ARTIKEL

HUBUNGAN ANTARA KESEIMBANGAN, KELINCAHAN DAN KECEPATAN DENGAN KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA PADA SISWA SSB KEDIRI PUTRA USIA 12-15 TAHUN

RELATIONSHIP BETWEEN BALANCE. SHELTER AND SPEED WITH SKILLS DRAFTING BALL ON STUDENTS SSB STUDENTS PUTRA AGE 12-15 YEARS

Oleh:
GANIS DWI FRANSIAWATI
NPM. 13.1.01.09.0332

Dibimbing Oleh:

1. **Ardhi Mardiyanto Indra Purnomo, M.Or.**
2. **Mokhammad Firdaus, M.Or.**

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UN PGRI KEDIRI
2018

SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2018

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap	:	GANIS DWI FRANSIAWATI
NPM	:	13.1.01.09.0332
Telepon/HP	:	08121679996
Alamat Surel (Email)	:	ganisfransia@gmail.com
Judul Artikel	:	HUBUNGAN ANTARA KESEIMBANGAN. KELINCAHAN DAN KECEPATAN DENGAN KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA PADA SISWA SSB KEDIRI PUTRA USIA 12-15 TAHUN.
Fakultas – Program Studi	:	FKIP – PENJASKESREK
Nama Perguruan Tinggi	:	Universitas Nusantara PGRI Kediri
Alamat Perguruan Tinggi	:	Jln. KH. Ahmad Dahlan No.76, Kediri.

Dengan ini menyatakan bahwa:

a. artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiarisme;

b. artikel ini telah diteliti untuk diterbitkan 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, 31 Januari 2018
Pembimbing I	Pembimbing II	Penulis
Ardhi Mardiyanto Indra Purnomo, M.Or NIDN. 0711038802	**Mokhammad Firdaus, M.Or** NIDN. 0713018804	**Ganis Dwi Fransiawati** NPM. 13101090332

HUBUNGAN ANTARA KESEIMBANGAN. KELINCAHAN DAN KECEPATAN DENGAN KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA PADA SISWA SSB KEDIRI PUTRA USIA 12-15 TAHUN

GANIS DWI FRANSIAWATI
NPM. 13.1.01.09.0332
FKIP – Penjaskesrek
email: ganisfransia@gmail.com
Ardhi Mardiyanto Indra Purnomo, M.Or.[1] dan Mokhammad Firdaus, M. Or.[2]
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

Abstrak

Belum pernah diadakanya penelitian tentang keseimbangan, kelincahan dan kecepatan di SSB Kediri Putra, khususnya pada siswa kelompok usia 12-15 tahun, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara keseimbangan, kelincahan dan kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pada siswa SSB Kediri Putra usia 12-15 tahun. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode teknik penelitian menggunakan pendekatan korelasi, metode yang digunakan melalui tes, populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa SSB Kediri Putra usia 12-15 tahun yang berjumlah 20 siswa. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah tes dengan menggunakan pendekatan *one-shot-model* yaitu menggunakan satu kali pengumpulan data. Analisis data menggunakan teknik analisis statistik dengan menganalisa, mengumpulkan, menyusun dan menyajikan data penyelidikan yang berwujud angka-angka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan antara keseimbangan, kelincahan dan kecepatan dengan keterampilan menggiring bola pada siswa SSB Kediri Putra usia 12-15 tahun ditunjukkan dari hasil analisis uji-F pada F_{tabel} dengan df (20-1=19 diperoleh nilai F_{tabel} sebesar 3,13 (taraf signifikan 5%). Dari hasil uji-F diperoleh nilai F_{hitung} = 6,819>F_{tabel} = 3,13 dengan sig. 0,004 <0,05, maka H_1 diterima dan H_0 ditolak. Kesimpulannya adalah ada hubungan antara keseimbangan, kelincahan dan kecepatan dengan keterampilan menggiring bola pada siswa SSB Kediri Putra usia 12-15 tahun.

Kata kunci: keseimbangan, kelincahan, kecepatan, keterampilan menggiring bola.

I. LATAR BELAKANG

Olahraga pada dasarnya dibutuhkan oleh setiap manusia, termasuk pada anak usia dini. Aktivitas olahraga yang teratur dan terarah serta sesuai dengan karakteristik para pelakunya, aktivitas olahraga tersebut dapat memberikan manfaat bagi pertumbuhan dan perkembangan manusia seutuhnya yang berlangsung seumur hidup. Sehingga olahraga perlu di bina dan dikembangkan mulai dari lingkungan sekolah maupun lingkungan masyarakat.

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer di seluruh dunia pada saat ini. Tidak sedikit orang menjadikan sepakbola sebagai ajang adu gengsi meskipun itu hanyalah antar kampung atau desa. Selain itu sepakbola juga ajang untuk menjalin persahabatan dan sebagai wadah untuk menggalangkan dana pada kegiatan sosial di masyarakat.

Menurut Rahandianto dalam Stiyapramono (2015:20), "Sepakbola adalah permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang. Permainan diperbolehkan untuk dimainkan dengan seluruh anggota tubuh badan kecuali dengan kedua telapak tangan.

Permainan sepakbola yang saat ini sudah sangat mendunia dan populer memang dapat dimainkan oleh siapa saja dari segala lapisan masyarakat dan berbagai usia. Dalam permainan sepakbola seorang pemain harus mempunyai dasar teknik sepakbola yang baik agar mampu bermain sepakbola dengan baik pula. Menurut Robert L. Koger (2007:19) berpendapat bahwa "teknik-teknik umum dalam permainan sepakbola secara teoritis dapat dikategorikan menjadi dua golongan, yaitu: teknik-teknik gerakan tanpa bola dan teknik-teknik gerakan dengan bola". Semua teknik dalam permainan sepakbola merupakan kelengkapan yang sangat fundamental, di samping kelengkapan lainnya, seperti latihan kondisi fisik, taktik dan mental.

Agar permainan sepakbola mendapatkan hasil yang memuaskan maka diperlukan keseimbangan, kelincahan dan kecepatan dengan keterampilan menggiring bola saat permainan sepakbola. Faktor postur tubuh serta bakat dari lahir juga berpengaruh dalam keseimbangan, kelincahan dan kecepatan.

Dari hasil pengamatan di lapangan banyak pemain yang mempunyai kelincahan dan kecepatan pada saat menggiring bola, akan tetapi tidak dapat mempertahankan keseimbangannya sehingga pemain tersebut sering terjatuh, begitu juga sebaliknya mempunyai keseimbangan yang baik tapi tidak memiliki kemampuan yang baik dalam kelincahan dan kecepatan saat menggiring bola dan ada pula yang memiliki kecepatan tetapi da-

lam segi keseimbangan dan kelincahan masih kurang.

Menurut Sajoto (1988: 58) dalam Nikolaus Setyo (2016:19), "keseimbangan adalah kemampuan seseorang mengendalikan organ-organ syaraf ototnya". Keseimbangan membantu anak lebih baik dalam melakukan keterampilan gerak dan menikmati gerakan. Dalam permainan sepakbola keseimbangan berfungsi untuk mengurangi resiko cidera, meningkatkan kerja otot dan juga diperlukan dalam pelaksanaan gerakan yang berlangsung cepat, misalkan menggiring bola, menghindari lawan dan menendang bola dalam jarak dekat maupun jarak jauh (Johan, 2012).

Selain keseimbangan, kelincahan juga diperlukan dalam keterampilan menggiring bola saat permainan sepakbola. Kelincahan merupakan salah satu komponen fisik yang banyak dipergunakan dalam olahraga. Kelincahan pada umumnya didefinisikan sebagai kemampuan mengubah arah secara efektif dan cepat, sambil melakukan lari dalam keadaan penuh, (Baley, James A, 1986:198) dalam Nikolaus Setyo (2016:12). Kelincahan itu sendiri merupakan salah satu komponen kondisi fisik yang banyak digunakan dalam olahraga. Kelincahan merupakan unsur kemampuan gerak yang juga harus dimiliki oleh pemain sepakbola, sebab dengan kelincahan yang tinggi pemain dapat menghemat tenaga dalam waktu permainan.

Kemampuan menggiring bola menuntut seorang pemain untuk banyak melakukan improvisasi gerakan dengan merubah-rubah arah dan kecepatannya untuk dapat melewati lawan. Kecepatan merupakan komponen fisik yang mendasar, sehingga kecepatan merupakan faktor penentu dalam cabang olahraga seperti bela diri, renang dan olahraga permainan. Menurut Bompa Tudor (1983:249) dalam Nikolaus Setyo (2016:10) mengatakan, "kecepatan adalah kemampuan memindahkan badan atau menggerakkan suatu benda atau objek secara sangat cepat". Kecepatan mengacu pada kecepatan gerakan dalam melakukan suatu keterampilan bukan hanya sekedar lari. Menggerakkan kaki dengan cepat merupakan keterampilan fisik terpenting bagi pemain bertahan dan harus ditingkatkan kemampuan mengubah arah pada saat terakhir merupakan hal yang terpenting lainnya.

Dalam permainan sepakbola menggiring bola merupakan kewajiban yang harus bisa dilakukan seluruh pemainnya, tidak heran jika pengamat sepakbola mampu mengatakan mahir tidaknya seseorang dalam bermain sepakbola hanya dengan melihat keterampilannya dalam menggiring bola. Ada banyak unsur yang diperlukan dalam meningkatkan keterampilan menggiring bola, seperti: Keseim-

bangan, Kelincahan, Kecepatan, Kelentukan dan sebagainya. Menurut Hughes Carles (1980:235) dalam Nikolaus Setyo (2016:25), "menggiring bola adalah kemampuan seorang pemain penyerang menguasai bola untuk melewati lawan".

