

ARTIKEL

**HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN, KECEPATAN, DAN
KEKUATAN OTOT TUNGKAI DENGAN KETERAMPILAN
MENGGIKIR BOLA PADA SISWA EKSTRAKURIKULER FUTSAL
DI SMA NEGERI 1 PARE**



Oleh:

**ARROBITHOH
NPM: 14.1.01.09.0213**

Dibimbing oleh :

- 1. Ardhi Mardiyanto Indra Purnomo, M.Or**
- 2. Rendhitya Prima Putra, M.Pd**

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
TAHUN 2019**

SURAT PERNYATAAN ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2019


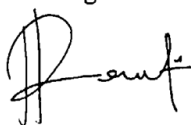

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Arrobithoh
NPM : 14.1.01.09.0213
Telepon/HP : 0863677995
Alamat Surel (Email) : arrobithoh1993@gmail.com
Judul Artikel : Hubungan antara Kelincahan, Kecepatan, dan Kekuatan Otot Tungkai dengan Keterampilan Menggiring Bola pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal di SMA Negeri 1 Pare
Fakultas – Program Studi : FKIP - PENJASKESREK
Nama Perguruan Tinggi : Universitas Nusantara PGRI Kediri
Alamat Perguruan Tinggi : Jl. KH. Ahmad Dahlan No.76, Mojoroto, Kota 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, 11 Februari 2019
Pembimbing I  <u>Ardhi Mardiyanto Indra Purnomo, M.Or</u> NIDN. 0711038802	Pembimbing II  <u>Rendhitya Prima Putra, M.Pd</u> NIDN. 0714078903	Penulis,  <u>ARROBITHOH</u> NPM. 14.1.01.09.0213

JUDUL HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN, KECEPATAN, DAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI DENGAN KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA PADA SISWA EKSTRAKURIKULER FUTSAL DI SMA NEGERI 1 PARE

ARROBITHOH

14.1.01.09.0213

FKIP – Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Email: arrobithoh1993@gmail.com

Ardhi Mardiyanto Indra Purnomo, M.Or dan Rendhitya Prima Putra, M.Pd

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi dari kemampuan siswa atau pemain futsal di SMAN 1 Pare masih kurang serta belum diketahuinya kondisi fisik seperti kecepatan, kelincahan, dan kekuatan otot tungkai mempengaruhi kemampuan menggiring bola. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecepatan, kelincahan dan kekuatan otot tungkai dengan keterampilan menggiring bola pemain. Teknik penelitian yang digunakan oleh peneliti, yaitu teknik penelitian korelasional atau hubungan. Subjek dalam penelitian ini, yaitu peserta ekstrakurikuler futsal di SMAN 1 Pare dengan peserta sebanyak 30 siswa. Instrumen yang digunakan oleh peneliti, yaitu tes dan pengukuran. Kelincahan menggunakan tes lari bolak balik, kecepatan menggunakan lari 30 meter, kekuatan otot tungkai menggunakan *leg dynamometer*, dan menggiring bola dengan menggunakan *Soccer Dribble Tes*. Berdasarkan hasil uji korelasi ganda dengan uji F regresi kelincahan, kekuatan otot tungkai dan kecepatan dengan variabel hasil keterampilan menggiring bola diperoleh nilai signifikan sebesar $,000 < 0,05$ atau nilai $F_{hitung} 12,910 > 2,975 F_{tabel}$, maka H_0 ditolak H_4 diterima. Hal ini berarti ada hubungan antara kelincahan, kecepatan, dan kekuatan otot tungkai terhadap ketrampilan menggiring bola dalam permainan futsal pada peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pare. Hasil penelitian menunjukkan hubungan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola besarnya hubungan 42,9%, kekuatan otot tungkai dengan keterampilan menggiring bola besarnya 42,1%, kekuatan otot tungkai dengan keterampilan menggiring bola besarnya 50,6%, hubungan kelincahan, kecepatan, dan kekuatan otot tungkai dengan keterampilan menggiring bola 59,8% dan sisanya yaitu 40,2% dijelaskan variabel lain yang tidak dikaji dalam penelitian ini. Maka dapat disimpulkan bahwa Hubungan antara Kelincahan, Kecepatan, dan Kekuatan Otot Tungkai dengan Keterampilan Menggiring Bola pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal di SMA Negeri 1 Pare signifikan.

