

ARTIKEL

HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN, KECEPATAN, DAN KELENTUKAN DENGAN KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA SISWA EKSTRAKURIKULER SMP NEGERI 1 REJOTANGAN TULUNGAGUNG TAHUN AJARAN 2018/2019



Oleh:

AGUNG KRISNAWAN

14.1.01.09.0052

Dibimbing oleh :

1. Dr. Wasis Himawanto, M.Or.
2. Weda, M.Pd.

PROGRAM STUDI PENJASKESREK
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
TAHUN 2019



SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2019

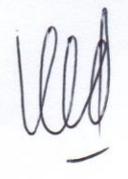
Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Agung Krisnawan
NPM : 14.1.01.09.0052
Telepon/HP : 083154954599
Alamat Surel (Email) : agung.krisnawan11@gmail.com
Judul Artikel : Hubungan Antara Kelincahan, Kecepatan, Dan Kelentukan Dengan Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Ekstrakurikuler Smp Negeri 1 Rejotangan Tulungagung Tahun Ajaran 2018/2019
Fakultas – Program Studi : Fkip - Penjaskesrek
Nama Perguruan Tinggi : Universitas Nusantara PGRI Kediri
Alamat Perguruan Tinggi : Jl.K.H.Achmad Dahlan No.76 Kediri

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 ke tidak sesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggung jawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		Kediri, 22 Januari 2019
Pembimbing I  Dr. Wasis Himawanto, M.Or. NIDN.0723128103	Pembimbing II  Weda, M.Pd NIDN.0721088702	Penulis,  Agung Krisnawan NPM .14.1.01.09.0052

JUDUL**HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN, KECEPATAN, DAN KELENTUKAN DENGAN KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA SISWA EKSTRAKURIKULER SMP NEGERI 1 REJOTANGAN TULUNGAGUNG TAHUN AJARAN 2018/2019**

Agung Krisnawan
14.1.01.09.0052
FKIP – Penjaskesrek
agung.krisnawan11@gmail.com
Dr. Wasis Himawanto, M.Or.
Weda, M.Pd.

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi dari hasil observasi di Lapangan sepakbola Rejotangan bahwa Siswa SMPN 1 Rejotangan dalam menggiring bola kondisinya kurang bagus seperti Siswa belum mampu melakukan gerakan yang lincah terkesan lambat juga tidak bisa meliuk liuk. Sehingga pada saat melakukan penguasaan menggiring bola kurang begitu maksimal, bola menjadi mudah diambil oleh lawan. Penelitian ini akan mengungkapkan tentang hubungan antara kelincahan, Kecepatan, dan kelentukan dengan keterampilan menggiring bola.

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui : hubungan antara kelincahan (X1) dengan keterampilan menggiring bola (Y), kecepatan (X2) dengan keterampilan menggiring bola (Y), kelentukan (X3) dengan keterampilan menggiring bola (Y). Hubungan antara otot kelincahan, kecepatan, dan kelentukan dengan keterampilan menggiring bola.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasional, sedangkan pendekatan penelitian yang digunakan adalah kuantitatif, dengan jumlah sampel 20 anak siswa SMPN 1 Rejotangan 2019, diambil dengan keseluruhan populasi yang berjumlah 35 anak latihan dengan teknik *simple random sampling*. Untuk mendapatkan data yang lengkap dilakukan secara langsung dengan melakukan tes.

