KONTRIBUSI KECEPATAN LARI DAN KELINCAHAN TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA CLUB SEPAK BOLA 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

EKO SUWARNO DAMANIK
NPM. 166610479

Pembimbing Utama

Dupri, S.Pd., M.Pd
NIDN. 1001019101

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

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

PENGESAHAN SKRIPSI

KONTRIBUSI KECEPATAN LARI DAN KELINCAHAN TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA CLUB SEPAK BOLA DKI FC TAPUNG KABUPATEN KAMPAR

Dipersiapkan oleh :

Nama	: Eko Suwarno Damanik
NPM	: 166610479
Program Studi	: Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jenjang Studi	: Strata Satu (S1)
Fakultas	: Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Pembimbing Utama

Dupri, S.Pd., M.Pd
NIDN. 1001019101

Mengetahui
Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan 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

Wakil Dekan Bidang Akademik

Dr. Miranti Eka Putri, S.Pd, M.Ed
NIDN. 1005068201

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	: Eko Suwarno Damanik
NPM	: 166610479
Program Studi	: Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jenjang Studi	: Strata Satu (S1)
Fakultas	: Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul skripsi	:Kontribusi Kecepatan Lari dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Sepakbola Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

Disetujui Oleh :

Pembimbing Utama

Dupri, S.Pd., M.Pd
NIDN. 1001019101

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

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

SURAT KETERANGAN

Kami pembimbing skripsi dengan ini menerangkan bahwa yang tersebut di bawah ini :

Nama	: Eko Suwarno Damanik
NPM	: 166610479
Program Studi	: Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jenjang Studi	: Strata Satu (S1)
Fakultas	: Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Telah selesai menyusun Skripsi dengan judul :

"Kontribusi Kecepatan Lari dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Sepakbola Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar"

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

Disetujui Oleh :

Pembimbing Utama

Dupri, S.Pd., M.Pd
NIDN. 1001019101

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

ABSTRAK

Eko Suwarno Damanik, 2021. Kontribusi Kecepatan Lari dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Sepakbola Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar. Adapun jenis penelitian ini adalah korelasi ganda. Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah pemain Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar yang berjumlah 20 orang. Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes kecepatan dengan lari 40 meter, tes kelincahan dengan *dodging run* dan tes kemampuan menggiring bola. Teknik analisa data yang digunakan adalah uji nilai korelasi ganda. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat ditarik suatu kesimpulan sebagai berikut (1) Terdapat kontribusi kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar sebesar 40,32% dengan nilai r_{hitung} = 0,635 ≥ r_{tabel} = 0, 444, (2) Terdapat kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar sebesar 36,12% dengan nilai r_{hitung} = 0,601 ≥ r_{tabel} = 0, 444, (3) Terdapat kontribusi kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar sebesar 51,41% dengan nilai r_{hitung} = 0,717 ≥ r_{tabel} = 0, 444.

Kata Kunci: Kecepatan Lari, Kelincahan, Kemampuan Menggiring Bola

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

ABSTRACT

Eko Suwarno Damanik, 2021. Contribution of running speed and agility to the ability to dribble football at the DKI FC Tapung Football Club, Kabupaten Kampar.

The purpose of this research was to determine the contribution of running speed and agility to the dribbling ability of the DKI FC Tapung Football Club players, Kampar Regency. The type of this research is multiple correlation. The population and sample in this research were 20 players of the DKI FC Tapung Football Club, Kampar Regency. The research instrument used was a speed test with a 40 meter run, agility test with a dodging run and a dribbling ability test. The data analysis technique used is the multiple correlation value test. Based on the results of the research that has been carried out, conclusions can be drawn as follows (1) There is a contribution of running speed to the ability to dribble on the players of the DKI FC Tapung Football Club, Kampar Regency with a value of rcount = 0.635 rtable = 0.444 or 40.32% , (2) There is a agility contribution to the dribbling ability of DKI FC Tapung Football Club players, Kampar Regency with a value of rcount = 0.601 rtable = 0.444 or 36.12%, (3) There is a contribution of running speed and agility to dribbling ability the ball on the DKI FC Tapung Football Club player, Kampar Regency with a value of rcount = 0.717 rtable = 0.444 or 51.41%.

Keywords: Running Speed, Agility, Dribbling Ability

YAYASAN LEMBAGA PENDIDIKAN ISLAM (YLPI) RIAU
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
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

F.A.3.10

KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR
SEMESTER GANJIL TA 2021/2022

NPM : 166610479
Nama Mahasiswa : EKO SUWARNO DAMANIK
Dosen Pembimbing : 1. DUPRI S.Pd., M.Pd 2.
Program Studi : PENDIDIKAN OLAHRAGA (PENJASKESREK)
Judul Tugas Akhir : Kontribusi Kecepatan Lari dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring *Sepakbola Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar*
Judul Tugas Akhir (Bahasa Inggris) : Contribution of running speed and agility to the ability to dribble football at the DKI FC Tapung Football Club, Kabupaten Kampar
Lembar Ke : .....

NO	Hari/Tanggal Bimbingan	Materi Bimbingan	Hasil / Saran Bimbingan	Paraf Dosen Pembimbing
1	07-02-2021	Bab I	Perbaiki latar belakang, dan undang-undang	
2	18-02-2021	Bab I dan Bab II	Perbaiki identifikasi masalah, perbaiki	
3	12-03-2021	Bab III	Perbaiki jenis penelitian, lengkapi instrument	
4	08-04-2021	Seminar Proposal	Ujian seminar proposal	
5	09-11-2021	Bab IV	Perbaiki Deskripsi Data	
6	15-11-2021	Bab IV	Perbaiki Analisa Data	
7	25-11-2021	Lampiran	Lengkapi Dokumentasi dan Abstrak	
8	29-11-2021	Acc Skripsi	Perbaiki pembahasan	

Pekanbaru, 16 Desember 2021.
Wakil Dekan Bidang Akademik

MTY2NJEWNDC5

(Dr. Miranti Eka Putri, S.Pd., M.Ed)
NIDN. 1005068201

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 kopiannya dilampirkan pada skripsi.
6. Jika jumlah pertemuan pada kartu bimbingan tidak cukup dalam satu halaman, kartu bimbingan ini dapat di download kembali melalui SIKAD

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	: Eko Suwarno Damanik
NPM	: 166610479
Program Studi	: Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jenjang Studi	: Strata Satu (S1)
Fakultas	: Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi	: Kontribusi Kecepatan Lari dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Club *Sepak Bola 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, November 2021
Penulis,

Eko Suwarno Damanik
NPM. 166610479

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT, atas segala rahmat dan karuniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini, dengan judul "**Kontribusi Kecepatan Lari dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Sepakbola Pada Club Sepak Bola 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 membatu penyelesaian skripsi yaitu :

1. Bapak Dupri, S.Pd., M.Pd selaku Pembimbing Utama yang telah banyak memberi masukan dan saran dalam penyelesaian penulisan skripsi ini.
2. Ibu Leni Apriani, S.Pd., M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
3. Bapak Dr. Raffly Henjilito, S.Pd., M.Pd sebagai Sekretaris Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Islam Riau

4. Bapak/ Ibu Dosen Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau yang telah memberikan pengajaran dan berbagai displin Ilmu kepada peneliti selama peneliti belajar di Universitas Islam Riau.
5. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
6. Staf tata usaha Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
7. Kedua orang tua yang terus memberikan do'a yang tulus dan semangat sehingga penulis selalu berada dalam lindunganNya.
8. Teman-teman di Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.

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 ya Robbal Alamin.

Pekanbaru, November 2021

Penulis

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

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 xii
DAFTAR GRAFIK xiv
DAFTAR LAMPIRAN xv

BAB I. PENDAHULUAN 1

A. Latar Belakang Masalah 1
B. Identifikasi Masalah 5
C. Pembatasan Masalah 5
D. Perumusan Masalah 6
E. Tujuan Penelitian 6
F. Manfaat Penelitian 7

BAB II. KAJIAN TEORI 8

A. Landasan Teori 8
   1. Hakikat Kecepatan 8
      a. Pengertian Kecepatan 8
      b. Faktor Yang Mempengaruhi Kecepatan 11
   2. Hakikat Kelincahan 12
      a. Pengertian Kelincahan 12
      b. Faktor Yang Mempengaruhi Kelincahan 14
   3. Hakikat Menggiring Sepakbola 16
      a. Pengertian Menggiring Sepakbola 16
      b. Teknik Menggiring Sepakbola 18

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

B. Kerangka Pemikiran 21
C. Hipotesis Penelitian 22
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN 23
A. Jenis Penelitian 23
B. Populasi dan Sampel 24
C. Defenisi Operasional 24
D. Pengembangan Instrumen 25
E. Teknik Pengumpulan Data 29
F. Teknik Analisa Data 30
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 33
A. Deskripsi Data 33
1. Kecepatan (X_1) Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar 33
2. Kelincahan (X_2) Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar 35
3. Kemampuan Menggiring Sepakbola (Y) Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar 36
B. Analisa Data 38
1. Nilai Korelasi X1 ke Y (Kecepatan Dengan Hasil Menggiring Sepakbola) 38
2. Nilai Korelasi X2 ke Y (Kelincahan Dengan Hasil Menggiring Sepakbola) 38
3. Nilai Korelasi X1 dan X2 Ke Y (Kecepatan Lari dan Kelincahan Dengan Hasil Menggiring Bola) 39
C. Pembahasan 40
1. Terdapat Kontribusi Kecepatan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar 40
2. Tidak Terdapat Kontribusi Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar 41

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

3. Terdapat Kontribusi Kecepatan Lari dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Sepakbola Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar..... 41
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN 43
A. Kesimpulan 43
B. Saran 43
DAFTAR PUSTAKA 45