KATA KUNCI : Kelincahan, Kecepatan, Kekuatan Otot Tungkai, dan Keterampilan Menggiring Bola

I. LATAR BELAKANG

Olahraga merupakan suatu aktivitas pada suatu permainan yang pada masanya melibatkan suatu kompetisi. Olahraga di

dunia mengalami perkembangan yang sangat cepat. Bahkan di Indonesia juga mengalami perkembangan yang pesat.

Antusias dan perhatian masyarakat terhadap olahraga semakin tinggi. Bahkan minat dari berbagai usia dan gender. Olahraga didunia ini sangat beragam, salah satunya olahraga futsal.

Futsal merupakan olahraga yang hampir sama dengan sepak bola. Futsal memang amat mirip dengan sepakbola, sama-sama menggunakan lapangan, meskipun boleh di dalam ruangan. Beberapa pemain saling kerjasama untuk memasukkan bola ke gawang. Ukuran bola lebih kecil, gawangnya juga lebih kecil. Namun, perbedaan yang paling mencolok lagi, yaitu dari segi banyak pemain dan besarnya lapangan. Permainan futsal merupakan permainan olahraga beregu yang membutuhkan kerjasama tim dalam sebuah regu. Selain membutuhkan keterlibatan kerjasama antar individu dalam sebuah tim, permainan futsal juga merupakan cabang olahraga yang memiliki unsur gerak yang kompleks dan saat ini futsal banyak digemari oleh semua kalangan.

Di sekolah-sekolah sekarang banyak yang menjadikan futsal ini sebagai ekstrakurikuler. Peminat di sekolah baik itu tingkat Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Atas (SMA), bahkan dibangku kuliahpun juga terdapat perkumpulan tim futsal. Kegiatan ekstrakurikuler yang ada

di sekolah-sekolah ini dapat menunjang kreativitas yang dimiliki oleh siswa. Selain itu, juga dapat mengasah kemampuan seorang pemain. Tentunya dalam ekstrakurikuler tidak hanya mempelajari apa itu futsal tetapi juga mempelajari tentang semua teknik, taktik dalam menghadapi lawan, serta kelincahan, kecepatan dan kekuatan otot juga akan didapatkan dalam pembelajaran futsal ketika ekstrakurikuler.

Pada pelaksanaan permainan futsal terlibat beberapa unsur penguasaan diantaranya, penguasaan teknik, taktik, kondisi fisik seorang pemain, serta mental pemain. Penguasaan teknik sangat diperlukan bagi setiap pemain futsal. Bermain futsal tidak hanya bermain saja, tetapi juga harus memiliki teknik yang baik. Teknik yang diperlukan misalkan saat menendang bola ke gawang, kita harus egetahui teknik kaki bagian mana yang akan digunakan. Saat menggiring bola, mengoper pada teman, dan lain sebagainya. Jika seorang pemain tidak mengetahui teknik dasar tersebut, maka tidak akan maksimal permainan futsalnya.

Seorang pemain tidak hanya mengetahui dan menguasai teknik-teknik dalam permainan saja, melainkan juga dari segi taktik yang dia gunakan. Taktik merupakan trik yang akan digunakan pemain untuk menyerang, bertahan dan

mengelabui lawan. Taktik atau strategi yang baik akan menguntungkan bagi tim, karena apa yang dilakukan tidak mudah dibaca oleh lawan sehingga tim akan mendapat keuntungan untuk mencetak gol ke gawang lawan. Meskipun taktik lebih dominan kepada seorang pelatih, namun seorang pemain harus memiliki keterampilan dalam pengolahan taktik secara mandiri agar permainan lebih cantik.

