JURNAL

HUBUNGAN ANTARA PANJANG TUNGKAI, KECEPATAN DAN KELINCAHAN DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA PERMAINAN SEPAKBOLA WANITA PUTRI CANDRA KIRANA KEDIRI TAHUN 2016

The Relationship Between Limb Length, Speed And Agility With The Ability To Dribble The Soccer Game Putri Candra Kirana Woman's Kediri Year 2016

Oleh :

NOFITRIANASARI

NPM: 12.1.01.09.0523

Di Bimbing Oleh:

1. Ruruh Andayani Bekti, M.Pd.

2. Reo Prasetyo Herpandika, M.Pd.

PROGRAM STUDI PENJASKESREK
FAKULTAS KEGURUAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI
TAHUN 2017

SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2017

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap	: Nofitrianasari
NPM	: 12.1.01.09.0523
Telepun/HP	: 085843490863
Alamat Surel (Email)	: belobella10@yahoo.com
Judul Artikel	: Hubungan Antara Panjang Tungkai, Kecepatan dan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Wanita Putri Candra Kirana Kediri Tahun 2016
Fakultas – Program Studi	: FKIP – PENJASKESREK
Nama Perguruan Tinggi	: Universitas Nusantara PGRI Kediri
Alamat Perguruan Tinggi	: Jln.Ahmad Dahlan No.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 Ruruh Andayani Bekti, M.Pd. NIDN. 0725018205	Pembimbing II Reo Prasetiyo Herpandika, M.Pd. NIDN. 0727078804	Penulis, Nofitrianasari NPM. 12.1.01.09.0523

HUBUNGAN ANTARA PANJANG TUNGKAI, KECEPATAN DAN KELINCAHAN DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA PERMAINAN SEPAKBOLA WANITA PUTRI CANDRA KIRANA KEDIRI TAHUN 2016

Nofitrianasari
12.1.01.09.0523
Belobella10@yahoo.com
FKIP – Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Ruruh Andayani Bekti, M.Pd. dan Reo Prasetyo Herpandika, M.Pd.
.UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

NOFITRIANASARI: Hubungan Antara Panjang Tungkai, Kecepatan Dan Kelincahan Dengan Kemampuan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Wanita Putri Candra Kirana Kediri Tahun 2016, Skripsi, PENJASKESREK, FKIP UN PGRI Kediri, 2016. Kata kunci : sepakbola,kemampuanfisikdanmenggiring bola**.**

Penelitian ini dilatorbelakangi oleh perkembangan olahraga khususnya pada cabang olahraga sepakbola. Sepakbola merupakan permainan yang terus berkembang dari bentuk yang sederhana menjadi permainan yang modern. Sepakbola juga dapat dimainkan oleh para wanita. Teknik permainan yang digunakan tidak ada bedanya dengan laki-laki. Dalam melakukan permainan sepakbola teknik permainan yangbaik tentunya ditunjang dengan kondisi fisik yang baik pula khususnya komponen kekuatan (panjang tungkai, kecepatandankelincahan).Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan panjang tungkai, kecepatan dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola wanita Putri Candra Kirana Kediri Tahun 2016. Objek penelitian ini adalah pemain sepakbola wanita Putri Candra Kirana. Metode dalam analisa ini menggunakan metode kuantitatif korelasi, sedangkan proses pengambilan data dilakukan dengan menggunakan tes pengukuran.

Hasil penelitian ini yaitu Ada hubungan yang signifikan panjang tungkai dengan kemampuan menggiring bola, dimana hasil r_h (0.502) >r_t (0.396) dan t_h (2.784) >t_t (2.069), panjang tungkai berkontribusi sebesar 25.2%. Kecepatan juga memiliki hubungan yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola. Hal ini dibuktikan dengan r_h (0.802) >r_t (0.396) dan t_h (6.428) >t_t (2.069), kecepatan berkontribusi sebesar 64,3%. Untuk variable kelincahan diperolehhasil r_h (0.906) >r_t (0.396) dan t_h (10.306) >t_t (2.069), kelincahan berkontribusi sebesar 82.2%.Berdasarkan hasil di atas maka dapat diketahui hasil korelasi ganda ($R_{x1x2x3y}$) sebesar 0.925 yang artinya >r_{x1y}, r_{x2y}dan r_{x3y} maka dilakukan uji F dengan hasil F_h (41.499) >F_t (3.07) sehingga H_o ditolak dan H_a diterima yang artinya ada hubungan yang signifikan antara panjang tungkai, kecepatan dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pada pemain sepakbola wanita Putri Chandra Kirana Kediri tahun 2016.Berdasarkan koefisien determinasi panjang tungkai, kecepatan dan kelincahan memiliki kontribusi sebesar 85.6% pada kemampuan menggiring bola.

Berdasarkan hasil penelitiaan dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa hubungan panjang tungkai, kecepatan dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola memiliki peranan yang sangat penting. Semakin baik kondisi fisik pemain baik maka semakin baik pula hasil menggiring bola yang dihasilkan.

I. LATAR BELAKANG

Sepakbola adalah suatu cabang olahraga permainan yang populer dan sangat digemari oleh seluruh lapisan masyarakat Indonesia, baik tua maupun muda, laki-laki maupun perempuan. Permainan sepakbola dilakukan di kota-kota besar maupun di pelosok desa. Seiring dengan minat masyarakat terhadap olahraga sepakbola yang begitu besar, lambat laun olahraga sepakbola berkembang dengan pesat.

Teknik dasar permainan sepakbola tersebut menentukan sampai dimana seorang pemain dapat meningkatkan mutu permainannya. Tujuan penguasaan teknik dasar yang baik dan sempurna adalah agar para pemain dapat menerapkan taktik permainan dengan mudah, karena apabila pemain mempunyai kepercayaan pada diri sendiri yang cukup tinggi, maka setiap pengolahan bola yang dilakukan tidak akan banyak membuang tenaga. Adapun macam teknik-teknik dasar dalam permainan sepakbola, meliputi: tenik *dribble* (menggiring), *juggling* (menimang bola), *passing* (mengoper), *trapping* (menghentikan bola), *throw-in* (lemparan kedalam), *heading* (menyundul), *tricks and turns* (mengecoh dan membalik), *shooting* (menendang), bergerak melewati lawan, ketrampilan bertahan, *goal keeper*(penjaga gawang), tendangan bola mati, teknik menyerang dan bertahan.

Berdasarkan uraian di atas peneliti ingin mengetahui tentang kemampuan menggiring bola khususnya pada aspek fisik, dengan melihat pada hubungan antara panjang tungkai, kecepatan dan kelincahan. Oleh karena itu, dalam penelitian ini penulis ingin mengambil judul "Hubungan Antara Panjang Tungkai, Kecepatan Dan Kelincahan Dengan Kemampuan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Wanita Putri Candra Kirana Kediri Tahun 2016".

II. KAJIAN TEORI DAN HIPOTENSIS

A. Kajian Teori

1. Sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya penjaga gawang.
2. Sepakbola berkembang dengan pesat di kalangan masyarakat karena permainan ini dapat dimainkan oleh laki-laki dan perempuan, anak-anak, dewasa dan orang tua. Bukti nyata permainan dapat dilakukan wanita yaitu diselenggarakan sepakbola wanita pada kejuaraan Dunia 1999. Dalam final hasil tim AS melawan China, sungguh nyatidak kalah menarik dengan partai final World Cup 1998 antara Francis lawan Brasil (Sucipto dkk. 2000:7).
3. Panjang tungkai adalah jarak vertikal antara telapak kaki sampai dengan pangkal paha yang diukur dengan cara berdiri tegak.

4. Kecepatan adalah kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan sejenis secara berturut-turut dalam waktu yang sesingkat-singkatnya atau kemampuan untuk menempuh suatu gerak dalam waktu yang sesingkat-singkatnya (Harsono, 1988 : 216).

5. Kelincahan merupakan salah satu komponen fisik yang banyak dipergunakan dalam olahraga. Menurut Koger (2005: 3) “kelincahan sangat diperlukan agar pemain dapat bergerak dengan gesit sambil tetap menjaga keseimbangan tubuhnya”.

6. Menggiring bola merupakan salah satu teknik dasar yang cukup memiliki peranan penting dalam permainan sepak bola,tidak heran jika para pengamat sepakbola khususnya mengatakan bahwa mahirnya seorang pamain dapat dilihat pada bagaimana seorang pemain tersebut menggiring bola.

