ARTIKEL

HUBUNGAN ANTARA MATA DAN TANGAN, MATA DAN KAKI, DAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DENGAN KECEPATAN REAKSI KIPER SSB SE KERTOSONO

Oleh:

HARDHA PARMA PUTRA

13.1.01.09.0238

Dibimbing oleh :

1. Drs. Setyo Harmono, M.Pd

2. Reo Prasetiyo Herpandika, M.Pd.

PROGRAM STUDI PENJASKESREK

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

2018

SURAT PERNYATAAN

ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2018

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap	: Hardha Parma Putra
NPM	: 13.1.01.09.0238
Telepon/HP	: 08981346273
Alamat Surel (Email)	: hardhapp@gmail.com
Judul Artikel	: Hubungan Antara Mata dan Tangan, Mata dan Kaki, dan Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Kecepatan Reaksi Kiper SSB se Kertosono
Fakultas – Program Studi	: Keguruan dan Ilmu Pendidikan – Penjaskesrek
Nama Perguruan Tinggi	: Universitas Nusantara PGRI Kediri
Alamat Perguruan Tinggi	: Jl. KH. Ahmad Dahlan No. 76 Mojoroto Kota Kediri

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, 25 Januari 2018
Pembimbing I	Pembimbing II	Penulis,
Drs. Setyo Harmono, M.Pd NIDN. 0727095801	Reo Prasetiyo Herpandika M.Pd. NIDN. 0727078804	Hardha Parma Putra NPM. 13.1.01.09.0238

HUBUNGAN ANTARA MATA DAN TANGAN, MATA DAN KAKI, DAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DENGAN KECEPATAN REAKSI KIPER SSB SE KERTOSONO

Hardha Parma Putra
13.1.01.09.0238
FKIP-PENJASKESREK
hardhapp@gmail.com
Drs. Setyo Harmono, M.Pd.[1], Reo Prasetiyo Herpandika, M.Pd.[2]
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Penelitian ini di latar belakangi hasil pengamatan dan pengalaman peneliti, bahwa kiper klub ssb se kertosono masih banyak ada kekurangannya mulai dari kesiapan maupun kesigapan mengantisipasi datangnya bola yang mengarah kegawang kiper tersebut saat latihan.

Permasalahan penelitian ini adalah (1) Adakah hubungan antara mata dan tangan dengan kecepatan reaksi kiper pada klub ssb se kertosono? (2) Adakah hubungan antara mata dan kaki dengan kecepatan reaksi kiper pada klub sepak bola se Kertosono? (3) Adakah hubungan antara daya ledak otot tungkai dengan kecepatan reaksi kiper pada klub sepak bola se Kertosono? (4) Adakah hubungangan antara mata dan tangan, mata kaki dan daya ledak otot tungkai dengan kecepatan reaksi kiper pada klub sepak bola se Kertosono?

Penelitian menggunakan instrumen berupa pengumpulan data. Dan menggunakan uji normalitas, kelinearitas, homogenitas, uji t dan uji f. Dengan demikian penelitian ini bertujuan mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel X dan Y sehingga jenis penelitan ini menggunakan metode deskriptif korelasional.

Hasil uji t untuk variabel X_1 membandingkan t_{hitung} dengan t_{tabel}, pada taraf 5% dengan jumlah sampel (N) sebanyak 20 diperoleh nilai t_{tabel} sebesar 2,086. Pada X_1 dengan Y diperoleh nilai t_{hitung} = 2,803 > t_{tabel} = 2,086 dengan sig. 0,013 < 0,05 (taraf signifikan 5%). Hasil uji t untuk variabel X_2 membandingkan t_{hitung} dengan t_{tabel}, pada taraf 5% dengan jumlah sampel (N) sebanyak 20 diperoleh nilai t_{tabel} sebesar 2,086. Pada X_2 dengan Y diperoleh nilai t_{hitung} = 3,712 > t_{tabel} = 2,086 dengan sig. 0,006 < 0,05 (taraf signifikan 5%). Hasil uji t untuk variabel X_3 membandingkan t_{hitung} dengan t_{tabel}, pada taraf 5% dengan jumlah sampel (N) sebanyak 20 diperoleh nilai t_{tabel} sebesar 2,086. Pada X_1 dengan Y diperoleh nilai t_{hitung} = 2,181 > t_{tabel} = 2,086 dengan sig. 0,044 < 0,05 (taraf signifikan 5%). Hasil uji ANOVA atau F *test* pada hasil uji statistik di atas pada taraf 5% dengan jumlah sampel (N) sebanyak 20 diperoleh nilai F_{tabel} sebesar 3,10. Pada F_{hitung} diperoleh nilai sebesar 5,187 > F_{tabel} 3,10 dengan tingkat signifikansi 0,011 <0,05, maka Ha diterima, H_0 ditolak.