Mental seorang pemain juga sangat diperlukan. Jika pemain mudah *down*, maka pemain tidak akan bisa fokus terhadap permainannya. Sebaliknya jika seorang pemain futsal memiliki mental yang bagus, maka pemain akan tidak mudah putus asa dan tidak akan mudah lemah. Zaman sekarang futsal sudah mulai dikenal banyak orang. Baik dari kalangan anak-anak, remaja, maupun orang dewasa. Bahkan sekarang semakin sering ada kompetisi futsal. Pada permainan futsal kita dituntut untuk bermain dengan pola yang cepat. Taktik dalam penyerangan yang cepat juga harus banyak diterapkan dalam permainan futsal. Jika dalam permainan futsal pemain melakukan permainan yang lambat akan merugikan pemain itu sendiri, tim lawan akan mendapatkan kemenangan saat pertandingan jika permainan lambat. Permainan cepat ini berlaku untuk semua

pemain, tidak hanya beberapa pemain saja karena jika terdapat satu pemain saja yang melakukan permainan yang lambat, maka secara otomatis permainannya akan melambat pula bagi pemain lain. Sehingga akan membuat tim bermain tidak sempurna.

Kondisi fisik pemain juga harus diperhatikan. Misalkan seperti kelincuhan dalam memainkan bola dan kelincuhan ketika berhadapan dengan lawan. Jika seorang pemain memiliki kelincuhan yang bagus, maka lawan akan kesulitan dalam merebut bola. Selain kelincuhan, kecepatan dan kekuatan otot tungkai juga diperlukan dalam futsal. Semakin cepat dan kuat seorang pemain, maka semakin bagus pula permainannya. Namun, tidak hanya kecepatannya saja, tetapi kecepatan disertai dengan teknik dan taktik yang bagus pula.

Berdasarkan wawancara terhadap pelatih dalam kegiatan ekstrakurikuler futsal di SMAN 1 Pare. Pelatih mengatakan siswa atau pemain futsal disana masih kurang terampil dalam mengolah teknik, taktik, kelincuhan, dan kecepatan dalam permainan futsal. Lebih tepatnya pelatih masih berusaha untuk mengembangkan keterampilan siswa-siswa di SMAN 1 Pare. Ketika peneliti melihat siswa ekstrakurikuler bermain futsal ternyata permainan yang dilakukan oleh

siswa tersebut masih kurang maksimal. Baik saat menggiring bola, penggunaan teknik-teknik dasar, kelincihan, kecepatan, kekuatan otot tungkai serta taktik permainan. Pada dasarnya masih ada beberapa pemain yang hanya berpikir hanya bermain saja dan asal bisa cetak gol. Namun, pandangan itu salah, menurut peneliti bermain futsal tidak hanya sekadar bermain saja, tetapi kita juga harus paham mengenai teknik, taktik, dan kondisi fisik.

Hasil dari peneliti yang melihat kegiatan pertandingan futsal, beberapa tim saat pertandingan mengalami kelambatan dalam permainannya. Permainan yang dilakukan kurang maksimal, terutama pada saat menggiring bola. Padahal menggiring bola dengan baik merupakan salah satu hal yang penting saat permainan futsal. Apalagi dalam permainan futsal pemain tidak bisa bermain dengan santai seperti

sepak bola. Jika dibandingkan dengan sepak bola pemain masih dapat sedikit bersantai, sedangkan dalam futsal pemain dituntut melakukan lebih ekstra lagi karena lapangan futsal lebih kecil. Peneliti mencari tahu apa memang benar bahwa kecepatan, kelincihan, dan kekuatan otot tungkai memiliki hubungan dengan keterampilan menggiring bola saat bermain futsal. Sepengetahuan peneliti bermain futsal memang dituntut untuk bermain lebih cepat, lebih lincah dibandingkan sepak bola, namun peneliti ingin lebih mengetahui lagi. Oleh sebab itu, peneliti melakukan kajian penelitian dengan judul **“Hubungan antara Kelincihan, Kecepatan, dan Kekuatan Otot Tungkai dengan Keterampilan Menggiring Bola pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal di SMA Negeri 1 Pare”**.