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti akan mengadakan sebuah penelitian dengan judul **"Hubungan Antara Keseimbangan, Kelincahan dan Kecepatan dengan Keterampilan Menggiring Bola Pada siswa SSB Kediri Putra Usia 12-15 Tahun".**

II. METODE

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kuantitastif. Teknik penelitian ini menggunakan pendekatan korelasi, yang bertujuan untuk mencari hubungan keseimbangan, kelincahan dan kecepatan dengan keterampilan menggiring bola pada siswa SSB Kediri Putra usia 12-15 tahun.

Tempat penelitian ini di Lapangan Manisrenggo dimana SSB Kediri Putra berlatih, dan waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan November-Desember 2017 sesuai dengan surat keputusan yang telah di ketahui dari pihak kampus dan SSB Kediri Putra.

Menurut Arikunto (2002:108), "populasi adalah keseluruhan subyek penelitian. Populasi dibatasi sebagai sejumlah penduduk atau individu yang paling sedikit mempunyai sifat yang sama". Populasi dalam penelitian ini adalah pemain dari SSB Kediri Putra usia 12-15 tahun yang berjumlah 20 siswa. Dalam penelitian ini mengambil sampel menggunakan teknik *Non Purposive Sampling* yaitu sampling jenuh. Menurut Sugiyono, (2007:85) "sampling jenuh adalah sensus, dimana semua anggota populasi dijadikan sampel". Adapun sampel dari penelitian ini adalah pemain sepakbola SSB Kediri Putra usia 12-15 tahun yang berjumlah 20 pemain.

Teknik untuk mengumpulkan data melalui tes atau praktik yang menggunakan tes kondisi fisik pemain sepakbola SSB Kediri Putra Usia 12-15 tahun.

III. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. **Hubungan keseimbangan dengan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola**

   Hal ini ditunjukkan dari hasil analisis korelasi *product moment* sebesar 0,610 dibandingkan dengan r_{tabel} tingkat signifikan 5% N=20 sebesar 0,444. Sehingga $r_{hitung} > r_{tabel}$ dengan sig. 0,004 < 0,05, maka H_1 diterima dan H_0 ditolak.

2. **Hubungan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola.**

   Hal ini dapat ditunjukkan dari hasil analisis korelasi *product mo-*

ment sebesar 0,704 dibandingkan dengan r_{tabel} tingkat signifikan 5% N=20 sebesar 0,444. Jadi $r_{hitung} > r_{tabel}$ dengan sig. 0,000 < 0,05, maka H_1 diterima dan H_0 ditolak.

3. **Hubungan kecepatan dengan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola.**

   Hal ini dapat ditunjukkan dari hasil analisis korelasi *product moment* sebesar 0,785 dibandingkan dengan r_{tabel} tingkat signifikan 5% N=20 sebesar 0,444. Jadi $r_{hitung} > r_{tabel}$ dengan sig. 0,001 < 0,05, maka H_1 diterima dan H_0 ditolak.

4. **Hubungan antara Keseimbangan, Kelincahan dan Kecepatan dengan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola.**

   Hal ini dapat ditunjukkan dari hasil analisis uji-F pada F_{tabel} dengan df (20-1 = 19 diperoleh nilai F_{tabel} sebesar 3,13 (taraf signifikan 5%). Dari hasil uji-F diperoleh nilai F_{hitung} = 6,819 > F_{tabel} = 3,13 dengan sig. 0,004 < 0,05, maka H_1 diterima dan H_0 ditolak.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab IV maka dapat disimpulkan sebagai berikut.

1. Ada hubungan antara keseimbangan dengan keterampilan menggiring bola pada siswa SSB Kediri Putra usia 12-15 tahun.
2. Ada hubungan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada siswa SSB Kediri Putra usia 12-15 tahun.
3. Ada hubungan antara kecepatan dengan keterampilan menggiring bola pada siswa SSB Kediri Putra usia 12-15 tahun.
4. Ada hubungan antara keseimbangan, kelincahan dan kecepatan dengan keterampilan menggiring bola pada siswa SSB Kediri Putra usia 12-15 tahun.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. (2002). *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktek)*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Koger, Robert L. 2007. *Latihan Dasar Andal Sepak Bola Remaja*. New York: *The McGraw-Hill Companies*.

Setyo, Nikolaus. 2016. *Hubungan Antara Kelincahan dan Keseimbangan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain UKM Sepak Bola Universitas Lampung Tahun 2016*. Skripsi. Lampung: FKIP Universitas Lampung.

Stiyapramono, Dwi Arif. 2015. *Pengembangan Model Permainan Sepakbola untuk Meningkatkan Ketrampilan Short Pass dalam Permasalahan Taktik Mencetak Angka*. Skripsi. FIK-UNY.

Sugiyono. 2007. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D).* Bandung: Alfabeta.