

ARTIKEL

HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN LARI 30 METER, KELINCAHAN DAN KOORDINASI MATA DAN KAKI DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA U 14 PADA KLUB PS. ARMADA KOTA KEDIRI



Oleh:

RIZAL DWI SETYONO

NPM : 14.1.01.09.0065

Dibimbing oleh :

1. Septyaning Lusianti, M.Pd.
2. Weda, M.Pd.

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

2019



**SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2019**

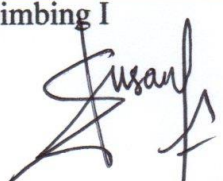

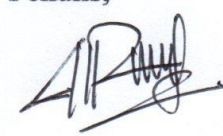
Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Rizal Dwi Setyono
NPM : 14.1.01.09.0065
Telepon/HP : 082237201760
Alamat Surel (Email) : rizaldwisetyono@gmail.com
Judul Artikel : Hubungan antara Kecepatan Lari 30 Meter, Kelincahan dan Koordinasi Mata dan Kaki dengan Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola U14 Pada Klub PS. Armada Kelurahan Dandangan Kota Kediri
Fakultas – Program Studi : FKIP-PENJASKESREK
Nama Perguruan Tinggi : UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
Alamat Perguruan Tinggi : Kampus I Jl. KH. 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 ketidaksesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggungjawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		Kediri, 11 Februari 2019
Pembimbing I  Septyaning Lusianti, M.Pd. NIDN. 0722098601	Pembimbing II  Weda, M.Pd. NIDN. 0722098601	Penulis,  Rizal Dwi Setyono NPM. 14.1.01.09.0065

HUBUNGAN ANTARA KEKUATAN OTOT LENGAN, KOORDINASI MATA TANGAN, DAN *POWER* OTOT TUNGKAI DENGAN KETEPATAN *SMASH* ATLET BOLAVOLI PUSLATKOT PUTRI KOTA KEDIRI TAHUN 2018

Rizal Dwi Setyono

14.1.01.09.0065

FKIP – PENJASKESREK

rizaldwisetyono@gmail.com

Septyaning Lusianti, M.Pd. dan Weda, M.Pd.
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Setiap pemain sepakbola harus menguasai teknik dasar tersebut khususnya teknik *dribbling* atau menggiring bola, karena dengan teknik menggiring bola yang baik pemain dapat menguasai lapangan. Kondisi fisik yang baik serta penguasaan teknik yang baik dapat memberikan sumbangan kemampuan menggiring bola. Adapun kondisi fisik yang dibutuhkan adalah kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Klub PS. Armada Kelurahan Dandangan Kota Kediri

Teknik penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasional. Teknik korelasional adalah suatu penelitian yang melibatkan tindakan pengumpulan data guna menentukan, apakah ada hubungan dan tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Klub PS. Armada Kabupaten Kediri yang berjumlah 25 atlet, dengan menggunakan teknik sampling jenuh maka jumlah sampel sama dengan jumlah populasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *Product Moment* untuk pengujian hipotesis 1 sampai 3 dan korelasi ganda untuk pengujian hipotesis 4.

Hasil penelitian ini adalah : 1) ada hubungan antara kecepatan lari 30 meter dengan kemampuan menggiring bola dengan nilai $r_{hitung} 0,641 > 0,367 r_{tabel}$ 2) ada hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola dengan nilai $r_{hitung} 0,683 > 0,367 r_{tabel}$. 3) ada hubungan antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola dengan nilai $0,745 > 0,367 r_{tabel}$. 4) ada hubungan antara kecepatan lari 30 meter, kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola, dengan nilai $F_{hitung} 18,343 > 2,991 F_{tabel}$.

Dari hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan bahwa hubungan antara kecepatan lari 30 meter, kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Klub PS. Armada Kelurahan Dandangan Kota Kediri Maka dari itu dapat disarankan untuk dapat meningkatkan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola maka sebaiknya memperhatikan kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki

KATA KUNCI : kecepatan lari 30 meter, kelincahan, koordinasi mata-kaki dan kemampuan menggiring bola.

