistik yang berfungsi untuk mendeskripsikan atau memberi gambaran terhadap objek yang diteliti melalui data sampel atau populasi sebagaimana adanya, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum. Metode yang digunakan adalah tes unjuk kerja keterampilan bermain sepakbola, teknik pengumpulan data dengan menggunakan tes pengukuran. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kecepatan dan kelincahan dengan keterampilan bermain sepakbola pada pemain sepakbola usia 14tahun di SSB Siswa Tama.

HASIL DAN KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecepatan dan keterampilan mengigiring bola pada sepakbola siswa usia 14 tahun SSB Siswa Tama Kediri. Dengan sig hitung sebesar 0,120 lebih besar dari sig tabel pada α = 0,05dengan N = 20 sebesar 0,000. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa kecepatan mempengaruhi keterampilan bermain sepakbola. Semakin besar kecepatan dan kelincahan seseorang, maka keterampilan bermain sepakbola akan semakin baik, sebaliknya semakin lambat kecepatan dan kelincahannya, maka keterampilan bermain sepakbola semakin lambat pula. Kecepatan merupakan salah satu factor penting yang mempengaruhi gerak. Kecepatan merupakan unsur kemampuan gerak yang harus dimiliki seorang pemain sepakbola sebab dengan kecepatan yang tinggi, pemain yang menggiring bola dapat menerobos dan melemahkan daerah pertahanan lawan. Kecepatan didukung dengan tenaga eksplosif berguna untuk *fastbreak, dribble* dan *passing* kecepatan bukan hanya berarti menggerakkan seluruh tubuh dengan cepat, akan tetapi dapat pula terbatas pada menggerakkan seluruh tubuh dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Kecepatan anggota tubuh seperti tungkai adalah penting pula guna memberikan akselerasi objek-objek eksternal dalam menggiring bola. Kecepatan melibatkan koordinasi otot-otot besar pada tubuh dengan cepat dantepat dalam suatu aktifitas tertentu. Kecepatan dapat dilihat dari sejumlah besar kegiatan dalam olahraga meliputi kerja kaki (*footwork*) yang *efisien* dan perubahan posisi tubuh dengan cepat. Seseorang yang mampu bergerak dengan koordinasi seperti tersebut di atas yang cepat dan tepat berarti memiliki kecepatan yang baik yang berpengaruh terhadap hasil menggiring bola.

Pada variabel kelincahan diperoleh koefisien korelasi sig hitung (0,297) > (0,001) sig tabel pada taraf α = 0,05. Hasil analisis ini menunjukkan bahwa dengan bertambahnya kelincahan pemain sepakbola, maka akan diikuti semakin baiknya keterampilan bermain sepakbola. Kelincahan merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi gerak. Kelincahan adalaah unsur penting yang harus dimiliki seorang pemain karena

kelinchan dengan kelincahan kita bisa melepaskan diri dari kawalan lawan seorang pemain yang kurang lincah dalam melakukan suatu gerakan akan sulit untuk menghindari sentuhan-sentuhan perseorangan yang dapat mengakibatkan kesalahan perseorangan. Kelincahan melibatkan koordinasi otot-otot besar pada tubuh dengan cepat dan tepat dalam suatu aktifitas tertentu. Kelincahan dapat dilihat dari sejumlah besar kegiatan dalam olahraga meliputi kerja kaki (*footwork*) yang efisien dan perubahan posisi tubuh dengan cepat. Kelincahan juga dibutuhkan untuk berbagai cabang olahraga seseorang yang mampu merubah posisi yang berbeda dalam kecepatan tinggi dengan koordinasi yang baik, berarti kelincahannya cukup baik. Individu yang mampu merubah posisi yang satu ke posisi yang lain dengan koordinasi dan kecepatan yang tinggi memiliki kesegaran yang baik dalam komponen kelincaha dalam beberapa hal, kelincahan menyatu dengan tenaga daya tahan. Kelincahan diperlukan sekali dalam melakukan gerak tipu pada saat menggiring bola. Gerak tipu dapat kita kerjakan dengan mengendalikan ketepatan, kecepatan, dan kecermatan. Seorang pemain sepakbola, diharapkan mempunyai kecepatan lari dan kelincahan yang baik, karena dengan hal ini pemain akan memiliki keterampilan bermain sepakbola yang baik pula. Maka setiap pemain sepakbola haruslah melatih kedua faktor tersebut di luar faktor lain yang harus dimiliki oleh setiap pemain sepakbola.

Berdasarkan hasil analisis data,deskripsi dan pengujian hasil penelitian dan pembahasan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut

1. Ada hubungan antra kecepatan dan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada SSB Siswa Tama
2. Ada hubungan antra kelincahan dan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada SSB Siswa Tama
3. Ada hubungan antra kecepatan dan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada SSB Siswa Tama

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto Suharsimi. (2006). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta: Rineka Cipta

.

Arikunto Suharsimi (2010). Prosedur Penelitian. Jakarta PT Rineka Cipta

Arma Abdoellah. (1981). Olahraga Untuk Perguruan Tinggi. Yogyakarta : PT. Sastra Hudaya

Baley, James A. (1986). Pedoman Atlet Teknik Peningkatan Ketangkasan dan Stamina. Semarang: Dahara Prise

Harsono. (1988). Coaching dan Aspek-aspek Psikologi dalam Coaching. Jakarta: PT. Dirjen Dikti P2LPT.Depdiknas. 2008. *Kamus Besar Bahasa Indonesia.* Jakarta: Balai Pustaka.

Mielke, Danny. (2007). Dasar-dasar Sepakbola. Bandung : PT Intan Sejati

Muhajir .(2004). Pendidikan Jasmani Teori dan Praktek. Jakarta: Erlangga

Sucipto, dkk. (2000). Sepakbola. Yogyakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan

Suharno HP.(1985). Ilmu Kepelatihan Olahraga. Yogyakarta IKIP Yogyakarta

Soedjono. (1985). Sepakbola Taktik dan Kerjasama. Yogyakarta : Kedaulatan Rakyat

Sugiyono. (2003). Statistika Untuk Penelitian: Bandung: CV Alfabeta.