

**KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KECEPATAN TERHADAP KETERAMPILAN
MENGGIKIR BOLA PADA CLUB LANGSAT PERMAI FC
KABUPATEN SIAK**

SKRIPSI

*Diajukan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Strata Satu (S1)
Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Universitas Islam Riau*



OLEH:

RUDI KURNIAWAN

NPM: 166610568

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
PEKANBARU
2020**

**KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KECEPATAN TERHADAP KETERAMPILAN
MENGGIRING BOLA PADA KLUB LANGSAT PERMAI FC
KABUPATEN SIAK**

SKRIPSI

*Diajukan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Strata Satu (S1)
Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Universitas Islam Riau*



OLEH

RUDI KURNIAWAN

NPM. 166610568

Pembimbing Utama

Novri Gazali, S.Pd, M.Pd

NIDN. 1017118702

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
PEKANBARU
2020**

PENGESAHAN SKRIPSI

**KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KECEPATAN TERHADAP KETERAMPILAN
MENGGIKIRING BOLA PADA CLUB LANGSAT PERMAI FC
KABUPATEN SIAK**

Dipersiapkan oleh :

Nama : Rudi Kurniawan
NPM : 166610568
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Pembimbing Utama



Novri Gazali, S.Pd, M.Pd
NIDN. 1017118702

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 I Bidang Akademik FKIP UIR



Dra. Hj. Tity Hastuti, M.Pd
NIDN. 0011095901

PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Rudi Kurniawan
NPM : 166610568
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul skripsi : Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak

Disetujui Oleh :

Pembimbing Utama



Novri Gazali, S.Pd, M.Pd
NIDN. 1017118702

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 : Rudi Kurniawan
NPM : 166610568
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 Kecepatan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak”

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

Disetujui Oleh :

Pembimbing Utama



Novri Gazali, S.Pd, M.Pd

NIDN. 1017118702

ABSTRAK

Rudi Kurniawan, 2020. Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak. Adapun jenis penelitian ini adalah korelasi ganda. Sampel pada penelitian ini berjumlah 18 orang. Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes kelincahan dengan shuttle run dan tes kecepatan serta tes keterampilan menggiring bola. Teknik analisa data yang digunakan adalah menghitung tingkat nilai korelasi ganda. Berdasarkan hasil analisis di atas dapat disimpulkan bahwa (1) Terdapat kontribusi kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak dengan nilai $r_{hitung} = 0,541$ atau 29,27%, (2) Terdapat kontribusi kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak dengan nilai $r_{hitung} = 0,737$ atau 54,32%, (3) Terdapat kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak dengan nilai $r_{hitung} = 0,770$ atau 59,29%.

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

ABSTRACT

Rudi Kurniawan, 2020. The Contribution of Agility and Speed to Dribbling Skills in Players Club Langsung Permai FC Kabupaten Siak.

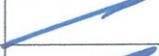
The purpose of this research was to see the contribution of agility and speed to dribbling skills in the players of the Langsung Permai FC Kabupaten Siak. This type of research is a dual version. The sample in this research may be 18 people. The research instrument used was an agility test with the shuttle run and a speed test and a dribbling skill test. The data analysis technique used is to calculate multiple value levels. Based on the results of the analysis above, it can be denied that (1) the contribution of agility to the skills of dribbling the players of the Langsung Permai Club FC Kabupaten Siak players with a value of $r_{count} = 0.541$ or 29.27%, (2) the contribution of the contribution to the skills of the players in the Langsung Permai Club FC, Kabupaten Siak with a value of $r_{hitung} = 0.737$ or 54.32%, (3) the contribution of agility and speed to the skills of the players of the Club Langsung Permai FC Kabupaten Siak with a value of $r_{count} = 0.770$ or 59.29%.

Keywords: Agility, Speed, Dribbling Skills

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Telah dilaksanakan Bimbingan Skripsi terhadap :

Nama : Rudi Kurniawan
NPM : 166610568
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Pembimbing Utama : Novri Gazali, S.Pd., M.Pd
Judul Skripsi : Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak

| Tanggal | Berita Bimbingan | Paraf |
|-------------------|--------------------------------|---|
| 7 Oktober 2019 | Pengajuan Judul skripsi |  |
| 20 November 2019 | Bimbingan pertama proposal |  |
| 25 November 2019 | Perbaikan bimbingan proposal |  |
| 2 Desember 2019 | Bimbingan lagi proposal |  |
| 12 Desember 2019 | ACC Proposal |  |
| 27 Februari 2020 | Ujian Proposal |  |
| 3 Agustus 2020 | Bimbingan ganti judul proposal |  |
| 15 Agustus 2020 | ACC proposal yang baru |  |
| 16 September 2020 | Bimbingan skripsi |  |
| 24 September 2020 | ACC Skripsi |  |

Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau



Pekanbaru, September 2020
Wakil Dekan Bidang Akademik

Dra. Hj. Lity Hastuti, M.Pd
NIDN. 0011095901

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rudi Kurniawan
NPM : 166610568
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak

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, September 2020



Rudi Kurniawan
NPM. 166610568

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas segala rahmat dan karuniaNya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian skripsi ini, dengan judul “ **Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak**”. Penelitian 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 peneliti miliki, maka dengan tangan terbuka dan hati yang lapang peneliti menerima kritik dan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak demi kesempurnaan dimasa yang akan datang. Pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi yaitu :

1. Bapak Novri Gazali, S.Pd., M.Pd selaku Pembimbing yang telah banyak memberi masukan dan saran dalam penyelesaian penelitian 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 henilito, S.Pd., M.Pd selaku Sektretaris Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau

4. Bapak Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
5. Bapak/ Ibu Dosen 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.
6. Teruntuk kedua orang tua tercinta yang selalu mendukung, mendo' akan agar penulis dapat segera menyelesaikan studi di Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.