II. METODE

Variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga peneliti dapat memperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2009: 38). Variabel sangat menentukan bagi suatu penelitian. Variabel dalam penelitian ini, yaitu: variabel bebasnya kelincihan, kecepatan, dan kekuatan

otot tungkai sedangkan variabel terikat, yaitu menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler futsal. Peneliti menggunakan penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menggunakan data berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik. Menurut Sugiyono (2015: 14) penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat

positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan dengan cara random, pengumpulan datanya menggunakan instrumen penelitian dengan analisis data bersifat kuantitatif/statistik tujuannya untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Teknik penelitian yang digunakan oleh peneliti, yaitu teknik penelitian korelasional atau hubungan. Teknik penelitian korelasional atau hubungan adalah teknik yang dilakukan peneliti untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih, tanpa melakukan perubahan, tambahan atau manipulasi terhadap data yang memang sudah ada (Arikunto, 2010: 4). Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian dengan meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian (Arikunto, 2010:173). Populasi dilakukan jika peneliti ingin melihat semua liku-liku yang ada di dalam populasi. Populasi dalam penelitian ini, yaitu peserta ekstrakurikuler futsal di SMAN 1 Pare dengan peserta sebanyak 30 siswa. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan total sampling. Total sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana semua populasi dijadikan sampel (Hoerunisa dalam Sugiyono, 2013:45). Adapun

sampel dari penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler di SMAN 1 Pare dengan total sebanyak 30 peserta dan keseluruhan peserta, yaitu laki-laki.

Instrumen yang digunakan oleh peneliti, yaitu tes dan pengukuran. Kelincahan menggunakan tes lari bolak balik, kecepatan menggunakan lari 30 meter, kekuatan otot tungkai menggunakan *leg dynamometer*, dan menggiring bola dengan menggunakan *Soccer Dribble Tes*. Pada penelitian kita dapat menggunakan dua jenis analisis data, yaitu analisis statistik dan analisis non statistik. Analisis non statistik adalah mencari proporsi, mencari presentase dan rasio (Arikunto, 2010: 387). Analisis statistik adalah analisis untuk mengumpulkan, mengorganisir, menyusun, menyajikan, dan menganalisis data angka yang telah dihimpun, serta menarik kesimpulan berdasarkan hasil analisis (Yuliawan & Rendhitya, 2017: 1). Pada suatu penelitian sebelum melaksanakannya peneliti terlebih dahulu melakukan uji persyaratan untuk mengetahui kelayakan data hubungan X dan Y. Uji persyaratan tersebut, yaitu uji prasyarat yang terdiri dari uji normalitas data, homogenitas varians, uji linieritas, dan korelasi. Selain menggunakan uji prasyarat penelitian ini juga menggunakan norma keputusan untuk pengambilan keputusan yang berdasarkan dari analisa

data, baik dari percobaan yang terkontrol, maupun dari observasi (tidak terkontrol) (Yuliawan & Rendhitya, 2017: 43). Hipotesis ini merupakan jawaban bersifat sementara terhadap rumusan masalah penelitian untuk membuktikan kebenaran hipotesis yang telah dikemukakan. Tujuan

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Untuk mengetahui hubungan antara kelincahan, kekuatan otot tungkai dan kecepatan dengan keterampilan menggiring bola di atas maka peneliti menggunakan teknik statistik analisis korelasi. Sebelum melakukan analisis korelasi terlebih dahulu data harus uji normalitas dan homogenitas, adapun hasil perhitungannya.

Uji normalitas data dilakukan agar peneliti mengetahui normal atau tidaknya data yang akan dianalisis. dengan program SPSS *for windows* versi 24 yang ditunjukkan pada tabel 4.9 bawah ini.

Tabel 4.9 Hasil Uji Normalitas

Variabel	Sig	Taraf signifikansi	Ket
Kelincahan	0,200	0,05	Normal
Kecepatan	0,101	0,05	Normal
Kekuatan otot tungkai	0,096	0,05	Normal
Menggiring bola	0,200	0,05	Normal

Hasil uji normalitas dapat dilihat dari tabel 4.9, diperoleh nilai signifikan kelincahan sebesar $0,200 > 0,05$, nilai signifikan kecepatan sebesar $0,101 > 0,05$,

dari uji hipotesis ini untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat baik secara sendiri-sendiri maupun bersama-sama yang diantaranya, uji statistik regresi berganda dengan menggunakan uji signifikan dan kriteria penerimaan dan penolakan hipotesis.

nilai signifikan kekuatan otot tungkai sebesar $0,096 > 0,05$, dan nilai signifikan menggiring bola sebesar $0,200 > 0,05$. Dari hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa data pada variabel terikat dan variabel bebas terdistribusi normal.

