

**KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KESEIMBANGAN TERHADAP
KETERAMPILAN DALAM MENGGIRING BOLA PADA PEMAIN
KLUB SEPAKBOLA DESA KARYA INDAH FC TAPUNG
KABUPATEN KAMPAR**

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Strata Satu (S1)
Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Universitas Islam Riau*



Oleh:

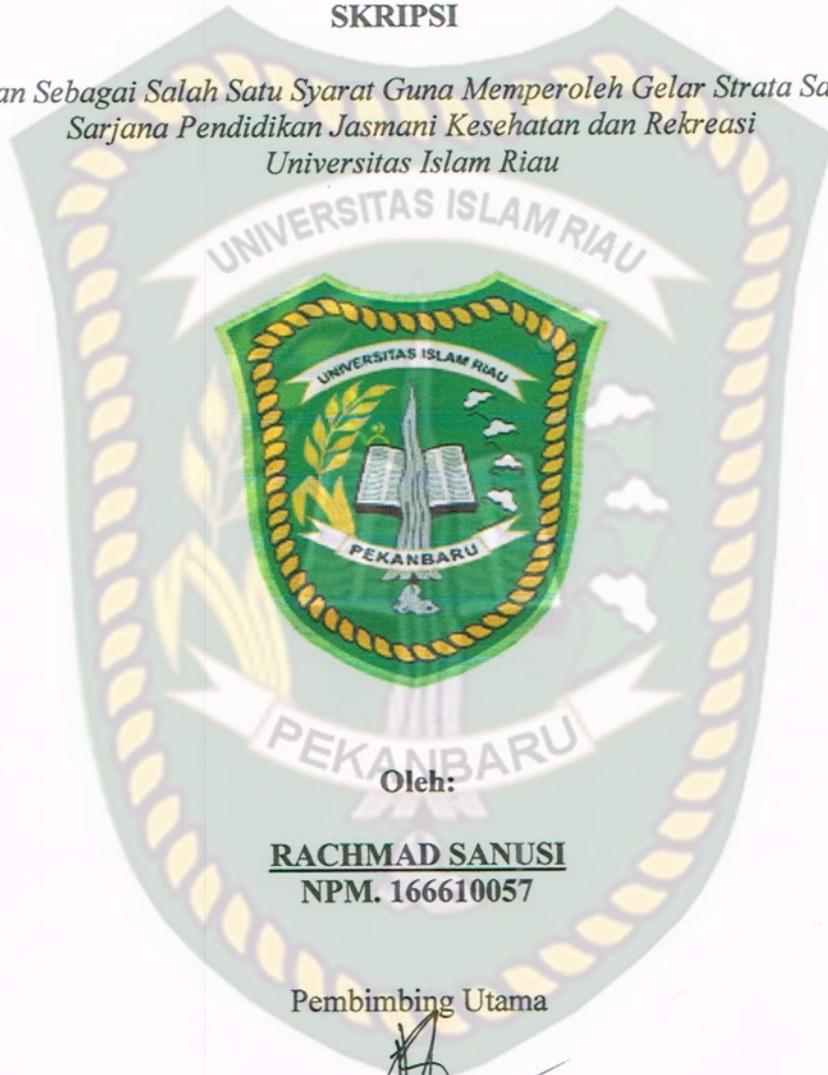
RACHMAD SANUSI
NPM. 166610057

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
PEKANBARU
2021**

**KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KESEIMBANGAN TERHADAP
KETERAMPILAN DALAM MENGGIRING BOLA PADA
PEMAIN KLUB SEPAKBOLA DKI FC TAPUNG
KABUPATEN KAMPAR**

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Strata Satu (S1)
Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Universitas Islam Riau*



Oleh:

RACHMAD SANUSI
NPM. 166610057

Pembimbing Utama


Ricky Fernando, S.Pd., M.Pd
NIDN. 1027108701

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
PEKANBARU
2021**

PENGESAHAN SKRIPSI

**KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KESEIMBANGAN
TERHADAP KETERAMPILAN DALAM MENGGIRING BOLA PADA
PEMAIN CLUB SEPAK BOLA DESA KARYA INDAH FC TAPUNG**

KABUPATEN KAMPAR

Dipersiapkan oleh :

Nama : Rachmad Sanusi
NPM : 166610057
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

PEMBIMBING



Ricky Fernando, S.Pd., M.Pd
NIDN. 1027108701

Mengetahui

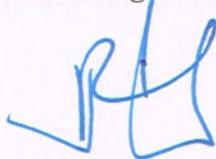
Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Rekreasi



Leni Apriani, S.Pd., M.Pd
NIDN. 1005048901

Skripsi Ini Telah Diterima Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam Riau

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Dr. Hj. Sri Amnah, S.Pd., M.Si
NIDN. 0007107005

PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Rachmad Sanusi
NPM : 166610057
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul skripsi : Kontribusi Kelincahan dan Keseimbangan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

Disetujui Oleh :

Pembimbing Utama

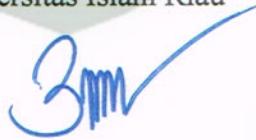


Ricky Fernando, S.Pd., M.Pd

NIDN. 1027108701

Mengetahui

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam Riau



Leni Apriani, S.Pd., M.Pd

NIDN. 1005048901

SURAT KETERANGAN

Kami pembimbing skripsi dengan ini menerangkan bahwa yang tersebut di

bawah ini :

Nama : Rachmad Sanusi
NPM : 166610057
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Telah selesai menyusun Skripsi dengan judul :

“Kontribusi Kelincahan dan Keseimbangan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar”

Dengan surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana perlunya.

Disetujui Oleh :

Pembimbing Utama



Ricky Fernando, S.Pd., M.Pd

NIDN. 1027108701

ABSTRAK

Rachmad Sanusi, 2021. Kontribusi Kelincahan dan Keseimbangan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi kelincahan dan keseimbangan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain klub sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar. Adapun jenis penelitian ini adalah korelasi ganda. Sampel pada penelitian ini adalah pemain klub sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar yang berjumlah 16 orang. Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes *shuttle run*, tes keseimbangan serta tes keterampilan menggiring bola. Teknik analisa data yang digunakan adalah menghitung nilai kontribusi dari hasil nilai korelasi ganda. Berdasarkan pada hasil analisis data diketahui bahwa (1) Terdapat kontribusi kelincahan terhadap hasil keterampilan menggiring bola pemain klub sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar sebesar 43.03%, (2) Terdapat kontribusi keseimbangan terhadap hasil keterampilan menggiring bola pemain klub sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar sebesar 32.04%, (3) Terdapat kontribusi kelincahan dan keseimbangan terhadap hasil keterampilan menggiring bola pemain klub sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar sebesar 53.73%.

Kata Kunci: *Kelincahan, Keseimbangan, Keterampilan Menggiring Bola*

ABSTRACT

Rachmad Sanusi, 2021. Agility and Balance Contribution to Dribbling Skills in Football Club Players DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.

The purpose of this research was to determine the contribution of agility and balance to dribbling skills in soccer club players in DKI FC Tapung Kabupaten Kampar. The type of this research is multiple correlation. The sample in this study were 16 football club players in DKI FC Tapung Kabupaten Kampar. The research instrument used was the shuttle run test, balance test and dribbling skills test. The data analysis technique used is to calculate the value of the contribution from the results of multiple correlation values. Based on the results of data analysis, it is known that (1) There is a contribution of agility to the results of dribbling skills for soccer club players in DKI FC Tapung Kabupaten Kampar of 43.03%, (2) There is a balance contribution to the results of dribbling skills for soccer club players in DKI FC Tapung Kabupaten Kampar of 32.04%, (3) There is a contribution of agility and balance to the results of dribbling skills for soccer club players in DKI FC Tapung Kabupaten Kampar, amounting to 53.73%

Keywords: *Agility, Balance, Dribbling Skills*



YAYASAN LEMBAGA PENDIDIKAN ISLAM (YLPI) RIAU
UNIVERSITAS ISLAM RIAU

F.A.3.10

Jalan Kaharuddin Nasution No. 113 P. Marpoyan Pekanbaru Riau Indonesia – Kode Pos: 28284
 Telp. +62 761 674674 Fax. +62 761 674834 Website: www.uir.ac.id Email: info@uir.ac.id

KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR
SEMESTER GANJIL TA 2020/2021

NPM : 166610057
 Nama Mahasiswa : Rachmad Sanusi
 Dosen Pembimbing : Ricky Fernando, S.Pd., M.Pd
 Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PENJASKESREK)
 Judul Tugas Akhir : Kontribusi Kelincahan dan Keseimbangan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar
 Judul Tugas Akhir (Bahasa Inggris) : Agility and Balance Contribution to Dribbling Skills in Football Club Players DKI FC Tapung Kabupaten Kampar
 Lembar Ke :

NO	Hari/Tanggal Bimbingan	Materi Bimbingan	Hasil / Saran Bimbingan	Paraf/Dosen Pembimbing
1	09-09-2020	Bab I	Perbaiki latar belakang dan identifikasi masalah, perbaiki kerangka pemikiran	u
2	22-09-2020	Bab II	Perbaiki penulisan bab II, rapikan dan ulas teori, tambah jurnal	u
3	30-09-2020	Bab II dan Bab III	Perbaiki hipotesis dan instrument penelitian serta teknik analisa data	u
4	07-10-2020	Bab I, II dan III	Acc proposal untuk diseminarkan	u
5	09-11-2020	Sempro	Ujian proposal	u
6	18-01-2021	Bab IV dan V	Perbaiki analisa data	u
7	27-01-2021		Perbaiki pembahasan, lengkapi lampiran dan abstrak	u
8	09-02-2021		Acc skripsi untuk di uji	u

Pekanbaru, Februari 2021
 Dekan FKIP UIR

(Dr. Sri Amnah, S.Pd., M.Si)
 NIDN. 0007107005



DFBKMD3L2R3VLVNUKLTUUNOC

Catatan :

1. Lama bimbingan Tugas Akhir/ Skripsi maksimal 2 semester sejak TMT SK Pembimbing diterbitkan
2. Kartu ini harus dibawa setiap kali berkonsultasi dengan pembimbing dan HARUS dicetak kembali setiap memasuki semester baru melalui SIKAD
3. Saran dan koreksi dari pembimbing harus ditulis dan diparaf oleh pembimbing
4. Setelah skripsi disetujui (ACC) oleh pembimbing, kartu ini harus ditandatangani oleh Wakil Dekan I/ Kepala departemen/Ketua prodi
5. Kartu kendali bimbingan asli yang telah ditandatangani diserahkan kepada Ketua Program Studi dan kopinya dilampirkan pada skripsi.
6. Jika jumlah pertemuan pada kartu bimbingan tidak cukup dalam satu halaman, kartu bimbingan ini dapat di download kembali melalui SIKAD

