

ARTIKEL

**HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN, KECEPATAN DAN
KOORDINASI MATA KAKI DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING
BOLA PADA SISWA EKSTRAKURIKULER SEPAK BOLA
SMP NEGERI 7 KEDIRI TAHUN 2017**



Oleh:

MUHAMMAD SAIFUL ANAM

NPM :13.1.01.09.0342

Dibimbing oleh :

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

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN
DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
TAHUN 2018**

SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2018



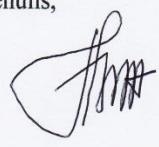
Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Muhammad Saiful Anam
NPM : 13.1.01.09.0342
Telepon/HP : 085233979625
Alamat Surel (Email) : Saifulgendhon86@gmail.com
Judul Artikel : Hubungan Antara Kelincahan, Kecepatan Dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Kemampuan Menggiring Bola Pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak Bola SMP Negeri 7 Kediri Tahun 2017
Fakultas – Program Studi : FKIP - Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Nama Perguruan Tinggi : Universitas Nusantara PGRI Kediri
Alamat Perguruan Tinggi : Jl. KH. Ahmad Dahlan No. 77, Mojoroto, Kediri, Jawa Timur 64112.

Dengan ini menyatakan bahwa :

- Artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiarisme;
- 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, 05 Januari 2018
Pembimbing I  Ardhi Mardiyanto Indra P., M.Or. NIDN. 0711038802	Pembimbing II  M. Firdaus. M.Or. NIDN. 0713018804	Penulis,  Muhammad Saiful Anam NPM. 13.1.01.09.0342

Muhammad Saiful Anam | 13.1.01.09.0342
FKIP - Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

simki.unpkediri.ac.id
|| 1 ||

HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN, KECEPATAN DAN KOORDINASI MATA KAKI DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA SISWA EKSTRAKURIKULER SEPAK BOLA SMP NEGERI 7 KEDIRI TAHUN 2017

Muhammad Saiful Anam

NPM. 13.1.01.09.0342

FKIP - Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Email saifulgendhon86@gmail.com

Ardhi Mardiyanto Indra Purnomo, M.Or. dan M. Firdaus. M.Or.

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi oleh hasil pengamatan dan pengalaman peneliti, bahwa penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kelincahan, kecepatan dan koordinasi mata kaki dengan kemampuan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 7 Kediri Tahun 2017. Metode yang digunakan adalah deskriptif dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMP Negeri 7 Kediri, sampel yang diambil dari hasil purposive sampling berjumlah 25 siswa. Instrumen yang digunakan adalah tes dan pengukuran kelincahan (shuttle run) kecepatan lari 30 meter, koordinasi mata kaki serta kemampuan menggiring bola.

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan teknik statistik analisis regresi korelasi. Dalam penelitian ini dilakukan di lingkungan SMP Negeri 7 Kediri. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMP Negeri 7 Kediri yang terlibat dalam kegiatan ekstrakurikuler sepak bola tahun 2017 yang berjumlah 25 anak merupakan suatu populasi. Rumus yang digunakan untuk menghitung korelasi produk momen dan korelasi ganda. Menggunakan prasyarat analisis : (1) Uji Normalitas, (2) Uji Homogenitas Varians, (3) Uji Linieritas, (4) Uji Keberartian Model Garis Regresi.

Kesimpulan hasil penelitian ini adalah Analisis data menggunakan uji korelasi ganda kelincahan kecepatan dan koordinasi mata kaki dengan kemampuan menggiring bola. Berdasarkan hasil uji korelasi ganda dengan uji F regresi kelincahan, kecepatan, dan koordinasi mata kaki dengan kemampuan menggiring bola, diperoleh nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$ atau nilai $F_{hitung} 22,225 > 3,3072 F_{tabel}$, maka H_0 ditolak H_3 diterima. Hal ini berarti ada hubungan antara kelincahan, kecepatan dan koordinasi mata kaki dengan kemampuan menggiring bola pada ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 7 Kediri.

KATA KUNCI : Kelincahan, Kecepatan, Koordinasi Mata Kaki, Menggiring Bola

I. LATAR BELAKANG

Sepak bola merupakan cabang olah raga yang sudah memasyarakat, baik sebagai hiburan, mulai dari latihan peningkatan kondisi tubuh atau sebagai prestasi untuk membela desa, daerah dan Negara. Sepakbola yang sudah

memasyarakat itu merupakan gambaran persepakbolaan di Indonesia khususnya Negara maju pada umumnya. Permainan sepakbola adalah suatu permainan yang menuntut adanya kerjasama yang baik. Sepakbola merupakan permainan tim, oleh karena itu kerja sama tim merupakan kebutuhan permainan sepakbola yang harus

dipenuhi oleh setiap kesebelasan yang menginginkan kemenangan.

Tujuan olahraga bermacam-macam sesuai dengan olahraga yang dilakukan, tetapi olahraga secara umum meliputi memelihara dan meningkatkan kesegaran jasmani, memelihara dan meningkatkan kesehatan, meningkatkan kegembiraan manusia berolahraga sebagai rekreasi serta menjaga dan meningkatkan prestasi olahraga setinggi-tingginya.

Kondisi fisik permainan sepakbola menjadi sumber bahan untuk dibina oleh pakar sepakbola selain teknik, taktik mental dan kemandirian bertanding kondisi fisik yang baik dan prima serta siap untuk menghadapi lawan pertandingan merupakan unsur yang penting dalam permainan sepakbola. Kondisi fisik yang baik tanpa dukungan dengan penguasaan teknik bermain, teknik yang baik serta mental yang baik, maka prestasi yang akan dicapai tidak berjalan seimbang.

Sucipto (2000: 17) menyatakan berikut beberapa teknik dasar yang harus dikuasai dalam permainan sepakbola yaitu menendang (*kicking*). Menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tackling*), lemparan kedalam (*throw-in*), penjaga gawang (*goal keeper*). Semakin maraknya sekolah-sekolah non formal sepak bola yang ada di tanah air ini membuka peluang

untuk mencetak atlet-atlet berprestasi bangsa Indonesia mendatang. Selain itu, pembinaan sepak bola juga bisa dilakukan di setiap jenjang sekolah melalui adanya ekstrakurikuler. Pengertian ekstrakurikuler menurut kamus besar bahasa Indonesia (2008: 360), yaitu “Suatu kegiatan yang berada di luar program yang tertulis di dalam kurikulum seperti latihan kepemimpinan dan pembinaan siswa.”

Salah satu sekolah favorit yang ada di Kota Kediri adalah SMP Negeri 7 Kediri. Beralamat di Jalan Ngasinan No 54 Rejomulyo RT 02 RW 05 Kota Kediri Jawa Timur 64129 dan lokasi sekolah yang sangat strategis yaitu berada di pusat Kota Kediri, serta berbagai prestasi yang pernah diraih sekolah tersebut. Salah satu ekstrakurikuler yang banyak diminati oleh para siswa putra di SMP Negeri 7 Kediri adalah sepak bola.

Berdasarkan hasil observasi yang di dapatkan penelitian meliputi: *Pertama:* Keterbatasan waktu pada pelaksanaan ekstrakurikuler, yang dilaksanakan setiap dua hari sekali dalam satu minggu yaitu hari Selasa dan Sabtu pada pukul 14.00 – 17.00 WIB yang bertempat dilapangan sepak bola SMP Negeri 7 Kediri. *Kedua:* Kurang optimalnya penguasaan teknik menggiring bola pada peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMP Negeri 7 Kediri. *Ketiga:* Upaya untuk

mendapatkan hasil menggiring bola yang bagus dapat terjadi apabila menggiring bola tersebut didukung oleh kelincuhan, kecepatan dan ketepatan sehingga perlu diupayakan peningkatan latihan, terutama latihan kelincuhan, kecepatan dan koordinasi mata kaki, sehingga belum diketahuinya hubungan antara kelincuhan, kecepatan dan koordinasi mata kaki dengan kemampuan menggiring bola pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMP Negeri 7 Kediri.

Menggiring bola adalah salah ketrampilan dalam permainan sepakbola. Dalam melakukan teknik menggiring bola (*dribbling*) perlu dilatih dengan posisi yang cukup, disamping itu untuk mendapatkan hasil yang baik pada saat menggiring bola tentu ditunjang dengan komponen kondisi fisik seperti kelincuhan dan kecepatan yang baik. Menggiring bola adalah membawa bola dengan kaki dengan tujuan melewati lawan. *Dribbling* berguna untuk melewati lawan, mencari kesempatan memberi umpan kepada kawan dan untuk menahan bola tetap ada dalam penguasaan.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis ingin mengadakan penelitian yang berjudul “Hubungan antara Kelincuhan, Kecepatan dan Koordinasi Mata Kaki dengan Kemampuan Menggiring Bola

pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak Bola SMP Negeri 7 Kediri Tahun 2017”.

II. METODE

Penelitian ini mengkaji hubungan antara kelincuhan, kecepatan dan koordinasi mata kaki dengan kemampuan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 7 Kediri tahun 2017. Pada penelitian ini peneliti menggunakan teknik (metode) penelitian deskriptif. Pendekatan penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif 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.

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 7 Kediri pada bulan November 2017 tahun ajaran 2017/2018. Subjek penelitian ini adalah seluruh siswa SMP Negeri 7 Kediri yang terlibat dalam kegiatan ekstra kulikuler sepakbola yang berjumlah 25 anak yang berusia 12-15 tahun. Jenis instrumen penelitian yang digunakan adalah tes yang digunakan untuk menggali data. Instrumen yang digunakan adalah tes dan pengukuran kelincuhan (*shuttle run*) kecepatan lari 30 meter, koordinasi mata kaki serta kemampuan menggiring bola.

Tabel 2.1 Norma *Shuttle Run* untuk Laki-laki

No.	Norma	Prestasi (Second)
1.	Baik Sekali	≥ 12.10
2.	Baik	12.11 – 13.52
3.	Sedang	13.53 – 14.96
4.	Kurang	14.97 – 16.39
5.	Kurang Sekali	≤ 16.40

(Sumber: Faruq dan Albertus, 2015: 158)

Tabel 2.2 norma tes kecepatan lari 30 m laki-laki

No.	Norma	Prestasi (Detik)
1	Baik sekali	3.58-3.91
2	Baik	3.92-4.34
3	Sedang	4.35-4.732
4	Kurang	4.73-5.11
5	Kurang sekali	5.12-5.50

(Sumber: Faruq dan Albertus, 2015: 131)

Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan teknik statistik analisis regresi korelasi. Uji prasyarat analisis yang digunakan oleh peneliti antara lain: (1) Uji normalitas, dilakukan untuk mengetahui apakah data tersebut berdistribusi normal atau tidak; (2) Uji homogenitas varians, digunakan untuk mengetahui seragam tidaknya variasi sampel-sampel yang diambil dari populasi yang sama dalam penelitian serta dihitung dengan menggunakan uji barlett; (3) Uji linieritas, digunakan untuk meramalkan apakah variabel bebas linier terhadap variabel terikatnya; dan (4) Uji keberartian model garis regresi.

Analisis terakhir dalam penelitian ini adalah pengujian hipotesis, yang tujuannya

untuk menentukan kesimpulan akhir tentang berhubungan atau tidaknya korelasi yang diperoleh dari hasil perhitungan statistik serta untuk membuktikan kebenaran dari hipotesis alternatif yang telah diajukan.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Berdasarkan analisis perhitungan yang dilakukan dengan menggunakan perhitungan statistik deskriptif dengan menggunakan program *SPSS v.21 for Windows* sebagai berikut:

- Hasil tes pengukuran kelincahan siswa ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 7 Kediri dari 25 siswa mampu melakukan *sprint* rata-rata 12,98 detik dengan standar deviasi sebesar 0,20. Sedangkan kelincahan minimum diperoleh dari siswa yang melakukan *shuttle run* selama 12,45 dan maksimum selama 13,33.
- Hasil tes pengukuran kecepatan siswa ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri Kediri dari 25 siswa mampu melakukan tes kecepatan lari 30 m rata-rata 4,00 detik dengan standar deviasi sebesar 0,13. Sedangkan kecepatan minimum diperoleh dari siswa yang melakukan tes kecepatan lari 30 m minimum secepat 3,79 dan maksimum secepat 4,24.

- c. Hasil tes pengukuran koordinasi mata kaki siswa ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri Kediri dari 25 siswa rata-rata selama 13,83 detik dengan standar deviasi sebesar 0,25. Sedangkan hasil koordinasi mata kaki minimum diperoleh selama 13,24 detik dan maksimum selama 14,22 detik.
- d. Hasil tes pengukuran kemampuan menggiring bola siswa ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri Kediri dari 25 siswa rata-rata selama 13,93 detik dengan standar deviasi sebesar 0,16. Sedangkan hasil kemampuan menggiring bola minimum diperoleh selama 13,45 detik dan maksimum selama 14,12 detik.

Uji Normalitas

Hasil uji normalitas yang perhitungannya dibantu dengan program SPSS *for windows* versi 21, diperoleh nilai signifikan kelincahan sebesar $0,911 > 0,05$, nilai signifikan kecepatan sebesar $0,499 > 0,05$, nilai signifikan koordinasi mata kaki sebesar $0,603 > 0,05$, dan nilai kemampuan menggiring bola sebesar $0,636 > 0,05$. Dari hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa data pada variabel terikat dan variabel bebas terdistribusi normal.

Uji Homogenitas

Hasil uji homogenitas yang perhitungannya dibantu dengan program SPSS *for windows* versi 21, nilai signifikan

kelincahan sebesar $0,297 > 0,05$, nilai signifikan kecepatan sebesar $0,173 > 0,05$, dan nilai signifikan koordinasi mata kaki sebesar $0,152 > 0,05$ dengan derajat kebebasan yaitu $df1 = 7$ dan $df2 = 12$. Dari hasil tersebut, menunjukkan bahwa data penelitian di atas homogen karena mempunyai varians yang sama.

Uji Linieritas

Hasil uji linier menunjukkan hubungan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola diperoleh nilai sig $0,000 < 0,05$, berarti hubungan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola adalah linier. Hubungan kecepatan dengan kemampuan menggiring bola diperoleh nilai sig $0,000 < 0,05$, berarti hubungan kecepatan dengan kemampuan menggiring bola adalah linier.

Uji Keberartian Model

Hasil uji keberartian model menunjukkan bahwa nilai signifikan kelincahan sebesar $0,001 < 0,05$, hal ini berarti kelincahan dapat digunakan sebagai peramalan kemampuan menggiring bola, nilai signifikan kecepatan sebesar $0,005 < 0,05$, hal ini berarti kecepatan dapat digunakan sebagai peramalan kemampuan menggiring bola, dan nilai signifikan koordinasi mata kaki sebesar $0,032 < 0,05$, hal ini berarti koordinasi mata kaki dapat digunakan sebagai peramalan kemampuan menggiring bola.

Uji Hipotesis

Untuk pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi yang perhitungannya dibantu dengan program *SPSS v.21 for Windows* yang menghasilkan diantara lain: (1) Hasil uji korelasi kelincahan dengan kemampuan menggiring bola, diperoleh nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$ atau nilai $r_{hitung} 0,790 > 0,393 r_{tabel}$, maka H_0 ditolak H_1 diterima; (2) Hasil uji korelasi kecepatan dengan kemampuan menggiring bola, diperoleh nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$ atau nilai $r_{hitung} 0,780 > 0,363 r_{tabel}$, maka H_0 ditolak H_2 diterima; (3) Hasil uji korelasi koordinasi mata kaki dengan kemampuan menggiring bola, diperoleh nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$ atau nilai $r_{hitung} 0,713 > 0,363 r_{tabel}$, maka H_0 ditolak H_3 diterima; dan (4) Hasil uji korelasi ganda dengan uji F regresi kelincahan, kecepatan, dan koordinasi mata kaki dengan kemampuan menggiring bola, diperoleh nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$ atau nilai $F_{hitung} 22,225 > 3,3072 F_{tabel}$, maka H_0 ditolak H_4 diterima.

Kesimpulan

Dari hasil analisa data yang dilakukan, dapat disampaikan kesimpulan dan saran sebagai berikut : (1) Ada hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 7 Kediri; (2) Ada hubungan antara kecepatan

dengan kemampuan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 7 Kediri; (3) Ada hubungan antara koordinasi mata kaki dengan kemampuan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 7 Kediri; dan (4) Ada hubungan antara kelincahan, kecepatan dan koordinasi mata kaki dengan kemampuan menggiring bola pada ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 7 Kediri.

IV. DAFTAR PUSTAKA

- Alfian, Abidin. 2014. *Hubungan antara Kekuatan Otot Tungkai dengan Kecepatan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola pada SSB Balongbendo Sidoarjo*. Tersedia: <http://alfiabidin47.blogspot.co.id/2014/01/hubungan-antara-kekuatan-otot-tungkai.html>, di unduh 2 Juni 2017.
- Bangun, Yudha. 2011. *Permainan Bola Besar*. Tersedia: <https://bangunyuda.wordpress.com/my-skripsi/>, di unduh 2 Juli 2017.
- Dedywitman. 2010. *Tes Kebugaran Jasmani*. Tersedia: <https://dedywitman23.wordpress.com/2010/06/08/tes-kebugaran-jasmani/>, di unduh 2 Juli 2017.
- Faruq, Muhammad Muhyi; Albertus, Fenanlampir. 2015. *Tes & Pengukuran Dalam Olahraga*. Yogyakarta: CV Andi Offset.

- Junaidi. 2013. *Hubungan Antara Kelincahan Dengan Ketrampilan Menggiring Bola Pada Per Mainan Sepakbola Siswa Putra Kelas 5 SDN 15 Bengkulu Selatan* Tersedia : <https://core.ac.uk/download/pdf/35331507.pdf> di unduh 2 Juli 2017.
- Nurhasan. 2001. *Tes Dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani : Prinsip-Prinsip Penerapan*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional
- Martamur. 2012. *Upaya Meningkatkan Kesegaran Jasmani Melalui Pendidikan Pendekatan Bermain Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Tersedia : <https://martamanur.wordpress.com/2009/12/16/skripsi-unes/>, di unduh 2 Juli 2017.
- Ridwan. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sajoto, M. 1995. *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang: Semarang Press.
- Soedjono, dkk. 1985. *Sepakbola :Taktik Dan Kerjasama*. Yogyakarta: PT. Badan Penerbit Kedaulatan Rakyat.
- Sucipto, dkk. 2000. *Sepak Bola*. Departemen Pendidikan Nasional.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuwantitatif Kualitatif Dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharno, Hp. 1993. *Metodologi Pelatihan, Seri Bahan Penataran Pelatihan Tingkat Dasar*. Jakarta: Pusat Pendidikan Dan Penataran.
- P, Nugroho, Tirta. 2005. *Hubungan Antara Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Ketrampilan Menggiring Bola Dalam Sepakbola Pada Siswa Lembaga Pendidikan Sepakbola Atlas Binatama Semarang* Skripsi. Tersedia: <https://engkoskosasih.wordpress.com/category/uncategorized/page/2/>, di unduh 2 Juli 2017.
- Ulfa. 2012. *Penelitian Pendidikan Matematik*. Tersedia <http://fafafaul.blogspot.co.id/2012/12/penelitian-pendidikan-matematika-bab.html>, di unduh 2 Juli 2017.
- UN PGRI. 2016. *Panduan Penulis Karya Tulis Ilmiah*. Kediri: LPPM.