I. LATAR BELAKANG

Cabang olahraga sepakbola sangat populer dan sangat digemari oleh kalangan masyarakat luas khususnya di Indonesia. Hal ini dikarenakan bisa

dimainkan setiap orang, bisa dimainkan di mana saja dan tidak mengenal musim.

Selain itu penyelenggaraan piala dunia menjadi turnamen terbesar mengalahkan olimpiade. Bahkan, saking bergengsinya untuk menonton final piala dunia orang

rela mengeluarkan uang yang besar hanya untuk membeli tiket.

Pada pertandingan sepakbola mampu menyuguhkan pertandingan yang menegangkan, hal tersebut tidak terlepas dari kemampuan pemain untuk dapat bermain maksimal di atas lapangan sehingga dapat menyajikan pertandingan yang menarik. Seorang pemain sepakbola yang bermutu jelas membutuhkan beberapa kemampuan.

Beberapa kemampuan tersebut adalah fisik dan teknik. Faktor yang sangat menentukan dalam permainan sepakbola adalah teknik-teknik dasar permainan sepakbola. Seorang pemain sepakbola dituntut untuk bergerak, baik berlari cepat maupun lambat dengan bola. Dalam permainan sepakbola mencetak gol ke gawang lawan merupakan bagian terpenting dalam setiap pertandingan.

Teknik-teknik dasar sepakbola yang dikenalkan pada pemain sedini mungkin antara lain adalah *passing*, *dribbling*, *shotting*, dan *heading*. Setiap pemain sepakbola harus menguasai teknik dasar tersebut khususnya teknik *dribbling* atau menggiring bola, karena dengan teknik menggiring bola yang baik pemain dapat menguasai lapangan. Mukholid (2007:8) menyatakan bahwa menggiring bola adalah menendang/

menyentuh/mendorong bola secara perlahan sambil berjalan ataupun berlari. Menggiring bola dapat dilakukan dengan menggunakan berbagai macam bagian kaki yaitu kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan kaki bagian kura-kura.

Kondisi fisik yang baik serta penguasaan teknik yang baik dapat memberikan sumbangan yang cukup besar untuk memiliki kecakapan bermain sepakbola. Tetapi hal itu perlu diselidiki lebih lanjut oleh pakar sepakboladi tanah air. 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. Demikian pula sebaliknya memiliki kondisi yang jelek tetapi teknik, taktik dan mental yang baik juga kurang mendukung untuk mencapai prestasi. Untuk itu perlu pembinaan yang baik pada cabang olahraga sepakbola ini sedini mungkin untuk mencapai sasaran pada event tertentu agar prestasi puncak dapat ditampilkan sebaik-baiknya. Dalam proses latihan unsur-unsur kondisi fisik menempati posisi terdepan untuk dilatih, yang berlanjut ke latihan, teknik, mental dan kematangan bertanding dalam mencapai prestasi. Latihan kondisi fisik secara teratur dan berkesinambungan dapat memberikan

sumbangan yang besar bagi peningkatan kemampuan pengembangan teknik dalam pertandingan. Adapun kondisi fisik yang dibutuhkan adalah kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki.

Menurut Sajoto (1995: 9), kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengerjakan gerakan kesinambungan dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Kecepatan dibutuhkan dalam menggiring bola, karena dengan adanya kecepatan dalam menggiring bola pemain akan memiliki kesempatan memasuki daerah lawan dan memiliki kesempatan memasukkan bola. Sedangkan kelincahan adalah kemampuan untuk bergerak mengubah arah dan posisi dengan cepat dan tepat sehingga memberikan kemungkinan seseorang untuk melakukan gerakan ke arah yang berlawanan dan mengatasi situasi yang dihadapi lebih cepat dan lebih efisien. Dalam menggiring bola seorang pemain harus dapat mengubah-ubah arah dengan cepat dan dapat menghindari dari lawan serta harus dapat menggunakan seluruh bagian kakinya sesuai dengan yang ingin dicapai. Untuk dapat melakukan semua itu sangat dibutuhkan unsur fisik berupa kelincahan.