Hasil penelitian adalah: 1) Ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola ditunjukkan bahwa $sig\ 0,095 > 0,05$. Dari hasil $f_{tabel}\ 4,41 < r_{tabel}\ 0,444$. 2) Ada hubungan yang signifikan antara kecepatan dengan keterampilan menggiring bola ditunjukkan bahwa $sig\ 0,105 > 0,05$. Dari hasil $f_{tabel}\ 4,41 < r_{tabel}\ 0,444$. 3) Ada hubungan yang signifikan antara kelentukan dengan keterampilan menggiring bola ditunjukkan bahwa $sig\ 0,085 > 0,05$. Dari hasil $f_{tabel}\ 4,41 < r_{tabel}\ 0,444$. 4) Ada hubungan antara kelincahan, kecepatan, kelentukan dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa ekstrakurikuler SMPN 1 Rejotangan Tahun Ajaran 2018/2019. Diperoleh nilai signifikan sebesar $0,210 < 0,05$ atau nilai $F_{hitung}\ 1,684 < 3,10 F_{tabel}$, maka H_0 ditolak H_3 diterima. Besarnya kelincahan, kecepatan dan kelentukan dengan keterampilan menggiring bola diketahui *R Square* ($r^2 \times 100\%$) Nilai $r^2\ 0,240$ sehingga sumbangan sebesar 24% dan sisanya sebesar yaitu 76% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Berdasarkan simpulan hasil penelitian ini, bahwa Ada hubungan antara kelincahan, kecepatan, dan kelentukan dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa ekstrakurikuler SMPN 1 Rejotangan Tahun Ajaran 2018/2019.

Kata Kunci : Hubungan Antara Kelincahan, Kecepatan, dan Kelentukan dengan Keterampilan Menggiring Bola.

I. LATAR BELAKANG

Prestasi olahraga di Indonesia dari tahun ketahun mengalami perubahan yang pesat. Olahraga ialah serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana yang dilakukan orang untuk mencapai suatu maksud atau lanjutan tertentu (Giriwijoyo, 2005:10).

Perubahan ini dialami oleh beberapa cabang olahraga, atlet atau pemain dari beberapa cabang olahraga tersebut ditunjukkan dengan pencapaian prestasi maksimal. Pencapaian prestasi maksimal yang dilakukan atlet nasional ataupun internasional diperoleh melalui perkembangan klub-klub daerah dan banyaknya kompetisi, juga dari hasil turnamen yang diikuti. Cabang olahraga sepakbola merupakan bagian dari beberapa cabang olahraga di Indonesia ini yang diharapkan memberikan sumbangsih bagi pencapaian prestasi olahraga yang ada di Indonesia.

Namun tidak demikian dengan prestasi sepakbola di Kota kelahiranku Tulungagung. Prestasi diharapkan para suporter Tulungagung tak kunjung-kunjung ada, malah dari tahun-ketahunnya memburuk. Pernah

mereka menjadi juara Divisi 3 dieranya Rudi bacong dkk, pada waktu itu di final mereka berhasil mengalahkan Tim Persikoba Batu Malang dan berhak menjadi juara serta lolos ke Divisi 2. Setelah itu Perseta tak terdengar lagi taringnya, mereka hanya mampu bertahan di Kasta tersebut. Hingga akhirnya pada tahun 2014 Perseta kembali mampu menunjukkan kehebatannya dengan lolos Divisi Utama.

Di kasta tersebut Perseta berhasil lolos babak 12 besar. Namun mereka di babak 12 besar harus menantang tim kuat yang merupakan tim tetangganya yaitu Persik Kediri. Hasilnya Perseta dibuat tak berdaya dan harus mengakui keunggulan atas Persik Kediri dengan skor 5-1.

Musim barupun berganti yang juga dibarengi pergantian manager pada musim tersebut. Hasilnya Perseta tak berdaya, banyak kalangan yang menyebutkan terjadi korupsi, gaji pemain terlambat, dan menjual pertandingan untuk mengalah kepada tim lawan, hingga hal itu membuat Perseta turun kasta lagi. Hingga saat ini diera kepemimpinan Pelatih Efendi Aziz yang pernah membawa Perseta Junior lolos semifinal Piala Soeratin

dan membawa Kabupaten Tulungagung juara PORPROV cabang sepakbola di Banyuwangi. Pada tahun 2018 ini Peserta yang harusnya berbenah malah semakin mengecewakan, mereka banyak mengeluarkan banyak pemain muda yang jauh dari levelnya yang membuat Peserta tak pernah menang, mereka hanya merasakan kalah dan imbang pada putaran pertama Liga Nusantara Zona Jatim 2018.

Padahal sepakbola di Tulungagung sangat bagus di pembinaan pemain mudanya. Suporter yang juga selalu penuh di setiap pertandingannya, namun tampak mati suri saat ini karena prestasi tim itu sendiri. Penonton yang menyaksikan seakan malas, hanya segelintir orang yang menyaksikan. Pembinaan di semua level sudah menjanjikan tak terkecuali ditingkat sekolahan. Banyak sekolah-sekolah di Tulungagung yang melakukan ekstrakurikuler guna persiapan di pertandingan-pertandingan sepakbola tingkat SMP yang setiap tahunnya diadakan oleh Pemkab. Tulungagung maupun Universitas di tulungagung. Salah satunya sekolah SMP Negeri 1 Rejotangan Tulungagung. Dalam 3 tahun terakhir prestasi dialami SMP

ini belum begitu menjanjikan, mengikuti turnamen SMAKTA dan GSI hanya biasa naik ke peringkat 8. Prestasi terbaik bias menembus semifinal di turnamen antar pelajar di Tulungagung. Seiring berjalannya waktu sekolah ini berangsur membaik tetapi masih banyak permasalahan yang dihadapi dalam teknik sepakbolanya.

SMP Negeri 1 Rejotangan merupakan SMP yang bertempat di Kabupaten Tulungagung. Sekolah ini belum mencapai prestasi tertinggi hal itu dikarenakan masih banyak kekurangan dalam diri siswanya. Hal itu saya lihat sewaktu observasi di sekolah tersebut. Seperti Kondisi siswa saat ini masih kurang baik dalam penguasaan menggiring bola. Sehingga pada saat melakukan penguasaan menggiring bola kurang begitu maksimal, bola menjadi mudah diambil oleh lawan dan di dalam pertandingan penguasaan bola merupakan kunci utama untuk meraih kemenangan. Sebagai contoh siswa pada saat menggiring bola belum maksimal. Siswa belum mampu melakukan gerakan yang lincah terkesan lambat dalam bergerak ke arah kanan dan kiri untuk menghindari lawan sehingga bola mudah terlepas.

Saat melakukan gaya menggiring pandangan mereka tidak terpusat dan hanya tertuju pada bola serta kurangnya keterampilan dalam melewati lawan. Pola latihan juga menjadi salah satu faktornya, karena latihan hanya dilakukan 1 minggu 1 kali yang membuat siswa kurang berkembang. Selain itu kebanyakan dari mereka juga belum bisa menerapkan materi apa yang sudah diberikan karena kurangnya disiplin dan mendengarkan saat pemberian materi berlangsung. Hal itu terlihat di lapangan, sebagian siswa mengalami kesulitan dalam melewati lawan yang mana disebabkan kurangnya kelincahan dan kelentukan untuk bergerak ke kanan atau ke kiri serta tidak bias meliuk-liuk saat menggiring bola.

Dengan hal yang terjadi sedemikian rupa pelatih ekstrakurikuler SMP 1 Rejotangan Coach Pandu Maulana tersebut, pada tahun kemarin terus mencoba mengangkat prestasi siswa didiknya untuk lebih baik lagi. Pelatih yang juga lulusan Universitas Nisantara PGRI Kediri tersebut cukup berpengalaman dalam sepakbola. Pernah mengantarkan Tim Putra Bligo Rejotangan ke semifinal di internal Tulungagung. Juga menjuarai

Turnamen futsal Bupati Cup dan beliau juga merupakan alumni SMP tersebut.

Dari uraian dan penjelasan tersebut, maka dalam hal ini penulis berpendapat bahwa kelincahan, kecepatan, dan kelentukan tidak boleh di kesampingkan, harus menjadi perhatian utama untuk membina pemain mencapai prestasi yang lebih baik dalam cabang olahraga sepakbola khususnya, karena apabila hal itu dibiarkan maka prestasi pemain tersebut akan menurun dan hasil yang di inginkan tidak sesuai dengan ekspektasi. Mengingat pentingnya kelincahan, kecepatan, dan kelentukan untuk menunjang keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Maka penulis bermaksud mengadakan penelitian tentang “Hubungan Antara Kelincahan, Kecepatan, dan Kelentukan dengan keterampilan Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola pada Siswa Ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Rejotangan Tulungagung Tahun Ajaran 2018/2019”.