Berdasarkan hasil penelitian ini, di sarankan: latihan mata dan tangan, mata dan kaki, dan daya ledak otot tungkai dengan kecepatan reaksi kiper harus dilatih secara rutin agar berkembang secara baik, agar dapat terciptanya kiper yang handal dan profesional dalam bermain sepakbola.

KATA KUNCI : : mata dan tangan, mata dan kaki, daya ledak otot tungkai, kecepatan reaksi.

I. LATAR BELAKANG

Sepak bola olahraga paling banyak diminati anak kecil maupun dewasa khususnya laki-laki, sebagian perempuan juga mulai menyukainya. Sepak bola dimainkan dengan kaki kecuali kiper yang di perbolehkan memegang bola di area gawang dan di mainkan 11 pemain.

Sepak bola adalah permainan dengan cara menendang sebuah bola yang diperebutkan oleh para pemain dari dua kesebelasan yang berbeda dengan bermaksud memasukan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri jangan sampai kemasukan bola. (Subagyo, 2010: 3).

Selaras dengan kenyataan yang ada, maka kebutuhan masyarakat untuk berolahraga terus meningkat sesuai dengan tujuan dan manfaat olahraga yang tak perlu di ragukan lagi. Dalam pembentukan fisik dapat di artikan latihan-latihan tetap atau berolahraga akan memperkuat tubuh dan faal organisme", agar mendapatkan kesehatan tubuh yang sempurna masyarakat sangat diperlukan berolahraga yang rutin maupun secukupnya.

Dengan adanya kecenderungan prestasi yang meningkat, maka untuk berpartisipasi dan bersaing antar klub dalam kegiatan olahraga prestasi harus dikembangkan kualitas, fisik, teknik, psikologi dan sosial yang di tuntut oleh cabang tertentu. oleh karena itu melalui pengembangan dan pengarahan perlu di ketahui teknik sepak bola yaitu diantaranya, menendang, menghentikan, menggiring, menyundul, merampas, lemparan, menjaga gawang.

Disini akan membahas salah satu tugas pemain sepak bola yang juga sangat penting dalam permainan sepak bola yaitu penjaga gawang, peran penjaga gawang sangatlah penting sebab terjadinya gol di karenakan kiper kurang sigap dalam mengantisipasi bola yang di tendang ke arah gawang, selain itu insting penjaga gawang harus benar-benar tau dan sigap akan arah datangnya bola yang telah di *shooting* ke arah gawang, saat melakukan observasi awal peneliti di sebuah klub SSB uptd Kertosono, SSB Rajawali, SSB Saylendra Indonesia, SSB Banaran, SSB Pecuk, sepak bola yang berada di Kertosono sangatlah kurang maksimal latihanya termasuk penjaga

gawang tersebut, kurangnya latihan tersebut dapat mempengaruhi permainan seorang kiper, penelititi rasa kiper tersebut cukup banyak masalah di dalam latihan tersebut, kurangnya kesigapan di pengaruhi antara lain mata dan tangan kurang tepat, mata dan kaki juga kurang ada reaksi dan kekuatan otot tungkainya pun juga kurang kuat.

Berdasarkan permasalahan di atas maka peneliti ingin mengajukan judul "Hubungan antara mata dan tangan, mata dan kaki dan daya ledak otot tungkai dengan kecepatan reaksi kiper SSB se Kertosono".