Peneliti sangat mengharapkan agar skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Untuk itu pada kesempatan ini peneliti 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 Tuhan Yang Maha Esa, Amin.

Pekanbaru, September 2020

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 | xii |
| DAFTAR GRAFIK | xiv |
| DAFTAR LAMPIRAN | xv |
| | |
| BAB I. PENDAHULUAN | 7 |
| 1. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| 2. Identifikasi Masalah..... | 4 |
| 3. Pembatasan Masalah..... | 4 |
| 4. Perumusan Masalah..... | 5 |
| 5. Tujuan Penelitian..... | 5 |
| 6. Manfaat Penelitian..... | 5 |
| BAB II. KAJIAN TEORI | 7 |
| A. Landasan Teori..... | 7 |
| 1. Hakikat Kelincahan..... | 7 |
| a. Pengertian Kelincahan..... | 7 |
| b. Faktor Yang Mempengaruhi Kelincahan..... | 9 |
| 2. Hakikat Kecepatan..... | 10 |
| a. Pengertian Kecepatan..... | 10 |
| b. Faktor Yang Mempengaruhi Kecepatan..... | 12 |
| 3. Hakikat Menggiring Bola..... | 13 |
| a. Pengertian Menggiring Bola..... | 13 |
| b. Teknik Menggiring Bola..... | 14 |

| | |
|---|-----------|
| B. Kerangka Pemikiran..... | 16 |
| C. Hipotesis | 17 |
| BAB III. METODOLOGI PENELITIAN | 19 |
| A. Jenis Penelitian..... | 19 |
| B. Populasi dan Sampel | 19 |
| C. Defenisi Operasional | 20 |
| D. Pengembangan Instrumen | 21 |
| E. Teknik Pengumpulan Data..... | 24 |
| F. Teknik Analisa Data..... | 24 |
| BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN..... | 30 |
| A. Deskripsi Hasil Penelitian..... | 30 |
| B. Analisa Data..... | 35 |
| C. Pembahasan..... | 37 |
| BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN | 40 |
| A. Kesimpulan | 40 |
| B. Saran | 40 |
| DAFTAR PUSTAKA | 42 |

DAFTAR TABEL

| | Halaman |
|---|----------------|
| 1. Distribusi Frekuensi Kelincahan (X_1) Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak | 31 |
| 2. Distribusi Frekuensi Kecepatan (X_2) Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak | 33 |
| 3. Distribusi Frekuensi Hasil Menggiring Bola (Y) Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak..... | 34 |

Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

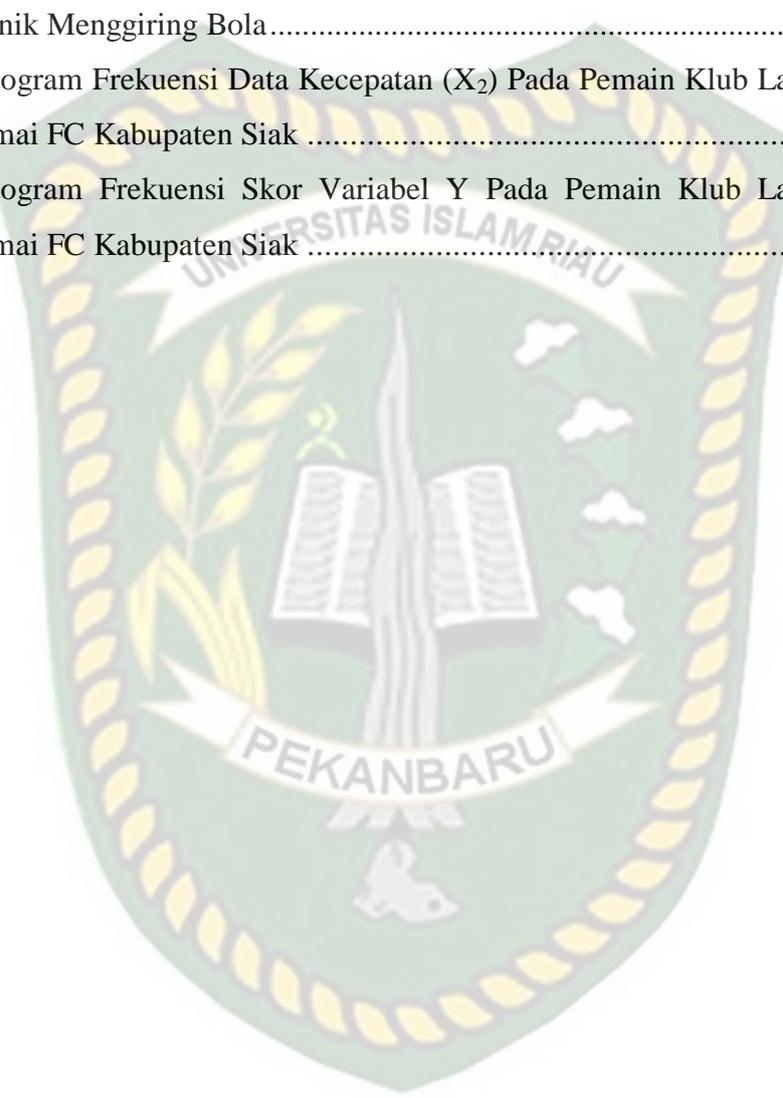
DAFTAR GAMBAR

| | Halaman |
|--|----------------|
| 1. Teknik Menggiring Bola | 16 |
| 2. Desain Penelitian Hubungan Timbal Balik Tiga Variabel | 19 |
| 3. Lapangan Tes Lari Bolak Balik | 22 |
| 4. Lapangan <i>Soccer Dribble Test</i> | 23 |