II. METODE

1. Identifikasi Variabel Penelitian

Menurut (Sugiyono, 2010: 60) variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Dalam penelitian ini, terdapat beberapa variable yang diteliti yaitu kelincahan, kecepatan, kelentukan, dan keterampilan menggiring bola permainan sepakbola.

Agar di dalam penelitian ini tidak terjadi penafsiran yang salah maka berikut akan di kemukakan definisi operasional mengenai variabel yang dapat digunakan dalam penelitian.

- a. Kelincahan dalam penelitian ini merupakan keterampilan siswa SMP Negeri 1 Rejotangan Tulungagung untuk mengubah arah posisi tubuh dengan cepat dan tepat sesuai dengan situasi yang ada dan kemampuan kelincahan ini dapat diukur dengan dodging run dengan satuan meter/detik.
- b. Kecepatan dalam penelitian ini adalah keterampilan siswa

SMP Negeri 1 Rejotangan Tulungagung untuk bergerak dengan cepat yang diikuti anggota tubuh lainnya untuk mendapatkan hasil yang baik yang dapat diukur menggunakan lari *sprint* 50 meter dengan satuan meter/detik.

- c. Kelentukan dalam penelitian ini adalah keterampilan siswa SMP Negeri 1 Rejotangan Tulungagung untuk menggerakkan tubuhnya persendian, otot dan bagian tubuhnya secara leluasa, cepat, dan luwes yang berguna untuk bergerak secara meliak-liuk dan kemampuan tersebut dapat diketahui menggunakan *sit and reach*.
- d. Menggiring bola dalam penelitian ini merupakan kemampuan siswa SMP Negeri 1 Rejotangan Tulungagung untuk menggerakkan bola secara terputus-putus menggunakan kaki terkuat mereka yang diukur menggunakan *soccer dibble test* dengan satuan meter/detik

2. Teknik dan Pendekatan Penelitian

a. Pendekatan Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif karena metode penelitian kuantitatif yang diartikan sebagai metode penelitian berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara *random*, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ada.

b. Teknik Penelitian

Pada penelitian ini peneliti menggunakan metode penelitian korelasional, karena disini penulis ingin mengetahui hubungan antara kelincahan, kecepatan, dan kelentukan dengan keterampilan menggiring bola. Penelitian korelasi adalah penelitian yang dilakukan oleh peneliti untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih, tanpa melakukan perubahan, tambahan

atau manipulasi terhadap data yang memang sudah ada. Penelitian korelasi bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan dan apabila ada berapa eratnya hubungan serta berarti atau tidaknya hubungan itu (Suharsimi Arikunto, 2013: 313).

Di dalam penelitian ini data yang telah diperoleh dikumpulkan, disusun, dijelaskan, dan dianalisis untuk menetapkan kesimpulan. Penggunaan metode ini diharapkan dapat mengungkap atau mengetahui tingkat hubungan antara kelincahan, kecepatan, dan kelentukan dengan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola pada siswa SMP Negeri 1 Rejotangan Tulungagung.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

1. Simpulan

- a. Ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola ditunjukkan bahwa $sig\ 0,095 > 0,05$. Dari hasil $f_{tabel}\ 4,41 < r_{tabel}\ 0,444$. Berdasarkan koefisien korelasi $x_1.y$ tersebut diatas

diperoleh koefisien determinasi 0,216 dengan besarnya sumbangan 21,6%.

- b. Ada hubungan yang signifikan antara kecepatan dengan keterampilan menggiring bola ditunjukkan bahwa $\text{sig } 0,105 > 0,05$. Dari hasil $f_{\text{tabel}} 4,41 < r_{\text{tabel}} 0,444$. Berdasarkan koefisien korelasi $x_2.y$ tersebut diatas diperoleh koefisien determinasi 0,122 dengan besarnya sumbangan 12,2%.
- c. Ada hubungan yang signifikan antara kelentukan dengan keterampilan menggiring bola ditunjukkan bahwa $\text{sig } 0,085 > 0,05$. Dari hasil $f_{\text{tabel}} 4,41 < r_{\text{tabel}} 0,444$. Berdasarkan koefisien korelasi $x_3.y$ tersebut diatas diperoleh koefisien determinasi 0,213 dengan besarnya sumbangan 21,3%.
- d. Berdasarkan hasil uji korelasi ganda dengan uji F regresi kelincahan, kecepatan dan kelentukan dengan keterampilan menggiring bola pada tabel 4.10 di atas dalam penelitian ini menggunakan analisis signifikan yang perhitungannya di bantu program SPSS v.23 for Windows, diperoleh nilai

signifikan sebesar $0,210 < 0,05$ atau nilai $F_{\text{hitung}} 1,684 < 3,10 F_{\text{tabel}}$, maka H_0 ditolak H_3 diterima. Hal ini berarti kelincahan, kecepatan dan kelentukan dengan keterampilan menggiring bola.

Besarnya kelincahan, kecepatan dan kelentukan dengan keterampilan menggiring bola diketahui R Square ($r^2 \times 100\%$) Nilai r^2 0,240 sehingga sumbangan sebesar 24% dan sisanya sebesar yaitu 76% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

IV. DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Aru, Manggara, Atasa. 2016. *Hubungan antara Kecepatan dan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola pada Tim Futsal SMA YP Unila Bandar Lampung*. Skripsi. Dipublikasikan. Lampung: FKIP UNILA .
- Cook, Malcolm. 2013. *101 Drills Sepakbola untuk Pemain Muda*

- Usia 12 sampai 16 tahun*, Edisi Ketiga. Jakarta: PT Indeks.
- Faruh, Muhyi, Muhammad dan Fenanlampir, Albertus. 2015. *Tes dan Pengukuran dalam Olahraga*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Giriwijoyo, Santoso Y,S. 2005. *Manusia Dan Olahraga*. ITB: Bandung
- Kemendiknas. 2010. *Tes Kebugaran Jasmani Indonesia*. Jakarta: Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani.
- Koger, Robert. 2007. *Latihan Dasar Andal Sepakbola Remaja*. Klaten: PT. Saka Mitra Kompetensi.
- Khomarudin. 2011. *Dasar Gerak Sepakbola*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY
- Lukman. 1994. *KINESIOLOGY (Sistem Tubuh Yang Dilibatkan Dalam Gerakan)*. Surabaya: Univesity Press IKIP Surabaya.
- Luxbacher, Joseph. 2012. *Sepakbola Edisi Kedua*. Jakarta: PT Raja Grafindo.
- Mahendra, Agus.2000. *Senam*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti. P2LPTK.
- Nugraha, Setia, Ardi. 2017. *Hubungan antara Kelincahan Kecepatan dan Kelentukan dengan Keterampilan Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola pada Siswa Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Kalirejo Lampung Tengah*. Skripsi. Dipublikasikan. Lampung: FKIP UNILA.
- Sajoto. Mochamad. 1995. *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti. P2LPTK.
- Sarumpaet. 1992. *Permainan Besar*. Padang: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Pendidikan.
- Setyawidi, Wahyu, Trianata. 2015. *Pengaruh Tinggi Badan serta Berat Badan Terhadap Kecepatan Lari Jarak 80 Meter pada Siswa Putri Kelas VII SMP 7 Kediri Tahun Pelajaran 2014/2015*. Skripsi. Dipublikasikan. Kediri: FKIP UNP.
- Soekatamsi. 2001. *Permainan Besar I Sepakbola*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: PT Alfabet

Suryanto, 2017. *Panduan Penulisan Karya Tulis Ilmiah*. Kediri: Lembaga Penelitian dan Pengabdian Pada Masyarakat (LPPM) UN PGRI Kediri.

Edwin. 2012. *Lari Cepat Jarak Pendek 50 Meter*.(online).tersedia:
<https://berdoadanbelajar.blogspot.com/2012/03/lari-cepat-jarak-pendek-50-meter.html?m=1>,
diunduh 24 Januari 2019

Widiastuti. 2017. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: Rajawali Pers.

Yudianto, Lukman. 2009. *Teknik Bermain Sepakbola & Futsal*.
Visi 7.