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rachmad Sanusi
NPM : 166610057
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Kontribusi Kelincahan dan Keseimbangan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi yang saya buat sesuai dengan aturan penulisan skripsi dan tidak melakukan plagiat.
2. Penulisan yang saya lakukan murni karya saya sendiri dan di bimbing oleh dosen yang telah ditunjuk oleh Dekan FKIP Universitas Islam Riau.
3. Jika ditemukan isi skripsi yang merupakan duplikat dari skripsi orang lain, maka saya menerima sanksi pencabutan gelar dan ijazah yang telah saya terima dan saya bersedia dituntut sesuai dengan peraturan dan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sadar dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Pekanbaru, Januari 2021



Rachmad Sanusi
NPM. 166610057

ABSTRAK

Rachmad Sanusi, 2021. Kontribusi Kelincahan dan Keseimbangan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi kelincahan dan keseimbangan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain klub sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar. Adapun jenis penelitian ini adalah korelasi ganda. Sampel pada penelitian ini adalah pemain klub sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar yang berjumlah 16 orang. Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes *shuttle run*, tes keseimbangan serta tes keterampilan menggiring bola. Teknik analisa data yang digunakan adalah menghitung nilai kontribusi dari hasil nilai korelasi ganda. Berdasarkan pada hasil analisis data diketahui bahwa (1) Terdapat kontribusi kelincahan terhadap hasil keterampilan menggiring bola pemain klub sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar sebesar 43.03%, (2) Terdapat kontribusi keseimbangan terhadap hasil keterampilan menggiring bola pemain klub sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar sebesar 32.04%, (3) Terdapat kontribusi kelincahan dan keseimbangan terhadap hasil keterampilan menggiring bola pemain klub sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar sebesar 53.73%.

Kata Kunci: *Kelincahan, Keseimbangan, Keterampilan Menggiring Bola*

ABSTRACT

Rachmad Sanusi, 2021. Agility and Balance Contribution to Dribbling Skills in Football Club Players DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.

The purpose of this research was to determine the contribution of agility and balance to dribbling skills in soccer club players in DKI FC Tapung Kabupaten Kampar. The type of this research is multiple correlation. The sample in this study were 16 football club players in DKI FC Tapung Kabupaten Kampar. The research instrument used was the shuttle run test, balance test and dribbling skills test. The data analysis technique used is to calculate the value of the contribution from the results of multiple correlation values. Based on the results of data analysis, it is known that (1) There is a contribution of agility to the results of dribbling skills for soccer club players in DKI FC Tapung Kabupaten Kampar of 43.03%, (2) There is a balance contribution to the results of dribbling skills for soccer club players in DKI FC Tapung Kabupaten Kampar of 32.04%, (3) There is a contribution of agility and balance to the results of dribbling skills for soccer club players in DKI FC Tapung Kabupaten Kampar, amounting to 53.73%

Keywords: *Agility, Balance, Dribbling Skills*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karuniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini, dengan judul **“Kontribusi Kelincahan dan Keseimbangan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar”**. Penulisan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk gelar sarjana pendidikan pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.

Karena keterbatasan ilmu dan pengetahuan yang penulis miliki, maka dengan tangan terbuka dan hati yang lapang penulis menerima kritik dan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak demi kesempurnaan dimasa yang akan datang. Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi yaitu :

1. Bapak Ricky Fernando, S.Pd., M.Pd sebagai pembimbing utama yang sudah meluangkan waktu dan tempat untuk mengarahkan serta membimbing penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
2. Ibu Leni Apriani, S.Pd., M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Islam Riau
3. Bapak Dr. Raffly Henjilito, M.Pd sebagai Sekretaris Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Islam Riau.
4. Bapak/Ibu Dosen dan staf pegawai tata usaha Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau yang telah memberikan pengajaran dan

berbagai disiplin Ilmu kepada peneliti selama peneliti belajar di Universitas Islam Riau.

5. Teruntuk orang tua tercinta serta kakak dan adik yang selalu memberikan semangat dan dorongan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Teman-teman seperjuangan khususnya angkatan 2016 Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, kerabat, teman dekat, dan semua pihak yang telah banyak membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis sangat mengharapkan agar skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah membantu pelaksanaan penelitian ini. Semoga segala bantuan yang diberikan menjadi amal baik dan mendapatkan balasan dari Allah SWT, Amin.

Pekanbaru, April 2021

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
PENGESAHAN SKRIPSI	i
PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
SURAT KETERANGAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI	vi
SURAT PERNYATAAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR GRAFIK	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat penelitian	7
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	9
A. Landasan Teori	9
1. Hakikat Kelincahan	9
a. Pengertian Kelincahan	9
b. Faktor Yang Mempengaruhi Kelincahan	12
2. Hakikat Keseimbangan	13
a. Pengertian Keseimbangan	13
b. Faktor Yang Mempengaruhi Kelincahan	14
3. Hakekat Menggiring Bola	16
a. Pengertian Menggiring	16
b. Teknik Dasar Menggiring Bola	18
c. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Keterampilan Menggiring Bola ..	20
B. Kerangka Pemikiran	20

C. Hipotesis	21
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	23
A. Jenis Penelitian.....	23
B. Populasi dan Sampel	24
C. Defenisi Operasional.....	24
D. Instrumen Penelitian	25
E. Teknik Pengumpulan Data.....	28
F. Teknik Analisa Data	29
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	31
A. Deskripsi Data.....	31
B. Analisa Data.....	35
C. Pembahasan.....	37
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	40
A. Kesimpulan	40
B. Saran	40
DAFTAR PUSTAKA	42
LAMPIRAN.....	44

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Distribusi Frekuensi Kelincahan (X_1) Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar	32
2. Distribusi Frekuensi Keseimbangan (X_2) Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.....	33
3. Distribusi Frekuensi Hasil Menggiring Bola (Y) Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.....	35

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Bidang Tumpu (<i>Base Of Support</i>)	15
2. Bidang Gravitasi (<i>Line Of Gravity</i>)	16
3. Teknik Menggiring Bola	19
4. Desain penelitian hubungan timbal balik tiga variabel	23
5. Lapangan Tes Lari Bolak Balik	26
6. Tes Keseimbangan	27
7. Lapangan <i>Soccer Dribble Test</i>	28

DAFTAR GRAFIK

Grafik	Halaman
1. Histogram Sebaran Data Kelincahan (X_1) Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.....	32
2. Histogram Frekuensi Data Keseimbangan (X_2) Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.....	34
3. Histogram Frekuensi Skor Variabel Y Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Tabel Data Hasil Tes Kelincahan Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar	44
2. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Kelincahan Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.....	45
3. Tabel Data Hasil Tes Keseimbangan Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar	46
4. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Keseimbangan Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.....	47
5. Tabel Data Hasil Tes Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar	48
6. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Menggiring Bola Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.....	49
7. Korelasi X_1 (Kelincahan) Ke Y (Hasil Keterampilan Menggiring Bola).	50
8. Korelasi X_2 (Keseimbangan) ke Y (Hasil Keterampilan Menggiring Bola).....	52
9. Korelasi X_1, X_2 ke Y.....	54
10. R tabel	56
11. Dokumentasi Penelitian	57

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah bentuk-bentuk kegiatan jasmani yang terdapat di dalam permainan, perlombaan dan kegiatan jasmani lainnya dalam rangka memperoleh rekreasi, kemenangan dan prestasi optimal. Tujuan olahraga bermacam-macam sesuai dengan olahraga yang dilakukan, tetapi olahraga secara umum meliputi memelihara dan meningkatkan kesegaran jasmani, memelihara dan meningkatkan kesehatan, meningkatkan kegemaran manusia berolahraga sebagai rekreasi serta menjaga dan meningkatkan prestasi olah raga setinggi-tingginya. Tujuan tersebut telah menjadi bagian yang terpenting untuk dicapai secara umum, tetapi tujuan khusus yang lebih penting adalah memenangkan pertandingan dalam permainan sepakbola. Keberhasilan akan diraih apabila latihan yang dilakukan sesuai dan berdasarkan prinsip latihan yang terencana, terprogram yang mempunyai tujuan tertentu.

Untuk mencapai sasaran tersebut pembinaan olahraga melalui organisasi-organisasi olahraga sangat dibutuhkan dan harus mampu memberikan sumbangan yang positif dan efektif bagi pertumbuhan nilai-nilai pokok manusia yang merupakan kekuatan pendorong bagi terciptanya generasi muda sebagai tunas-tunas bangsa yang lebih baik, lebih bertanggung jawab, lebih kuat jiwa dan raga, lebih berkepribadian dan dengan demikian lebih mampu mengisi dan membina kemerdekaan bangsa dan Negara.

Hal tersebut selaras dengan Undang-undang No. 3 Tahun 2005 dalam pidato presiden pada peresmian Undang-undang keolahragaan dimana Sistem Keolahragaan Nasional dijelaskan bahwa, "Pembinaan dan pengembangan keolahragaan nasional yang dapat menjamin pemerataan akses terhadap olahraga, peningkatan kesehatan dan kebugaran, peningkatan prestasi, dan manajemen keolahragaan yang mampu menghadapi tantangan serta tuntutan perubahan kehidupan nasional dan global memerlukan sistem keolahragaan nasional".

Dari kutipan di atas, jelaslah bahwa olahraga merupakan proses sistematis yang berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong, mengembangkan dan membina potensi-potensi jasmaniah dan rohaniah seseorang. Salah satu bentuk kegiatan olahraga di sekolah adalah permainan sepakbola. Sebagai salah satu cabang olahraga beregu, sebuah kemenangan yang didapat oleh satu regu ditentukan oleh banyak faktor, dua faktor diantaranya adalah 1) Penguasaan teknik bermain sepakbola secara individual dan 2) kemampuan dalam kerjasama tim yang baik antara pemain dengan pemain lainnya.

Permainan sepakbola adalah suatu permainan yang menuntut adanya kerjasama yang baik dan rapi. Sepakbola merupakan permainan tim, oleh karena itu kerja sama tim merupakan kebutuhan permainan sepakbola yang harus dipenuhi oleh setiap kesebelasan yang menginginkan kemenangan. 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.

Beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki seorang pemain sepakbola adalah menendang (*kicking*), menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tackling*), lemparan ke dalam (*throw in*), *shooting* dan menjaga gawang (*goalkeeping*). Dari beberapa teknik dasar sepakbola tersebut, peneliti memilih teknik menggiring (*dribbling*) untuk dibahas dalam penelitian ini.