DAFTAR GRAFIK

| | Halaman |
|--|----------------|
| 1. Teknik Menggiring Bola..... | 32 |
| 2. Histogram Frekuensi Data Kecepatan (X_2) Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak | 33 |
| 3. Histogram Frekuensi Skor Variabel Y Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak | 35 |



DAFTAR LAMPIRAN

| | Halaman |
|--|----------------|
| 1. Tabel Data Hasil Tes Kelincahan Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak | 45 |
| 2. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Kelincahan Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak | 46 |
| 3. Tabel Data Hasil Tes Kecepatan Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak | 47 |
| 4. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Kecepatan Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak | 48 |
| 5. Tabel Data Hasil Tes Menggiring Bola Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak | 49 |
| 6. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Menggiring Bola Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak | 50 |
| 7. Korelasi X1 (Kelincahan) ke Y (Hasil Menggiring Bola) | 51 |
| 8. Korelasi X2 (Kecepatan) ke Y (Hasil Menggiring Bola) | 53 |
| 9. Korelasi X1, X2 ke Y | 55 |
| 10. R tabel | 57 |
| 11. Dokumentasi Penelitian | 58 |

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah satu aktivitas fisik maupun psikis seseorang yang berguna untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan seseorang. Peningkatan taraf hidup, kesenjangan sosial serta bertujuan untuk mencapai prestasi yang setinggi-tingginya. Semua tergantung kepada setiap orang yang menetapkan tujuan untuk berolahraga 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

Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi. Sebagaimana yang tertuang dalam UU R.I Nomor 3 Tahun 2005 Pasal 20 Ayat 3, Tentang Sistem Keolahragaan Nasional yaitu:“ Olahraga prestasi dilaksanakan melalui proses pembinaan dan pengembangan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan.

Berdasarkan pasal di atas berarti dapat diartikan: bahwa pembinaan dan pengembangan keolahragaan meliputi pengolahraga, ketenagaan, pengorganisasian, pendanaan, metode, prasarana dan sarana, serta penghargaan keolahragaan yang dilaksanakan melalui tahap pengenalan olahraga, pemantauan, pemanduan, serta pengembangan bakat dan peningkatan prestasi.

Salah satu pembinaan olahraga adalah sepakbola. Sepakbola merupakan salah satu dari cabang olahraga yang membutuhkan keterampilan. Setiap atlet sepakbola harus memiliki keterampilan atau teknik yang diperlukan agar mencapai hasil yang maksimal. Keterampilan tidak dapat dipelajari sesaat tetapi memerlukan suatu proses yang panjang, agar seorang atlet sepakbola memiliki keterampilan dalam menguasai seluruh teknik dan terampil dalam permainan sepakbola maka atlet tersebut harus di didik atau diberikan pengetahuan dan keterampilan bermain sepakbola sedini mungkin. Diharapkan dengan adanya proses tersebut maka atlet sepakbola yang memiliki bakat dapat berprestasi dalam olahraga sepakbola.

Ada 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*), dan menjaga gawang (*goal keeping*). Dalam permainan sepakbola hampir semua teknik tersebut digunakan selama pertandingan, walaupun kadang-kadang teknik tanpa bola atau gerak tanpa bola memberikan andil yang cukup memberikan yang cukup besar untuk membantu penyerangan dan pertahanan. Seperti yang telah dikemukakan di atas, bahwa salah satu teknik dasar dalam permainan sepakbola adalah.

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 keterampilan 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 keterampilan 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 kelentukan juga berpengaruh terhadap keterampilan menggiring bola, karena kelentukan yang baik akan memudahkan pemain dalam meliuk, menerapkan taktik mengecoh sehingga bola yang hendak direbut dapat terus dikuasai dan digiring.

Sewaktu seorang menggiring bola faktor pendukung yang paling penting adalah kelincahan dan kelentukan, dimana kelincahan merupakan kemampuan seseorang untuk mengubah arah gerak tubuh dengan cepat, dan kelentukan akan memudahkan pemain sewaktu menghindari lawan sambil menggiring bola. Agar bola yang digiring tidak mudah untuk direbut lawan maka pemain harus memiliki kelincahan dan kelentukan yang maksimal, sehingga dapat dengan mudah mengarahkan bola yang digiring sambil bergerak mengecoh lawan yang hendak merebut bola.

Berdasarkan hasil pengamatan yang telah penulis lakukan terhadap pemain klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak terlihat bahwa bola yang digiring tidak dapat dikontrol dengan baik oleh kaki pemain. Hal tersebut disebabkan oleh kelincahan dan kecepatan pemain yang tidak maksimal sehingga bola yang digiring mudah direbut oleh lawan. Selain itu kelentukan dan koordinasi gerak

pemain masih belum maksimal, pemain agak kaku dalam menggiring bola sehingga gerakannya dengan mudah diprediksi oleh lawan. Kurang maksimalnya keterampilan menggiring bola yang dimiliki pemain mungkin juga disebabkan oleh kurangnya melakukan latihan khusus untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola.