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

DAFTAR TABEL

Halaman

1. Populasi Penelitian Pemain Yang Mengikuti Pembinaan Olahraga Sepakbola di Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar 24
2. Distribusi Frekuensi Kecepatan (X_1) Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar 34
3. Distribusi Frekuensi Kelincahan (X_2) Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar 35
4. Distribusi Frekuensi Hasil Menggiring Bola (Y) Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar..... 37

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

DAFTAR GAMBAR

Halaman

1. Teknik Menggiring Bola 20
2. Desain Penelitian Hubungan Timbal Balik Tiga Variabel 23
3. Lapangan Tes Lari Berkelok (*Dodging Run*) 27
4. Lapangan dan Jalur Tes Menggiring Bola 29

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

DAFTAR GRAFIK

Halaman

1. Histogram Sebaran Data Kelincahan (X_2) Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar..... 34
2. Histogram Sebaran Data Kelincahan (X_2) Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar..... 36
3. Histogram Frekuensi Skor Variabel Y Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar 37

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

1. Tabel Data Hasil Tes Kecepatan Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar 48
2. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Kecepatan Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar 49
3. Tabel Data Hasil Tes Kelincahan Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar 50
4. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Kelincahan Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar 51
5. Tabel Data Hasil Tes Menggiring Sepakbola Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar 52
6. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Menggiring Sepakbola Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar 53
7. Korelasi X1 (Kecepatan) ke Y (Hasil Menggiring Sepakbola) Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar 54
8. Korelasi X2 (Kelincahan) ke Y (Hasil Menggiring Sepakbola) Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar 56
9. Korelasi X1 ke X2 Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar 58
10. Korelasi X1 (Kecepatan) dan , X2 (Kelincahan) Terhadap Y (Kemampuan Menggiring Sepakbola) Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar 60
11. R tabel 62
12. Dokumentasi Penelitian 63

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan salah satu aktivitas fisik maupun psikis seseorang yang berguna untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan seseorang. Peningkatan taraf hidup, kesenjangan sosial serta bertujuan unyuk mencapai prestasi yang setinggi-tingginya. Semua tergantung kepada setiap orang yang menetapkan tujuan untuk berolahtaga dalam kehidupannya. Olahraga tidak hanya melibatkan aspek fisik saja dalam pelaksanaan didukung oleh aspek-aspek lain yang terintegrasi secara seimbang dan saling mendukung kegiatan jasmani yang dilakukan dalam olahraga adalah aktivitas fisik yang unik. Pemerintah mengupayakan pembinaan formal maupun non formal agar terjadi pemerataan terhadap akses terhadap olahraga.

Seiring dengan Undang-undang Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional yaitu pada pasal 25 ayat (6) yang berisi “Untuk menumbuhkembangkan prestasi olahraga di Lembaga Pendidikan, pada setiap jalur pendidikan dapat dibentuk unit kegiatan olahraga, kelas olahraga, pusat pembinaan dan pelatihan, sekolah olahraga, serta diselenggarakannya kompetisi olahraga yang berjenjang dan berkelanjutan”.

Dari undang-undang tersebut diketahui bahwa pemerintah sangat mendukung semua kegiatan yang dilakukan oleh lembaga pendidikan guna menciptakan bangsa yang berprestasi. Selain itu olahraga juga dapat membuat tubuh seseorang menjadi sehat jasmani dan rohani yang akhirnya akan

membentuk manusia yang berkualitas. Mengingat pentingnya peranan olahraga dalam kehidupan manusia, juga dalam usaha ikut serta memajukan manusia Indonesia berkualitas, maka pemerintah Indonesia mengadakan pembinaan dan pengembangan di bidang olahraga, seperti mengadakan pertandingan-pertandingan olahraga yang biasanya diikuti oleh para olahragawan.

Adapun usaha yang telah dilakukan pemerintah dalam usaha memasyarakatkan olahraga dan meningkatkan prestasi olahraga diantaranya melaksanakan olahraga di sekolah-sekolah atau di masyarakat dengan mengadakan pertandingan dan perlombaan antar sekolah atau penyelenggaraannya dilaksanakan di tengah-tengah masyarakat.

Untuk siswa yang memiliki bakat dan kemampuan dalam bidang tertentu sekolah menyediakan kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan ini dapat dijadikan sebagai wadah bagi siswa yang memiliki minat dan bakat dalam berolahraga khususnya olahraga sepakbola. Melalui bimbingan dan pelatihan guru, kegiatan ekstrakurikuler sepakbola dapat menjadi sarana bagi siswa untuk membentuk sikap positif dan mengembangkan keterampilan sepakbola yang dimiliki.

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang mendapat perhatian dari pemerintah. Salah satu usaha yang sudah dilakukan adalah pembinaan sepak bola sejak dini melalui sekolah-sekolah sepakbola. Sepakbola adalah olahraga yang dilakukan dengan beregu, dimana setiap regunya terdiri dari 11 orang, dalam sepakbola terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain, di antaranya yaitu *passing* dan *stopping* bola, menggiring bola atau menggiring, menyundul bola atau *heading* serta menembak atau *shooting*.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Kesemua teknik dasar ini harus dikuasai secara menyeluruh oleh para pemain sehingga dengan kemampuan teknik dasar yang baik yang digabungkan dengan kerja sama team maka prestasi dapat diraih.

Pada penelitian ini penulis mengkhususkan kajian hanya pada teknik menggiring bola, dimana menggiring bola merupakan gerakan lari sambil mendorong bola menggunakan bagian kaki agar terus bergulir di atas tanah. Faktor yang mendukung hasil menggiring bola adalah kelincahan seorang pemain yang maksimal, dengan kelincahan pemain dapat dengan mudah mengecoh lawan yang hendak merebut bola yang digiring. Unsur fisik lainnya yang mempengaruhi hasil menggiring bola seperti kelincahan, selain itu koordinasi gerak yang baik juga dapat membuat gerakan menggiring bola menjadi lebih dinamis. Hasil menggiring bola juga dipengaruhi oleh kecepatan, dengan kecepatan yang maksimal pemain dapat menggiring bola dengan cepat meninggalkan lawan yang terkecoh. Selain itu faktor kelenturan juga berpengaruh terhadap hasil menggiring bola, karena kelentukan yang baik akan memudahkan pemain dalam meliuk, menerapkan taktik mengecoh sehingga bola yang hendak direbut dapat terus dikuasai dan digiring.

Dari banyaknya faktor yang mempengaruhi hasil menggiring bola faktor pendukung yang paling penting adalah kecepatan lari dan kelincahan, dimana kecepatan berguna sewaktu siswa menggiring bola sehingga bisa terlepas dari kejaran lawan dan kelincahan merupakan kemampuan seseorang untuk mengubah arah gerak tubuh dengan cepat. Agar bola yang digiring tidak mudah untuk direbut lawan maka pemain harus memiliki kecepatan lari dan kelincahan yang

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

maksimal, sehingga dapat dengan mudah mengarahkan bola yang digiring sambil bergerak mengecoh lawan yang hendak merebut bola.

Namun berdasarkan hasil pengamatan yang telah penulis lakukan terhadap Pemain Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar terlihat bahwa masih ada kekurangan pemain dalam hal menggiring bola seperti masih ada pemain yang kecepatannya dalam menggiring bola masih lambat, gerakan pemain saat menghindari lawan yang hendak merebut bola terlihat kurang lincah, terkadang masih ada pemain yang tidak dapat mengontrol bola dengan baik saat menggiring bola sehingga bola sering terlepas dari kontrol kaki pemain. Perkenaan bola pada punggung kaki saat menggiring bola kurang tepat sehingga arah bola yang digiring tidak sesuai dengan keinginan. Hal tersebut disebabkan oleh kecepatan lari dan kelincahan pemain yang tidak maksimal sehingga bola yang digiring mudah direbut oleh lawan. Selain itu kelentukan dan koordinasi gerak pemain masih belum maksimal, masih ada pemain yang terlihat kaku saat menggiring bola sehingga gerakannya dengan mudah diprediksi oleh lawan.

Dari hasil observasi tersebut maka untuk memaksimalkan keterampilan pemain dalam menggiring bola dapat ditinjau dahulu dari segi kondisi fisik pemain khususnya pada kecepatan lari dan kelincahan, seberapa besar kontribusi dari faktor tersebut sehingga pelatih dapat menggunakannya sebagai landasan untuk memberikan seberapa kuantitas latihan fisik yang harus diberikan. Agar tidak meluasnya permasalahan, maka peneliti mengajukan suatu penelitian dengan judul "**Kontribusi Kecepatan Lari dan Kelincahan Terhadap Kemampuan**

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Menggiring Sepakbola Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar".