Keterampilan menggiring bola merupakan kemampuan seorang pemain bola dalam mengontrol yang sedang dibawa menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar maupun dengan menggunakan punggung kaki sambil menghindari lawan yang hendak merebut bola, dalam upaya mendekati gawang lawan melakukan tendangan ke arah gawang lawan.

Dalam melakukan menggiring bola, kondisi fisik pemain sepakbola menjadi sumber bahan untuk dibina oleh pakar sepakbola selain teknik, taktik, mental dan kematangan bertanding. Kondisi fisik yang baik dan prima serta siap untuk menghadapi lawan bertanding merupakan unsur yang penting dalam permainan sepakbola. Seorang pemain sepakbola dalam bertahan maupun menyerang kadang-kadang menghadapi benturan keras, ataupun harus lari dengan kecepatan penuh ataupun berkelit menghindari lawan, berhenti menguasai bola dengan tiba-tiba. Seorang pemain sepakbola dalam mengatasi hal seperti itu haruslah dibina dan dilatih sejak awal.

Kondisi fisik yang baik tanpa didukung dengan penguasaan teknik bermain, taktik yang baik serta mental yang baik, maka prestasi yang akan dicapai tidak dapat berjalan seimbang. Demikian pula sebaliknya memiliki

kondisi yang jelek tetapi teknik, taktik dan mental yang baik juga kurang mendukung untuk pencapaian prestasi. Menggiring memerlukan keterampilan yang baik dan dukungan dari unsur-unsur kondisi fisik yang baik pula seperti kelincahan dan keseimbangan yang dapat memberikan kemampuan gerak lebih cepat.

Kelincahan merupakan kemampuan seorang pemain bola dalam mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya. Kelincahan yang dimiliki oleh seseorang akan berbeda dengan lainnya namun kelincahan dapat ditingkatkan dengan melakukan latihan-latihan kelincahan.

Sedangkan keseimbangan merupakan kemampuan seseorang dalam mengendalikan organ-organ syaraf otot dalam melakukan aktifitas. Sedangkan daya ledak memungkinkan seseorang untuk mampu menggunakan kekuatan maksimal dan waktu yang singkat.

Kedua faktor di atas, dapat mempengaruhi keterampilan menggiring bola dalam cabang olahraga sepakbola harus dikuasai oleh setiap pemain khususnya posisi penyerang, karena merupakan senjata ampuh dalam upaya menyusun serangan ke daerah atau gawang lawan. Menggiring bola dalam situasi bermain artinya membawa bola dari satu lini ke lini yang lainnya dengan cara mengontrol dari kaki ke kaki bila ruang sempit, karena lawan menutup daerahnya. Dengan demikian keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola jelas membutuhkan unsur-unsur kemampuan fisik, dan kemampuan fisik yang dianggap dapat memberikan hubungan terhadap keterampilan menggiring bola

dalam permainan sepakbola diantaranya adalah kelincahan dan keseimbangan di saat menggiring bola.

DKI FC Tapung Kabupaten Kampar merupakan salah satu klub sepakbola yang ada di kabupaten kampar tepatnya di Kecamatan Tapung, yang sudah berdiri sejak tahun 2017, klub ini dilatih oleh seorang pelatih yang bernama bapak Afrizal, S.Pd. Latihan dilakukan 3 kali dalam tiap minggu. Prestasi klub yang sudah dicapai adalah memenangkan pertandingan antar kecamatan pada tahun 2018, namun setelah itu prestasi klub mengalami kemunduran hanya mencapai runner up pada tahun 2019.

Berdasarkan hasil pengamatan yang telah peneliti lakukan pada pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar, terlihat bahwa masih ada beberapa pemain yang gerakannya lamban saat menggiring bola, dan terkadang bola yang digiring lepas dari kontrol kaki, pemain sulit mengimbangi kecepatan bola yang digiring sehingga bola dapat dengan mudah direbut oleh lawan. Pemain terkadang terlihat kaku dalam menggiring bola sehingga saat menghindari lawan terjadi kontak fisik sehingga menggiring bola menjadi tidak efisien.

Dari permasalahan yang telah di kemukakan di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Kontribusi Kelincahan dan Keseimbangan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapat dikemukakan masalah penelitian sebagai berikut :

1. Masih ada beberapa pemain yang gerakannya lamban saat menggiring bola,
2. Terkadang bola yang digiring lepas dari kontrol kaki,
3. Pemain sulit mengimbangi kecepatan bola yang digiring sehingga bola dapat dengan mudah direbut oleh lawan
4. Pemain terkadang terlihat kaku dalam menggiring bola sehingga saat menghindari lawan terjadi kontak fisik sehingga menggiring bola menjadi tidak efisien.

C. Pembatasan Masalah

Pada penelitian ini, penulis membatasi penelitian ini hanya mengenai pada:

1. Kontribusi kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.
2. Kontribusi keseimbangan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.
3. Kontribusi kelincahan dan keseimbangan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas maka perumusan masalahnya adalah :

1. Apakah terdapat kontribusi kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar?.

2. Apakah terdapat kontribusi keseimbangan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar?.
3. Apakah terdapat kontribusi kelincahan dan keseimbangan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar?.

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui :

1. Kontribusi kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.
2. Kontribusi keseimbangan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.
3. Kontribusi kelincahan dan keseimbangan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini antara lain:

1. Bagi pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar, untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar sepakbola khususnya keterampilan menggiring bola
2. Sebagai bahan masukan bagi para pelatih terutama dalam meningkatkan prestasi pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar dalam olahraga sepakbola.

3. Bagi klub Patriot Muda, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan sejauh mana keterampilan pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar dalam melakukan menggiring bola
4. Bagi peneliti, sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana pendidikan Strata Satu pada Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
5. Bagi Fakultas, sebagai sumbangan bacaan bagi mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Landasan Teori

1. Hakikat Kelincahan

a. Pengertian Kelincahan

Dalam sepakbola bukan hanya teknik dasar bermain sepakbola saja yang penting, tetapi masih ada unsur penting lainnya yaitu unsur kemampuan fisik yang terdiri atas kekuatan, daya tahan, daya ledak, kecepatan, keseimbangan, kelincahan, koordinasi dan keseimbangan. Dalam penelitian ini ada dua unsur kemampuan fisik yang akan dibahas, yaitu kelincahan dan keseimbangan.

Menurut Soekarman yang dikutip oleh Ahmad (2011:71) mengemukakan bahwa kelincahan merupakan kemampuan mengubah arah dengan cepat pada waktu bergerak dengan kecepatan tinggi. Sehingga dengan memiliki kelincahan sangat membantu seorang pemain sepakbola untuk membawa atau menggiring bola bergerak dengan cepat, terutama tindakan antisipasi untuk menghindari penjagaan atau hadangan pemain lawan.

Dari kutipan di atas maka diketahui bahwa salah satu faktor yang menentukan kebugaran jasmani seseorang adalah kelincahan. Seseorang dikatakan lincah ketika ia mampu bergerak dengan cepat dan mengubah arah gerakannya secara cepat pula dengan tetap menjaga keseimbangan.

Kelincahan biasanya dapat dilihat dari kemampuan bergerak dengan cepat, mengubah arah dan posisi, menghindari benturan antara pemain dan kemampuan berkelit dari pemain di lapangan. Sebagaimana Irawadi (2011:108) mengatakan

bahwa kelincahan merupakan terjemahan dari kata *agility* yang diartikan sebagai kemampuan tubuh dalam bergerak dan mengubah arah dalam waktu yang sesingkat-singkatnya tanpa kehilangan keseimbangan.

Menurut Adam (2011:97) Kelincahan adalah suatu bentuk gerakan yang mengharuskan seorang atau pemain untuk bergerak dengan cepat dan mengubah arah serta tangkas. Siswa yang lincah adalah pemain yang bergerak tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya.

Menurut Imran (2018:101) Menyebutkan untuk mengembangkan kemampuan kelincahan, harus dimulai dari tugas-tugas sederhana secara progresif sampai pada tugas-tugas yang sulit tingkatannya. Oleh sebab itu yang harus diperhatikan dalam mengembangkan kelincahan adalah sebagai berikut: menambah gerak-gerakan baru pada teknik lanjutan, melatih gerakan-gerakan yang sudah dikuasai menjadi gerakan-gerakan yang otomatis, merubah training kondisi yang bertingkat-tingkat dan mengkoordinasikan gerakan-gerakan yang telah dikuasai.

Berdasarkan kutipan di atas diketahui bahwa salah satu faktor kondisi fisik yang dapat berpengaruh terhadap teknik dasar sepakbola yaitu faktor kelincahan yang merupakan kemampuan dari seseorang untuk dapat merubah arah dan posisi secepat mungkin dan lebih efisien. Kelincahan dapat ditingkatkan dengan memulainya dari pemberian tugas-tugas sederhana sampai pada tugas-tugas yang sulit tingkatannya.

Lebih lanjut Mylsidayu (2015:148) mengatakan bahwa kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dengan cepat dan fleksibel ketika sedang

bergerak. Seorang atlet atau pemain yang mempunyai kelincahan yang baik akan mampu melakukan gerakan yang lebih efektif dan efisien.

Kelincahan sangat penting untuk jenis olahraga yang membutuhkan kemampuan adaptasi yang tinggi terhadap perubahan-perubahan situasi dalam pertandingan. Kelincahan ini berkaitan erat antara kecepatan dan kelentukan. Tanpa unsur keduanya baik, seseorang tidak dapat bergerak dengan lincah. Selain itu, faktor keseimbangan sangat berpengaruh terhadap kemampuan kelincahan seseorang.

Menurut Bahrudin yang dikutip oleh Indra (2013:3) Kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk mengubah arah dengan kecepatan dan tepat pada waktu bergerak tanpa kehilangan keseimbangan. Oleh karena itu, seseorang yang memiliki kelincahan yang baik dapat dengan mudah merubah posisi tubuhnya dengan tetap menjaga keseimbangan. Di samping itu, menurut Mappaompo yang dikutip oleh Indra (2013:3) Kelincahan adalah suatu bentuk gerakan yang mengharuskan seorang atau pemain untuk bergerak dengan cepat dan mengubah arah serta tangkas. Siswa yang lincah adalah pemain yang bergerak tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya.