Uji homogenitas, dilakukan untuk melakukan pengujian terhadap kesamaan (homogenitas) beberapa sampel, yakni seragam tidaknya varians sampel-sampel yang diambil dari populasi yang sama. Berikut hasil uji homogenitas yang perhitungannya dibantu dengan program SPSS *for windows* versi 24 yang ditunjukkan pada Tabel 4.10 di bawah ini:

Tabel 4.10 Uji Homogenitas Varians

Test of Homogeneity of Variances				
	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Kelincahan	1,022	4	25	,415
Kecepatan	,590	4	25	,673
Kekuatan Otot Tungkai	,418	4	25	,794
Menggiring Bola	1,894	4	25	,143

Hasil uji homogenitas varians dapat dilihat dari tabel 4.10, menunjukkan bahwa kelincahan diperoleh nilai sig 0,415 > 0,05, kecepatan diperoleh nilai sig 0,673 > 0,05, kekuatan otot tungkai diperoleh nilai sig 0,794 > 0,05, sedangkan menggiring bola diperoleh nilai sig 0,143 > 0,05. Dari hasil tersebut, dapat menunjukkan bahwa data penelitian di atas homogen karena mempunyai varians yang sama.

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah variabel bebas yang dijadikan prediktor mempunyai hubungan yang linier atau tidak dengan variabel terikatnya. Berikut hasil uji linier yang perhitungannya dibantu dengan program SPSS *for windows* versi 24.

Tabel 4.11 Hasil Uji Linieritas

Variabel	Sig	Taraf signifikansi	Ket
Kelincahan	0,000	0,05	Linier
Kecepatan	0,000	0,05	Linier
Kekuatan Otot Tungkai	0,000	0,05	Linier

Hasil uji linieritas dapat dilihat dari tabel 4.11, 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. Hubungan kekuatan otot tungkai dengan kemampuan menggiring bola diperoleh nilai sig 0,000 < 0,05, berarti hubungan kekuatan otot tungkai dengan kemampuan menggiring bola adalah linier.

Hasil uji hipotesis menyatakan ada hubungan dari variabel bebas kelincahan (X_1), kecepatan (X_2) dan kekuatan otot tungkai (X_3) dengan variabel bebas menggiring bola (Y). Adapun untuk menguji hipotesis I,II,III, dan IV dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi yang perhitungannya dibantu dengan program SPSS *v.24 for Windows*.

Pengujian Hipotesis I untuk mengetahui kelincahan (X_1) dengan hasil menggiring bola (Y) dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi yang perhitungannya dibantu dengan program SPSS *v.24 for Windows*.

Tabel 4.12 Hasil Uji Korelasi Kelincahan dengan Hasil Menggiring Bola

		Correlations	
		Kelincahan	Menggiring Bola
Kelincahan	Pearson Correlation	1	,655**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	30	30
Menggiring Bola	Pearson Correlation	,655**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	30	30

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil uji korelasi kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada tabel 4.912 di atas, diperoleh nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$ atau nilai $r_{hitung} 0,655 > 0,361 r_{tabel}$, maka H_0 ditolak H_1 diterima. Hal ini berarti hubungan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Pare, dengan besarnya hubungan 42,9%.

Pengujian Hipotesis II untuk mengetahui kecepatan (X_2) dengan hasil menggiring bola (Y) dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi yang perhitungannya dibantu dengan program *SPSS v.24 for Windows*.

Tabel 4. 13 Hasil Uji Korelasi Korelasi Kecepatan dengan Hasil Menggiring Bola

		Correlations	
		Kecepatan	Menggiring Bola
Kecepatan	Pearson Correlation	1	,649**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	30	30
Menggiring Bola	Pearson Correlation	,649**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	30	30

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil uji korelasi kekuatan otot tungkai dengan keterampilan menggiring bola pada tabel 4.13 di atas, diperoleh nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$ atau nilai $r_{hitung} 0,649 > 0,361 r_{tabel}$, maka H_0 ditolak H_2 diterima. Hal ini berarti ada hubungan kecepatan dengan keterampilan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Pare, dengan besarnya hubungan 42,1%.

Pengujian Hipotesis III untuk mengetahui kekuatan otot tungkai (X_3) dengan hasil menggiring bola (Y) dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi yang perhitungannya dibantu dengan program *SPSS v.24 for Windows*.

Tabel 4.14 Hasil Uji Korelasi Kekuatan Otot Tungkaidengan Hasil Menggiring Bola

		Correlations	
		Kekuatan Otot Tungkai	Menggiring Bola
Kekuatan Otot Tungkai	Pearson Correlation	1	,712**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	30	30
Menggiring Bola	Pearson Correlation	,712**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	30	30

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil uji korelasi kecepatan dengan keterampilan menggiring bola pada tabel 4.14 di atas, diperoleh nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$ atau nilai

$r_{hitung} 0,712 > 0,361 r_{tabel}$, maka H_0 ditolak H_3 diterima. Hal ini berarti ada hubungan kekuatan otot tungkai dengan keterampilan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Pare, dengan besarnya hubungan 50,6%

Pengujian Hipotesis IV untuk mengetahui hubungan kelincahan (X_1), kecepatan (X_2) dan kekuatan otot tungkai (X_3) dengan variabel hasil menggiring bola (Y) dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi ganda yang perhitungannya dibantu dengan program *SPSS v.24 for Windows*.

Tabel 4.15 Hasil Uji Korelasi Ganda
Kelincahan, Kekuatan otot tungkai dan
Kecepatan dengan Variabel Hasil
Menggiring Bola

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,774 ^a	,598	,552	,99788

a. Predictors: (Constant), Kekuatan Otot Tungkai, Kecepatan, Kelincahan

Berdasarkan hasil uji korelasi ganda dengan uji F regresi kelincahan, kekuatan otot tungkai dan kecepatan dengan variabel hasil menggiring bola pada tabel 4.15 di atas, diperoleh nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$ atau nilai $F_{hitung} 12,910 >$

$2,975 F_{tabel}$, maka H_0 ditolak H_4 diterima. Hal ini berarti ada hubungan antara kelincahan, kecepatan, dan kekuatan otot tungkai dengan keterampilan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Pare.

Tabel 4.16 Koefisien Determinasi

ANOVA^a

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regresion	38,566	3	12,855	12,910	,000 ^b
Residual	25,890	26	,996		
Total	64,456	29			

a. Dependent Variable: Menggiring Bola

b. Predictors: (Constant), Kekuatan Otot Tungkai, Kecepatan, Kelincahan

Berdasarkan hasil koefisien determinasi pada tabel 4.16 diperoleh nilai *Rsquare* sebesar 0,598. Dengan demikian menunjukkan bahwa adalah besarnya kelincahan, kekuatan otot tungkai, dan kecepatan dengan keterampilan menggiring bola peserta ekstrakurikuler futsal di SMAN 1 Pare 59,8% dan sisanya yaitu 40,2% dijelaskan variabel lain yang tidak dikaji dalam penelitian ini.

Pembahasan

Hubungan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola

Berdasarkan hasil uji korelasi kelincahan dengan keterampilan menggiring bola, diperoleh nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$ atau nilai $r_{hitung} 0,655 > 0,361 r_{tabel}$, maka H_0 ditolak H_1 diterima. Hal ini berarti hubungan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Pare, dengan besarnya hubungan 42,9%.

