

ARTIKEL

HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN, KELINCAHAN, DAN KELENTUKAN DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA SISWA SSB PALAPA KABUPATEN KEDIRI TAHUN 2018



Oleh:

RIFKI DHARMA ADIMAKAYASA
NPM : 14.1.01.09.0164

Dibimbing oleh :

1. Abdian Asgi Sukmana, S.Pd. M.Or.
2. Dr. Wasis Himawanto, M.Or.

PROGRAM STUDI PENJASKESREK
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
2019



SURAT PERNYATAAN ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2019


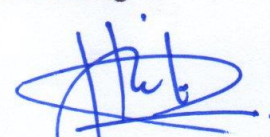
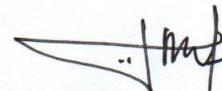
Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Rifki Dharma Adimakayasa
NPM : 14.1.01.09.0164
Telepon/HP : 085607094787
Alamat Surel (Email) : dharmarifky@gmail.com
Judul Artikel : Hubungan antara Kecepatan, Kelincahan, dan Kelentukan dengan Kemampuan Menggiring Bola Pada Siswa SSB Palapa Tahun 2018
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, 7 Februari 2019
Pembimbing I,  <u>Abdian Asgi Sukmana, S.Pd. M.Or.</u> NIDN. 0720028002	Pembimbing II  <u>Dr. Wasis Himawanto, M.Or.</u> NIDN. 0723128103	Penulis,  Rifki Dharma Adimakayasa NPM. 14.1.01.09.0164

HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN, KELINCAHAN, DAN KELENTUKAN DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA SISWA SSB PALAPA KABUPATEN KEDIRI TAHUN 2018

Rifki Dharma Adimakayasa

14.1.01.09.0164

FKIP – PENJASKESREK

dharmarifky@gmail.com

Abdian Asgi Sukmana, S.Pd. M.Or. dan Dr. Wasis Himawanto, M.Or.

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi masih banyak kemampuan menggiring bola yang kurang terampil. Hal ini terlihat dari kemampuan menggiring bola, tergesa-gesa mendorong bola sehingga bola jauh dari penguasaan, pada saat menggiring bola kebanyakan masih lurus belum bisa merubah arah dengan cepat, sehingga sangat mudah di rebut oleh lawan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kecepatan, kelincahan, dan kelentukan dengan kemampuan menggiring bola pada siswa Sekolah Sepak Bola Palapa Tahun 2018

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 SSB Palapa Kelompok Usia 12-14 Tahun yang berjumlah 52 atlet, dengan jumlah sampel sebanyak 34 pemain dengan teknik pengambilan *simple random sampling*. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini 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 dengan kemampuan menggiring bola, dengan nilai $r_{hitung} 0,739 > 0,339$ r 2) ada hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola, dengan nilai $r_{hitung} 0,820 > 0,339$ r. 3) ada hubungan antara kelentukan dengan kemampuan menggiring bola, dengan nilai $0,798 > 0,339$ r. 4) ada hubungan antara kecepatan, kelincahan dan kelentukan dengan kemampuan menggiring bola., dengan nilai $F_{hitung} 35,051 > 2,690$ F.

Dari hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan ada kemampuan menggiring bola pada siswa Sekolah Sepak Bola Palapa Tahun 2018. Maka dari itu dapat disarankan untuk dapat meningkatkan kemampuan menggiring bola maka sebaiknya memperhatikan kecepatan, kelincahan dan kelentukan.

KATA KUNCI : kecepatan, kelincahan, kelentukan; kemampuan menggiring bola.

I. LATAR BELAKANG

Sepakbola sangat populer dan sangat digemari oleh kalangan masyarakat luas khususnya di Indonesia. Setiap pertandingan sepakbola selalu menghadirkan drama 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 selain harus menguasai teknik dasar yang benar juga harus memiliki kondisi fisik yang baik. Menurut Gustika, dkk (2017: 36), ada lima komponen fisik yang harus dibangun oleh peserta latihan, yaitu kekuatan (*strength*), daya tahan (*endurance*), kecepatan (*speed*), kelentukan, koordinasi. 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. Permainan sepakbola merupakan suatu permainan yang menuntut adanya kerjasama yang baik dan rapi.

Menurut Batty (2002: 1), sepakbola adalah permainan sederhana yang tujuan utamanya memasukkan bola kedalam gawang lawan, tanpa menggunakan

tangan ataupun lengan dan tim paling banyak mencetak gol dinyatakan menang. Menggiring bola dapat dilakukan dengan menggunakan berbagai macam bagian kaki yaitu kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan kaki bagian kura-kura. Beberapa orang menganggap menggiring bola lebih sebagai suatu seni dari pada keterampilan.

Kemenangan dalam permainan sepakbola hanya akan diraih dengan melalui kerjasama dari tim tersebut. Kemenangan tidak dapat diraih secara perseorangan dalam permainan tim, disamping itu setiap individu atau pemain harus memiliki kondisi fisik yang bagus, teknik dasar yang baik dan mental bertanding yang baik pula. Teknik *passing*, *dribbling*, *heading*, dan *shooting* adalah teknik dasar sepakbola yang dikenalkan pada pemain sedini mungkin untuk menghindari atau meminimalisasi cedera. Khusus dalam teknik *dribbling* (menggiring bola) pemain harus menguasai teknik tersebut dengan baik, karena teknik *dribbling* sangat berpengaruh dengan permainan sepakbola.

Menggiring bola mempunyai fungsi untuk mempertahankan bola saat melintasi lawan atau maju ke ruang terbuka. Menggiring bola dapat

menggunakan berbagai bagian kaki seperti *inside*, *outside*, dan *instep*. Sasaran utama dalam menggiring bola adalah mengalahkan lawan sambil menggiring bola (Luxbacher, 2016: 47). Selain itu kelincahan, kecepatan lari dan kelentukan juga menjadi komponen penting dalam menggiring bola.

SSB merupakan sebuah wahana ataupun tempat pembinaan siswa dalam sebuah lembaga pendidikan yang bertujuan untuk menciptakan generasi muda yang cinta akan olahraga sepakbola serta menghargai arti penting dari olahraga dan tentunya kesehatan jasmani dan rohaninya. Semakin banyak SSB mencapai prestasi secara tidak langsung akan semakin meningkatkan promosi SSB tersebut, sehingga tanggapan masyarakat untuk menyekolahkan anaknya di sekolah tersebut juga akan semakin besar salah satu SSB di Kabupaten Kediri adalah SSB Palapa. Sekolah sepakbola (SSB) Palapa melakukan kegiatan latihan dilaksanakan di Lapangan Desa Kepung sebanyak tiga kali dalam seminggu, yaitu setiap hari Senin, Rabu, dan jumat.

Berdasarkan realita dilapangan kemampuan menggiring bola yang kurang terampil, hal tersebut menurut peneliti di pengaruhi oleh beberapa sebab, antara lain anak latih kurang

serius dalam mengikuti latihan, kurang keseriusan ini saat pelatih memberikan program latihan tentang menggiring bola anak latih 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.

Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian yang dengan judul “Hubungan antara Kecepatan, Kelincahan, dan Kelentukan dengan Kemampuan Menggiring Bola Pada Siswa SSB Palapa Tahun 2018”.

II. METODE

Didalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu: variabel terikat adalah kemampuan menggiring bola dan variabel bebas adalah kecepatan, kelincahan, dan kelentukan. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kuantitatif, karena data-data yang diperoleh dalam bentuk angka-angka (Sugiyono, 2013: 23). Dalam penelitian ini teknik yang digunakan adalah teknik korelasional karena untuk menentukan,

apakah ada hubungan dan tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SSB Palapa Tahun 2018 yang berjumlah 52 atlet. Untuk menentukan sampel dengan jumlah populasi yang sudah diketahui maka digunakan rumus dari Issac dan Michael dalam Sugiyono (2015: 158), berdasarkan tingkat kesalahan 1%, 5%, dan 10%. Berikut rumusnya :

$$s = \frac{\lambda^2 \cdot N \cdot P \cdot Q}{d^2(N - 1) + \lambda^2 \cdot P \cdot Q}$$

Keterangan :

S = jumlah sampel

λ^2 = Chi kuadrat yang harganya tergantung derajat kebebasan dan tingkat kesalahan. Untuk derajat kebebasan 1 dan kesalahan 5% harga Chi Kuadrat = 3,841.

N = jumlah populasi

P = peluang benar (0,5)

Q = peluang salah (0,5)

d = perbedaan antara rata-rata sampel dengan rata-rata populasi. Perbedaan bisa 0,01 ; 0,05 ; dan 0,10

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh sampel sebanyak 34 atlet, yang dalam pengambilannya menggunakan menggunakan teknik *simple random sampling*

Instrumen penelitian merupakan alat yang dipakai dalam suatu tes yang

digunakan menggali data. Instrumen dalam penelitian ini ada empat yaitu tes lari 30 meter untuk mengukur kecepatan, tes *Shuttle Run* untuk mengukur kelincahan, *Sit and Reach* untuk mengukur kelentukan, dan 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 progam SPSS 24 *For Windows*, jika nilai *sig* < α (0,05), maka H_0 ditolak (Widiyanto, 2013: 40). Sebelum melakukan analisis korelasi terlebih dahulu data harus di uji normalitas, dan. Dari hasil pengujian menunjukkan data berdistribusi normal, dan linier.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

1. Berdasarkan hasil uji korelasi kecepatan dengan kemampuan menggiring bola, diperoleh nilai signifikan sebesar 0,000 < 0,05 atau nilai rhitung 0,739 > 0,339 rtabel, maka H_0 ditolak H_1 diterima. Hal ini berarti ada hubungan antara kecepatan dengan kemampuan menggiring bola pada Siswa SSB Palapa Kabupaten Kediri.
2. Berdasarkan hasil uji korelasi kelincahan dengan kemampuan menggiring bola, diperoleh nilai signifikan sebesar 0,000

$< 0,05$ atau nilai $r_{hitung} 0,820 > 0,339$ r_{tabel} , maka H_0 ditolak H_1 diterima. Hal ini berarti ada hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pada Siswa SSB Palapa Kabupaten Kediri.

3. Berdasarkan hasil uji korelasi kelentukan dengan kemampuan menggiring bola, diperoleh nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$ atau nilai $r_{hitung} 0,798 > 0,339$ r_{tabel} , maka H_0 ditolak H_1 diterima. Hal ini berarti ada hubungan antara kelentukan dengan kemampuan menggiring bola pada Siswa SSB Palapa Kabupaten Kediri.
4. Berdasarkan hasil uji korelasi ganda dengan uji F regresi kecepatan, kelincahan dan kelentukan dengan variabel hasil kemampuan menggiring bola, diperoleh nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$ atau nilai $F_{hitung} 35,051 > 2,690$ F_{tabel} , maka H_0 ditolak H_4 diterima. Hal ini berarti ada hubungan antara kecepatan, kelincahan dan kelentukan dengan kemampuan menggiring bola Pada Siswa SSB Palapa kabupaten Kediri.

Jika dilihat dari koefisien determinasi diperoleh nilai R_{square} sebesar $0,778$. dengan demikian menunjukkan bahwa adalah besarnya kecepatan, kelincahan dan kelentukan dalam menjelaskan kemampuan

menggiring bola Pada Siswa SSB Palapa Kabupaten Kediri sebesar $77,8\%$ dan sisanya yaitu $22,2\%$ dijelaskan variabel lain yang tidak dikaji dalam penelitian ini.

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 kelentukan dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola. Selain itu untuk menambah wawasan yang luas kepada siswanya.

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 $22,2\%$ 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

- Batty, C. Eric. 2007. *Latihan Metode Baru Sepak Bola Serangan*. Bandung: Pionir Jaya
- Gustika, A., Hasanudin, M., Mardiansah, A., Siregar, A. 2017. *Panduan Kepelatihan Sepakbola Anank*. Erlangga Group
- Luxbacher, Joseph A. 2004. *Sepakbola. Edisi ke- 2*. Cetakan ke 4. Jakarta: PT. Raja Persadav
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung : Alfabeta.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Widiyanto. 2013. *Statistika Terapan*. Jakarta: Bumi Aksara.