Agar tidak meluasnya permasalahan, maka peneliti mencoba mengajukan suatu penelitian dengan judul “**Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak**”.

B. Identifikasi Masalah

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

1. Bola yang digiring tidak dapat dikontrol dengan baik oleh kaki pemain.
2. kelincahan dan kecepatan pemain yang tidak maksimal
3. Bola yang digiring mudah direbut oleh lawan.
4. Kelentukan dan koordinasi gerak pemain masih belum maksimal
5. Siswa agak kaku dalam menggiring bola
6. Gerakan pemain dengan mudah diprediksi oleh lawan.
7. Kurangnya melakukan latihan khusus menggiring bola.

C. Pembatasan Masalah

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

dan kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak.

D. Perumusan Masalah

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

1. Apakah terdapat kontribusi kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak?
2. Apakah terdapat kontribusi kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak?
3. Apakah terdapat kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak?

E. Tujuan Penelitian

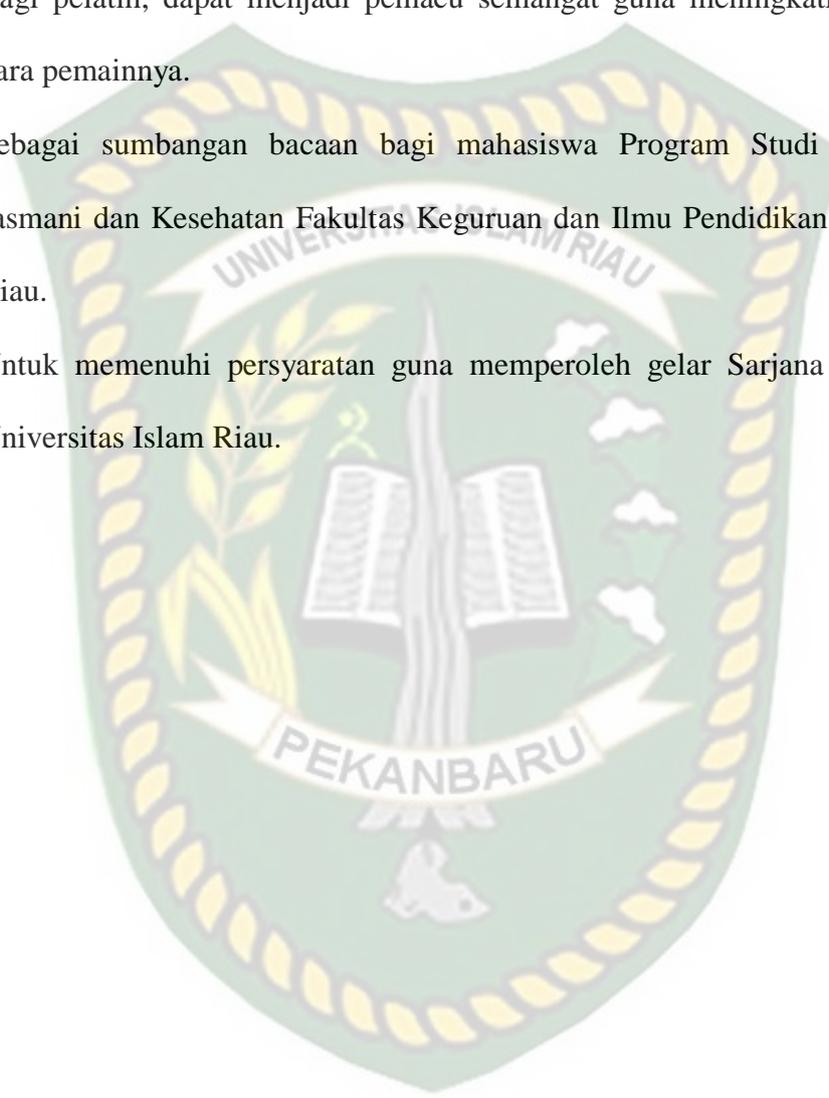
Sesuai dengan permasalahan yang telah di uraikan di atas, maka tujuan yang hendak dicapai pada penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Kontribusi kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak.
2. Kontribusi kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak.
3. Kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak.

F. Manfaat Penelitian

Adapun penelitian yang akan dilaksanakan ini juga berguna untuk:

1. Bagi pemain, menambah motivasi latihan guna mengetahui sejauh mana kemampuan pemain dalam menggiring bola.
2. Bagi pelatih, dapat menjadi pemacu semangat guna meningkatkan prestasi para pemainnya.
3. Sebagai sumbangan bacaan bagi mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau.
4. Untuk memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Universitas Islam Riau.



BAB II

KAJIAN TEORI

A. Landasan Teori

1. 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. Ismaryati (2008:41) Kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara cepat dan tepat.

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 gerakanya 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

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.

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 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 menggiring bola sangat dibutuhkan dalam melakukan keterampilan 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.

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.

Menurut Ramadona (2019:86) kondisi kelincahan memiliki peranan yang penting terhadap keterampilan *dribbling* pemain sepakbola. Beberapa tujuan dari teknik *dribbling* dalam permainan sepakbola adalah untuk mengatur serangan, melewati lawan, dan lain sebagainya. Jika seorang pemain tidak dapat melakukan gerakan *dribble* dengan lincah, maka lawan dengan mudah untuk melakukan gangguan dan merebut bola dari penguasaan. Begitu juga dengan strategi menerobos pertahanan lawan, jika pemain tidak dapat bergerak dengan gesit (lincah) pada saat menggiring bola maka pertahanan lawan sukar untuk dilewati.