Komponen kelincahan sangat diperlukan dalam pemain futsal. Kelincahan salah satu pelengkap bagi permainan futsal. Hal ini dikarenakan kelincahan merupakan kemampuan untuk merubah arah dalam posisi tubuh dengan cepat yang dilaksanakan secara bersama-sama dengan gerakan lainnya (Widiastuti, 2017: 137). Jika seseorang mampu merubah arah satu posisi ke suatu posisi yang berbeda dengan kecepatan tinggi dan koordinasi gerak yang baik, berarti kelincahannya cukup tinggi. Berdasarkan teori Widiastuti di atas dengan hasil penelitian peneliti sesuai, jika semakin baik kelincahan peserta ekstrakurikuler futsal di SMAN 1 Pare maka keterampilan menggiring bola akan semakin baik, sehingga lawan akan kesulitan dalam merebut bola. Begitu pula sebaliknya jika kelincahan peserta ekstrakurikuler futsal di SMAN 1 Pare semakin menurun maka

keterampilan menggiring bola akan menurun, sehingga lawan lebih mudah dalam merebut bola.

Hubungan Kecepatan dengan Keterampilan menggiring bola

Berdasarkan hasil uji korelasi kelincahan dengan keterampilan menggiring bola diperoleh nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$ atau nilai $r_{hitung} 0,712 > 0,361 r_{tabel}$, maka H_0 ditolak H_3 diterima. Hal ini berarti ada hubungan kekuatan otot tungkai dengan keterampilan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Pare, dengan besarnya hubungan 42,1%.

Kecepatan merupakan salah satu komponen dasar yang diperlukan dalam beberapa cabang olahraga. Bagi beberapa aktivitas olahraga baik yang bersifat permainan, perlombaan, maupun pertandingan memerlukan komponen dasar kecepatan. Oleh karena itu, kecepatan merupakan salah satu unsur dasar yang harus dilatihkan dalam upaya mendukung pencapaian prestasi olahragawan. Hal ini dikarenakan kecepatan merupakan kemampuan otot atau sekelompok otot untuk menjawab rangsang dalam waktu secepat mungkin dan sebagai hasil perpaduan dari panjang ayunan tungkai dan jumlah langkah. Kecepatan merupakan aspek kemampuan yang dibutuhkan dalam cabang olahraga tertentu serta kemampuan melakukan gerakan yang sejenis secara

berturut-turut dalam waktu sesingkat-singkatnya atau kemampuan untuk menempuh suatu jarak dalam waktu yang sesingkat-singkatnya (Widiastuti, 2017:125).

Berdasarkan teori Widiastuti di atas dengan hasil penelitian peneliti sudah sesuai, yaitu pada dasarnya permainan futsal juga membutuhkan kecepatan, karena peserta ekstrakurikuler futsal di SMAN 1 Pare yang memiliki kecepatan baik maka permainan futsal akan berjalan dengan maksimal. Bola dapat berpindah dengan cepat dari pemain satu dengan yang lainnya.

Hubungan Kekuatan Otot Tungkai dengan Keterampilan menggiring bola

Berdasarkan hasil uji korelasi kekuatan otot tungkai dengan keterampilan menggiring bola diperoleh nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$ atau nilai $r_{hitung} 0,712 > 0,361 r_{tabel}$, maka H_0 ditolak H_3 diterima. Hal ini berarti ada hubungan kekuatan otot tungkai dengan keterampilan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Pare.

Kekuatan merupakan komponen yang penting guna meningkatkan dan memaksimalkan kondisi fisik secara keseluruhan. Hal ini dilakukan karena kekuatan merupakan daya penggerak setiap aktivitas olahraga, kekuatan memegang peranan penting dalam melindungi atlet dari

kemungkinan cedera dan kekuatan dapat mendukung kemampuan kondisi fisik yang lebih efisien. Menurut Sukadiyanto (2011: 137) agar dapat mencapai penampilan prestasi yang optimal, maka kekuatan harus ditingkatkan sebagai landasan atau dasar dalam pembentukan komponen-komponen. Selain itu, pemain juga harus sering berlatih agar kekuatan yang dimiliki menjadi maksimal.

Berdasarkan paparan Sukadiyanto dengan peneliti sudah sesuai, yaitu pada permainan futsal kekuatan otot tungkai sangatlah diperlukan karena dapat memberikan daya dorong pada bola. Sehingga dengan semakin baik kekuatan otot tungkai peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pare maka, keterampilan menggiring bola juga akan semakin baik. Begitu pula sebaliknya jika kekuatan otot tungkai peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pare menurun maka keterampilan menggiring bola juga akan menurun

Hubungan Kelincahan, Kecepatan Dan Kekuatan otot tungkai dengan Keterampilan Menggiring Bola, dengan besarnya hubungan 50,6%

Berdasarkan hasil uji korelasi ganda dengan uji F regresi kelincahan, kekuatan otot tungkai dan kecepatan dengan variabel hasil keterampilan menggiring bola diperoleh nilai signifikan sebesar $,000 < 0,05$ atau nilai $F_{hitung} 12,910 > 2,975 F_{tabel}$,

maka H_0 ditolak H_4 diterima. Hal ini berarti ada hubungan antara kelincahan, kecepatan, dan kekuatan otot tungkai dengan keterampilan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Pare. Jika dilihat dari koefisien determinasi diperoleh nilai *Rsquare* sebesar

IV. PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan di atas, maka peneliti menarik kesimpulan bahwa: ada hubungan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Pare, dengan besarnya hubungan 42,9%, ada hubungan kekuatan otot tungkai dengan keterampilan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Pare, dengan besarnya hubungan 42,1%, ada hubungan kekuatan otot tungkai dengan keterampilan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Pare, dengan besarnya hubungan 50,6%, ada hubungan antara kelincahan, kecepatan, dan kekuatan otot tungkai dengan keterampilan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Pare dengan besarnya kelincahan, kecepatan, dan kekuatan otot tungkai dengan keterampilan menggiring bola peserta ekstrakurikuler futsal di

0,598 Dengan demikian menunjukkan bahwa adalah besarnya kelincahan, kekuatan otot tungkai, dan kecepatan dengan keterampilan menggiring bola peserta ekstrakurikuler futsal di SMAN 1 Pare 59,8% dan sisanya yaitu 40,2% dijelaskan variabel lain yang tidak dikaji.

SMAN 1 Pare 59,8% dan sisanya yaitu 40,2% dijelaskan variabel lain yang tidak dikaji dalam penelitian ini.

Saran

Dari hasil penelitian yang diperoleh dari uraian sebelumnya disampaikan saran sebagai berikut :

Bagi tempat penelitian diharapkan penelitian ini dapat dijadikan masukan untuk mengetahui hubungan antara kelincahan, kecepatan, dan kekuatan otot tungkai dengan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola. Selain itu untuk menambah wawasan yang luas kepada atletnya. Bagi universitas, sebagai bahan wacana maupun bahan referensi penulisan dan menambah pengetahuan di bidang olahraga. Bagi para peneliti selanjutnya, mengingat masih ada keterkaitan dari variabel lain di luar variabel yang ada dalam penelitian ini yakni sebesar 40,2% 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

Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur*

Penelitian: Suatu Pendekatan

Praktik. Jakarta: PT Rineka Cipta

Hoerunisa, Novia. 2013. *Pengaruh Pendekatan Taktis terhadap Hasil Belajar Permainan Bola Tangan dan Implikasinya terhadap Nilai-Nilai Kerjasama*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia (UPI).

LPPM UN PGRI Kediri. 2017. *Panduan*

Penulisan Karya Tulis Ilmiah.

Kediri: Universitas Nusantara PGRI

Kediri.

Putra, Prima Rendhitya&Dhedhy

Yuliawan. 2017. *Statistika Dasar*

Pengantar Mata Kuliah Statistiska.

Yogyakarta

Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian*

Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.

Bandung: Alfabeta

Sugiyono. 2015. *Pendekatan Penelitian*

Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.

Bandung: Alfabeta

Sukadiyanto. 211. *Pengantar teori dan*

Metodologi Melatih Fisik.

Yogyakarta: Fakultas Ilmu

Keolahragaan UNY

Widiastuti. 2015. *Tes dan Pengukuran*

Olahraga. Jakarta: PT

Rajagrafindo Persada.