Dari berbagai pendapat tersebut di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa orang yang lincah adalah orang yang mempunyai kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak, tanpa kehilangan suatu keseimbangan dan kesadaran akan sikap tubuh. Jadi kelincahan bukan hanya menuntut kecepatan, akan tetapi juga keseimbangan tubuh.

b. Faktor Yang Mempengaruhi Kelincahan

Dalam rangka usaha untuk meningkatkan prestasi maksimal pada cabang olahraga yang ditekuni, seorang atlet perlu sekali memperhatikan faktor-faktor penentunya. Faktor-faktor penentu dapat disebutkan ada tiga faktor penting yaitu kondisi fisik atau tingkat kebugaran jasmani, ketepatan teknik atau ketrampilan yang dimiliki, dan masalah-masalah lingkungan. Kelincahan merupakan salah satu komponen kondisi fisik yang banyak dipergunakan dalam olahraga.

Menurut Nala yang dikutip oleh Gusti (2015:4-5) faktor yang mempengaruhi kelincahan adalah sebagai berikut :

1. Kecepatan reaksi dan kecepatan gerak yang baik.
Perpaduan antara kecepatan reaksi (gerak refleks) dengan kecepatan (*speed*) akan menghasilkan kelincahan yang maksimal. Kita ketahui bahwa kecepatan reaksi adalah kemampuan tubuh atau anggota tubuh untuk bereaksi secepat mungkin ketika ada rangsangan yang diterima oleh reseptor somatik, kinestetik, atau vestibular. Biasanya komponen reaksi ini lebih dikenal dengan sebutan kecepatan reaksi, waktu reaksi atau *reaction time*.
2. Kemampuan Tubuh Dalam Mengatur Keseimbangan.
Keseimbangan adalah kemampuan tubuh untuk melakukan reaksi atas setiap perubahan posisi tubuh, sehingga tubuh tetap stabil dan terkendali.
3. Kelentukan Sendi Tubuh.
Kelentukan adalah kesanggupan tubuh atau anggota gerak tubuh untuk melakukan gerakan pada sebuah atau menempuh beberapa sendi seluas-luasnya.
4. Kemampuan Menghentikan Gerakan Tubuh Dengan Cepat.
Disaat melakukan gerakan yang mengandung unsur kelincahan, seperti pada saat melakukan gerakan bolak-balik dimana pada saat tubuh melakukan gerakan balik terjadi peristiwa dari cepat ke lambat dan kembali ke cepat.

Dari kutipan di atas, dapat dipahami bahwa kelincahan yang dimiliki seseorang dapat digunakan untuk melakukan gerakan mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tiba-tiba, kelincahan dipengaruhi oleh beberapa faktor

yakni : kecepatan reaksi dan kecepatan gerak yang baik, keseimbangan, kelentukan tubuh, kemampuan menghentikan gerakan tubuh dengan cepat. Kelincahan sangat dibutuhkan oleh seseorang dalam segenap kegiatan olahraga baik saat latihan maupun waktu pertandingan guna mencapai prestasi secara maksimal.

2. Hakikat Keseimbangan

a. Pengertian Keseimbangan

Keseimbangan merupakan kemampuan seseorang dalam mempertahankan sikap tubuh yang tepat dengan perubahan letak titik berat badan yang cepat, dalam penelitian ini keseimbangan yang dimaksud erat kaitannya dengan gerakan menggiring bola dalam olahraga sepakbola. Sehingga disaat menggiring bola pemain tidak terjatuh saat menghindari lawan ketika menggiring bola.

Keseimbangan menurut Widiastuti (2017:161) adalah kemampuan mempertahankan sikap dan posisi tubuh secara tepat pada saat berdiri (*static balance*) atau pada saat melakukan gerakan (*dynamic balance*). Kemampuan untuk mempertahankan keseimbangan dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain : visual, telinga (rumah siput).

Sedangkan menurut Ismaryati (2006:48) menyatakan bahwa terdapat dua keseimbangan yakni keseimbangan statis dan dinamis. Keseimbangan statis adalah kemampuan mempertahankan keadaan seimbang dalam keadaan diam, sedangkan keseimbangan dinamis adalah kemampuan mempertahankan keadaan seimbang dalam keadaan bergerak, misalnya berlari, berjalan, melambung dan sebagainya.

Seperti yang kita ketahui berdasarkan kutipan di atas bahwa keseimbangan statik maupun keseimbangan dinamik merupakan komponen kebugaran jasmani yang sering dilakukan oleh anak-anak maupun dewasa. Setiap orang sangat memerlukan keseimbangan yang dapat mempertahankan stabilitas posisi tubuh dalam kondisi statik maupun dinamik. Keseimbangan sangat diperlukan untuk melakukan kegiatan sehari-hari ataupun dalam melakukan kegiatan olahraga.

Albertus dkk menambahkan (2015:165) bahwa keseimbangan merupakan kemampuan yang penting karena digunakan dalam aktivitas sehari-hari, misalnya berjalan, berlari, sebagian terbesar olahraga dan permainan. Dari kutipan ini diketahui bahwa keseimbangan merupakan faktor penting dalam segala aktifitas raga atau tubuh manusia.

b. Faktor Yang Mempengaruhi Keseimbangan

Keseimbangan memiliki berbagai faktor yang sangat penting, sehingga faktor keseimbangan disini akan berperan sangat besar pada pemain di dalam melakukan berbagai kegiatan fisik baik kegiatan sehari-hari maupun kegiatan kecabangan sesuai dengan minatnya. Sehingga akan sangat penting untuk perkembangan tumbuh pemain.

Menurut Souder & Hill dalam jurnal Hasriawandi (2019:137-138) pada dasarnya dipengaruhi oleh empat faktor yang menentukan keseimbangan tubuh dalam situasi gerakan dinamis yaitu:

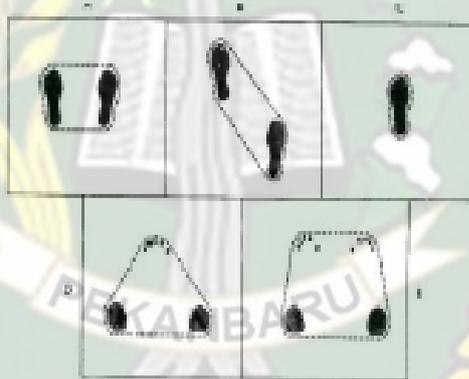
1) Pusat Gravitasi (*Center Of Gravity*)

Pusat gravitasi adalah titik dimana berat badan total merata, titik di mana tarikan gravitasi seimbang. Ketinggian lokasi memiliki pengaruh penting pada pemeliharaan keseimbangan, untuk penambahan bobot di

atas atau di bawah pinggang akan menggeser pusat gravitasi ke arah beban tambahan dan mengubah masalah keseimbangan.

2) Bidang Tumpu (*Base Of Support*)

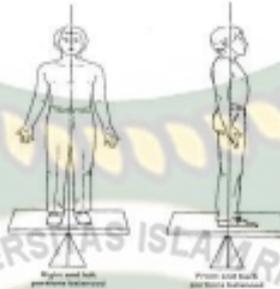
Lokasi pusat gravitasi dan ukuran basis dukungan erat kaitannya dalam fungsi utama latihan keseimbangan. Basis dukungan terdiri dari titik-titik kontak dengan permukaan dan daerah antara mereka. Untuk posisi berdiri dengan kaki agak terpisah, basis dukungan adalah kaki dan daerah antara kaki. Sebagai basis dukungan diperbesar, tubuh menjadi lebih stabil. Dengan demikian, posisi yang paling stabil dari tubuh adalah berbaring di lantai dengan lengan dan kaki terentang. Sebaliknya, posisi yang paling tidak stabil adalah salah satu dengan basis terkecil dukungan, seperti berdiri di atas jari kaki satu kaki. Posisi ini dapat dibuat bahkan kurang stabil dengan mengangkat tangan di atas kepala, sehingga mengurangi pusat gravitasi.



Gambar 1: Bidang Tumpu (*Base Of Support*)
Hasriawandi (2019:137-138)

3) Bidang Gravitasi (*Line Of Gravity*)

Garis gravitasi merupakan garis imajiner yang berada vertikal melalui pusat gravitasi dengan pusat bumi. Hubungan antara garis gravitasi, pusat gravitasi dengan bidang tumpu adalah menentukan derajat stabilitas tubuh. Selama baris ini masih dalam batas-batas dasar dukungan, tubuh akan memiliki stabilitas. Tubuh akan seimbang ketika pusat gravitasinya lebih dari basis pendukungnya, dan lebih dekat ke pusat dasar garis gravitasi jatuh.



Gambar 2: Bidang Gravitasi (*Line Of Gravity*)
Hasriawandi (2019:137-138)

4) Sensory Organ (*Sensory Organs*)

Organ sensorik yang bekerja sama untuk menjaga keseimbangan adalah organ telinga tengah, arti proprioseptif, organ penglihatan, dan organ-organ menyentuh. Organ sensorik dari telinga tengah mengirimkan pesan yang berhubungan dengan posisi tubuh.

3. Hakikat Menggiring Bola

a. Pengertian Menggiring

Menggiring bola merupakan suatu keterampilan dasar yang harus dimiliki oleh setiap pemain sepakbola. Dalam permainan sepakbola menggiring bola sangat diperlukan oleh semua pemain untuk mengecoh lawan, membawa bola ke daerah yang kosong, dan melewati lawan hingga menggiring bola menuju gawang lawan untuk mencetak sebuah gol.

Adapun teknik dasar permainan sepakbola yang perlu dikuasai oleh para pemain pada umumnya adalah: menendang bola, menggiring bola, menahan dan menghentikan bola, menyundul bola, melempar bola, merampas atau merebut bola. Salah satu teknik dasar yang penting adalah menggiring bola, karena apabila pemain sudah menguasai atau terampil dalam menggiring bola diharapkan pemain

akan dapat melewati lawan, mencari kesempatan memberikan bola umpan kepada teman dengan tepat, menahan bola tetap dalam penguasaan, menyelamatkan bola apabila tidak terdapat kemungkinan atau kesempatan untuk dengan segera memberikan operan kepada teman.

Menurut Gilang yang dikutip oleh Indra (2013:3) “menggiring bola adalah mengubah arah dan kecepatan bola dengan sentuhan-sentuhan kaki yang cepat. Oleh sebab itu, dalam menggiring bola, kelincahan dan kecepatan sangat diperlukan. Terlebih lagi, menurut Mappaompo yang dikutip oleh Indra (2013:3) Menggiring bola dalam situasi bermain artinya membawa bola dari dari satu lini ke lini lainnya dengan cara mengontrol dari kaki ke kaki bila ruang gerak sempit, karena lawan menutup daerahnya. Menggiring bola adalah mengolah bola yang digerakkan terhadap salah satu kaki dari satu tempat ke tempat yang lain terhadap teteap dalam penguasaan.

Ketika bermain sepakbola pemain harus dapat menguasai teknik menggiring bola. Menggiring bola merupakan salah satu teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepak bola. Karena dengan kemampuan ini seorang pemain dapat mendekati jarak sasaran, melewati lawan dan menghambat pemain. Menurut Jaya (2008:66) mengemukakan *men-dribble* bola adalah menendang bola terputus-putus atau pelan-pelan. *Men-dribble* bola bertujuan untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat pemain.

Kemudian menurut Malcom (2013:23) menyatakan bahwa menggiring bola dan berlari sambil tetap menguasainya, adalah hal yang tampaknya tidak mengasyikkan namun memiliki tujuan penting, aktifitas ini membutuhkan

penilaian dan keputusan kapan harus menggiring atau berlari sambil tetap menguasai bola dan kapan tidak melakukannya.

Berdasarkan pengertian menggiring bola tersebut dapat dipahami bahwa menggiring bola merupakan teknik yang sangat penting dalam permainan sepakbola, dimana seorang pemain bola harus dapat memutuskan bagaimana strategi pergerakannya dalam menggiring bola baik dalam kecepatan lambat maupun cepat sambil mengontrol bola agar tidak di rebut oleh lawan.

b. Teknik Dasar Menggiring Bola

Teknik dasar menggiring bola merupakan kebutuhan teknik yang sangat penting dari taktik yang harus dimiliki setiap pemain. Menggiring bola digunakan untuk penguasaan bola sepenuhnya agar bola tidak di rebut oleh lawan. Menggiring bola secara umum dapat diartikan sebagai seni menggunakan beberapa bagian kaki menyentuh atau menggulingkan bola terus-menerus di tanah sambil lari.

Sadiqul (2016:14) Untuk dapat menggiring bola dengan baik perlu latihan yang terus menerus dengan memperhatikan hal-hal antara lain: a). Bola harus dikuasai sepenuhnya. b). Jarak bola tetap dalam penguasaan pemain: bola bergulir harus selalu dekat dengan kaki, dengan demikian bola tetap dikuasai. c). Posisi badan antara bola dan lawan: pandangan melihat bola pada saat kaki menyentuh, kemudian lihat situasi dan kedua lengan menjaga keseimbangan di samping badan. d). Bola didorong dengan kaki.

Menurut Luxbacher (2012:47) “Penggiringan bola dalam sepakbola memiliki fungsi yang sama dengan bola basket yaitu memungkinkan pemain untuk

memperankan bola saat berlari melintasi lawan atau maju ke ruang yang terbuka. Siswa dapat menggunakan berbagai bagian kaki *inside*, *outside*, *instep*, telapak kaki) untuk mengontrol bola sambil terus menggiring bola”.

Kemudian menurut Luxbacher (2012:49) teknik menggiring bola dengan cepat adalah sebagai berikut:

Persiapan:

1. Postur tubuh tegak
2. Bola di dekat kaki
3. Kepala tegak untuk melihat lapangan dengan baik

Pelaksanaan:

1. Fokuskan perhatian pada bola
2. Tendang bola dengan permukaan *instep* atau *outside instep* sepenuhnya
3. Dorong bola ke depan beberapa kaki

Mengiringi bola:

1. Kepala tegak untuk melihat lapangan dengan baik
2. Bergerak mendekati bola
3. Dorong bola ke depan



Gambar 3. Teknik Menggiring Bola
(Luxbacher (2012:49))

Dari kutipan di atas diketahui bahwa teknik dalam bermain sepakbola cukup banyak dan sebaiknya harus dipelajari dan dikuasai agar menjadi pemain yang hebat. Untuk meningkatkan dan mencapai prestasi pemain bola harus

menguasai teknik dasar sepak bola dan memiliki empat kelengkapan pokok, yaitu pembinaan teknik, pembinaan fisik, pembinaan taktik dan kematangan juara.

c. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Keterampilan Menggiring Bola

Menurut Saputra (2017:29) faktor yang mempengaruhi keterampilan menggiring bola:

1. Kelincahan

Kelincahan sangat diperlukan dalam *dribbling*. Dengan memiliki kelincahan yang bagus, seorang pemain dapat *mendribbling* bola melewati lawan.

2. Keseimbangan

Keseimbangan juga diperlukan dalam permainan sepakbola. Apalagi untuk menggiring bola dibutuhkan keseimbangan yang baik. Jika keseimbangan tidak baik dalam menggiring bola dapat terjatuh

3. Kelentukan (*Flexibility*)

Kelentukan dalam sepakbola digunakan dalam menggiring bola untuk melewati lawan. Jika kelentukan seorang pemain tidak bagus, susah juga untuk melewati seorang pemain lawan.

B. Kerangka Pemikiran

Menggiring bola merupakan salah satu teknik dasar yang cukup memiliki peranan penting dalam permainan sepakbola, tidak heran jika para pengamat sepakbola mengatakan bahwa mahirnya seorang pemain dapat dilihat pada bagaimana seorang pemain tersebut menggiring bola. Kegunaan kemampuan menggiring bola sangat besar untuk membantu penyerangan untuk menembus pertahanan lawan. Menggiring bola berguna untuk mengontrol bola dan

menguasainya sampai seorang rekan satu tim bebas dan memberikannya dalam posisi yang lebih baik.

Ada dua unsur kondisi fisik yang cukup besar peranannya dalam menggiring bola, yaitu kelincahan, dan keseimbangan tubuh. Keseimbangan tubuh erat hubungannya dengan bagaimana keluwesan seorang pemain mengolah bola dengan kakinya tanpa terjatuh sehingga saat menggiring bola pemain dapat menghindari rintangan dengan mudah.

Kelincahan merupakan komponen yang sangat penting dalam cabang olahraga salah satunya adalah sepakbola. Hal ini disebabkan karena apabila seorang peserta didik memiliki kelincahan yang baik, maka akan dapat menampilkan gerakan yang baik pula dimana seorang pemain sepakbola dapat melewati lawan dan bergerak secara efektif untuk dapat menciptakan gol. Dengan demikian kelincahan dan keseimbangan yang baik akan menghasilkan keterampilan menggiring bola yang baik pula.

C. Hipotesis

Bertolak dari uraian di atas, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah :

1. Terdapat kontribusi kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.
2. Terdapat kontribusi keseimbangan tubuh terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.

3. Terdapat kontribusi kelincahan dan keseimbangan tubuh terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

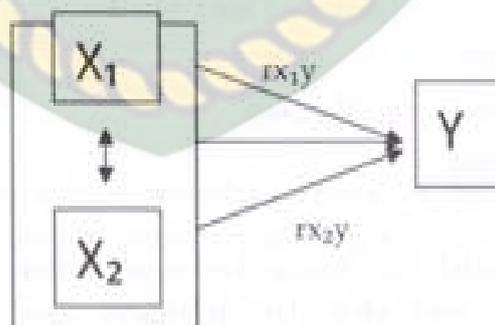
BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode korelasi. Menurut Sugiyono (2010:228) teknik korelasi digunakan untuk mencari hubungan dan membuktikan hipotesis hubungan dua variabel bila data kedua variabel berbentuk interval atau ratio, dan sumber data dari dua variabel atau lebih tersebut adalah sama.

Rancangan dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan rancangan penelitian korelasi ganda. Rancangan penelitian korelasi ganda menurut Kusumawati (2015:35) penelitian hubungan atau (asosiatif) dapat berupa hubungan simetris, kausal (sebab akibat). Dimana dalam penelitian ini yang menjadi variabel X_1 adalah kelincahan, variabel X_2 adalah keseimbangan dan variabel Y adalah menggiring bola. Menurut Kusumawati (2015:35) desain penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 4. Desain penelitian hubungan timbal balik tiga variabel (Kusumawati, 2015:35)

- X_1 = kelincahan (variabel bebas 1)
- X_2 = keseimbangan (variabel bebas 2)
- Y = menggiring bola (variabel terikat)

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2010:90) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar yang berjumlah 16 orang.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi. Teknik yang digunakan adalah *total sampling* sesuai dengan pendapat Arikunto (2006:134) yang menyatakan bahwa apabila populasi kurang dari 100 orang maka lebih baik diambil semua. Sampel dalam penelitian ini adalah pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar yang berjumlah 16 orang.

C. Defenisi Operasional

Dalam penelitian ini ada beberapa istilah-istilah yang harus didefenisikan agar tidak terjadi kesalahan dalam memahaminya. Adapun istilah-istilah tersebut meliputi beberapa hal sebagai berikut :

- 1) Kelincahan pada umumnya didefinisikan sebagai kemampuan mengubah arah secara efektif dan cepat, sambil berlari hampir dalam keadaan penuh.
- 2) Keseimbangan adalah kemampuan seseorang untuk mempertahankan posisi tubuh baik dalam kondisi statik maupun dinamik.
- 3) Menggiring bola merupakan gerakan membawa bola menggunakan kaki bagian dalam atau kaki bagian luar atau dengan menggunakan punggung

kaki dalam upaya mencapai titik terdekat ke gawang lawan sambil menghindari lawan yang hendak merebut bola.

- 4) DKI FC Tapung Kabupaten Kampar merupakan salah satu klub sepakbola yang ada di kabupaten kampar tepatnya di Kecamatan Tapung, yang sudah berdiri sejak tahun 2017, klub ini dilatih oleh seorang pelatih yang bernama bapak Afrizal, S.Pd. Latihan dilakukan 3 kali dalam tiap minggu.

D. Instrumen Penelitian

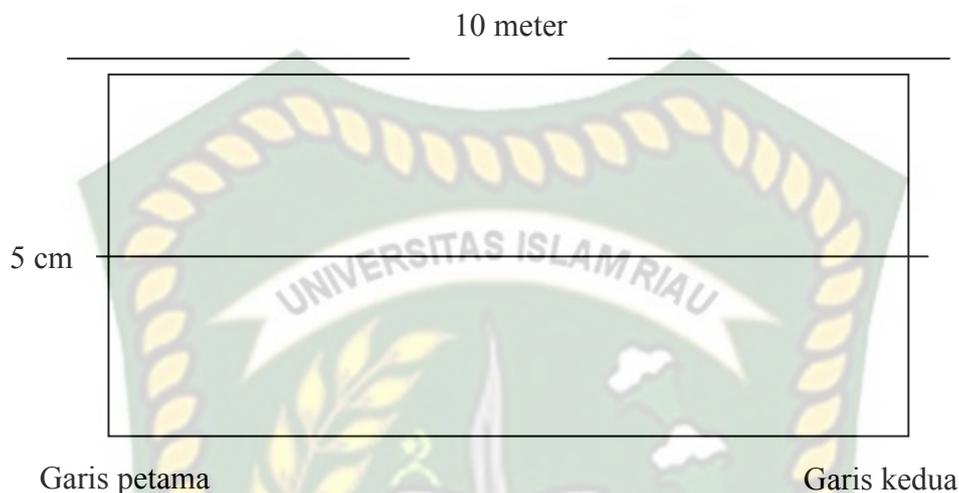
Dalam penelitian ini ada tiga variabel yang diteliti, yaitu variabel X_1 adalah kelincahan, variabel X_2 adalah keseimbangan dan variabel Y adalah menggiring bola.