B. Kerangka Berfikir

Kerangka berfikir merupakan konsep dasar pemikiran seorang peneliti untuk menggambarkan kerterkaitan antara variabel-variabel penelitian berdasarkan teori-teori yang ada. Oleh karena itulah, berdasarkan teor-teori dan pendapat para ahli yang dikemukakan pada tinjauan pustaka, dapat disimpulkan kerangka berfikir dalam penelitian ini adalah jika seorang pemain memiliki panjang tungkai, kecepatan dan kelincahan maka kemampuan dalam menggiring bola bisa menjadi lebih baik karena semakin baik tingkat kondisi fisik seseorang maka semakin baik pula kemampuan dalam menggiring bola, namun hal ini perlu dibuktikan dengan suatu penelitian secara langsung.

C. Hipotesis

Hipotesis merupakan kesimpulan sementara dari suatu penelitian yang dirumuskan berdasarkan tinjauan pustaka dan kerangka berfikir. Berdasarkan deskripsi teoritik dan kerangka berpikir di atas, maka diajukan hipotesis "Ada hubungan yang signifikan antara panjang tungkai, kecepatan dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola wanita Putri Candra Kirana Kediri Tahun 2016. Sehingga perlu pembuktian kebenarannya melalui tindakan penelitian.

III. METODE PENELITIAN

A. Teknik Penelitian

Pada penelitian ini peneliti menggunkan teknik (metode) penelitian korelasi. Dimana dalam penelitian ini digunakan mengetahui pengaruh ataupun juga hubungan antara dua variabel atau lebih. Dalam penelitian ini teknik penelitian korelasi digunakan untuk mengetahui hubungan antara kecepatan dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pada

permainan sepakbola wanita Putri Candra Kirana Kediri Tahun 2016.

B. Pendekatan Penelitian

Pendekatan penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Sugiyono (2013: 23) "data kuantitatif adalah data yang berbentuk angka". Hal ini digunakan karena data-data yang diperoleh dalam bentuk angka-angka pernyataan (kuantitatif). Sedangkan data kuantitatif tersebut diperoleh melalui tes dan pengukuran yang dilakukan secara langsung di lapangan.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di lapangan sepakbola Tugurejo pada 7-20 November 2016 pukul 15.00 wib pada saat latihan rutin sepakbola wanita Putri Candra Kirana Kediri. Pengambilan data penelitian ini mulai dilakukan setelah mendapat persetujuan dari pihak Universitas dan klub setempat sampai terselesaikannya pengambilan data penelitian skripsi.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

   Dalam mengadakan penelitian maka peneliti harus mengetahui terlebih dahulu berapa jumlah populasi yang terdapat pada objek penelitian. Tanpa populasi suatu penelitian tidak akan mungkin dapat berjalan, sebab populasi merupakan suatu objek yang menjadi sasaran penelitian dan telah dirumuskan secara jelas.

   Menurut Sugiyono (2013: 61) "Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya". Dalam penelitian ini seluruh anggota (orang) yang tergabung dalam klub sepakbola wanita Putri Candra Kirana Kedirimerupakan suatu populasi. Populasi dalam penelitian ini terdiri dari pengurus, pelatih, manager, medis, kiper dan pemain Putri Candra Kirana Kediri sebanyak 30 orang.

2. Sampel

   Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono,2013: 62). Jadi apabila populasi dalam jumlah besar dan peneliti tidak mungkin mengambil semuanya misalkan karena ada

keterbatasan dana, tenaga waktu dan biaya, maka peneliti dapat menggunakan sampel tersebut. Dalam melakukan pengambilan sampel diperlukan teknik sampling yang tepat.Adapun cara penentuan sampel ini menggunakan teknik *total sampling*, yaitu pengambilan anggota sampel yang dilakukan berdasarkan tujuan peneliti. Dari 30 orang yang terdapat pada klub Putri Candra Kirana Kediri maka yang akan digunakan sebagai sampel sesuai dengan tujuan peneliti yaitu hanya terfokus pada pemain sepakbolawanita Putri Candra Kirana sebanyak 25 pemain.

E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alatfasilitas yang dipakai dalam penelitian atau sistem dalam suatu tes yang digunakan untuk menggali data.

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah teknik tes dan pengukuran. Menurut Sajoto (1995: 18) tes dan pengukuran adalah suatu cara penelitian yang digunakan untuk mengukur kondisi fisik seseorang.

F. Teknik Analisis Data

Untuk mengetahui hubungan antara variable bebas dengan satu variable terikat di atas maka peneliti menggunakan teknik statistik analisis regresi korelasi. Rumus yang digunakan untuk menghitung korelasi *product moment* dan analisis regresi, koefisien hasil korelasi antara panjang tungkai (X_1), kecepatan (X_2) dan kelincahan (X_3) dengan kemampuan menggiring bola (Y).

1. Berikut rumus untuk mencari rerata (Mean):

   $$Me = \frac{\Sigma X_i}{n}$$

   Sugiyono (2013: 49)

   Dimana :

   Me = Mean (rata-rata)

   $\sum$ = Jumlah

   X_i = nilai X ke i sampai ke n

   n = Jumlah individu (sampel)

2. Rumusyang digunakan untuk menghitungkorelasiproduct moment dari masing masing variabel yang berfungsi untuk mengetahui koefisien hasil korelasi r_1, r_2, dan r_3

$$r = \frac{n\sum XY-(\Sigma X)(\Sigma Y)}{\sqrt{(n\sum X^2-(X)^2)(n\sum Y^2-(Y)^2)}}$$

Sugiyono (2013: 228)

Keterangan:

$\sum XY$ = Jumlahperkalianantara variabel X dan Y

ΣX = Jumlah variabel X

ΣY = Jumlah variabel Y

r = Koefisien korelasi product moment

Untuk mengetahui kualitas keberartian regresi korelasi product moment dapat menggunakan tabel juga dapat dihitung dengan uji t berikut:

$$t_{hitung} = \frac{r\ \sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

(Sugiyono, 2013: 230)

Dimana :

t_{hitung} = koefisien keberartian regresi

n = jumlah sampel

r = koefisien korelasi antara variabel productor sama variabel terikat.

3. Untuk menghitung korelasi ganda dengan tiga variabel bebas (R) yang berfungsi untuk mengetahui angka yang menunjukkan arah dan kuatnya hubungan antar dua variabel independen atau lebih dengan variabel dependen menggunakan analisis regresidenganaplikasi SPSS release 20 for windows.

3. Untuk pengujian signifikan terhadap koefisien korelasi ganda, menggunakan rumus:

$$F_h = \frac{R^2/k}{(1-R^2)/(n-k-1)}$$

(Sugiyono, 2013: 235)

Keterangan :

F_h = harga F hitung garis regresi

R = Koefisien korelasi ganda

k = Jumlah Variabel Independen

n = Jumlah sampel

Pengujian distribusi F digunakan untuk membandingkan signifikansi antara F hitung (F_h) dengan F tabel (F_t) yang terdapat pada tabel. F tabel dengan dk pembilang = k dan dk penyebut = (n – k – 1) dengan taraf kesalahan 5%.Apabila hasil Fhitung (F_h) > Ftabel(F_t), maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan atau dengan kata lain signifikan (sesuai). Namun sebaliknya jika Fhitung (F_h) <Ftabel (F_t), maka H_0 diterima sehingga dapat disimpulkan tidak ada hungan jadi variabel bebas tidak

memiliki hubungan dengan variabel terikat.

IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hubungan antara panjang tungkai (X_1), kelincahan (X_2) dan kecepatan (X_3) dengan kemampuan menggiring bola (Y)

Sedangkan koefisien korelasi berganda dengan tiga prediktor sebesar 0.925 dengan besar hubungan 85.6%. Jadi kelincahan dan kecepatan memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan menggiring bola. Seorang pemain sepakbola, diharapkan mempunyai panjang tungkai, kelincahan dan kecepatan lari yang baik, karena dengan hal ini pemain akan memiliki keterampilan bermain sepakbola yang baik pula. Maka setiap pemain sepakbola haruslah melatih ketiga faktor tersebut di luar faktorlain yang harus dimiliki oleh setiap pemain sepakbola.

V. SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil perhitungan dan hasil penelitian dapat diambil beberapa simpulan antara lain:

1. Hasil analisis koefisien korelasi product moment untuk panjang tungkai sebesar 0.502 dengan probabilitas 0.01< 0.05, yang berarti hipotesis diterima, dengan demikian panjang tungkai berhubungan secara signifikan dengan kemampuan menggiring bola pada pemain sepakboa wanita Putri Chandra Kirana Kediri tahun 2016. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi ukuran tungkai seseorangmaka akan semakin baik kemampuan dalam menggiring bola.
2. Hasil analisis koefisien korelasi product moment untuk kecepatan sebesar 0.802 dengan probabilitas 0.000< 0.05, yang berarti hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan ada hubungan secara signifikan antara kecepatan dengan menggiring bola pada pemain sepakboa wanita Putri Chandra Kirana Kediri tahun 2016. Hal ini berarti bahwa dengan bertambahnya kecepatan akan diiikuti pula peningkatan kemampuan dalam menggiring bola.
3. Hasil analisis koefisien korelasi product moment untuk kelincahan sebesar 0.906 dengan probabilitas 0.000 < 0.05, yang berarti hipotesis diterima, dengan demikian kelincahan berhubungan secara signifikan dengan kemampuan menggiring bola pada

pemain sepakboa wanita Putri Chandra Kirana Kediri tahun 2016. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi kelincahan seseorang akan diikuti naiknya kemampuan dalam menggiring bola.

4. Hasil analisis korelasi dengan tiga prediktor sebesar 0.925 yang diuji keberartiannya menggunakan uji F diperoleh Fhitung sebesar 41.499 dengan probabilitas 0.000< 0.05, yang berarti hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara anjang tungkai, kelincahan dan kecepatan dengan hasil menggiring bola pada pemain sepakboa wanita Putri Chandra Kirana Kediri tahun 2016. Hal ini berarti bahwa dengan bertambahnya panjang tungkai, kelincahan dan kecepatan secara bersama-sama akan diiikuti pula peningkatan kemampuan dalam menggiring bola.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian diatas, peneliti mengajukan saran-saran sebagai berikut :

1. Bagi pelatih sepakbola, hendaknya memperhatikan panjang tungki, kelincahan dan kecepatan ketika memberikan program latihan karena komponen kondisi fisik tersebut dapat mempengaruhi keterampilan bermain sepakbola khususnya dalam kemampuan menggiring bola.
2. Bagi pemain sepakbola supaya menambah latihan-latihan kodisi fisik yang lain, yang dapat mendukung dan mengembangkan keterampilan bermain sepakbola khsusnya kemampuan menggiring bola.
3. Dalam skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu bagi peneliti selanjutnya hendaknya mengembangkan dan menyempurnakan instrumen penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

Csanadi Arpad. 1972. *Soccer*. Budapest : Corvina press

Faruq, Muhammad Muhyi & Albertus, Fenanlampir, 2015. *Tes & Pengukuran dalam Olahraga*. Yogyakarta: CV Andi Offset

FIFA. 2010. *Peraturan Sepakbola*. Tidak dipublikasikan.

Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-Aspek Pskologis dalam Coaching*. Jakarta: CV. Tambak Kusuma

Koger, Robert. 2005. *Latihan Dasar Andal Sepak Bola Remaja*. Klaten: Saka Mitra Kompetensi.

Nurhasan. 2001. Tes *Dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani:Prinsip-Prinsip Penerapannya.* Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.

PSSI. *Sejarah PSSI,* (Online), (http://www.pssi.or.id/dev/page/detail/5/Sejarah-PSSI, diakses pada 06 Agustus 2016).

Sajoto, M. 1995. *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang: Semarang Press.

Soedjono. 1985. *Sepakbola: Taktik dan Kerjasama*. Yogyakarta: PT. Badan Penerbit Kedaulatan Rakyat.

Sucipto dkk. 2000. *Sepak Bola*.

Departemen Pendidikan Nasional.

Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung : Alfabeta

Suharno, HP. 1993. *MetodologiPelatihan, Seri BahanPenataranPelatihTingkatDasar*, PusatPendidikan dan Penataran, Jakarta

Sukatamsi. 1984. *Teknik Dasar Bermain Sepakbola.* Surakarta : Tiga Serangkai

Syaifuddin. 1992. *Anatomi Fisiologi Untuk Siswa Perawat.* Jakarta : Kedokteran EGC.

UN PGRI. 2015. *Panduan Penulisan Karya Tulis Ilmiah. Kediri*: LPPM

Woodgrovesec.moe.edu.sg, 2015. *Shuttle Run*. Diaskses pada jum'at 23 September 2016 pukul 18.15