Identifikasi Masalah

Dari latar belakang yang telah dipaparkan timbul bebarapa masalah ketika sebuah klub sepak bola se Kertosono masih mempunyai seorang kiper atau penjaga gawang yang kurang maksimal saat berlatih, dengan cara melatih antara mata tangan, mata kaki dan daya ledak otot tungkai dapat melatih reaksi maupun ketepatan seorang penjaga gawang. Apabila penjaga gawang bisa melatih mata dan tangan, mata dan kaki, dan daya ledak otot tungkainya, akan lebih maksimal latihannya dan permainanya.

Batasan Masalah

Dengan mengingat betapa luasnya permasalahan yang mungkin muncul dalam menunjang peningkatan ketepatan dan kecepatan reaksi kiper, sesuai dengan identifikasi masalah diatas, maka penelitian ini akan dibatasi kepada "Hubungan antara mata dan tangan, mata dan kaki dan daya ledak otot tungkai dengan kecepatan reaksi kiper pada klub sepak bola se Kertosono tahun 2017"

Rumusan Masalah

Berdasarkan perumusan masalah, identifikasi masalah di atas, maka masalah dalam penelitian harus dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Adakah hubungan antara mata dan tangan dengan kecepatan reaksi kiper pada klub sepak bola se Kertosono?
2. Adakah hubungan antara mata dan kaki dengan kecepatan reaksi kiper pada klub sepak bola se Kertosono?
3. Adakah hubungan antara daya ledak otot tungkai dengan kecepatan reaksi kiper pada klub sepak bola se Kertosono?
4. Adakah hubungangan antara mata dan tangan, mata kaki dan daya ledak otot tungkai dengan kecepatan reaksi kiper pada klub sepak bola se Kertosono?

Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan diatas maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Mengetahui hubungan antara mata dan tangan dengan kecepatan reaksi kiper pada klub sepak bola se Kertosono.
2. Mengetahui hubungan antara mata dan kaki dengan kecepatan reaksi kiper pada klub sepak bola se Kertosono.
3. Mengetahui hubungan antara daya ledak otot tungkai dengan kecepatan reaksi kiper pada klub sepak bola se Kertosono.
4. Mengetahui hubungangan antara mata dan tangan, mata dan kaki dan daya ledak otot tungkai dengan kecepatan reaksi kiper pada klub sepak bola se Kertosono.

Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis
   a. Memberikan perkembangan pengetahuan dan memberikan gambaran tentang hubungan antara mata dan tangan, mata dan kaki dan daya ledak otot tungkai dengan kecepatan reaksi kiper.
   b. Penelitian ini dapat dijadikan kajian penelitian selanjutnya agar hasil yang didapat lebih bagus.
2. Manfaat Praktis
   a. Bagi Pelatih.

      Dapat mengetahui hubungan signifikan antara mata dan tangan, mata dan kaki dan daya ledak otot tungkai dengan kecepatan reaksi kiper, sehingga pelatih bisa lebih terpacu untuk meningkatkan program latihan antara mata tangan, mata kaki dan daya ledak otot tungkai dengan kecepatan reaksi kiper yang maksimal.

   b. Bagi Pemain (kiper)

      Dapat mengetahui hubungan signifikan antara mata tangan, mata kaki dan daya ledak otot tungkai dengan kecepatan reaksi kiper, sehingga diharapkan kiper bisa lebih terpacu melakukan program latihan.

II. METODE

Identifikasi Variabel Penelitian

Pada penelitian ini termasuk jenis penelitian korelasi, karena terdapat "Hubungan antara mata dan tangan, mata dan kaki, dan daya ledak otot tungkai dengan kecepatan reaksi kiper". Dan menggunakan variabel kuantitatif karena banyaknya latihan yang lebih maksimal yang akan dihasilkan kiper saat berlatih akan dapat menghasilkan kiper yang terbaik.

Teknik dan Pendekatan Variabel

Sesuai dengan masalah-masalah dan hipotesis serta judul penelitian yang menghubungkan antara mata tangan, mata kaki, dan daya ledak otot

tungkai terhadap reaksi kiper. Dengan demikian penelitian ini bertujuan mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel X dan Y sehingga jenis penelitan ini menggunakan metode deskriptif korelasional.

Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian ini adalah di stadion Kertosono Jalan Raya Baron, Kedung Soko, Sukomoro, Tembarak, Kertosono, Kabupaten Nganjuk, Jawa Timur 64481, Indonesia. Penelitian ini dilaksanakan dari bulan agustus 2017 sampai bulan september

Populasi

1. Populasi

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah kiper SSB se Kertosono yang berjumlah 5 klub, yaitu ssb Saylendra, ssb Banaran, ssb Pecuk, ssb UPTD Kertosono .

2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini menggunakan sampel jenuh, sampel yang kurang dari 30 sampel yaitu 20 kiper dari 5 SSB se Kertosono.

Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

a. Tes Mata dan Tangan

Instrumen tes mata dan tangan dilakukan dengan menggunakan lempar tangkap bola ke arah sasaran dinding, berapa lemparan dan tangkapan yang berhasil dilakukan kiper. Fasilitas dan alat yang digunakan adalah bola tenis, tembok sasaran.

b. Tes Mata dan Kaki

Instrumen tes mata kaki yang dilakukan dengan men*drible* bola kearah luar dan ke dalam menurut alur yang telah ditentukan. Fasilitas dan alat yang digunakan adalah lapangan, bola, kun.

c. Tes daya ledak otot tungkai

Instrumen tes daya ledak otot tungkai yang dilakukan dengan tes *Vertical jump,* Fasilitas dan alat yang di gunakan adalah dinding, papan, bubuk kapur, meteran.

d. Tes Kecepatan Reaksi

Instrumen tes kecepatan reaksi yang di lakukan dengan waktu reaksi tangan dengan rangsang visual. Fasilitas *The Nelson Reaction Timer* (Tongkat bersekala), meja, kursi,bangku, formulir tes dan alat tulis.

Teknik Analisis Data

1. Prasyarat Analisis

a. Uji Normalitas Data

b. Uji Linearitas

c. Uji Homogenitas

d. Uji T dan F

III. HASIL DAN KESIMPULAN

HASIL

1. Hubungan mata dan tangan dengan kecepatan reaksi (X1-Y).

Berdasarkan dari hasil uji t untuk variabel X_1 (mata dan tangan) membandingkan t_{hitung} dengan t_{tabel}, pada taraf 5% dengan jumlah sampel (N) sebanyak 20 diperoleh nilai t_{tabel} sebesar 2,086. Pada X_1 dengan Y diperoleh nilai t_{hitung} = 2,803 > t_{tabel} = 2,086 dengan sig. 0,013 < 0,05 (taraf signifikan 5%). Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima berarti ada hubungan antara mata dan tangan dengan kecepatan reaksi kiper pada klub sepak bola se Kertosono

2. Hubungan mata dan kaki dengan kecepatan reaksi (X2-Y).

Berdasarkan Hasil uji t untuk variabel X_2 (mata kaki) membandingkan t_{hitung} dengan t_{tabel}, pada taraf 5% dengan jumlah sampel (N) sebanyak 20 diperoleh nilai t_{tabel} sebesar 2,086. Pada X_2 dengan Y diperoleh nilai t_{hitung} = 3,712 > t_{tabel} = 2,086 dengan sig. 0,006 < 0,05 (taraf signifikan 5%). Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima berarti ada hubungan antara mata dan kaki dengan kecepatan reaksi kiper pada klub sepak bola se Kertosono.

3. Hubungan daya ledak otot tungkai dengan kecepatan reaksi (X3-Y).

Berdasarkan Hasil uji t untuk variabel X_3 (daya ledak otot tungkai) membandingkan t_{hitung} dengan t_{tabel}, pada taraf 5% dengan jumlah sampel (N) sebanyak 20 diperoleh nilai t_{tabel} sebesar 2,086. Pada X_1 dengan Y diperoleh nilai t_{hitung} = 2,181 > t_{tabel} = 2,086 dengan sig. 0,044 < 0,05 (taraf signifikan 5%). Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima berarti ada hubungan antara daya ledak otot tungkai dengan kecepatan reaksi kiper pada klub sepak bola se Kertosono.

4. Hubungan mata dan tangan, mata dan kaki dan daya ledak otot tungkai dengan kecepatan reaksi (X1, X2, X3 - Y).

Berdasarkan hasil uji ANOVA atau F *test* pada hasil uji statistik di atas pada taraf 5% dengan jumlah sampel (N) sebanyak 20 diperoleh nilai F_{tabel} sebesar 3,10. Pada F_{hitung} diperoleh nilai sebesar 5,187 > F_{tabel} 3,10 dengan tingkat signifikansi 0,011 <0,05, maka Ha diterima, H_0 ditolak. Hal ini dapat dinyatakan bahwa variabel independen yang meliputi mata dan tangan, mata dan kaki dan daya ledak otot tungkai secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap variabel

independen kecepatan reaksi kiper pada klub sepak bola se Kertosono.

KESIMPULAN

Berdasarkan pada hasil analisis data, deskripsi, pengkajian hasil penelitian, dan pembahasan, maka dapat di simpulkan beberapa hal sesuai dengan permasalahan – permasalahan dalam penelitian ini. Adapun simpulan tersebut adalah sebagai berikut.

1. Ada hubungan antara mata dan tangan dengan kecepatan reaksi kiper ssb se Kertosono tahun 2017. Berdasarkan dari hasil uji t untuk variabel X_1 (mata dan tangan) membandingkan t_{hitung} dengan t_{tabel}, pada taraf 5% dengan jumlah sampel (N) sebanyak 20 diperoleh nilai t_{tabel} sebesar 2,086. Pada X_1 dengan Y diperoleh nilai t_{hitung} = 2,803 > t_{tabel} = 2,086 dengan sig. 0,013 < 0,05 (taraf signifikan 5%). Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima berarti ada hubungan antara mata dan tangan dengan kecepatan reaksi kiper pada klub sepak bola se Kertosono.
2. Ada hubungan antara mata dan kaki dengan kecepatan reaksi kiper ssb se Kertosono tahun 2017. Berdasarkan Hasil uji t untuk variabel X_2 (mata kaki) membandingkan t_{hitung} dengan t_{tabel}, pada taraf 5% dengan jumlah sampel (N) sebanyak 20 diperoleh nilai t_{tabel} sebesar 2,086. Pada X_2 dengan Y diperoleh nilai t_{hitung} = 3,712 > t_{tabel} = 2,086 dengan sig. 0,006 < 0,05 (taraf signifikan 5%). Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima berarti ada hubungan antara mata dan kaki dengan kecepatan reaksi kiper pada klub sepak bola se Kertosono.
3. Ada hubungan daya ledak otot tungkai dengan kecepatan reaksi kiper ssb se Kertosono tahun 2017. Berdasarkan Hasil uji t untuk variabel X_3 (daya ledak otot tungkai) membandingkan t_{hitung} dengan t_{tabel}, pada taraf 5% dengan jumlah sampel (N) sebanyak 20 diperoleh nilai t_{tabel} sebesar 2,086. Pada X_1 dengan Y diperoleh nilai t_{hitung} = 2,181 > t_{tabel} = 2,086 dengan sig. 0,044 < 0,05 (taraf signifikan 5%). Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima berarti ada hubungan antara

daya ledak otot tungkai dengan kecepatan reaksi kiper pada klub sepak bola se Kertosono.

4. Ada hubungan antara mata dan tangan, mata dan kaki, dan daya ledak otot tungkai dengan kecepatan reaksi kiper ssb se Kertosono tahun 2017. Berdasarkan hasil uji ANOVA atau F *test* pada hasil uji statistik di atas pada taraf 5% dengan jumlah sampel (N) sebanyak 20 diperoleh nilai F_{tabel} sebesar 3,10. Pada F_{hitung} diperoleh nilai sebesar 5,187 > F_{tabel} 3,10 dengan tingkat signifikansi 0,011 <0,05, maka Ha diterima, H_0 ditolak. Hal ini dapat dinyatakan bahwa variabel independen yang meliputi mata dan tangan, mata dan kaki dan daya ledak otot tungkai secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap variabel independen kecepatan reaksi kiper pada klub sepak bola se Kertosono.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Subagio, 2010. *Pedoman Pelaksanaan Pengembangan Tes Kecakapan "David Lee" Untuk Sekolah Sepakbola (SSB) Kelompok Umur 14-15 Tahun.* Tesis . Yogyakarta: FIK UNY.