1. Tes Kelincahan (Arsil, 2010:107):

Pengukuran kelincahan dilakukan dengan menggunakan tes lari bolak balik

- a) Prosedur Pelaksanaan Tes Lari Bolak Balik
- 1) pada aba-aba “bersedia” pemain berdiri dibelakang garis lintasan.
 - 2) pada aba-aba “siap” pemain start dengan *start* berdiri.
 - 3) Dengan aba-aba “ya” pemain segera berlari menuju garis kedua setelah kedua kaki melewati garis kedua segera berbalik dan menuju ke garis pertama.
 - 4) Siswa berlari dari garis pertama menuju garis kedua dan kembali ke garis pertama dihitung satu kali.
 - 5) pelaksanaan lari dilakukan sampai empat kali bolak-balik sehingga menempuh jarak 40 meter.
 - 6) Setelah melewati *finish* digaris kedua, pencatat waktu dihentikan.

- 7) Catatan waktu untuk menentukan norma kelincahan dihitung sampai persepuluh detik (0,1 detik) atau perseratus detik (0,01 detik).



Gambar 5. Lapangan Tes Lari Bolak Balik
(Arsil, 2010:108)

2. Tes Keseimbangan (Widiastuti 2017 : 161)

- a. Tujuan : Untuk mengetahui kemampuan siswa atau atlet dalam mempertahankan keseimbangan tubuh pada posisi statis.
- b. Alat : (a) Lokasi kering atau gym (b) Stop watch (c) Seorang asisten
- c. Petunjuk alat : (a) Berdiri dengan nyaman pada kedua kaki (b) Tangan diletakkan dibelakang (c) Berdirilah pada salah satu kaki, angkat kaki yang lain dan letakkan ibu jari kaki pada lutut yang masih menjejak tanah.
- d. Pelaksanaan : (a) Tutup mata (b) Guru/pelatih mulai menghitung dengan *stop watch* (c) Jaga keseimbangan selama mungkin (d) Waktu akan dihentikan apabila siswa/atlet

membuka mata, menggerakkan tangan, meletakkan atau menggerakkan kakinya (e) Guru/pelatih akan mencatat waktu yang diraih atlet dalam mempertahankan keseimbangan dan diulang tes ini sebanyak 3 kali.

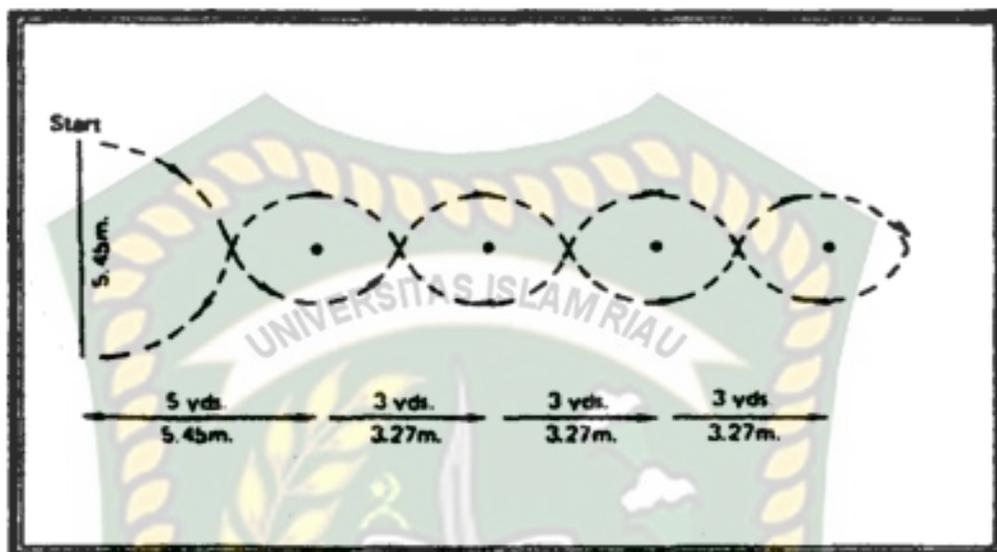


Gambar 6. Tes Keseimbangan
(Widiastuti, 2017:163)

3. Tes Soccer Dribble Test Ismaryati (2006:56) menerangkan sebagai berikut:

- Tujuan : Untuk mengukur kecepatan menggiring bola
- Sasaran : Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar
- Perlengkapan : Lapangan tes dibuat di atas permukaan yang rata dan tidak licin, dengan ketentuan seperti pada gambar di bawah.
- Pelaksanaan : Dengan aba-aba “ya” testi menggiring bola ke arah luar dan ke dalam menurut alur yang telah ditentukan.
- Penilaian :
- 1) Hitung waktu tempuh, dimulai dari saat aba-aba “ya” sampai testi kembali lagi dari garis *finish*.
 - 2) Testi harus masuk garis *finish* dengan bola terkontrol.
 - 3) Ulangan dilakukan tiga kali.

- 4) Waktu terbaik dari ketiga ulangan merupakan kecepatan menggiring testi.



Gambar 7. Lapangan Soccer Dribble Test
(Ismaryati, 2006:56)

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan tes dan pengukuran. Sesuai dengan permasalahan dan tujuan penelitian yang diuraikan sebelumnya, bahwa penelitian dilakukan untuk mengetahui kontribusi kelincahan dan keseimbangan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.

Teknik pengumpulan data yang di pergunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Observasi

Observasi adalah dilakukan pada sebelum pembuatan skripsi dan pada saat pelaksanaan penelitian. Observasi dilakukan dengan pengamatan langsung di lokasi penelitian

2. Kepustakaan

Perpustakaan merupakan cara pengumpulan data dengan menyunting teori-

teori pendukung dari dari buku literatur di pustakaan.

3. Tes dan Pengukuran

Tes dalam penelitian ini adalah tes kelincahan, tes keseimbangan dan tes menggiring bola.

F. Teknik Analisa Data

Teknik analisis korelasi yang dipergunakan adalah:

1. Korelasi *product moment* yang digunakan untuk menghitung korelasi dari X_1 (kelincahan) terhadap Y (keterampilan menggiring bola) dengan rumus Pearson dalam Riduwan (2005:138):

$$r_{x_1y} = \frac{n \sum X_1 Y - (\sum X_1)(\sum Y)}{\sqrt{\{n \sum X_1^2 - (\sum X_1)^2\} \{n \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

keterangan:

r_{x_1y}	= Angka Indeks Korelasi “r” Product moment
n	= Sampel
$\sum X_1 Y$	= Jumlah hasil perkalian antara skor X_1 dan skor Y
$\sum X_1$	= Jumlah seluruh skor X_1
$\sum Y$	= Jumlah seluruh skor Y

2. Kemudian untuk menghitung korelasi dari X_2 (keseimbangan) terhadap Y (keterampilan menggiring bola) juga menggunakan rumus Pearson dalam Riduwan (2005:138):

$$r_{x_2y} = \frac{n \sum X_2 Y - (\sum X_2)(\sum Y)}{\sqrt{\{n \sum X_2^2 - (\sum X_2)^2\} \{n \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

keterangan:

r_{x_2y}	= Angka Indeks Korelasi “r” Product moment
n	= Sampel
$\sum X_2 Y$	= Jumlah hasil perkalian antara skor X_2 dan skor Y
$\sum X_2$	= Jumlah seluruh skor X_2
$\sum Y$	= Jumlah seluruh skor Y

3. Kemudian untuk menghitung korelasi dari X_1 (kelincahan) dan X_2 (keseimbangan) terhadap Y (keterampilan menggiring bola) Sugiyono (2010:222) yaitu:

Rumus Korelasi Ganda :

$$R_{yx_1x_2} = \sqrt{\frac{r^2_{yx_1} + r^2_{yx_2} - 2r_{yx_1}r_{yx_2}r_{x_1x_2}}{1 - r^2_{x_1x_2}}}$$

Keterangan :

- $R_{yx_1x_2}$ = Korelasi antara variable X_1 dengan X_2 secara bersama-sama dengan variabel Y
 r_{yx_1} = Korelasi *Product Moment* antara X_1 dengan Y
 r_{yx_2} = Korelasi *Product Moment* antara X_2 dengan Y
 $r_{x_1x_2}$ = Korelasi *Product Moment* antara X_1 dengan X_2

Sedangkan memberikan interpretasi besarnya hubungan kelincahan dan keseimbangan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar yaitu berpedoman pada pendapat Sugiyono (2010:214) sebagai berikut:

Sama dengan 0,00	: Tidak dihitung
Kurang dari 0,01-0,199	: Sangat rendah
Antara 0,20-0,399	: Rendah
Antara 0,40-0,599	: Sedang
Antara 0,60-0,799	: Kuat
Antara 0,80-1,000	: Sangat kuat

Untuk melihat besarnya kontribusi kelincahan dan keseimbangan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar dengan melihat koefisien determinasi dengan rumus: $KD = r^2 \times 100\%$

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi kelincahan dan kelenturan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain klub sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar. Untuk mengetahui hal tersebut maka akan dibahas secara berturut-turut mengenai deskripsi data dari masing-masing variabel, pengujian hipotesis, pembahasan penelitian yang telah dilakukan.

A. Deskripsi Data

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap pemain klub sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar dengan menggunakan tes kelincahan dengan *shuttle run*, tes keseimbangan dan tes keterampilan menggiring bola dengan *soccer dribble test*, maka didapatkan rincian data sebagai berikut:

1. Hasil Tes Kelincahan (X1) Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

Berdasarkan hasil tes kelincahan terhadap pemain klub sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar. Diperoleh kelincahan terendah yang dicapai pemain adalah 25.70 detik dan kelincahan tercepat adalah 18.53 detik, Perhitungan terhadap distribusi skor tersebut menghasilkan: (1) skor rata-rata = 23.42 detik; (2) simpangan baku = 1.79; (3) median = 23.82 detik.

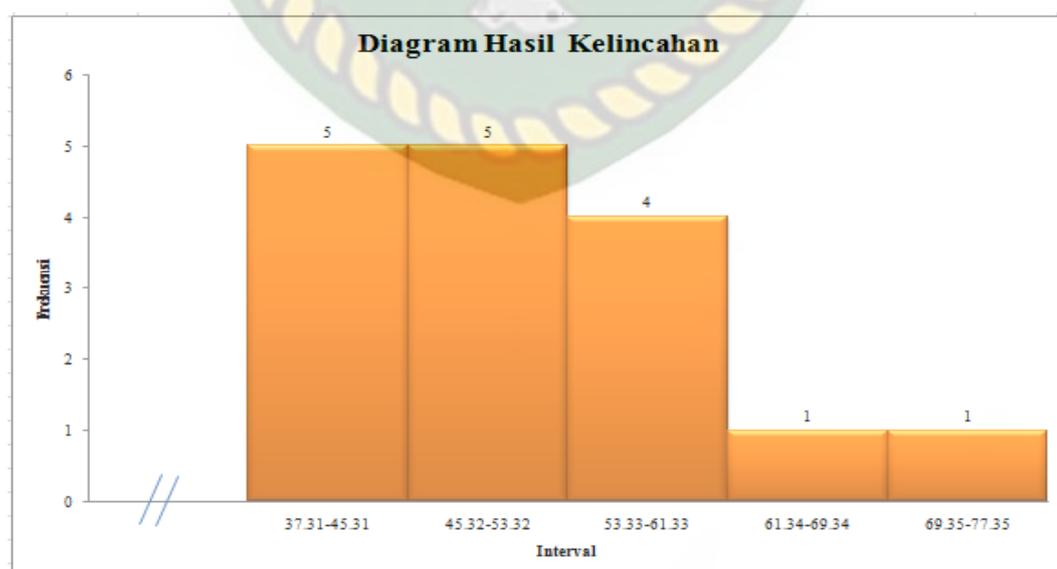
Sebaran data kelincahan pemain klub sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar disajikan dalam data T Skore yang didistribusi frekuensikan dengan jumlah kelas sebanyak 5 dan panjang kelas 8.01 yaitu pada kelas *interval* pertama pada rentang t skore 37.31-45.31 terdapat 5 orang atau 31.25%, pada

kelas *interval* kedua pada rentang t skor 45.32-53.32 terdapat 5 orang atau 31.25%, pada kelas *interval* ketiga pada rentang t skor 53.33-61.33 terdapat 4 orang atau 25%, pada kelas *interval* keempat pada rentang t skor 61.34-69.34 terdapat 1 orang atau 6.25%, pada kelas *interval* kelima pada rentang t skor 69.35-77.35 terdapat 1 orang atau 6.25%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kelincahan (X_1) Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	37.31 - 45.31	5	31.25%
2	45.32 - 53.32	5	31.25%
3	53.33 - 61.33	4	25.00%
4	61.34 - 69.34	1	6.25%
5	69.35 - 77.35	1	6.25%
Jumlah		16	100.00%

Penyebaran distribusi frekuensi dari kelincahan pemain klub sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar dapat ditunjukkan pada gambar berikut:



Grafik 1. Histogram Sebaran Data Kelincahan (X_1) Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

2. Hasil Tes Keseimbangan (X_2) Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

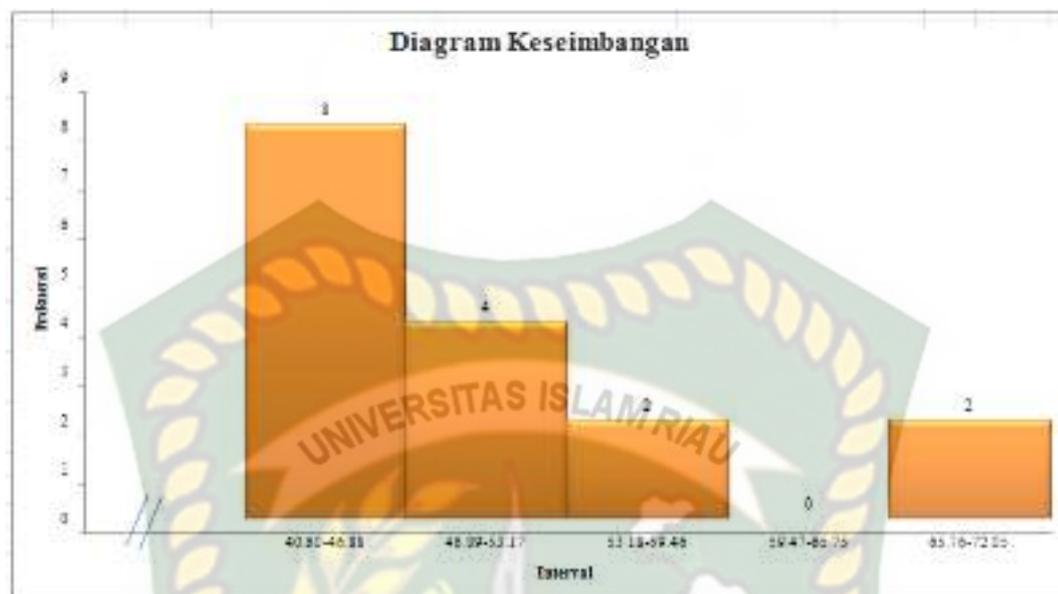
Pengukuran terhadap keseimbangan, diperoleh keseimbangan terendah yang dicapai adalah 2.88 detik dan keseimbangan maksimal adalah 9.41 centimeter dengan perhitungan terhadap distribusi data menghasilkan: (1) rata-rata = 4.84; (2) simpangan baku = 2.08; (3) median = 4.09.

Data hasil penelitian dimasukkan ke dalam tabel distribusi frekuensi nilai T Skore dengan banyak kelas 5, panjang kelas adalah 6.29 yaitu pada kelas *interval* pertama pada rentang t skore 40.60-46.88 terdapat 8 orang atau 50%, pada kelas *interval* kedua pada rentang t skore 46.89-53.17 terdapat 4 orang atau 25%, pada kelas *interval* ketiga pada rentang t skore 53.18-59.46 terdapat 2 orang atau 12.50%, pada kelas *interval* keempat pada rentang 59.47-65.75 tidak ada, pada kelas *interval* kelima pada rentang t skore 65.76-72.05 terdapat 2 orang atau 12.50%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Keseimbangan (X_2) Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	40.60 - 46.88	8	50.00%
2	46.89 - 53.17	4	25.00%
3	53.18 - 59.46	2	12.50%
4	59.47 - 65.75	0	0.00%
5	65.76 - 72.05	2	12.50%
Jumlah		16	100%

Penyebaran distribusi frekuensi dari keseimbangan dapat ditunjukkan pada gambar berikut.



Grafik 2. Histogram Frekuensi Data Keseimbangan (X_2) Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

3. Hasil Tes Keterampilan Menggiring Bola (Y) Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

Berdasarkan hasil perhitungan terhadap hasil keterampilan menggiring bola, waktu terendah yang diperoleh pemain adalah 16.22 detik dan waktu tercepat adalah 6.69 detik. Perhitungan terhadap distribusi skor tersebut menghasilkan: (1) rata-rata = 12.48; (2) simpangan baku = 1.81; (3) median = 1.81.

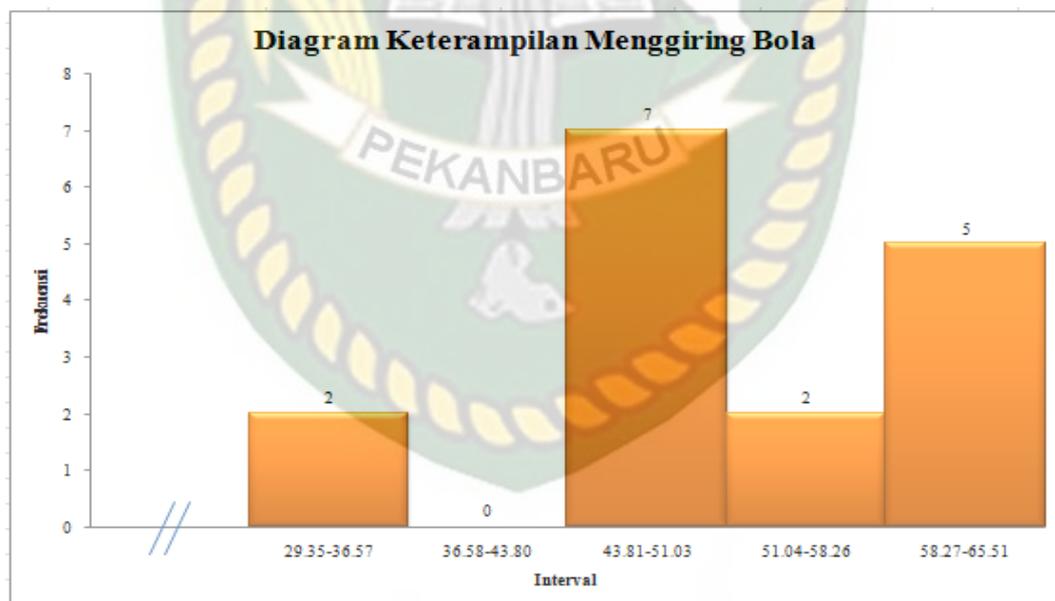
Data hasil penelitian dimasukkan ke dalam tabel distribusi frekuensi nilai T Skore dengan banyak kelas 5 dan panjang kelas 7.23 yaitu pada kelas *interval* pertama pada rentang t skore terdapat 2 orang atau 12.50%, pada kelas *interval* kedua pada rentang t skore 36.58-43.80 tidak ada, pada kelas *interval* ketiga pada rentang t skore 43.81-51.03 terdapat 7 orang atau 43.75%, pada kelas *interval* keempat pada rentang t skore terdapat 2 orang atau 12.50%, pada kelas *interval*

kelima pada rentang t skor 58.27-65.51 terdapat 5 orang atau 31.25%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Hasil Menggiring Bola (Y) Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	29.35 - 36.57	2	12.50%
2	36.58 - 43.80	0	0.00%
3	43.81 - 51.03	7	43.75%
4	51.04 - 58.26	2	12.50%
5	58.27 - 65.51	5	31.25%
Jumlah		16	100%

Penyebaran distribusi frekuensi dari hasil keterampilan menggiring bola dapat ditunjukkan pada gambar berikut:



Grafik 3. Histogram Frekuensi Skor Variabel Y Pada Pemain Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

B. Analisa Data

Data yang telah terkumpul kemudian dianalisis, yang menjadi variabel X_1 adalah kelincahan dan X_2 adalah keseimbangan dan yang menjadi variabel Y

adalah hasil keterampilan menggiring bola. Adapun hipotesis yang akan diuji yaitu:

1) Terdapat Hubungan X_1 ke Y (Kelincahan Dengan Hasil Menggiring Bola)

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan kelincahan dengan hasil keterampilan menggiring bola pada pemain klub sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar didapat nilai $r_{hitung} = 0,656 > r_{tabel} = 0,497$ sehingga dengan demikian hipotesis terdapat hubungan kelincahan terhadap hasil keterampilan menggiring bola pemain klub sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar diterima dengan nilai kontribusi sebesar 43.03%.

2) Terdapat Hubungan X_2 ke Y (Keseimbangan Dengan Hasil Keterampilan Menggiring Bola)

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan keseimbangan dengan hasil keterampilan menggiring bola pada pemain klub sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar didapat nilai $r_{hitung} = 0,566 > r_{tabel} = 0,497$ sehingga dengan demikian hipotesis terdapat hubungan keseimbangan terhadap hasil keterampilan menggiring bola pemain klub sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar diterima dengan nilai kontribusi sebesar 32.04%.

3) Terdapat Hubungan X_1 dan X_2 Ke Y (Kelincahan dan Keseimbangan Dengan Hasil Keterampilan Menggiring Bola)

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan kelincahan dan keseimbangan hasil keterampilan menggiring bola pada pemain klub sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar secara simultan adalah $0,733 > r_{tabel} = 0,497$, hal ini menunjukkan adanya korelasi secara bersamaan antara variabel X_1 dan X_2 ke variabel Y atau ada hubungan yang signifikan antara

kelincahan dan keseimbangan dengan hasil keterampilan menggiring bola pada pemain klub sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar sehingga hipotesis terdapat hubungan kelincahan dan keseimbangan terhadap hasil keterampilan menggiring bola pemain klub sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar diterima dengan nilai kontribusi sebesar 53.73%.

C. Pembahasan

Dalam permainan sepakbola khususnya dalam melakukan teknik menggiring bola faktor kelincahan sangat diperlukan dalam permainan sepakbola, karena sangat memudahkan pemain dalam mengambil posisi yang tepat dan dapat menempatkan bola sesuai sasaran yang diinginkan. kelincahan yang dimaksud disini adalah kelincahan dalam melakukan menggiring bola di mana perkenaan bola dengan kaki tidak terlalu jauh dari jangkauan atau penguasaan sambil menghindari lawan yang hendak merebut bola.

Selain kelincahan faktor keseimbangan juga diperlukan oleh pemain saat menggiring bola, agar saat menggiring bola dengan cepat sambil menghindari lawan pemain tidak terjatuh dan masih dapat mengontrol bola yang digiring. Dalam permainan sepakbola khususnya keterampilan menggiring bola bisa dilihat dari bagaimana seorang pemain sepakbola untuk melakukan gerakan-gerakan yang sulit dan jangkauan serta menempatkan diri untuk mengontrol bola agar tetap dalam penguasaan, dengan demikian dapat diketahui bahwa keseimbangan merupakan salah satu faktor fisik yang juga dibutuhkan oleh seorang pemain bola

Kelincahan dan keseimbangan yang dimiliki oleh pemain bola mempengaruhi keterampilannya dalam menggiring bola, dengan kedua faktor

tersebut keterampilan teknik menggiring bola yang dimiliki oleh seorang pemain dapat menjadi lebih maksimal, oleh karena itu seorang pemain bola harus dapat meningkatkan kondisi fisiknya khususnya unsur kelincahan dan keseimbangan yang dimilikinya agar prestasi pemain dalam bermain bola semakin baik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelincahan seorang pemain memiliki hubungan terhadap kemampuannya dalam menggiring bola sebesar $r_{hitung} = 0,656 > r_{tabel} = 0,497$ dan keseimbangan seorang pemain juga mempengaruhi kemampuannya dalam menggiring bola sebesar $r_{hitung} = 0,566 > r_{tabel} = 0,497$. Sehingga diketahui secara bersamaan kelincahan dan keseimbangan mempunyai hubungan yang signifikan terhadap keterampilan menggiring bola dengan nilai $r_{hitung} = 0,733$ dengan $r_{tabel} = 0,497$. Hubungan tersebut ada sewaktu pemain menggiring bola, ketika pemain bergerak ke kiri dan ke kanan menghindari rintangan sambil menggiring bola yang dikontrol dengan kaki faktor kelincahan dan keseimbangan bekerja secara serempak sehingga menghasilkan gerakan menggiring bola yang dinamis.

Adanya nilai hubungan di atas, menunjukkan bahwa kelincahan memiliki nilai kontribusi sebesar 43.03%, ini menandakan bahwa kelincahan mempunyai kontribusi yang baik terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain klub sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar. Kelincahan akan memaksimalkan kemampuan seorang pemain sewaktu menggiring bola tanpa kehilangan kontrol terhadap bola yang sedang digiring. Sedangkan keseimbangan memiliki nilai kontribusi sebesar 32.04%, ini menandakan bahwa keseimbangan mempunyai kontribusi yang baik terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain klub

sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar keseimbangan akan memaksimalkan kemampuan seorang pemain sewaktu menggiring bola karena dengan dengan keseimbangan yang baik sewaktu menggiring bola, maka gerakan menghindar dapat dilakukan sambil mengontrol bola yang digiring. Kemudian secara bersamaan kedua faktor tersebut yaitu kelincahan dan keseimbangan secara otomatis juga mempunyai kontribusi sebesar 53.73% terhadap keterampilan menggiring bola.

Nilai kontribusi ini cukup besar untuk mempengaruhi keterampilan menggiring bola seseorang, sehingga faktor kelincahan dan keseimbangan ini merupakan faktor penting yang harus dimiliki secara maksimal oleh seorang pemain sepakbola saat melakukan teknik menggiring bola. Selain dari kedua faktor tersebut masih ada faktor lain yang mempengaruhi kemampuan menggiring bola sebesar 46.27% yang juga memiliki peranan penting dalam permainan sepakbola seperti koordinasi mata dan kaki, dengan koordinasi mata dan kaki dan tingkat penguasaan teknik menggiring bola yang dimiliki oleh pemain akan berpengaruh terhadap keterampilan menggiringnya, semakin baik koordinasi mata dan kaki dan tingkat penguasaan teknik menggiring bola oleh pemain, maka akan semakin baik pula kemampuan menggiring bolanya.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat ditarik suatu kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat kontribusi kelincahan terhadap hasil keterampilan menggiring bola pemain klub sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar sebesar 43.03%.
2. Terdapat kontribusi keseimbangan terhadap hasil keterampilan menggiring bola pemain klub sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar sebesar 32.04%.
3. Terdapat kontribusi kelincahan dan keseimbangan terhadap hasil keterampilan menggiring bola pemain klub sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar sebesar 53.73%.

B. Saran

1. Kepada pemain diharapkan lebih giat lagi dalam melakukan latihan fisik, melalui latihan kelincahan dan latihan keseimbangan agar hasil keterampilan menggiring bola dapat terus ditingkatkan.
2. Bagi pelatih Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar, disamping melatih teknik menggiring bola juga diimbangi dengan latihan fisik seperti latihan kelincahan dan latihan-latihan keseimbangan agar kemampuan menggiring bola pemain semakin baik.
3. Kepada pengurus Klub Sepakbola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar untuk memperhatikan kelengkapan sarana dan prasarana latihan, khususnya agar

pemain dapat mengembangkan bakatnya sambil menjaga kondisi fisik yang dimilikinya

4. Kepada peneliti selanjutnya agar meneliti lebih dalam lagi tentang faktor-faktor yang mempengaruhi hasil keterampilan menggiring bola.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

DAFTAR PUSTAKA

- Adam. M. Kontribusi Koordinasi Mata-Kaki Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Club BILOPA Kabupaten Sinjai. *Jurnal ILARA*, Volume I I, Nomor 1, Juni 2011, hlm. 96 –101.
- Ahmad, Adil. Kontribusi Kecepatan, Kelincahan, Dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola PS. ASPURA UNM. *Jurnal ILARA*, Volume I I, Nomor 1, Juni 2011, hlm. 70 – 77.
- Albertus, M. 2015. *Tes dan Pengukuran dalam Olahraga*. Yogyakarta : CV Andi Offset
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Rineka.cipta: Jakarta.
- Arsil. 2010. *Evaluasi Pendidikan Jasmani*. Malang. Wineka Media
- Asep, P. L. P. 2020. Hubungan Kelincahan dan Keseimbangan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain SSB PERSEPAL Padang (doctoral dissertation, Universitas Bung Hatta).
- Gusti, I. Tingkat Kelincahan Calon Mahasiswa Baru Putra Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan IKIP PGRI Bali Tahun 2015. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*. Volume 2 : Hal. 2 – 10, Desember 2015.
- Hasrawandi, Dkk. Pengaruh Keseimbangan Terhadap Kemampuan Sepaksila Sepaktakraw Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. *Jurnal Menssana*. Vol 4, No 2. 2019.
- Imran, M. Kontribusi Antara Kecepatan, Kelincahan Dan Koordinasi Mata-Kaki Dengan Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa MTS Negeri 1 Kotabaru. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, Volume 6 No. 1, Maret 2018.
- Indra, Hubungan Antara Kelincahan Dan Kecepatan Terhadap Hasil Menggiring Bola. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*. Vol 2, No 8, 2013.
- Irawadi, Hendri. 2011. *Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. Padang: Jurusan Kepeleatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan.UNP.
- Ismaryati. 2006. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: UNS Press.

- Jaya, Asmar. 2008. *Futsal; Gaya Hidup, Peraturan dan Tips Permainan*. Yogyakarta: Pustaka Timur
- Kusumawati, Mia. 2015. *Penelitian Penjasorkes Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Luxbacher, Joseph. 2012. *Sepak Bola Edisi Kedua*. Jakarta. Rajawali Pers.
- Malcom, Cook. 2013. *Drills Sepakbola Untuk Siswa Muda Usia 12 – 16 Tahun*. Jakarta: PT. Indeks.
- Mylsidayu, Apta Dkk. 2015. *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Bandung: Alfabeta
- Riduwan. 2005. *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru-Karyawan dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta.
- Sadiqul. Kontribusi Kelincahan Dan Kecepatan Reaksi Kaki Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Klub Himadirga Penjaskesrek Fkip Unsyiah. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Unsyiah*. Volume 2, Nomor 1 : 13 – 25 Februari 2016
- Saputra, R. A. N. 2017. Pengaruh Metode Bagian Terhadap Hasil Latihan Keterampilan Teknik Dribling Sepakbola Peserta Ekstrakurikuler Di Sma Muhammadiyah 7 Yogyakarta Tahun 2016. *Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, volume 6 nomor 1.
- Sugiyono, 2010. *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung: Alfabeta.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional.
- Widiastuti. 2017. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta : PT Bumi Timur Jaya.