Koordinasi adalah kemampuan seseorang atlet dalam merangkai berbagai

gerakan menjadi satu dalam satu satuan waktu dengan gerakan yang selaras dan sesuai dengan tujuan, artinya tujuan dalam melakukan teknik sepakbola seperti menggiring bola. Dalam melakukan menggiring bola sangat membutuhkan koordinasi mata-kaki, karena dibutuhkan oleh pemain dalam mengarahkan suatu bola menuju sasaran yang akan dicapai, sehingga dengan koordinasi mata-kaki yang baik, maka persentase keberhasilan dalam melakukan menggiring bola akan semakin tinggi.

Klub PS. Armada adalah suatu klub sepakbola yang ada di Kelurahan Dandangan Kota Kediri. Adapun prestasi yang pernah diraih selama tiga tahun terakhir ini adalah pada tahun 2015 juara 3 divisi 3, pada tahun 2016 sempat *vacum* dan turun ke divisi 2. Pada tahun 2017 main ke divisi 2. Berdasarkan hasil observasi awal turunnya prestasi di Klub PS. Armada salah satunya adalah kemampuan penguasaan bola para pemain. Dimana kemampuan menggiring bola yang kurang terampil, hal tersebut menurut peneliti di pengaruhi oleh beberapa sebab, antara lain anak latihan kurang serius dalam mengikuti latihan, kurang keseriusan ini saat pelatih memberikan program latihan tentang menggiring bola anak latihan masih

meremehkan latihan tersebut, padahal latihan yang diberikan pelatih sangat penting untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola, selalu tergesa-gesa mendorong bola sehingga bola jauh dari penguasaan, anak latih saat menggiring bola kebanyakan masih lurus belum bisa merubah arah dengan cepat, sehingga sangat mudah di rebut oleh lawan. Hal ini terlihat bahwa kurang optimalnya penguasaan teknik menggiring bola pada permainan sepakbola Klub PS. Armada. Selain itu waktu pelaksanaan latihan pada Klub PS. Armada hanya dilaksanakan setiap dua hari sekali dalam satu minggu yaitu hari selasa dan sabtu pada pukul 14.00 – 17.00 WIB.

Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian yang dengan judul “Hubungan antara Kecepatan Lari 30 Meter, Kelincahan dan Koordinasi Mata-kaki dengan Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola U14 Pada Klub PS. Armada Kelurahan Dandangan Kota Kediri”.

II. METODE

Didalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu: variabel terikat adalah kemampuan menggiring bola dan variabel bebas adalah kecepatan lari 30

meter, kelincahan dan koordinasi mata-kaki.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kuantitatif, karena ada penelitian berupa angka-angka dan analisisnya menggunakan statistik (Sugiyono, 2004:14). Dalam penelitian ini teknik yang digunakan adalah teknik korelasional karena untuk menentukan, apakah ada hubungan dan tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih.

Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah seluruh Klub PS. Armada Kabupaten Kediri yang berjumlah 25 atlet. Pada penelitian ini sampel yang digunakan adalah keseluruhan dari populasi sehingga penelitian ini dinamakan sampling jenuh

Instrumen yang digunakan dalam penelitian yaitu tes pengukuran. Tes pengukuran yang digunakan yaitu :

1. Tes lari 30 meter untuk mengukur kecepatan.
2. Tes *Shuttle Run* untuk mengukur kelincahan.
3. Tes *Soccer dribbling test* untuk mengukur koordinasi mata kaki.
4. Tes ketepatan menggiring bola.

Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi. Dimana korelasi yang digunakan adalah korelasi sederhana untuk menguji hipotesis 1-3

dan korelasi ganda untuk menguji hipotesis 4 dengan program *SPSS v.21 for Windows*. Sebelum melakukan analisis korelasi terlebih dahulu data harus di uji normalitas dan uji homogenitas.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

1. Berdasarkan hasil uji korelasi kecepatan dengan kemampuan menggiring bola diperoleh nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$ atau nilai $F_{hitung} 142,171 > 4,196 F_{tabel}$, maka H_0 ditolak H_1 diterima. Hal ini berarti ada hubungan antara kecepatan lari 30 meter dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Klub PS. Armada Kelurahan Dandangan Kota Kediri, sebesar $0,835 \times 100\% = 83,5\%$.
2. Berdasarkan hasil uji korelasi korelasi kelincahan dengan kemampuan menggiring bola, diperoleh nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$ atau nilai $F_{hitung} 74,823 > 4,196 F_{tabel}$, maka H_0 ditolak H_2 diterima. Hal ini berarti ada hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Klub PS. Armada Kelurahan Dandangan Kota Kediri, sebesar $0,728 \times 100\% = 72,8\%$.
3. Berdasarkan hasil uji korelasi koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola, diperoleh nilai signifikan sebesar $0,002 < 0,05$ atau nilai $F_{hitung} 11,102 > 4,196 F_{tabel}$, maka H_0 ditolak H_3 diterima. Hal ini berarti ada hubungan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Klub PS. Armada Kelurahan Dandangan Kota Kediri, sebesar $0,284 \times 100\% = 28,4\%$
4. Berdasarkan hasil uji korelasi ganda dengan uji F regresi kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan variabel hasil menggiring bola pada tabel 4.12 di atas, diperoleh nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$ atau nilai $F_{hitung} 61,107 > 2,991 F_{tabel}$, maka H_0 ditolak H_4 diterima. Hal ini berarti ada hubungan antara kecepatan lari 30 meter, kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Klub PS. Armada Kelurahan Dandangan Kota Kediri.
Jika dilihat dari hasil koefisien determinasi diperoleh nilai R_{square} sebesar ,876. Dengan demikian menunjukkan bahwa adalah besarnya kecepatan lari 30 meter,

kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Klub PS. Armada Kelurahan Dandangan Kota Kediri 87,6% dan sisanya 12,4% dijelaskan variabel lain yang tidak dikaji dalam penelitian ini

Dimana hubungan antara kecepatan lari 30 meter dengan kemampuan menggiring bola sebesar 83,5%, hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola sebesar 72,8% dan hubungan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola sebesar 28,4%.

IV. PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang diperoleh, maka beberapa saran yang dapat dikemukakan diantaranya sebagai berikut :

1. Bagi Tempat Penelitian

Bagi tempat penelitian diharapkan penelitian ini dapat dijadikan masukan untuk mengetahui hubungan antara kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola. Selain itu

untuk menambah wawasan yang luas kepada atletnya.

2. Kepada Peneliti Selanjutnya

Bagi para peneliti selanjutnya, mengingat masih ada pengaruh dari variabel lain di luar variabel yang ada dalam penelitian ini yakni sebesar 12,4% maka hasil penelitian ini dapat menjadi bahan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan memasukkan variabel lain selain yang sudah dimasukkan dalam penelitian ini.

V. DAFTAR PUSTAKA

- Tenang, J. D. 2008. *Mahir Bermain Futsal Dilengkapi Tehnik Dan Strategi Bermain*. Bandung
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologi Dalam Coaching*. Jakarta: C,V, Tambak Kusumah
- Sucipto. 2000. *Sepakbola Latihan dan Strategi*. Jakarta : Jaya Putra
- Widiastuti.2015. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta : Rajawali
- Riduwan, 2013. *Dasar-dasar Statistika*, Bandung: Alabeta
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta
- Sukardi. 2008. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara