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Masih ada kekurangan pemain dalam hal menggiring bola seperti masih ada pemain yang kecepatannya dalam menggiring bola masih lambat,
2. Gerakan pemain saat menghindari lawan yang hendak merebut bola terlihat kurang lincah,
3. Masih ada pemain yang tidak dapat mengontrol bola dengan baik saat menggiring bola sehingga bola sering terlepas dari kontrol kaki pemain.
4. Perkenaan bola pada punggung kaki saat menggiring bola kurang tepat sehingga arah bola yang digiring tidak sesuai dengan keinginan.
5. Kecepatan dan kelincahan pemain yang tidak maksimal sehingga bola yang digiring mudah direbut oleh lawan.
6. Kelentukan dan koordinasi gerak pemain masih belum maksimal, masih ada pemain yang terlihat kaku saat menggiring bola sehingga gerakannya dengan mudah diprediksi oleh lawan.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat terbatasnya waktu, dan tenaga, agar penelitian ini lebih terarah dan lebih spesifik maka penulis membatasi masalah pada :

1. Kontribusi kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

2. Kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.
3. Kontribusi kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan maka penelitian ini dapat dirumuskan pada :

1. Apakah terdapat kontribusi kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar?
2. Apakah terdapat kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar?
3. Apakah terdapat kontribusi kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang telah di uraiakan di atas, maka tujuan yang hendak dicapai pada penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui kontribusi kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.
2. Untuk mengetahui kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

3. Untuk mengetahui kontribusi kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.

F. Manfaat Penelitian

Adapun penelitian yang akan dilaksanakan ini juga bermanfaat untuk:

1. Mengembangkan kemampuan menggiring bola yang dimiliki oleh Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar
2. Pelatih, sebagai bahan evaluasi keterampilan yang dimiliki oleh Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar dalam hal menggiring bola, sehingga pelatih dapat mengembangkan latihan yang tepat untuk diberikan kepada para pemainnya.
3. menjadi pemacu semangat guna meningkatkan prestasi Klub yang dibinanya.
4. Sebagai sumbangan bacaan bagi mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau.
5. Untuk memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Universitas Islam Riau.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Landasan Teori

1. Hakikat Kecepatan Lari

a. Pengertian Kecepatan Lari

Kecepatan adalah kemampuan bergerak secara berturut-turut untuk menempuh suatu jarak dalam satu selang waktu. Pada jarak tempuh yang sama, semakin singkat waktu tempuh, kecepatan yang di hasilkan akan semakin baik. Dalam melatih kecepatan perlu di sertai dengan latihan untuk meningkatkan kelenturan, kekuatan, dan daya tahan. Menurut Irawadi (2011:62) Kecepatan (*speed*) diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam berpindah tempat dari satu titik ke titik yang lainnya dalam waktu yang sesingkat singkatnya. Selanjutnya hal senada dikemukakan oleh Bompa dalam Irawadi (2011:62) bahwa kecepatan merupakan kemampuan untuk menyelesaikan suatu jarak tertentu dengan cepat. Perpindahan tempat bisa berupa perpindahan tubuh secara keseluruhan, bisa juga berupa perpindahan sebagian tubuh. Kecepatan berkaitan dengan waktu, frekuensi gerak, dan jarak perpindahan.

Kecepatan merupakan salah satu kemampuan biomotorik (unsur kondisi fisik) yang sangat panting dalam olahraga. Banyak sekali aktifitas dalam olahraga yang mesti dilakukan dengan cepat. Misalnya: Seorang pelari *sprint* akan unggul dari lawannya kalau ia punya kecepatan yang tinggi. Pemain sepakbola akan bisa melewati mendahului lawannya dalam mengejar atau menguasai bola jika ia memiliki kecepatan. Seorang petenis akan mampu mengembalikan (memukul)

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

bola cepat dan jauh yang dipukul oleh lawannya, jika ia mampu bergerak dengan cepat untuk mengatur posisi pukul. Begitu juga seorang pesilat atau petinju akan mampu mclakukar. serangan jika ia punya kecepatan, dan sebaliknya la akan mampu mengelak Bari serangan lawan jika ia punya kecepatan untuk bereaksi.

Menurut Imran (2018:100) Kecepatan adalah kemampuan untuk menempuh jarak tertentu, terutama jarak pendek, dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Kecepatan dipengaruhi oleh reaksi, yaitu waktu mulai mendengar aba-aba sampai gerak pertama dilakukan, maupun waktu gerak, yaitu waktu yang dipakai untuk menempuh jarak. Waktu reaksi tergantung pada proses ransangan syaraf pendengaran dan syaraf perintah.

Dalam Syafruddin (2011:86-87) Salah satu elemen kondisi fisik yang sangat penting adalah kecepatan (*speed*). Kecepatan merupakan kemampuan untuk menyelesaikan suatu jarak tertentu dengan cepat. Secara fisiologis, kecepatan diartikan sebagai kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan dalam satu satuan waktu tertentu: yang ditentukan oleh fleksibilitas tubuh, proses sistem persarafan dan kemampuan otot, sedangkan menurut Ilmu fisika, kecepatan dapat diartikan sebagai jarak dibagi waktu, dan basil dari pengaruh kekuatan terhadap tubuh yang bergerak dirnana kekuatan dapat mempercepat gerakan tubuh.

Menurut Pratama (2015:75) Untuk menjadi pemain sepakbola diperlukan kondisi fisik yang optimal supaya dapat bermain sepakbola dengan baik dan benar.Kondisi fisik adalah salah satu prasyarat yang sangat diperlukan dalam setiap usaha peningkatan prestasi seorang atlit, bahkan dapat dikatakan dasar landasan titik tolak suatu awalan olahraga prestasi.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Menurut Kurniawan (2020:30) Sewaktu seorang menggiring bola faktor pendukung yang paling penting adalah kecepatan lari dan kelincahan , dimana kelincahan merupakan kemampuan seseorang untuk mengubah arah gerak tubuh dengan cepat, dan kecepatan akan meningkatkan keterampilan teknik dalam menggiring bola. Agar bola yang digiring tidak mudah untuk direbut lawan maka pemain harus memiliki kecepatan lari dan kelincahan yang maksimal, sehingga dapat dengan mudah mengarahkan bola yang digiring sambil bergerak dengan cepat mengecoh lawan yang hendak merebut bola.

Kecepatan sangat tergantung dari kekuatan (langsung) karena tanpa kekuatan, kecepatan tidak dapat dikembangkan. jika seorang atlet ingin mengembangkan kecepatan maksimalnya maka ia juga harus mengembangkan kekuatannya. Hal ini disebabkan kemampuan kecepatan yang diperoleh sangat tergantung dari *impuls* (dorongan) kekuatan dan merupakan produk dari masa tubuh dan kecepatan tubuh itu sendiri.

Menurut Akmal (2019:1201) kecepatan merupakan kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakanyang sama atau tidak dalam satuan waktu tertentu yang ditentukan oleh fleksibelitas tubuh, sistem persyarafan, dan kemampuan otot. Pada cabang olahraga sepakbola, untuk menghasilkan kecepatan yang baik yang dapat mempermudah penguasaan bola serta efektif dan efisien di dalam *dribbling* bola.

Dari penjelasan di atas dapat dipahami bahwa kecepatan yang dimiliki oleh seseorang dapat dikebambangkan melalui kekuatan yang dimilikinya, kecepatan yang maksimal akan dapat dicapai apabila ia dapat mengerahkan

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

kekuatan yang berasal dari tubuhnya semaksimal mungkin sehingga menghasilkan kemampuan bergerak yang cepat.

b. Faktor yang Mempengaruhi Kecepatan

Kecepatan (*speed*) merupakan salah satu elemen kondisi fisik yang tidak hanya sulit ditingkatkan, akan tetapi juga membutuhkan proses latihan, yang lama dan selain dari itu sulit dipertahankan jika telah mencapai prestasi puncak. Hal ini disebabkan oleh karena banyaknya faktor yang mempengaruhi prestasi kecepatan seseorang atau atlet. Kemampuan kecepatan dibatasi oleh faktor sebagai berikut (Syafruddin, 2011:133):

> 1) Kekuatan otot, sebagaimana dikemukakan sebelumnya bahwa kemampuan kecepatan tidak bisa berkembang tanpa kekuatan otot yang memadai, karena kekuatan otot merupakan suatu prasyaratan mutlak dari kecepatan gerakan, 2) Viskositas otot yaitu perkembangan/peningkatan kecepatan gerakan yang dapat dicapai secara maksimal berpengaruh negatif ketika otot dalam keadaan dingin dengan viskositas yang tinggi, 3) Kecepatan reaksi yaitu kecepatan reaksi atau kemampuan reaksi merupakan kemampuan seseorang menjawab/merespon suatu signal (stimulus) dengan kecepatan tinggi, 4) Kecepatan kontraksi yaitu kecepatan kontraksi berhubungan dengan struktur dan kemampuan otot secara fisiologis, karena kecepatan kontraksi lebih ditentukan oleh jenis serabut otot putih/cepat (*fast twitch*) dibanding jenis serabut otot merah/lambat (*slow twitch*), 5) Koordinasi yaitu koordinasi di sini dimaksudkan adalah kerja sama atau saling pengaruh antara sistem persyarafan pusat (*Central Nervous System*, disingkat CNS) dan otot yang bekerja, yang sangat berpengaruh terhadap kecepatan gerakan, 6) Ciri–ciri Anthropometri yaitu ciri-ciri bangunan tubuh manusia seperti perbandingan panjang tungkai dengan badan, dan panjang lengan memegang peranan penting dalam meningkatkan kecepatan, akan tetapi tidak bisa dilatih, 7) Dayatahan anaerobik umum atau daya tahan kecepatan yaitu dayatahan kecepatan menentukan kesanggupan seseorang mengatasi kerja intensif selama 20-30 detik.

Dari kutipan di atas dapat dipahami bahwa dalam menciptakan gerakan yang cepat maka hal itu tergantung pada kekuatan otot, viskositas otot, kecepatan reaksi, kecepatan kontraksi, koordinasi serta memiliki ciri–ciri Anthropometri

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

yaitu ciri-ciri bangunan tubuh manusia. Dari faktor pendukung tersebut timbulkan kemampuan gerak yang cukup untuk menyelesai suatu gerakan yang diinginkan dengan cepat.

2. Hakikat Kelincahan

a. Pengertian Kelincahan

Kelincahan sering dapat kita amati dalam situasi permainan sepak bola, misalnya seorang pemain yang tergelincir dan jatuh di lapangan, namun masih dapat menguasai bola dan mengoperkan bola tersebut dengan tepat kepada temannya. Sebaliknya, seorang pemain yang kurang lincah mengalami situasi yang sama tidak saja tidak mampu menguasai bola, namun kemungkinan justru mengalami cedera karena jatuh. Menurut Sidik (2019:103) Kelincahan adalah kemampuan gerak maksimal seseorang dalam mengubah arah dan posisi tubuhnya secara cepat dan tepat pada waktu bergerak sesuai dengan situasi yang dihadapinya, tanpa kehilangan keseimbangan tubuhnya.

Dari kutipan di atas diketahui bahwa kelincahan merupakan kemampuan untuk mengubah arah secara cepat tanpa menimbulkan gangguan pada keseimbangan. Seseorang dikatakan memiliki kelincahan jika dapat bergerak secara cepat sekaligus dapat mengubah arah secara cepat pula tanpa terganggu keseimbangannya. Beberapa orang dapat bergerak secara cepat tetapi mereka tidak dapat melakukan perubahan arah geraknya secara cepat, yang demikian tidak dapat dikatakan bahwa orang tersebut lincah.

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

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

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

Menurut Adil (2011:71) kelincahan adalah 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.

Kemudian menurut Huda (2019:454) Kelincahan adalah kemampuan tubuh seseorang bergerak dengan cepat dari satu tempat ke tempat yang lain tanpa kehilangan keseimbangan. Apabila pemain sepakbola memiliki kelincahan dengan baik, diduga dapat membantu dalam peningkatan kemampuan menggiring bola. Sebaliknya, apabila kelincahan yang dimiliki tidak baik, diduga akan mempengaruhi kemampuan menggiring bola pemain dan dikhawatirkan akan lebih memperburuk keadaan kualitas kemampuan menggiring bola pemain, sehingga ide permainan sepakbola tidak dapat terlaksana.

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 Sidik (2019:103) istilah agility atau nimbleness sering diterjemahkan dengan kata kelincahan, ketangkasan, atau kegesitan, seperti

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

dikemukakan oleh beberapa ahli, kelincahan adalah kemampuan bergerak secara maksimal dengan mengubah arah tanpa kehilangan keseimbangan dalam merespons suatu ransangan.

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.

Dari kutipan di atas dapat dipahami bahwak kelincahan yang baik merupakan keterampilan bergerakan seseorang atau keterampilan lokomotor seseorang dalam bergerak, mengubah arah dengan cepat dan mempertahankan kecepatan yang dimilikinya tanpa merasa kesulitan ataupun kehilangan arah yang telah ditentukan.

b. Faktor Yang Mempengaruhi Kelincahan

Menurut Sidik (2019:106) berkenaan dengan pembinaan kondisi fisik atlet untuk meningkatkan kelincahan diperlukan kualitas gerak yang baik. Oleh karena itu, perlu diperhatikan pula dalam melatih kelincahan yaitu kekuatan otot, kecepatan gerak, luas pergerakan sendi, koordinasi dan keseimbangan tubuh. Dalam arti mengembangkan kelincahan tidak cukup berlatih kelincahan saja, tetapi perlu juga melatih komponen pendukung lainnya.

Menurut Irawadi (2014:194) mengatakan bahwa kelincahan termasuk salah satu unsur kondisi fisik khusus, yang merupakan gabungan dari unsur

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

kekuatan, kecepatan dan kelenturan. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa kelincahan dipengaruhi oleh (1) sistem saraf pusat, (2) kekuatan otot, (3) bentuk, jenis otot, dan keluasan gerak sendi, (4) tingkat elastisitas otot dan keluasan gerak sendi, (5) koordinasi intermuskular, (6) koordinasi intramuskular, (7) kelelahan, (8) jenis kelamin dan (9) suhu otot.

Menurut Warti (2016:47) Kelincahan dan kecepatan merupakan bagian dari komponen kondisi fisik yang juga ikut memegang peran dalam usaha meningkatkan prestasi pemain sepakbola. Kelincahan pemain perlu ditingkatkan terutama dalam melakukan teknik dasar mengiring bola sangat dibutuhkan dalam melakukan kemampuan menggiring bola. Sebab, idealnya apabila seorang pemain memiliki kelincahan yang baik, apabila menggiring bola tersebut dilakukan dengan kaki dalam, kaki bagian atas dan kaki bagian luar. Di samping itu, dengan Kelincahan yang baik dalam melakukan menggiring bola dapat berguna untuk melewati atau menipu lawan dengan gerakan badan yang lincah.

Dari keterangan di atas dapat digambarkan bahwa kelincahan merupakan kemampuan bergerak berubah arah dan posisi tergantung pada situasi dan kondisi sistem saraf pusat, kekuatan otot, bentuk, jenis otot, dan keluasan gerak sendi, tingkat elastisitas otot dan keluasan gerak sendi, koordinasi intermuskular, koordinasi intramuskular, kelelahan, jenis kelamin dan suhu otot. Kelincahan ini sangat dibutuhkan oleh seseorang dalam segenap kegiatan olahraga baik guna mencapai prestasi secara maksimal.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

3. Hakikat Menggiring Sepakbola

a. Pengertian Menggiring Sepakbola

Sepakbola merupakan permainan olahraga yang sangat digemari masyarakat. Sepakbola merupakan permainan yang sangat digemari masyarakat,oleh sebab itu, permainan ini merupakan olahraga rakyat. Pembelajaran sepakbola di sekolah dapat diberikan meskipun tidak tersedia lapangan yang luas.

Salah satu teknik dalam permainan sepakbola adalah teknik menggiring bola, menurut Sapulete (2012:109) menyebutkan mengiring bola merupakan salah satu teknik dasar yang sangat penting dalam permainan sepakbola. 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.

Menurut Mappaompo (2011:97) Keterampilan menggiring bola dalan cabang olahraga sepakbola harus dikuasai oleh setiap pemain khususnya posisi penyerang, karena merupakan senjata ampuh dalam upaya menyusun serangan ke daerah atau gawan lawan. 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.

Menurut Hidayat (2017:30) menggiring bola merupakan kegiatan mengontrol pergerakan bola dengan menggunakan kaki, baik pemain itu sedang

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

berdiri, berlari, bergerak atau ketika hendak melakukan operan kepada pemain lainnya, dengan menggiring bola, maka pemain bisa melindungi bola tersebut dari sergapan pemain lawan.

Mariyono (2017:67) Menggiring bola (*dribbling*) memililiki tujuan yaitu untuk membangun serangan, melindungi bola dari lawan, untuk membebaskan diri dari kawalan lawan, untuk melewati lawan, untuk melewati daerah bebas dan membuka ruang untuk dapat melakukan operan atau tembakan (*shooting*) pada saat pertandingan.

Sadiqul (2016:14) Menggiring bola merupakan teknik menendang terputus-putus atau pelan-pelan oleh karena itu bagian kaki yang dipergunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang dipergunakan untuk menendang bola. Menggiring bola adalah komponen penting dalam sepakbola untuk mengecoh lawan atau melewati lawan.

Dari kutipan di atas maka 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.

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.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Sari (2018:104) Kegunaan kemampuan menggiring bola sangat besar untuk membantu penyerangan untuk menembus pertahanan lawan. Menggiring berguna untuk mengontrol bola dan menguasainya sampai seorang rekan satu tim bebas dan memberikannya dalam posisi yang lebih baik. Menggiring bola adalah gerakan berlari menggunakan kaki mendorong bola sehingga adanya perpindahan bola dari suatu tempat ketempat lain, kedua kaki ikut aktif dengan tendangan yang berulang-ulang dengan menyentuh bola dan bola selalu dalam penguasaan merupakan salah satu persyaratan yang harus dimiliki untuk menjadi pemain sepakbola yang berprestasi. Menggiring bola dengan baik ditunjang oleh beberapa faktor diantaranya adalah kecepatan lari dan kelincahan.

Kegunaan hasil menggiring bola sangat besar untuk membantu penyerangan untuk menembus pertahanan lawan. Menggiring berguna untuk mengontrol bola dan menguasainya sampai seorang rekan satu tim bebas dan memberikannya dalam posisi yang lebih baik.

b. Teknik Menggiring Bola

Teknik menggiring atau menggiring bola (menggiring) terdiri dari : (1) menggiring bola dengan kaki muka penuh, (2) menggiring bola dengan kaki bagian dalam dari kura-kura kaki, dan (3) menggiring bola dengan kaki bagian dalam atau bagian luar.

Hidayat (2017:31) teknik menggiring bola dilakukan dengan usahakan bola untuk selalu dekat dengan kaki, dengan demikian pemain tidak akan kesulitan dalam mengejar laju bola, jarak ideal antara bola dan kaki adalah satu langkah. Dengan memberi jarak ini, akan membantu pemain dalam memperoleh

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

kecepatan saat melakukan gerakan berlari. Ketika berlari, usahakan posisi kepala tetap tegak, dan pandangan lurus ke depan atau melihat ke sekeliling guna mencari posisi kawan, hindari melihat ke arah bola, karena akan menyulitkan pemain hendak melakukan operan atau tendangan.

Menurut Maifa (2018:83) Teknik menggiring bola memiliki kegunaan untuk melewati lawan, mencari kesempatan memberikan bola umpan kepada teman dengan tepat dan untuk menahan bola tetap dalam penguasaan, menyelamatkan bola apabila tidak terdapat kemungkinan atau kesempatan untuk dengan segera memberikan operan kepada teman.

Menurut Supriadi (2015:1) Menggiring bola yang dilakukan disesuaikan dengan situasi dilapangan, bisa dilakukan lambat guna untuk mengontrol bola dari jangkauan lawan, dan menggiring bola juga bisa dilakukan dengan cepat guna melakukan penetrasi kedaerah lapangan lawan. Menggiring bola yang dilakukan dengan cepat biasanya dilakukan apabila seorang pemain mencoba melepaskan diri dan mendapatkan peluang untuk mendekati gawang lawan.

Menurut Luxbacher (2012:47) "Penggiringan bola dalam sepakbola memliki fungsi yang sama dengan bola basket yaitu memungkinkan pemain untuk memperankan bola saat berlari melintasi lawan atau maju ke ruang yang terbuka. Pemain dapat menggunakan berbagai bagian kaki *inside, outside, instep*, telapak kaki) untuk mengontrol bola sambil terus menggiring bola".

Menurut Supriadi (2015:2) Dengan penguasaan teknik menggiring bola suatu kesebelasan akan mudah melakukan penyerangan ke daerah lapangan lawan untuk dapat menciptakan gol. Komponen-komponen teknik menggiring bola yang

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

mesti dikuasai oleh setiap pemain sepakbola agar memperoleh hasil kita melakukan serangan, terdiri dari : (a) awalan, (b) sentuhan bola, (c) langkah kaki, (d) sikap badan, (e) gerak lanjutan. Komponen tersebut merupakan suatu keharusan bagi setiap pemain bila ingin menguasai dan meningkatkan kemampuan menggiring bola

Kemudian menurut Luxbacher (2012:49) teknik menggiring bola dengan cepat menggunakan punggung kaki 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 1. Teknik Menggiring Bola
(Sucipto dkk, 2000:30)

Dari kutipan di atas diketahui bahwa teknik dalam bermain sepakbola cukup banyak dan sebaiknya harus dipelajari dan dikuasai agar menjadi pemain

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

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.

B. Kerangka Pemikiran

Kecepatan juga diperlukan disaat menggiring bola, bola yang bergulir di tanah akan menjauh dari penggiring bola, sehingga dengan kecepatan yang dimiliki seorang pemain bola juga dapat terus menguasai arah bola dan menghindari lawan dengan cepat, sehingga pemain bola dapat mendekati gawang lawan untuk melakukan tendangan akhir. Serta kecepatan juga digunakan untuk mengejar bola yang digiring oleh lawan dan berusaha merebut bola sampai bola dapat dikuasai.

Kemudian kelincahan yang dimiliki seorang pemain bola sangat berguna disaat menggiring bola, dimana bola yang digiring akan melaju dengan cepat dihadapan penggiring dan sering berubah arah karena tendangan kaki penggiring, sehingga dengan kelincahan yang dimiliki pemain bola tersebut dapat mengontrol bola tanpa kehilangan bola yang digiring.

Berdasarkan uraian dan gambaran di atas, diperoleh kerangka pemikiran bahwa kecepatan lari dan kelincahan memiliki peranan yang sangat penting saat menggiring bola karena pemain bola dituntut untuk berlari dengan lincah dan cepat sambil membawa bola dan menghindari lawan. Sehingga kecepatan lari dan kelincahan dapat dikatakan berhubungan dengan hasil menggiring bola. Dengan demikian dapat diasumsikan bahwa semakin baik kecepatan lari dan kelincahan seorang pemain maka semakin baik pula hasil menggiring bolanya.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

C. Hipotesis Penelitian

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

1. Terdapat kontribusi kecepatan terhadap kemampuan menggiring bola pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.
2. Terdapat kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.
3. Terdapat kontribusi kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.

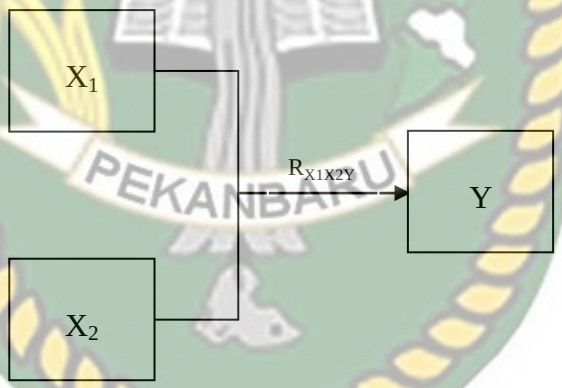
Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Rancangan dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan rancangan penelitian korelasional. Rancangan penelitian korelasional 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 kecepatan, variabel X_2 adalah kelincahan dan variabel Y adalah hasil menggiring bola. Menurut Kusumawati (2015:35) desain penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2. Desain Penelitian Hubungan Timbal Balik Tiga Variabel

X_1 = variabel bebas (kecepatan lari)
X_2 = variabel bebas (kelincahan)
Y = variabel terikat (hasil menggiring bola)

Dari desain penelitian di atas dapat diketahui bahwa penelitian yang akan dilakukan ini dimulai dengan mengkaji secara ilmiah seberapa besar kontribusi dari X1 ke Y, kemudian dilanjutkan dengan mengkaji seberapa besar kontribusi dari X2 ke Y serta jika secara bersamaan kedua variabel tersebut apakah memiliki kontribusi terhadap variabel Y.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Kusumawati (2015:93) yang dimaksud dengan populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah Pemain Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar yang berjumlah 20 orang. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat ditabel berikut ini:

Tabel 1. Populasi Penelitian Pemain Yang Mengikuti Pembinaan Olahraga Sepakbola di Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

No	Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar
1	**20 orang Pemain**

Sumber: Pelatih Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

2. Sampel

Menurut Kusumawati (2015:94) yang disebut dengan sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Cara pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling*. sehingga jumlah sampel pada penelitian ini adalah 20 orang.

C. Defenisi Operasional

Untuk menghindari salah pengertian terhadap judul penelitian ini maka penulis menjelaskan sebagai berikut :

a. Kecepatan Lari adalah kemampuan untuk menyelesaikan suatu jarak tertentu dengan cepat. Kecepatan diukur dengan menggunakan lari cepat sejauh 30 meter.

b. Kelincahan adalah kemampuan bergerak dengan cepat, merubah arah dan posisi, menghindar benturan antar pemain, dan kemampuan berkelit dari

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

pemain di lapangan. Keterampilan bergerak berubah arah dan posisi tergantung pada situasi dan kondisi yang dihadapi dalam waktu yang relatif singkat dan cepat. Dalam penelitian ini, untuk mengukur kelincahan digunakan tes lari bolak balik

c. Menggiring bola adalah suatu upaya mendororng bola secara terputus-putus dengan posisi bola tidak jauh dari kaki sambil berlari untuk mempertahankan bola saat berlari melintasi lawan. Untuk mengukur hasil menggiring bola digunakan tes menggiring bola.

D. Pengembangan Instrumen

Instrumen yang diperlukan pada penelitian ini adalah dengan melakukan tes. Adapun tes tersebut adalah :

1. Tes Kecepatan Dengan Tes Lari 40 Meter (Widiastuti, 2017:126):

a. Tujuan

1) Untuk mengetahui kemampuan lari dengan cepat dan mengetahui kemampuan kecepatan seorang siswa / atlet.

b. Peralatan yang dibutuhkan:

1) *Stopwatch*
2) Kerucut pembatas atau patok
3) Lintasan lari 40 meter yang lurus, datar dan ditempatkan pada *cross wind*. Apabila permukaan yang digunakan berumput, rumput harus dalam keadaan kering

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

c. Prosedur

1) Berilah tanda lintasan lari sepanjang 40 meter dengan kerucut pembatas ditempatkan pada tiap interval 10 meter
2) Tiap testee melakukan *start* dengan posisi berdiri, dan kaki depan tepat berada di atas garis start.
3) Pemberi tanda waktu berdiri pada garis *finish*, meneriakkan aba-aba "siap" dan mengayunkan bendera member tanda *start* pada testee. Pada saat lengan diayunkan, pemberi tanda waktu secara bersamaan mulai menghidupkan stopwatch yang dipegang.
4) Hentikan stopwatch pada saat dada testee telah melewati garis finish.
5) Tekankan kepada testee agar lari secepat mungkin
6) Testee diperbolehkan melakuka dua kali

d. Penilaian

1) Catatlah waktu yang diperlukan pada pelaksanaan yang paling cepat dengan ketelitian 0,1 detik yang terdekat.

2. Tes Kelincahan Dengan *Dodging Run* (Widiastuti, 2017:142):

a) Tujuan :

1) Mengukur kelincahan

b) Peralatan yang dibutuhkan

1) *Stopwatch*
2) Tongkat rintangan sepanjang 5 feet 5 buah

c) Petunjuk pelaksanaan

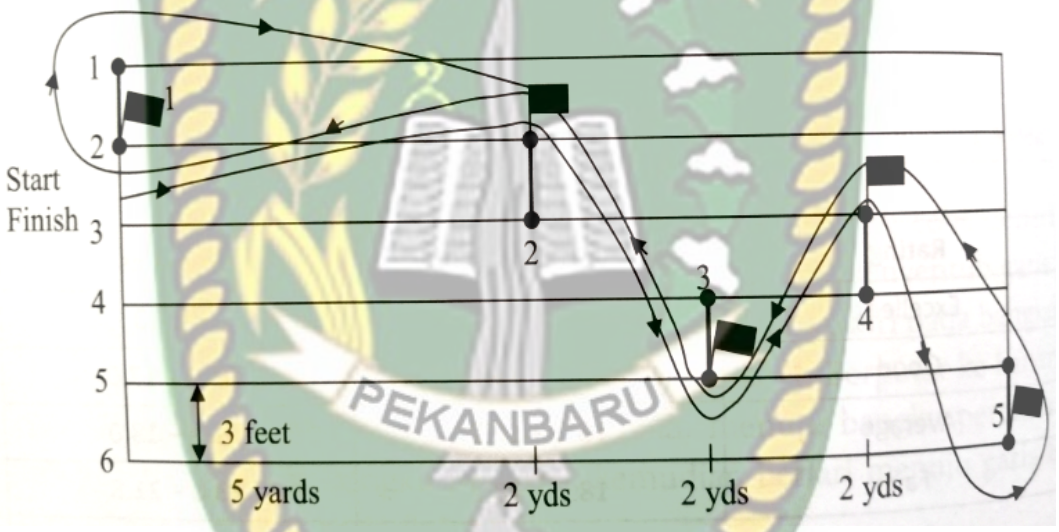
1) Testee berdiri di titik A, pada garis *start.* Bila ada aba-aba "Ya"

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

kemudian ia lari berbelok menurut arah lintasan yang tertera pada diagram secepat mungkin dan kembali ke titik A, dan kemudian lari lagi seperti *lap* pertama sampai ke titik A lagi.

d) Penilaian

1) Penilaian berdasarkan waktu tempuh yang dicapai oleh testee dari mulai aba-aba "ya" sampai kembali ke titik A, Setelah testee melakukan 2 kali putaran (*lap*).



Gambar 3. Lapangan Tes Lari Berkelok (*Dodging Run*)
(Widiastuti, 2017:142)

3. Tes Menggiring Bola (Nurhasan, 2001 : 160) Menerangkan Sebagai Berikut:

a) Tujuan pelaksanaan tes, mengukur keterampilan, menggiring bola dengan kaki dengan cepat disertai perubahan arahan.

b) Alat yang digunakan, bola, *stopwatch*, 6 buah rintangan (tongkat lembing), tiang bendera, kapur.

c) Petunjuk Pelaksanaan Tes

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

1) Pada aba-aba siap testi berdiri dibelakang garis *start* dengan bola dalam penguasaan kakinya.
2) Pada aba-aba ya, testi mulai menggiring bola kearah kiri melewati rintangan pertama dan berikutnya menuju rintangan berikutnya sesuai dengan arah panah yang ditetapkan sampai ia melewati garis *finish*.
3) Bila salah arah menggiring bola, ia harus memperbaikinya tanpa menggunakan anggota badan selain kaki ditempat kesalahan terjadi dan selama itu pula *stopwatch* tetap jalan.
4) Bola diiring oleh kaki kanan dan kaki kiri secara bergantian, atau paling tidak salah satu kaki pernah menyentuh bola satu kali sentuhan.

d) Gerakan Dinyatakan Gagal Bila,
1) Testi menggiring bola hanya dengan satu kaki saja.
2) Testi menggiring bola tidak sesuai dengan arah panah.
3) Testi menggunakan anggota lainnya selain kaki, untuk menggiring bola.

e) Cara penilaian

Waktu yang ditempuh oleh testi dari mulai aba-aba ya sampai ia melewati garis *finish*. Waktu dicatat sampai sepersepuluh detik.

Untuk lebih jelas lihat gambar di sebelah ini

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Gambar 4. Tes Kemampuan Menggiring Bola
(Nurhasan, 2001 : 161)

E. Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan yang dipergunakan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Observasi adalah melakukan pangamatan langsung kelapangan tempat penelitian untuk mendapatkan informasi atau data yang diperlukan pada penelitian ini.
2. Kepustakaan Perpustakaan untuk mendapatkan konsep-konsep dan teori-teori yang dipergunakan pada penelitian ini.
3. Tes dan Pengukuran

   Tes dalam penelitian ini adalah untuk mengukur kelincahan, kecepatan dan hasil menggiring bola.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

F. Teknik Analisa Data

1. Rumus korelasi sederhana untuk menghitung hubungan kecepatan (X_1) terhadap hasil menggiring bola (Y) menurut Kusumawati (2015:83):

$$r_{x_1y} = \frac{n\sum X_1Y - (\sum X_1)(\sum Y)}{\sqrt{\left\{n\sum X_1{}^2 - (\sum X_1)^2\right\}\left\{n\sum Y^2 - (\sum Y)^2\right\}}}$$

keterangan:

rx_1y = Angka Indeks Korelasi "r" Product moment
n = Sampel
ΣX_1Y = Jumlah hasil perkalian antara skor X_1 dan skor Y
ΣX_1 = Jumlah seluruh skor X_1
ΣY = Jumlah seluruh skor Y

2. Rumus korelasi sederhana untuk menghitung hubungan kelincahan (X_2) terhadap hasil menggiring bola (Y) menurut Kusumawati (2015:84):

$$r_{x_2y} = \frac{n\sum X_2Y - (\sum X_2)(\sum Y)}{\sqrt{\left\{n\sum X_2{}^2 - (\sum X_2)^2\right\}\left\{n\sum Y^2 - (\sum Y)^2\right\}}}$$

keterangan:

rx_2y = Angka Indeks Korelasi "r" Product moment
n = Sampel
ΣX_2Y = Jumlah hasil perkalian antara skor X_2 dan skor Y
ΣX_2 = Jumlah seluruh skor X_2
ΣY = Jumlah seluruh skor Y

3. Rumus korelasi sederhana untuk menghitung hubungan kecepatan (X_1) terhadap kelincahan (X_2) menurut Kusumawati (2015:83):

$$r_{x_2y} = \frac{n\sum X_1X_2 - (\sum X_1)(X_2)}{\sqrt{\left\{n\sum X_1{}^2 - (\sum X_1)^2\right\}\left\{n\sum X_2{}^2 - (\sum X_2)^2\right\}}}$$

keterangan:

$r\ X_1X_2$ = Angka Indeks Korelasi "r" Product moment
n = Sampel
$\Sigma\ X_1X_2$ = Jumlah hasil perkalian antara skor X_1 dan skor X_2

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

ΣX_1 = Jumlah seluruh skor X_1
ΣX_2 = Jumlah seluruh skor X_2

4. Rumus korelasi ganda untuk menghitung hubungan kecepatan (X_1) dan kelincahan (X_2) terhadap hasil menggiring bola (Y) yang dikemukakan oleh Pearson dalam Kusumawati (2015:85). Teknik ini termasuk teknik statistik parametrik yang menggunakan data *interval* dan ratio yaitu:

Rumus Korelasi Ganda :

$$Ryx_1x_2 = \sqrt{\frac{r^2_{yx_1} + r^2_{yx_2} - 2r_{yx_1} r_{yx_2} r_{x_1x_2}}{1 - r^2_{x_1x_2}}}$$

Keterangan :

Ryx_1x_2 = Korelasi antara variable X_1 dengan X_2 secara bersama-sama dengan variabel Y
ryx1 = Korelasi Product Moment antara X1 dengan Y
ryx2 = Korelasi Product Moment antara X2 dengan Y
rx1x2 = Korelasi Product Moment antara X1 dengan X2

Sedangkan memberikan interprestasi besarnya hubungan kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar yaitu berpedoman pada pendapat Kusumawati (2015:84): sebagai berikut:

Sama dengan 0,00	: Tidak ada hubungan
Kurang dari 0,01-0,20	: Sangat rendah
Antara 0,21-0,50	: Sedang
Antara 0,51-0,70	: Cukup
Antara 0,71-0,90	: Tinggi
Antara 0,91-1,000	: Sempurna

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Untuk melihat besarnya kontribusi kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar dengan melihat koefisien determinasi dengan rumus: KD = r^2 x 100.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi dari variabel bebas pertama (X_1) adalah kecepatan lari dan variabel bebas kedua (X_2) adalah kelincahan terhadap variabel terikat (Y) adalah kemampuan menggiring bola pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar yang berjumlah 20 orang. Untuk mengetahui hal tersebut maka akan dibahas secara berturut-turut mengenai deskripsi data yang terdiri dari nilai rata-rata, simpangan baku, median, modus, distribusi frekuensi, dan histogram data tunggal dari masing-masing variabel, pengujian hipotesis, pembahasan penelitian yang telah dilakukan yaitu sebagai berikut:

1. Hasil Tes Kecepatan Lari(X_1) Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

Pengukuran terhadap kecepatan, diperoleh kecepatan lari terendah yang dicapai adalah 6.19 detik dan kecepatan maksimal adalah 4.66 detik dengan perhitungan terhadap distribusi data menghasilkan: (1) nilai mean atau nilai rata-rata = 5.25; (2) simpangan baku = 0.42; (3) median = 5.15, (4) modus = 4.66.

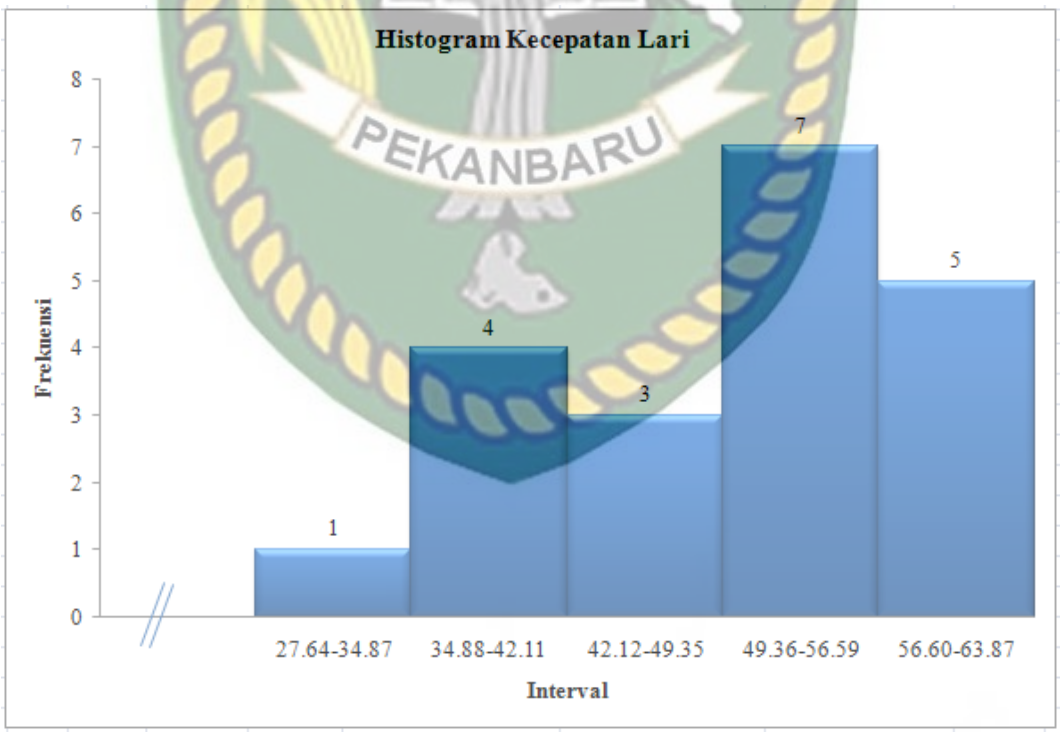
Data hasil penelitian dimasukkan ke dalam tabel distribusi frekuensi nilai T Skore dengan banyak kelas 5, panjang kelas adalah 7.24 yaitu pada kelas *interval* pertama pada rentang 27.64-34.87 terdapat 1 orang atau 5%, pada kelas *interval* kedua pada rentang 34.88-42.11 terdapat 4 orang atau 20%, pada kelas *interval* ketiga pada rentang 42.12-49.35 terdapat 3 orang atau 15%, pada kelas *interval* keempat pada rentang 49.36-56.59 terdapat 7 orang atau 35%, pada kelas

interval kelima pada rentang 56.60-63.87 terdapat 5 orang atau 25%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kecepatan Lari (X_1) Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

No	Interval			Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	27.64	-	34.87	1	5.00%
2	34.88	-	42.11	4	20.00%
3	42.12	-	49.35	3	15.00%
4	49.36	-	56.59	7	35.00%
5	56.60	-	63.87	5	25.00%
Jumlah				**20**	**100%**

Penyebaran distribusi frekuensi dari kecepatan dapat ditunjukkan pada gambar berikut.



Gambar 1. Histogram Frekuensi Data Kecepatan Lari (X_1) Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

2. Kelincahan (X_2) Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

Berdasarkan hasil tes kelincahan terhadap pemain Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar. Diperoleh kelincahan terendah yang dicapai pemain adalah 30.08 detik dan kelincahan tertinggi adalah 21.17, Perhitungan terhadap distribusi skor tersebut menghasilkan: (1) nilai mean atau rata-rata = 24.47; (2) simpangan baku = 2.27; (3) median = 23.75.

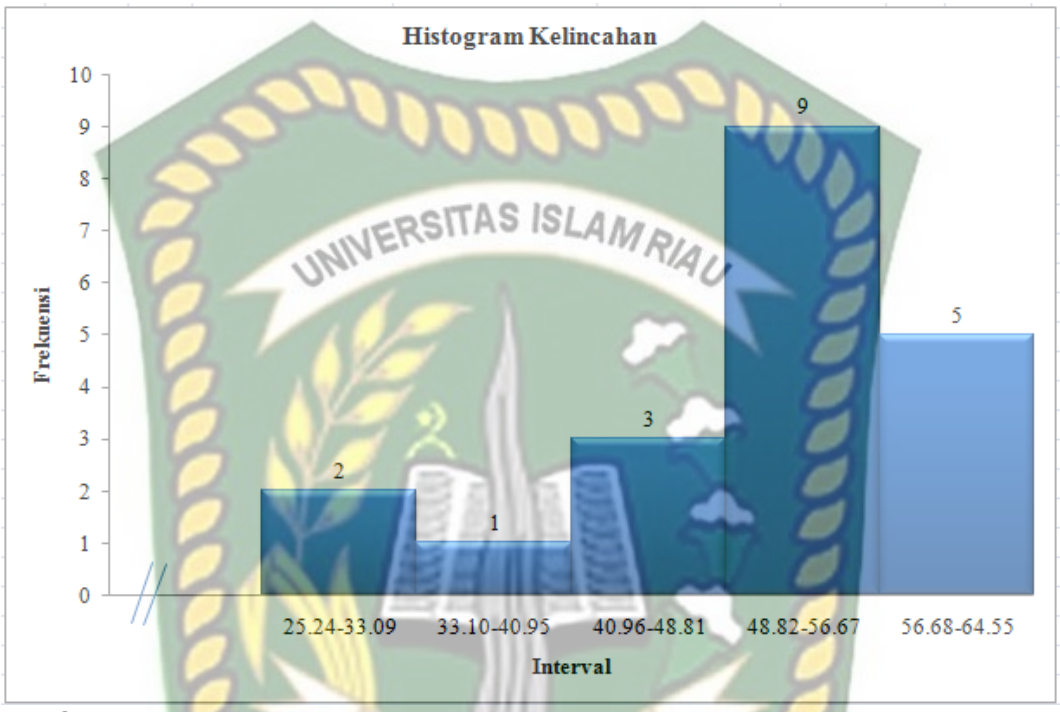
Sebaran skor kelincahan pemain Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar disajikan ke dalam tabel distribusi frekuensi nilai T Skore dengan jumlah kelas sebanyak 5 dan panjang kelas 7.86 yaitu pada kelas *interval* pertama pada rentang 25.24-33.09 terdapat 2 orang atau 10%, pada kelas *interval* kedua pada rentang 33.10-40.95 terdapat 1 orang atau 5%, pada kelas *interval* ketiga pada rentang 40.96-48.81 terdapat 3 orang atau 15%, pada kelas *interval* keempat pada rentang 48.82-56.67 terdapat 9 orang atau 45%, pada kelas *interval* kelima pada rentang 56.68-64.55 terdapat 5 orang atau 25%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kelincahan (X_2) Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

No	Interval			Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	25.24	-	33.09	2	10.00%
2	33.10	-	40.95	1	5.00%
3	40.96	-	48.81	3	15.00%
4	48.82	-	56.67	9	45.00%
5	56.68	-	64.55	5	25.00%
Jumlah				**20**	**100%**

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Penyebaran distribusi frekuensi dari kelincahan pemain Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar dapat ditunjukkan pada gambar berikut:



Grafik 2. Histogram Sebaran Data Kelincahan (X_2) Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

3. Kemampuan Menggiring Sepakbola (Y) Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

Berdasarkan hasil perhitungan terhadap kemampuan menggiring bola, waktu terendah yang diperoleh pemain adalah 23.83 detik dan waktu tercepat adalah 15.45 detik. Perhitungan terhadap distribusi skor tersebut menghasilkan: (1) nilai mean atau nilai rata-rata = 17.39; (2) simpangan baku = 1.95; (3) median = 16.86.

Data hasil penelitian dimasukkan ke dalam tabel distribusi frekuensi nilai T Skore dengan banyak kelas 5 dan panjang kelas 8.61 yaitu pada kelas *interval* pertama pada rentang 16.93-25.53 terdapat 1 orang atau 5%, pada kelas *interval* kedua pada rentang 25.54-34.14 tidak ada. Pada kelas *interval* ketiga pada rentang

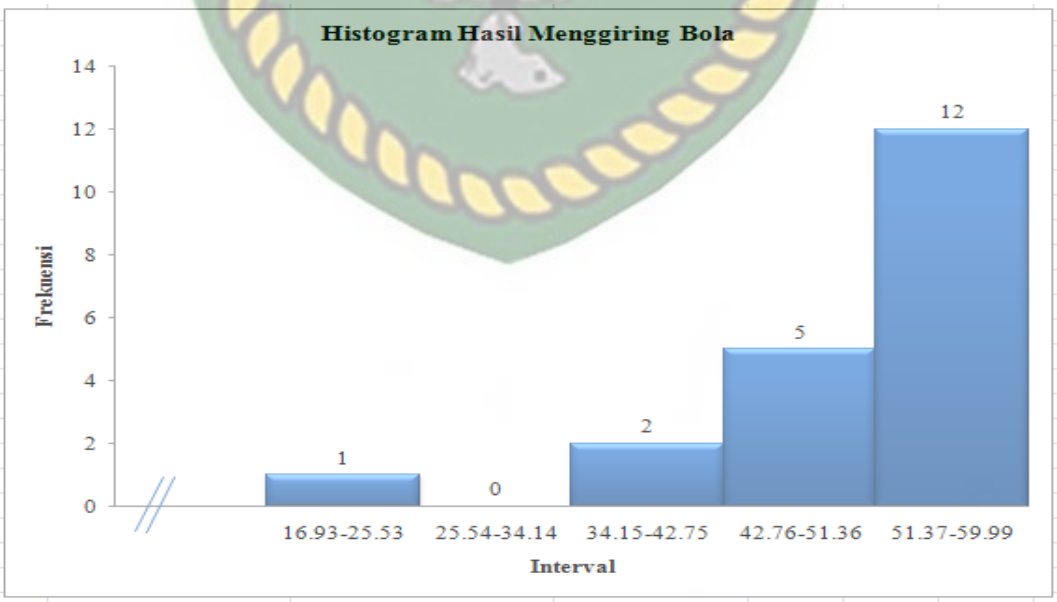
Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

34.15-42.75 terdapat 2 orang atau 10%, pada kelas *interval* keempat pada rentang 42.76-51.36 terdapat 5 orang atau 25%, pada kelas *interval* kelima pada rentang 51.37-59.99 terdapat 12 orang atau 60%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Hasil Menggiring Bola (Y) Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	16.93 - 25.53	1	5.00%
2	25.54 - 34.14	0	0.00%
3	34.15 - 42.75	2	10.00%
4	42.76 - 51.36	5	25.00%
5	51.37 - 59.99	12	60.00%
Jumlah		**20**	**100%**

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



Gambar 3. Histogram Frekuensi Skor Variabel Y Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

B. Analisa Data

Setelah dilakukan penjabaran terhadap data hasil tes, selanjutnya dilakukan analisa data dengan cara pengujian hipotesis, dimana data yang telah terkumpul dikelompokkan menjadi variabel X_1 yaitu data hasil tes kecepatan lari dan X_2 yaitu data hasil tes kelincahan dan variabel Y yaitu hasil tes kemampuan menggiring bola. Adapun hipotesis yang akan diuji yaitu:

1. Terdapat kontribusi kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.
2. Terdapat kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.
3. Terdapat kontribusi kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.

1) Nilai Korelasi X1 ke Y (Kecepatan Dengan Hasil Menggiring Sepakbola)

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan kecepatan lari dengan kemampuan menggiring bola pada pemain Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar didapat nilai $r_{hitung} = 0,635 > r_{tabel} = 0,444$ ini berarti terdapat korelasi atau terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan dengan kemampuan menggiring bola, dengan nilai kontribusi sebesar 40,32%.

2) Nilai Korelasi X2 ke Y (Kelincahan Dengan Hasil Menggiring Sepakbola)

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pada pemain Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar didapat nilai $r_{hitung} = 0,601 > r_{tabel} = 0,444$ ini

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

berarti terdapat korelasi atau terdapat hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola, dengan nilai kontribusi sebesar 36,12%.

3) Nilai Korelasi X_1 dan X_2 Ke Y (Kecepatan Lari dan Kelincahan Dengan Hasil Menggiring Bola)

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan kecepatan lari dan kelincahan kemampuan menggiring bola pada pemain Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar secara simultan adalah 0,717. Setelah angka korelasi didapat, selanjutnya dilakukan pengujian hipotesis dengan kaidah pengujian sebagai berikut:

Jika $r_{hitung} \geq r_{tabel}$ maka signifikan

Jika $r_{hitung} \leq r_{tabel}$ maka tidak signifikan

Kemudian didapati r_{hitung} = 0,717. Pada taraf signifikan 5% didapati r_{tabel} = 0,444. dengan demikian $r_{hitung} > r_{tabel}$ atau 0,717 > 0,444. Hal ini menunjukan adanya korelasi antara variabel X_1 dan X_2 ke variabel Y atau ada hubungan yang signifikan antara kecepatan lari dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pada pemain Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar, sehingga dapat diketahui nilai kontribusinya sebesar 51,41% dan sisanya sebesar 48,59% kemampuan menggiring bola pemain Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar dipengaruhi oleh faktor-faktor yang lain seperti, kelenturan tubuh, tingkat penguasaan teknik menggiring sepakbola, dan kelentukan pergelangan kaki.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

C. Pembahasan

Hasil pengujian hipotesis di atas, menjelaskan bahwa secara bersamaan kedua faktor memberikan kontribusi yang cukup besar disaat pemain menggiring bola. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada penjelasan berikut ini:

1. Terdapat Kontribusi Kecepatan Lari Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecepatan lari seorang pemain mempengaruhi kemampuannya dalam menggiring bola, ini menandakan bahwa kecepatan lari mempunyai kontribusi yang baik terhadap menggiring bola pada pemain Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar. kecepatan lari yang bagus akan memaksimalkan kemampuan seorang pemain sewaktu menggiring bola tanpa kehilangan kontrol terhadap bola yang sedang digiring.

Dari analisis data yang telah dikemukakan sebelumnya diketahui bahwa kecepatan lari mempunyai kontribusi yang signifikan terhadap hasil mengiring bola sebesar 40.35%. Nilai kontribusi ini cukup besar untuk mempengaruhi kemampuan menggiring bola seseorang, walaupun masih ada faktor lain yang mempenguhi kemampuan menggiring bola namun faktor kecepatan lari ini merupakan faktor penting yang harus dimiliki secara maksimal oleh seorang pemain sepakbola.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Imran (2018:118) bahwa Ada kontribusi yang signifikan kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata dan kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada cabang olahraga sepak bola siswa MTs Negeri 1 Kotabaru kontribusinya sebesar 59,6%.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

2. Terdapat Kontribusi Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

Kemudian dari hasil perhitungan nilai korelasi dari kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan atau dapat dikatakan pada penelitian ini menunjukkan bahwa adanya kontribusi dari kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola. Hal diketahui berdasarkan perhitungan data yang didapat di lapangan dari tes kelincahan dan tes kemampuan menggiring bola nilai $r_{hitung} = 0{,}601 \geq r_{tabel} = 0{,}444$, karena nilai r_{hitung} lebih besar dari nilai r_{tabel} maka otomatis dapat diketahui bahwa ada kontribusi dari kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar.

3. Terdapat Kontribusi Kecepatan Lari dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Sepakbola Pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa secara bersamaan kecepatan lari dan kelincahan yang dimiliki oleh seorang pemain bola akan menghasilkan kemampuan yang baik disaat menggiring bola, dimana penelitian ini menunjukkan bahwa besar nilai kontribusi dari kecepatan lari dan kelincahan seseorang sewaktu menggiring bola ada sebesar 39.19%.

Selain faktor kecepatan lari dan kelincahan terdapat faktor lain yang juga mempunyai kontribusi sewaktu pemain menggiring bola seperti, kelenturan tubuh, tingkat penguasaan teknik menggiring sepakbola, dan kelentukan pergelangan kaki terhadap kemampuan menggiring bola diperkirakan sebesar 48.59%.

Hasil penelitian ini relevan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Sadiqul (2016:24) bahwa kecepatan lari dan kelincahan reaksi kaki memberi

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

sumbangan sebesar 98.01% (0.992x100%) terhadap kemampuan menggiring bola. Ini menunjukkan bahwa 98.01% variasi skor yang terjadi terhadap kemampuan menggiring bola dalam sepakbola pada pemain Klub Himadirga Penjaskesrek FKIP Unsyiah dapat dijelaskan oleh kecepatan lari dan kelincahan reaksi kaki, sehingga kontribusi faktor-faktor lainnya sebesar 1.99% yang diperoleh dari penjumlahan 98.01+1.99=100%.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

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

1. Terdapat kontribusi kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar sebesar 40,32% dengan nilai $r_{hitung} = 0,635 \geq r_{tabel} = 0, 444$.
2. Terdapat kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar sebesar 36,12% dengan nilai $r_{hitung} = 0,601 \geq r_{tabel} = 0, 444$.
3. Terdapat kontribusi kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar sebesar 51,41% dengan nilai $r_{hitung} = 0,717 \geq r_{tabel} = 0, 444$.

Berdasarkan hasil perhitungan maka dapat diketahui bahwa nilai kontribusi kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar sebesar = 51,41%.

B. Saran

1. Kepada pemain Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar diharapkan lebih giat lagi dalam melakukan latihan fisik agar kemampuan menggiring bola dapat terus ditingkatkan.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

2. Bagi pelatih, diharapkan dapat meningkatkan kualitas keterampilan pemain dalam menggiring sepakbola serta dibarengi dengan peningkatan beban latihan fisik agar faktor – faktor kondisi fisik pemain sepakbola dapat ditingkatkan yang akan berpengaruh terhadap prestasi Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar untuk menjadi semakin baik.
3. Kepada peneliti selanjutnya agar meneliti lebih dalam lagi tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan menggiring bola.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

DAFTAR PUSTAKA

Adil, A. (2011). Kontribusi Kecepatan, Kelincahan, dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Kemampuan Menggiring sepakbola pada Permainan Sepakbola PS. Aspura UNM. *Jurnal ILARA*, *2*(1), 70-77.

Akmal, I., & Lesmana, H. S. (2019). Kontribusi Kecepatan dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling Pada Pemain SSB POSS. *Jurnal Patriot*, *1*(3), 1197-1210.

Hidayat, W. (2017). Buku Pintar Sepak Bola Untuk Pelajar, Atlet dan Semua Orang. Jakarta: Anugrah.

Huda, A. (2019). Kontribusi Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola. Jurnal Patriot, 2(3), 452-459.

Irawadi, H. (2011). *Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. Padang: Jurusan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan.UNP Press.

Irawadi, H. (2014). *Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. Padang: Jurusan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan.UNP Press.

Kurniawan, R. (2020). Kontribusi kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada Club Sepak Bola DKI FC Tapung Kabupaten Kampar. *Educative Sportive*, *1*(02), 29-36.

Kusumawati, M. (2015). *Penelitian Penjasorkes Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.* Bandung: Alfabeta.

Luxbacher. J, A. (2012). Sepakbola Edisi Kedua. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Maifa, S., & Jusran, S. (2018). Kontribusi Kecepatan, Panjang Tungkai Dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permaianan Sepak Bola Siswa SMPN 5 Kotabaru. *E jurnal Stkip-ktb.*

Mappaompo, M. A. (2011). Kontribusi koordinasi mata-kaki dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola club Bilopa Kabupaten Sinjai. *Jurnal Ilara*, *2*(1), 96-101.

Malcom, C. (2013). *Drills Sepakbola Untuk Pemain Muda Usia 12 – 16 Tahun.* Jakarta: PT. Indeks.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Mariyono, M., Rahayu, S., & Rustiana, E. R. (2017). Metode Latihan Kelincahan dan Fleksibilitas Pergelangan Kaki terhadap Kemampuan Menggiring Bola. Journal of Physical Education and Sports, 6(1), 66-71.

Nurhasan. (2001). *Tes Dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.

Pratama, B. A. (2015). Kontribusi Kecepatan dan Kelentukan Terhadap Hasil Menggiring Bola. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran, 1*(1), 74-80.

Rosdiani, D. (2013). *Dinamika Olahraga dan Pengembangan Nilai*. Bandung: Alfabeta.

Sadiqul. (2016). 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, 2*(1), 13-25

Sapulete, J, J. (2012). Hubungan Kecepatan dan Kelincahan Dengan Kemampuan Menggiring sepakbola pada Permainan Sepakbola Siswa SMK Kesatuan Samarinda. *Jurnal ILARA, 3* (1), 108-114.

Sari, D. N. (2018). Konstribusi Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Atlet Sekolah Sepakbola. *Sport Science*, 18(2), 103-113.

Sidik, D. Z. (2019). Pelatihan Kondisi Fisik. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Sukintaka. (2014). Teori *Pendidikan Jasmani Filosopi Pembelajaran Dan Masa Depan*. Bandung: Nuansa Cendikia.

Supriadi, A. (2015). Hubungan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola. *Jurnal Ilmu Keolahragaan, 14*(1), 1-14.

Syafruddin. (2011). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang: UNP.

Undang-Undang. (2020). *Sistem Keolahragaan Nasional Nomor 3*. Jakarta: Republik Indonesia.

Warti, Y. (2016). Kontribusi Kelincahan Dan Kecepatan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Dalam Sepak Bola Pada Sekolah Sepak Bola Mangau Saiyo Nagari Kurai Taji Kecamatan Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman. *Jurnal Sport Science, 2* (31), 45- 55.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Widiastuti. (2017). Tes dan Pengukuran Olahraga. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :