ARTIKEL

SUMBANGAN TINGGI BADAN, KECEPATAN LARI DAN KELINCAHAN DENGAN KETRAMPILAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA PUTRA SMA NEGERI 6 KOTA KEDIRI TAHUN PELAJARAN 2017/2018

Oleh:

BUDI SANTOSO
NPM : 13.1.01.09.0075

Dibimbing oleh :

1. **Ruruh Andayani Bekti, M.Pd**
2. **Dhedhy Yuliawan, M.Or**

PROGRAM STUDI PENJASKESREK

FAKULTAS ILMU KAGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

2018

SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2018

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap	: Budi Santoso
NPM	: 13.1.01.09.0075
Telepun/HP	: 085749050015
Alamat Surel (Email)	: budi.electone@gmail.com
Judul Artikel	: Sumbangan Tinggi Badan, Kecepatan Lari dan Kelincahan dengan Ketrampilan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola pada Siswa Putra SMA Negeri 6 Kota Kediri Tahun Pelajaran 2017/2018
Fakultas – Program Studi	: FKIP - Penjaskesrek
Nama Perguruan Tinggi	: Universitas Nusantara PGRI Kediri
Alamat Perguruan Tinggi	: Jalan KH. Achmad 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, Febuari 2018
Pembimbing I	Pembimbing II	Penulis,
Ruruh Andayani Bekti, M.Pd NIDN. 0725018205	Dhedhy Yuliawan, M.Or NIDN. 0723038705	Budi Santoso 13.1.01.09.0075

SUMBANGAN TINGGI BADAN, KECEPATAN LARI DAN KELINCAHAN DENGAN KETRAMPILAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA PUTRA SMA NEGERI 6 KOTA KEDIRI TAHUN PELAJARAN 2017/2018

Budi Santoso
NPM : 13.1.01.09.0075
FKIP - Penjaskesrek
e-mail : Budi.electone@gmail.com
Ruruh Andayani Bekti, M.Pd.[1] dan Dhedhy Yuliawan, M.Or.[2]
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi hasil pengamatan dan pengalaman peneliti, bahwa setiap pemain sepakbola perlu dilatih keterampilan menggiring bola dengan baik, akan tetapi selama ini siswa yang mengikuti kegiatan latihan sering kali tidak menghiraukan kemampuan dasar mengiring. Para pemain cenderung lebih senang untuk bermain, dan menggiring secara asal-asalan. Akibatnya sebagian besar pemain belum menguasai teknik menggiring bola dengan baik. Selain itu siswa saat melakukan menggiring ke temannya kurang, maka hasil dari menggiring bola kepada temannya masih kurang. Masih kurangnya kesadaran pemain untuk belajar tentang teknik menggiring bola.

Tujuan dari Penelitian ini adalah untuk mencari Sumbangan Tinggi Badan, Kecepatan Lari dan Kelincahan dengan ketrampilan menggiring Bola dalam permainan Sepak bola. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan test dan pengukuran. Dalam penelitian in menggunakan test dan pengukuran antara lain : 1) untuk test tinggi badan menggunakan alat *stature microtoise*. 2). Untuk test kecepatan lari siswa dengan melakukan lari sejauh 60 meter. 3). Untuk test kelincahan dengan melakukan *shuttle run*. 4) sedangkan untuk menggiring bola dengan melakukan test *soccer dribble tes.*

Hasil penelitian diperoleh dan diolah serta dianalisis, yaitu dengan mencari korelasi tinggi badan (X1), dengan ketrampilan menggiring bola (Y) dapat diperoleh sebesar 10.09 %, Kecepatan lari (X2), dengan ketrampilan menggiring bola (Y) dapat diperoleh sebesar 1.509, Kelincahan (X3), dengan ketrampilan menggiring bola (Y) dapat diperoleh sebesar 1.11 %, Korelasi X1, X2 dan X3 dengan Y hasilnya yaitu sebesar 12.7 %

Implikasi dari hasil penelitian ini sebagai konsekuensi atau tindak lanjut atas keputusan yang diambil dan dapat di kemukakan sebagai berikut : Ada sumbangan yang signifikan antara Tinggi Badan, Kecepatan Lari dan Kelincahan dengan ketrampilan menggiring Bola dalam permainan Sepak bola

KATA KUNCI : Tinggi Badan, Kecepatan Lari dan Kelincahan dengan Menggiring Bola

I. LATAR BELAKANG

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer dan digemari oleh seluruh lapisan masyarakat Indonesia, baik di kota maupun di desa. Perkembangan sepak bola di Indonesia semakin pesat sehingga tidak hanya laki-laki yang bermain sepak bola, bahkan sepak bola juga dimainkan oleh kaum wanita. Sepak bola adalah suatu permainan beregu yang dimainkan masing-masing regunya terdiri atas 11 orang pemain termasuk seorang penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan kaki, kecuali penjaga gawang yang dibolehkan menggunakan tangannya di dalam daerah tendangan hukumannya. Tujuan dari permainan sepak bola adalah memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mencegah lawan memasukkan bola ke gawang sendiri. Untuk dapat bermain dengan baik harus melakukan latihan yang teratur, bertahap, dan berkesinambungan. Untuk bermain sepak bola yang baik pemain dibekali dengan teknik dasar yang baik.

Ada beberapa teknik dasar yang perlu dimilki oleh seorang pemain sepak bola adalah menendang bola, menghentikan bola, menggiring bola, menyudul bola, merebut bola, lemparan ke dalam dan menjaga gawang ?.

Selain itu setiap pemain sepak bola juga harus memiliki kemampuan fisik yang baik untuk menunjang keterampilan bermain sepak bola seperti kelincahan, kekuatan dan daya tahan. Dari semua teknik dasar sepak bola, menggiring bola merupakan salah satu teknik dasar yang digunakan dalam permainan sepak bola khususnya bagi pemain sepak bola, karena menggiring bola termasuk dalam komponen utama dalam permainan sepak bola.

Menurut Moh. Gilang, (2007: 2) Teknik sepak bola dengan bola, antara lain: “(1) teknik menendang bola, (2) teknik menahan bola *(trapping)*, (3) teknik menggiring bola *dribble*), (4) teknik gerak tipu, (5) teknik menyundul bola *(heading)*, (6) teknik merebut bola *(tackling)*, (7) teknik lemparan ke dalam *(throw-in)*, dan (8) teknik penjaga gawang”

Menggiring bola merupakan salah satu teknik dasar yang cukup memiliki peranan penting dalam permainan sepak bola, tidak heran jika para pengamat sepak bola 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 M., 2007: 3).

Kemampuan *dribbling* diperlukan oleh seseorang pemain sepak bola 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 (Danny M., 2007: 4).

Salah satu proram sekolah baik tingkat SD, SMP, maupun SMA adalah kegiatan akademik dan non akademik mulai dari bidang seni misalnya seni tari, drama, seni rupa, dan seni musik. Bidang keolahragaan misalnya ekstrakurikuler sepak bola, basket, bolavoli, dan atletik. Tujuan dari kegiatan adalah menyiapkan anak menjadi orang yang bertanggung jawab, menemukan dan mengembangkan minat dan bakat pribadinya, serta menyiapkan dan mengarahkan pada suatu spesialisasi, misalnya: atlet, seniman dan sebagainya.

Berdasarkan fakta empiris dari studi awal oleh peneliti bahwa kemampuan menggiring bola *(dribbling)* yang dilakukan siswa putra belum terlalu baik, hal ini terlihat ketika siswa putra SMA Negeri 6 Kota Kediri melakukan *dribbling* masih banyak terlihat belum adanya koordinasi kaki yang baik saat menggiring bola maka banyak pemain yang menggiring bola terlepas jauh saat membawa bola, sehingga terlihat kontrol bola yang kurang baik karena aktivitas fisik yang banyak terpakai dan terlihat sangat kelelahan dalam menggiring bola. dalam sepak bola dibutuhkan teknik *dribbling* yang baik untuk berkelit melewati hadangan lawan sambil membawa bola tetapi dalam pelaksanaan di lapangan belum bisa ditampilkan secara maksimal.

Serta komponen yang lain yaitu tinggi badan salah satu aspek yang sangat berpengaruh terhadap semua

cabang olahraga. Terkadang badan yang tinggi berpengaruh baik terhadap suatu olahraga. Dalam cabang olahraga sepak bola, tinggi badan juga sangat berpengaruh terhadap permainan, terutama dalam keterampilan menggiring bola.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis sangat tertarik sehingga ingin meneliti mengenai "Sumbangan tinggi badan, kecepatan lari dan kelincahan dengan ketrampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra SMA Negeri 6 Kota Kediri tahun pelajaran 2017/2018"

II. METODE

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Sesuai dengan masalah yang penulis teliti, bahwa di dalam penelitian terdapat empat variabel yang dapat penulis kemukakan, variabel terebut terdiri dari tiga variabel bebas dan satu variabel terikat. Variabel merupakan gejala yang menjadi fokus untuk diamati

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variabel tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya. (Sugiyono, 2017: 61)

Maka variabel-variabel yang diteliti dapat dibedakan menjadi dua :

1. Variabel Bebas/ *Independent* (variabel X)

Variabel ini sering disebut sebagai variabel *stimulus, prediktor, antecedent*. Variabel bebas adalah merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependent (terikat). (Sugiyono. 2017: 61)

Dapat disimpulkan bahwa variabel bebas terdiri dari tiga yaitu :

a. Variabel bebas (X1) yaitu tinggi badan,
b. Variabel bebas (X2) yaitu kecepatan lari,
c. Variabel bebas (X3) yaitu kelincahan,

2. Variabel Terikat/ *dependent* (variabel Y)

Sering disebut sebagai variabel *output*, kriteria, konsekuen. Dalam bahasa Indonesia sering disebut sebagai variabel terikat. Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena

adanya variabel bebas. (Sugiyono, 2017: 61)

Dapat disimpulkan bahwa variabel terikat terdiri dari satu yaitu :

a. Variabel terikat (Y) yaitu menggiring bola

B. Teknik dan Pendekatan Penelitian

1. Teknik Penelitian

Dalam penelitian ini, pendekatan yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan pengambilan data secara langsung dilapangan melakukan tes, di antaranya tes tinggi badan menggunakan *Microtoise Staturmeter*, kecepatan lari dengan lari 60 meter, tes kelincahan dengan lari *shuthle run*, tes menggiring bola dengan melewati rintangan

2. Pendekatan Penilitian

Pendekatan penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Sugiyono (2017: 53) "data kuantitatif adalah data yang berbentuk angka". Hal ini digunakan karena data-data yang diperoleh dalam bentuk angka-angka pernyataan (kuantitatif). Sedangkan data tersebut diperoleh melalui tes dan pengukuran yang dilakukan secara langsung di lapangan

C. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitan

Penelitian dilaksanakan di lapangan sekolahan SMA Negeri 6 Kota Kediri

2. Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di SMAN 6 Kediri, pada bulan Desember

D. Polpulasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi diartikan sebagai berikut : Wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. (Sugiyono, 2017: 117)

Maka populasi dalam rencana penelitian adalah siswa putra SMA Negeri 6 Kota Kediri yang berjumlah 438 orang. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah seluruh siswa kelas X & XI SMA Negeri 6 kediri, tiap-tiap kelas terdiri dari 12 kelas. Dari ke 12 kelas tiap-tiap Kelas tersebut, masing-

masing kelas X berjumlah 15 siswa dan kelas XI berjumlah 15 siswa

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi. Dalam penelitian ini yang ditunjukan sebagai sumber data, pengambilan dari sampel berdasarkan pertimbangan tertentu sehubungan dengan suatu populasi.

Bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajarinya semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunaka sampel yang diambil dari populasi itu. (Sugiyono, 2017: 118)

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik purposive sampling. Menurut Sugiyono (2017: 122) pengertian purposive sampling adalah sebagai berikut: "*Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu"

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan *purposive sampling* dari sejumlah 438 menjadi 30. Hal ini didasarkan pertimbangan perwakilan kelas X dan XI

Tabel 3.2 Populasi dan Sampel

SEKOLAH	POPULASI
SMA Negeri 6 Kediri Kelas X	225
SMA Negeri 6 Kediri Kelas XI	203
Jumlah	438

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Setelah dilakukan penelitian hasil yang peroleh Pengujian Hasil hipotesis sebagai berikut :

1. Ada sumbangan antara tinggi badan dengan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra SMA Negeri 6 Kota Kediri tahun pelajaran 2017/2018, yaitu sebesar 10.09 %
2. Ada sumbangan antara kecepatan lari dengan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra SMA Negeri 6 Kota Kediri tahun pelajaran 2017/2018. yaitu sebesar 1.509 %
3. Ada sumbangan antara kelincahann dengan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra SMA Negeri 6 Kota Kediri tahun

pelajaran 2017/2018. yaitu sebesar 1.11 %

4. Ada sumbangan antara tinggi badan, kecepatan lari dan kelincahann dengan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra SMA Negeri 6 Kota Kediri tahun pelajaran 2017/2018. yaitu sebesar 12.7 %

IV. DAFTAR PUSTAKA

Aji, Sukma. 2016. *Buku Olahraga Paling Lengkap.* PT. Serambi Semesta Distribusi Jakarta. ISBN : 978-602-73649-8-1

Avick Vidyo Hantoro. 2010. *Sumbangan Kelincahan, Kelentukan dan Kemampuan Sit up 60 detik terhadap Kemampuan Menggiring Bola Siswa Putra SMP Muhamadiyah I Dlingo Bantul Yogyakarta*. Skripsi. Tidak dipulikasikan. Yogyakarta: FIK UNY Yogyakarta.

Djoko Pekik Irianto. 2002. *Panduan Latihan Kebugaran yang Efektif dan Aman*. Yogyakarta: Lukman Offset.

Djoko Pekik Irianto. 2002. *Dasar Kepelatihan.*Yogyakarta: UNY.

Eko Winarno. 2010. *Sumbangan Kelincahan, Kelentukan Kaki dan Kecepatan Lari terhadap Hasil Kecepatan Menggiring Bola Pada Peman Sepak bola Arindo Kabupaten Demak Tahun 2010.* Skripsi. Semaranng: FIK UNS SEMARANG

Febri Nugroho, Fani. 2015. *Hubungan Antara Tinggi Badan, Keseimangan Kekuatan Otot Tungkai dan Ball Feeling dengan Kemampuan Dribbling dalam permainan Sepak bola pada siswa peserta Ekstrakurikuler Sepak bola di SMA NEGERI 3 WONOGIRI Tahun ajaran 2013 / 2014*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY Yogyakarta

Gilang, Moh. 2007. *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk SMA Kelas X*. Penerbit Ganeca Exact. Jakarta

Fenanlampir, Albertus. 2015. *Tes dan pengukuran dalam olahraga.* Yogyakarta : Andi

Hadi, Sutrisno. 2004. *Statistik.* Yogyakarta : Andi.

Hendro Wibowo. 2014. *Sumbangan Kecepatan, Kelentukan, dan Kelincahan terhadap Kemampuan Menggiring Bola Siswa Yang Mengikuti Ekstrakulikuler Sepak bola di SMP Diponegoro Sleman*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY Yogyakarta.

Ismaryanti. 2008. *Tes dan Pengikuran Olahraga*. Surakarta: Sebelas Maret Universitas Press.

Koger, Robert, 2005. *Latihan dasar andal sepak bola remaja*. The McGraw-hill companies. ISBN: 0-07-144468-8

Komarudin. 2005. *Dasar Gerak Sepak Bola*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.

Mielke, Danny. 2007. *Dasar-Dasar Sepak Bola*. Eastern Oregon University : Pakar Raya

Nugraha, Andi Cipta. 2016. *Mahir Sepak Bola*. Bandung: Nuansa, ISBN : 978-602-7768-11-6

Nurhasan. 2001. *Tes dan pengukuran dalam pendidikan jasmani prinsip-prinsip dan penerapannya*. Direktoreat jendral Olahraga, Depdiknas, 2001. ISBN : 979-3048-04-2

Sucipto. 2000. *Sepak bola*. Departmen Pendidikan Nasional.

Sugiyono, 2017. *Metodologi Penelitian Pendidikan pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* : CV. Alfabeta Bandung, ISBN : 979-8433-71-8

_____.2017. *Statistiks untuk Penelitian* : CV. Alfabeta Bandung, ISBN : 978-979-8433-10-8

Sukardiyanto. 2002. *Teori dan Metodologi Melatih Fisik Petenis*. Yogyakarta: FIK UNY Yogyakarta.

Sutanto, Teguh. 2016. *Buku Pintar Olahraga*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press

Widiastuti. 2015. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. PT. RajaGrafindo persada Jakarta. ISBN : 978-979-769-832-4