Simki-Techsain Vol. 02 No. 06 Tahun 2018 ISSN : 2599-3011

ARTIKEL

HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN, KELINCAHAN, DAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI TERHADAP KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA PADA PERMAINAN SEPAKBOLA PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER SMP NEGERI 1 SEMEN 2017/2018

Oleh:

DAMARA APANDIKY

13.1.01.09.0281

Dibimbing oleh :

1. Drs. Sugito, M.Pd

2. Weda, 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	: Damara Apandiky
NPM	: 13.1.01.09.0281
Telepon/HP	: 083848775952
Alamat Surel (Email)	: apandiky@gmail.com
Judul Artikel	: Hubungan Antara kecepatan, kelincahan, dan kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola pada peserta ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Semen 2017/2018
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. Sugito, M.Pd NIDN. 0004086001	Weda, M.Pd. NIDN. 0721088702	Damara Apandiky NPM. 13.1.01.09.0281

HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN, KELINCAHAN, DAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI TERHADAP KETERAMPILAN

MENGGIRING BOLA PADA PERMAINAN SEPAKBOLA PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER SMP NEGERI 1 SEMEN 2017/2018

Damara Apandiky
13.1.01.09.0281
FKIP-PENJASKESREK
apandiky@gmail.com
Drs. Sugito, M.Pd.[1], Weda, M.Pd.[2]
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi hasil pengamatan dan pengalaman peneliti, bahwa Masih rendahnya kemampuan menggiring bola di SMP Negeri 1 Semen disebabkan oleh keterbatasan dalam hal waktu, keterbatasan dalam hal dana dan fasilitas pendukung , hasil menggiring bola rendah dan belum maksimal.

Permasalahnya penelitian ini adalah (1). Adakah hubungan antara kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pada peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semen ? (2). Adakah hubungan antara kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola pada peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semen ? (3). Adakah hubungan antara kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menggiring bola pada peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semen ? (4). Adakah hubungan antara kecepatan, kelincahan, dan kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menggiring bola pada peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semen ?

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan subyek peserta ekstrakurikuler sepakbola siswa SMP Negeri 1 Semen. Penelitian ini dilaksanakan dalam beberapa siklus. Menggunakan instrumen berupa observasi langsung dilapangan dan pengambilan nilai dari beberapa tes yang dilaksanakan dilapangan yaitu tes kecepatan, kelincahan, kekuatan otot tungkai, dan menggiring bola.

Kesimpulan hasil penelitian ini adalah melalui hasil tes dilapangan terdapat (1) hubungan yang berarti antara kecepatan lari terhadap keterampilan menggiring bola pada bola pada peserta ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Semen. (2) hubungan yang berarti antara kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada bola pada peserta ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Semen. (3) hubungan yang berarti antara kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menggiring bola pada bola pada peserta ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Semen. (4) Ada hubungan yang signifikan antara kecepatan lari, kelincahan, dan kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menggiring bola (X1,X2, dan X3 dengan Y) pada peserta ekstrakulikuler sepak bola SMP Negeri 1 Semen.

KATA KUNCI : : Kecepatan, Kelincahan, Kekuatan otot tungkai, keterampilan menggiring bola

I. LATAR BELAKANG

Permainan Sepakbola adalah suatu yang menuntut adanya kerjasama yang baik dan rapi. Sepakbola merupakan permainan tim, oleh karena itu kerjasama tim, oleh karena itu kerjaasama tim merupakan kebutuhan permainan sepakbola yang harus dipenuhi oleh setiap kesebelasan yang menginginkan kemenangan. Kemenangan dalam permainan sepakbola hanya akan diraih dengan melalui kerjasama dari tim tersebut.

Permainan sepakbola dilakukan dalam 2 (dua) babak pada umumnya berlangsung 45 menit Nurhasan (2001:46). Permainan sepakbola dipimpin oleh seorang wasit, dengan dibantu dua hakim garis, para pemain menggunakan kostum yang berbeda dengan lawan mainnya, sedangkan penjaga gawangnya harus menggunakan kostum khusus yang berbeda dengan para pemain lainnya. Kecepatan, kelincahan, dan kekuatan otot tungkai dan aspek lainnya juga sangat dibutuhkan oleh seorang pemain sepakbola dalam menghadapi situasi tertentu dan kondisi pertandingan yang menuntut unsur kecepatan dan kelincahan dalam bergerak untuk menguasai bola maupun dalam bertahan untuk menhindari benturan yang mungkin terjadi.

Sepakbola merupakan salah satu dari sekian banyak olahraga yang digemari di SMP Negeri 1 Semen. Dari pengamatan peneliti pada saat PPL di SMP Negeri 1 Semen, peneliti melihat kecepatan dan kelincahan siswa kurang cukup bagus, khususnya peserta ekstrakulikuler di SMP Negeri 1 Semen, kemampuan menggiring bola pun masih kurang cukup bagus serta jika diamati kekuatan otot tungkainya pun belum terlalu kuat karena belum terbiasanya melakukan tehnik menggiring bola dengan benar dan jarangnya melakukan latihan secara rutin disebabkan oleh keterbatasan dalam hal waktu, keterbatasan dalam hal dana dan fasilitas pendukung , hasil menggiring bola rendah dan belum maksimal.

Hal ini juga membuat jarangnya mendapat prestasi yang didapat pada setiap pertandingan sepakbola. Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka peneliti akan melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan antara kecepatan, kelincahan, dan kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola pada peserta ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Semen 2017/2018”.

Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, tidak menutup kemungkinan masih banyak lagi unsur – unsur kesegaran jasmani yang dapat menunjang terhadap pencapaian maksimal keterampilan menggiring bola. Akan tetapi, didalam penelitian ini peneliti hanya akan mengambil 3 unsur sebagai *variable* bebas yang sangat berhubungan dengan keterampilan menggiring bola, yaitu kecepatan, kelincahan, dan kekuatan otot tungkai. Sehingga bisa dikatakan seseorang yang mempunyai kecepatan, kelincahan yang baik, dan otot tungkai yang kuat akan mempunyai keterampilan menggiring bola yang baik dan maksimal.

Batasan Masalah

Dari identifikasi masalah yang ada perlu diberi batasan sesuai dengan tujuan agar terhindar dari penafsiran yang keliru terhadap masalah yang akan diteliti. Dalam penelitian ini permasalahan dibatasi pada " hubungan antara kecepatan, kelincahan, dan kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola pada peserta ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Semen 2017/2018".

Rumusan Masalah

Atas dasar latar belakang masalah, identifikasi masalah, serta pembatasan masalah seperti tersebut diatas, maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Adakah hubungan antara kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pada peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semen ?
2. Adakah hubungan antara kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola pada peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semen ?
3. Adakah hubungan antara kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menggiring bola pada peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semen ?
4. Adakah hubungan antara kecepatan, kelincahan, dan kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menggiring bola pada peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semen ?

Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui hubungan antara kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pada peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semen.

2. Untuk mengetahui hubungan antara kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola pada peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semen.
3. Untuk mengetahui hubungan antara kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menggiring bola pada peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semen.
4. Untuk mengetahui hubungan antara kecepatan, kelincahan, kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menggiring bola pada peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semen.

Manfaat Penelitian

1. **Bagi peneliti :**
   a. Sebagai dasar pengalaman pernah melakukan penelitian dibidang olahraga untuk cabang sepakbola, khususnya teknik dasar menggiring bola.
   b. Sebagai bahan penyusun skripsi yang merupakan syarat utama untuk melengkapi gelar keserjanaan.
   c. Sebagai bahan perbandingan dan pedoman apabila mengadakan penelitian di masa yang akan datang.
2. **Bagi guru pendidikan jasmani dan pelatih :**
   a. Sebagai tambahan wawasan tentang cabang sepakbola khususnya teknik dasar menggiring bola.
   b. bahan masukan tentang bebarapa unsur kesegaran fisik yang berhubungan dengan peningkatan teknik dasar menggiring bola sehingga dapat digunakan sebagai pedoman mengajar maupun melatih siswa untuk mencetak atlet yang berprestasi pada cabang olahraga sepakbola.
3. **Bagi lembaga :**
   a. Sebagai bahan informasi dan tambahan kepustakaan.
   b. Sebagai bahan bacaan mahasiswa guna menambah wawasan serta memperkaya ilmu pengetahuan tentang cabang olahraga sepakbola khususnya teknik dasar menggiring bola.
4. **bagi peneliti lanjut :**
   a. Sebagai pertimbangan bahan apabila melakukan penelitian yang sama.
   b. Sebagai bahan yang perlu dikaji lagi kebenarannya

II. METODE

Identifikasi Variabel Penelitian

Pada penelitian ini termasuk jenis penelitian korelasi, karena terdapat "Hubungan kecepatan, kelincahan, dan kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menggiring bola". Dan menggunakan variabel kuantitatif

karena banyaknya latihan yang lebih maksimal yang akan dihasilkan peserta ekstrakurikuler saat berlatih akan dapat menghasilkan yang baik.

Teknik dan Pendekatan Variabel

Pendekatan atau metode penelitian yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kuantitatif. Metode deskriptif kuantitatif artinya suatu metode yang bertujuan mengumpulkan data untuk dianalisis dan dilaporkan sesuai dengan fakta-fakta yang penting yang berhubungan dengan variabel-variabel yang diteliti.

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 dalam penelitian ini adalah perserta ekstrakurikuler sepakbola dengan jumlah 50 anak.

2. Sampel

Dalam penelitian ini sampel yang digunakan adalah peserta ektrakurikuler dengan jumlah 30 anak

Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

a. Tes Kecepatan

Instrumen tes kecepatan dilakukan dengan menggunakan lari cepat (*sprint)* 30 meter. Fasilitas dan alat yang digunakan lintasan lurus 30 meter, bendera, *Stopwatch.*

b. Tes Kelincahan

Instrumen tes kelincahan dilakukan dengan menggunakan tes *Dogging Run*. Fasilitas dan alat yang digunakan menggunakan *Stopwatch*, pita atau isolasi, kapur ,lembing atau benda yang tidak berbahaya untuk dijadikan rintangan.

c. Tes kekuatan otot tungkai

Instrumen tes kekuatan otot tungkai yang digunakan adalah menggunakan alat *back and leg dynamometer*, fasilitas dan alat yang digunakan adalah *back and leg dynamometer* dan alat tulis.

d. Tes Keterampilan menggiring bola

Instrumen tes menggiring bola dengan menggunakan menggiring bola melewati kun fasilitas dan alat yang digunakan adalah *Stop watch*, lapangan, bola, kun, peluit.

Teknik Analisis Data

1. Prasyarat Analisis

a. Uji Normalitas Data
b. Uji Homogenitas
c. Uji Linearitas
d. Uji Hipotesis

III. HASIL DAN KESIMPULAN

HASIL

1. Hubungan kecepatan lari terhadap keterampilan menggiring bola (X1-Y).

Hasil analisis pada menunjukkan bahwa $F_{hitung} \geq F_{tabel}$ (2,140 ≥ 2,045), sehingga hipotesis nihil yang mengatakan "Tidak ada hubungan yang signifikan antara kecepatan lari (X_1) terhadap keterampilan menggiring bola (Y), sehingga H_o mengalami penolakan dan H_a diterima. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dinyatakan bahwa "Ada hubungan yang berarti antara kecepatan lari terhadap keterampilan menggiring bola pada peserta ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Semen 2017/2018".

2. Hubungan kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola (X2-Y).

Hasil analisis pada tabel 4.13 menunjukkan bahwa $F_{hitung} \geq F_{tabel}$ (2,901 ≥ 2,045), sehingga hipotesis nihil yang mengatakan "Tidak ada hubungan yang signifikan antara kelincahan (X_2) terhadap keterampilan menggiring bola (Y), sehingga H_o mengalami penolakan dan H_a diterima. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dinyatakan bahwa "Ada hubungan yang berarti antara kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola pada peserta ekstrakulikuler sepak bola SMP Negeri 1 Semen 2017/2018

3. Hubungan kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menggiring bola (X3-Y).

Hasil analisis menunjukkan bahwa $F_{hitung} \geq F_{tabel}$ (3,028 ≥ 2,045), sehingga hipotesis nihil yang mengatakan "Tidak ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai (X_3) terhadap keterampilan menggiring bola (Y), sehingga H_o mengalami penolakan dan H_a diterima. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dinyatakan bahwa "Ada hubungan yang berarti antara kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menggiring bola pada peserta ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Semen 2017/2018".

4. Hubungan kecepatan, kelincahan, kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menggiring bola (X1, X2, X3 - Y)

Hasil analisis menunjukkan bahwa dengan menggunakan uji auto korelasi (R^2) diperoleh hasil sebesar 0,779 ≥

0,05 (taraf signifikasi)., sehingga hipotesis nihil yang mengatakan "Tidak ada hubungan yang signifikan antara kecepatan lari (X_1), kelincahan (X_2), dan kekuatan otot tungkai (X_3) terhadap keterampilan menggiring bola (Y), sehingga H_o mengalami penolakan dan H_a diterima. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dinyatakan bahwa "Ada hubungan yang berarti antara kecepatan lari, kelincahan, dan kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menggiring bola pada peserta ekstrakulikuler sepak bola SMP Negeri 1 Semen 2017/2018".

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis penelitian, dapat disimpulkan beberapa hal yang memiliki kesesuaian dengan permasalahan – permasalahan dalam dalam penelitian. Adapun simpulan tersebut adalah sebagai berikut:

1. Ada hubungan yang berarti antara kecepatan lari terhadap keterampilan menggiring bola pada bola pada peserta ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Semen 2017/2018. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan nilai statistik uji kecepatan lari (X_1) terhadap keterampilan menggiring bola (Y) yakni $F_{hitung} \geq F_{tabel}$ (2,140 ≥ 2,045).
2. Ada hubungan antara yang berarti antara kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada bola pada peserta ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Semen 2017/2018. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan nilai statistik uji kelincahan (X_2) terhadap keterampilan menggiring bola (Y) yakni $F_{hitung} \geq F_{tabel}$ (2,901 ≥ 2,045).
3. Ada hubungan yang berarti antara kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menggiring bola pada bola pada peserta ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Semen 2017/2018. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan nilai statistik uji kekuatan otot tungkai (X_3) terhadap keterampilan menggiring bola (Y) yakni $F_{hitung} \geq F_{tabel}$ (3,028 ≥ 2,045).
4. Ada hubungan yang signifikan antara kecepatan lari, kelincahan, dan kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menggiring bola ($X_{1,2,\ dan\ 3}$ dengan Y) pada peserta ekstrakulikuler sepak bola SMP Negeri 1 Semen 2017/2018. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan nilai statistik uji kecepatan lari, kelincahan, dan kekuatan otot tungkai ($X_{1,2,\ dan\ 3}$) terhadap keterampilan menggiring bola (Y) diperoleh nilai hubungan (R) sebesar 0,779 > 0,05, sehingga menunjukan bahwa terdapat hubungan yang cukup kuat antara variable bebas terhadap variable terikat.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Nurhasan yang dikutip Saifudin (1999). *Anatomi untuk siswa perawat.* Jakarta : balai pustaka. tersedia:http://kebugarandanjasmani.blogspot.co.id/2017_06_14.sg. Diunduh : 14 juni 2017