Ismaryati (2008:41) mengatakan kelincahan merupakan salah satu komponen kebugaran jasmani yang sangat diperlukan pada semua aktivitas yang membutuhkan kecepatan perubahan posisi tubuh dan bagian-bagiannya. Di samping itu kelincahan merupakan prasyarat untuk mempelajari dan memperbaiki kemampuan gerak dan teknik olahraga, terutama gerakan-gerakan yang membutuhkan koordinasi gerak. Lebih lanjut, kelincahan sangat penting untuk

jenis olahraga yang membutuhkan kemampuan adaptasi yang tinggi dengan perubahan-perubahan situasi dalam pertandingan.

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 Hasanudin (2018:101) 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 kelenturan tubuh.

Dari kutipan di atas dapat dipahami bahwa kelincahan yang baik merupakan keterampilan bergerak 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 Ismaryati (2008:41) menjelaskan bahwa kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara cepat dan tepat. Selain dikerjakan secara cepat dan tepat, perubahan-perubahan tadi harus dikerjakan dengan tanpa kehilangan keseimbangan. Dari batasan ini

terdapat tiga hal yang menjadi karakteristik kelincuhan, yaitu: perubahan arah lari, perubahan posisi tubuh, dan perubahan arah bagian-bagian tubuh. Karakteristik kelincuhan sangat unik. Kelincuhan memainkan peranan yang khusus terhadap mobilitas fisik. Kelincuhan bukan merupakan kemampuan fisik tunggal, akan tetapi tersusun dari komponen koordinasi, kekuatan, kelenturan, waktu reaksi, dan *power*. Komponen-komponen tersebut saling berinteraksi.

Menurut Irawadi (2014:194) mengatakan bahwa kelincuhan termasuk salah satu unsur kondisi fisik khusus, yang merupakan gabungan dari unsur kekuatan, kecepatan dan kelenturan. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa kelincuhan dipengaruhi oleh (1) sistem saraf pusat, (2) kekuatan otot, (3) bentuk, jenis otot, dan keluasaan gerak sendi, (4) tingkat elastisitas otot dan keluasaan gerak sendi, (5) koordinasi intermuskular, (6) koordinasi intramuskular, (7) kelelahan, (8) jenis kelamin dan (9) suhu otot.

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

2. Hakikat Kecepatan

a. Pengertian Kecepatan

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 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 penting 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) 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 melakukan serangan jika ia punya kecepatan, dan sebaliknya ia akan mampu mengelak dari serangan lawan jika ia punya kecepatan untuk bereaksi.

Di 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 berasal dari pengaruh kekuatan terhadap tubuh yang bergerak dimana kekuatan dapat mempercepat gerakan tubuh.

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.

Dari penjelasan di atas dapat dipahami bahwa kecepatan yang dimiliki oleh seseorang dapat dikembangkan melalui kekuatan yang dimilikinya, kecepatan yang maksimal akan dapat dicapai apabila ia dapat mengerahkan 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 (Syafuruddin, 2011:133):

- 1) **Kekuatan Otot**
Sebagaimana dikemukakan sebelumnya bahwa kemampuan kecepatan tidak bisa berkembang tanpa kekuatan otot yang memadai, karena kekuatan otot merupakan suatu prasyarat mutlak dari kecepatan gerakan.
- 2) **Viskositas Otot**
Perkembangan/peningkatan kecepatan gerakan yang dapat dicapai secara maksimal berpengaruh negatif ketika otot dalam keadaan dingin dengan viskositas yang tinggi.
- 3) **Kecepatan Reaksi**
Kecepatan reaksi atau kemampuan reaksi merupakan kemampuan seseorang menjawab/merespon suatu signal (stimulus) dengan kecepatan tinggi.
- 4) **Kecepatan Kontraksi**
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**
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**
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**
Dayatahan kecepatan menentukan kesanggupan seseorang mengatasi kerja intensif selama 20-30 detik.

3. Hakikat Keterampilan Menggiring Bola

a. Pengertian Keterampilan Menggiring Bola

Sepakbola merupakan permainan olahraga yang sangat digemari masyarakat sebagaimana menurut Mardiana (2010:5.17) menyatakan bahwa permainan 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.

Menurut Sapulete (2012:109) menyebutkan menggiring 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.

Salah satu teknik dalam permainan sepakbola adalah teknik menggiring bola, 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 permainan.

Menurut Mappaompo (2011:97) 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 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 tetep dalam penguasaan.

Kemudian menurut Hidayat (2017:30) menggiring bola merupakan kegiatan mengontrol pergerakan bola dengan menggunakan kaki, baik pemain itu sedang berdiri, berlari, bergerak atau ketika hendak melakukan operan kepada pemain lainnya, dengan menggiring bola, maka pemain bisa melindungi bola tersebut dari sergapan pemain 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.

Menurut Sari (2018:104) Kegunaan keterampilan 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 dan kelincahan.

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. Untuk dapat melakukan menggiring bola dengan baik seorang pemain sepakbola harus memiliki tingkat koordinasi gerak yang baik pula, karena tanpa adanya koordinasi gerak yang baik tentunya seorang pemain akan sulit membuat gerakan-gerakan menggiring yang menyulitkan pemain lawan. Dengan koordinasi seorang pemain akan dapat dengan mudah menggabungkan beberapa elemen gerakan menggiring bola menjadi satu gerakan yang sempurna, sedangkan untuk dapat menghindari lawan dengan pergerakan yang dapat mengecoh lawan diperlukan adanya kelincahan. Dengan kelincahan yang dimiliki oleh seorang pemain sepakbola diharapkan menggiring bola yang dilakukan dapat berubah-ubah arah dengan cepat. Hal tersebut merupakan perwujudan dari seorang pemain sepakbola dalam melakukan penetrasi kedaerah lawan dengan gerakan menggiring bola.

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.

Menurut 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 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 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. Pemain 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 1. Teknik Menggiring Bola
(Luxbacher (2012:49))

Menurut Mariyono (2017:67) Menggiring bola (*dribbling*) memiliki 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.

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.

B. Kerangka Pemikiran

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.

Kemudian 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.

Berdasarkan uraian dan gambaran di atas, diperoleh kesimpulan bahwa kelincahan dan kecepatan 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 kelincahan dan kecepatan dapat dikatakan berhubungan dengan keterampilan menggiring bola. Dengan demikian dapat diasumsikan bahwa semakin baik kelincahan dan kecepatan seorang pemain maka semakin baik pula keterampilan menggiring bolanya.

C. Hipotesis

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

1. Terdapat kontribusi kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak.
2. Terdapat kontribusi kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak.
3. Terdapat kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

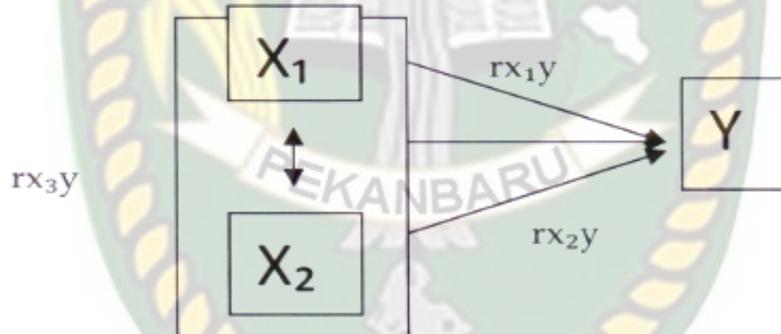
Perpustakaan Universitas Islam Riau

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 kelincahan, variabel X_2 adalah kecepatan dan variabel Y adalah keterampilan 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

X_2 = variabel bebas

Y = variabel terikat

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Arikunto (2006:130) yang dimaksud dengan populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak yang berjumlah 18 orang.

2. Sampel

Menurut Arikunto (2006:131) yang disebut dengan sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Kemudian Arikunto (2006:134) menyatakan bahwa apabila subjeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Dengan demikian maka jumlah sampel pada penelitian ini adalah 18 orang.

C. Defenisi Operasional

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

- a. Kelincahan adalah kemampuan bergerak dengan cepat, merubah arah dan posisi, menghindar benturan antar pemain, dan kemampuan berkelit dari 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.
- b. Kecepatan adalah kemampuan untuk menyelesaikan suatu jarak tertentu dengan cepat. Kecepatan diukur dengan menggunakan lari cepat sejauh 30 meter.
- c. Menggiring bola adalah suatu upaya mendorong bola secara terputus-putus dengan posisi bola tidak jauh dari kaki sambil berlari untuk mempertahankan bola saat berlari melintasi lawan. Untuk mengukur keterampilan menggiring bola digunakan tes menggiring bola.

D. Pengembangan Instrumen

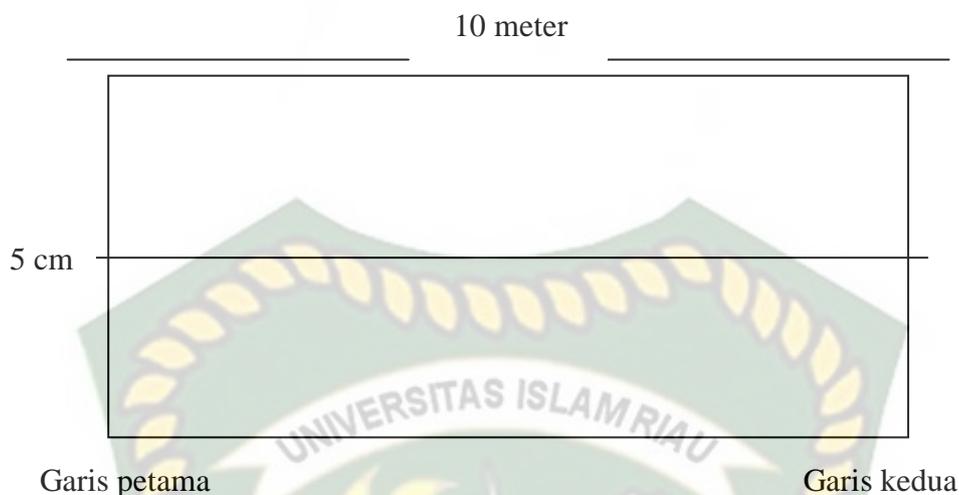
Instrumen yang diperlukan pada penelitian ini adalah dengan melakukan tes.

Adapun tes tersebut adalah :

1. Tes 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) Testi 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 3. Lapangan Tes Lari Bolak Balik
(Arsil, 2010:108)

2. Tes Kecepatan

Kecepatan diukur dengan menggunakan lari cepat sejauh 30 meter sesuai dengan pendapat Arsil (2010:104) sebagai berikut:

- a. Teste siap berdiri di belakang garis *start*
- b. Dengan aba-aba “ siap” teste siap berlari dengan *start* berdiri
- c. Dengan aba-aba “ ya” teste berlari secepat-cepatnya dengan menempuh jarak 30 meter sampai melewati garis akhir
- d. Kecepatan lari dihitung dari aba-aba “ ya”
- e. Pencatatan waktu dilakukan sampai dengan persepuluh detik (0,1 detik), bila memungkinkan dicatat sampai dengan perseratus detik (0,10 detik)
- f. Tes dilakukan dua kali, pelari melakukan tes berikutnya setelah berselang minimal satu pelari. Kecepatan lari terbaik dihitung
- g. Teste dinyatakan gagal apabila melewati atau menyeberangi lintasan lainnya.

3. Tes Soccer Drible Test Ismaryati (2008:56) menerangkan sebagai berikut:

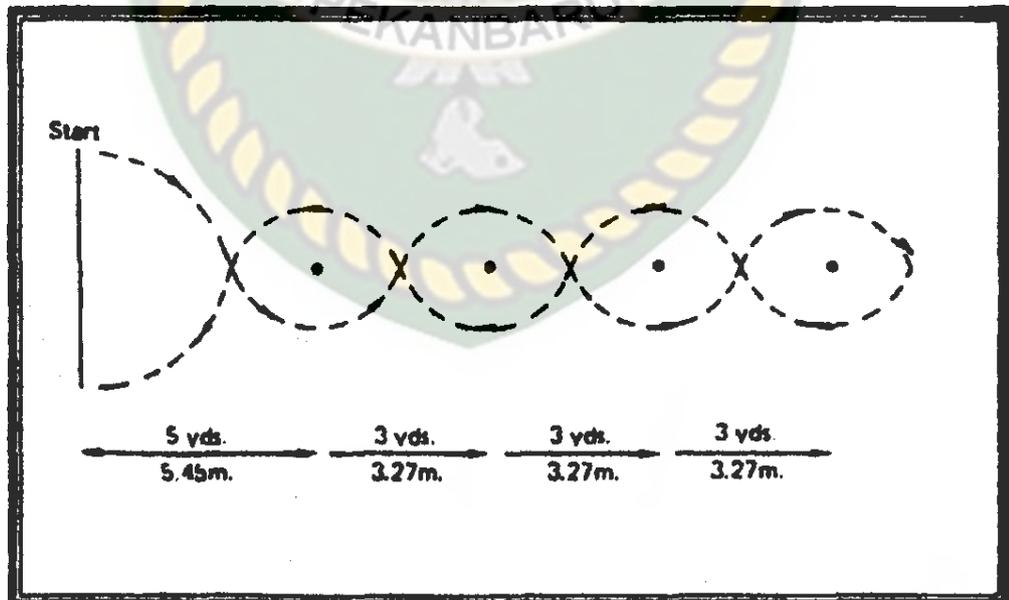
Tujuan : Untuk mengukur kecepatan menggiring bola

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 4. Lapangan Soccer Drible Test
(Ismaryati, 2008:56)

E. Teknik Pengumpulan Data

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

1. Observasi adalah melakukan pengamatan 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 keterampilan menggiring bola.

F. Teknik Analisa Data

1. Rumus korelasi sederhana untuk menghitung hubungan kelincahan (X_1) terhadap keterampilan menggiring bola (Y) menurut 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. Rumus korelasi sederhana untuk menghitung hubungan kecepatan (X_2) terhadap keterampilan menggiring bola (Y) menurut 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
 $\sum X_2^2$ = Jumlah seluruh skor X_2
 $\sum Y^2$ = Jumlah seluruh skor Y

3. Rumus korelasi sederhana untuk menghitung hubungan kelincahan (X_1) terhadap kecepatan (X_2) menurut Riduwan (2005:138):

$$r_{x_1x_2} = \frac{n \sum X_1 X_2 - (\sum X_1)(\sum X_2)}{\sqrt{\{n \sum X_1^2 - (\sum X_1)^2\} \{n \sum X_2^2 - (\sum X_2)^2\}}}$$

keterangan:

- $r_{X_1X_2}$ = Angka Indeks Korelasi “r” Product moment
 n = Sampel
 $\sum X_1 X_2$ = Jumlah hasil perkalian antara skor X_1 dan skor X_2
 $\sum X_1^2$ = Jumlah seluruh skor X_1
 $\sum X_2^2$ = Jumlah seluruh skor X_2

4. Teknik analisis korelasi yang dipergunakan adalah korelasi *product moment* yang dikemukakan oleh Pearson dalam Sugiyono (2010:222). Teknik ini termasuk teknik statistik parametrik yang menggunakan data interval dan ratio yaitu:

Rumus Korelasi Ganda :

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

Keterangan :

- $R_{y_{x_1x_2}}$ = 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 kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak 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 kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak 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 kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak. 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

Data penelitian ini menyangkut tiga variabel yaitu satu variabel terikat dan dua variabel bebas. Variabel terikat (Y) adalah keterampilan menggiring bola, sedangkan variabel bebas pertama (X_1) adalah kelincahan dan variabel bebas kedua (X_2) adalah kecepatan. Jumlah subjek penelitian yang telah memenuhi syarat untuk dianalisis yaitu seluruh pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak yang berjumlah 18 orang. Untuk memperoleh gambaran mengenai karakteristik sampel dilakukan melalui deskripsi data skor dari subyek penelitian untuk masing-masing variabel. Untuk itu berikut ini disajikan harga rata-rata, simpangan baku, median, modus, distribusi frekuensi, dan histogram data tunggal.

1. Kelincahan (X_1) Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak

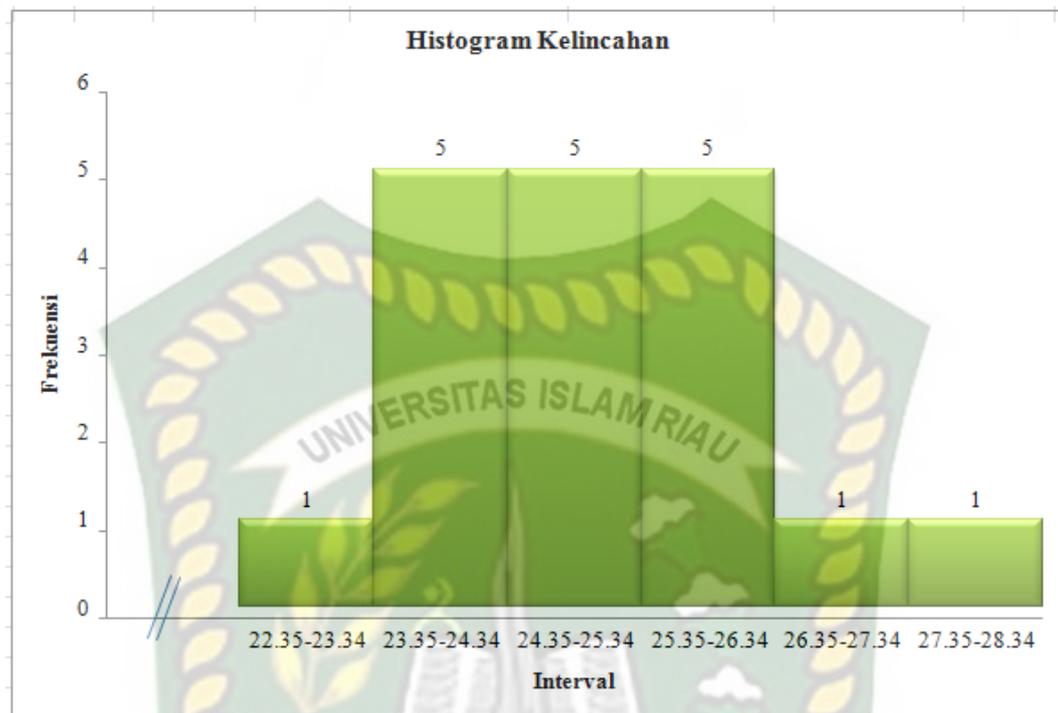
Berdasarkan hasil tes kelincahan terhadap pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak. Diperoleh kelincahan terendah yang dicapai pemain adalah 27.48 dan kelincahan tertinggi adalah 22.35, Perhitungan terhadap distribusi skor tersebut menghasilkan: (1) nilai mean atau rata-rata = 25.06; (2) simpangan baku = 1.32; (3) median = 25.14.

Sebaran skor kelincahan pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak disajikan dalam daftar distribusi frekuensi dengan jumlah kelas sebanyak 6 dan panjang kelas 1.00 yaitu pada kelas *interval* pertama pada rentang 22.35-23.34 terdapat 1 orang atau 5.56%, pada kelas *interval* kedua pada rentang 23.35-24.34 terdapat 5 orang atau 27.78%, pada kelas *interval* ketiga pada rentang 24.35-25.34 terdapat 5 orang atau 27.78%, pada kelas *interval* keempat pada rentang 25.35-26.34 terdapat 5 orang atau 27.78%, pada kelas *interval* kelima pada rentang 26.35-27.34 terdapat 1 orang atau 5.56%, pada kelas *interval* keenam pada rentang 27.35-28.34 terdapat 1 orang atau 5.56%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kelincahan (X_1) Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak

| No | Interval | Frekuensi Absolut | Frekuensi Relatif |
|---------------|---------------|-------------------|-------------------|
| 1 | 22.35 - 23.34 | 1 | 5.56% |
| 2 | 23.35 - 24.34 | 5 | 27.78% |
| 3 | 24.35 - 25.34 | 5 | 27.78% |
| 4 | 25.35 - 26.34 | 5 | 27.78% |
| 5 | 26.35 - 27.34 | 1 | 5.56% |
| 6 | 27.35 - 28.34 | 1 | 5.56% |
| Jumlah | | 18 | 100% |

Penyebaran distribusi frekuensi dari kelincahan pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak dapat ditunjukkan pada gambar berikut:



Grafik 1. Histogram Sebaran Data Kelincahan (X_1) Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak

2. Kecepatan (X_2) Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak

Pengukuran terhadap kecepatan, diperoleh kecepatan terendah yang dicapai adalah 5.66 dan kecepatan maksimal adalah 4.07 dengan perhitungan terhadap distribusi data menghasilkan: (1) nilai mean atau nilai rata-rata = 5.16; (2) simpangan baku = 0.42; (3) median = 5.19, (4) modus = 5.12.

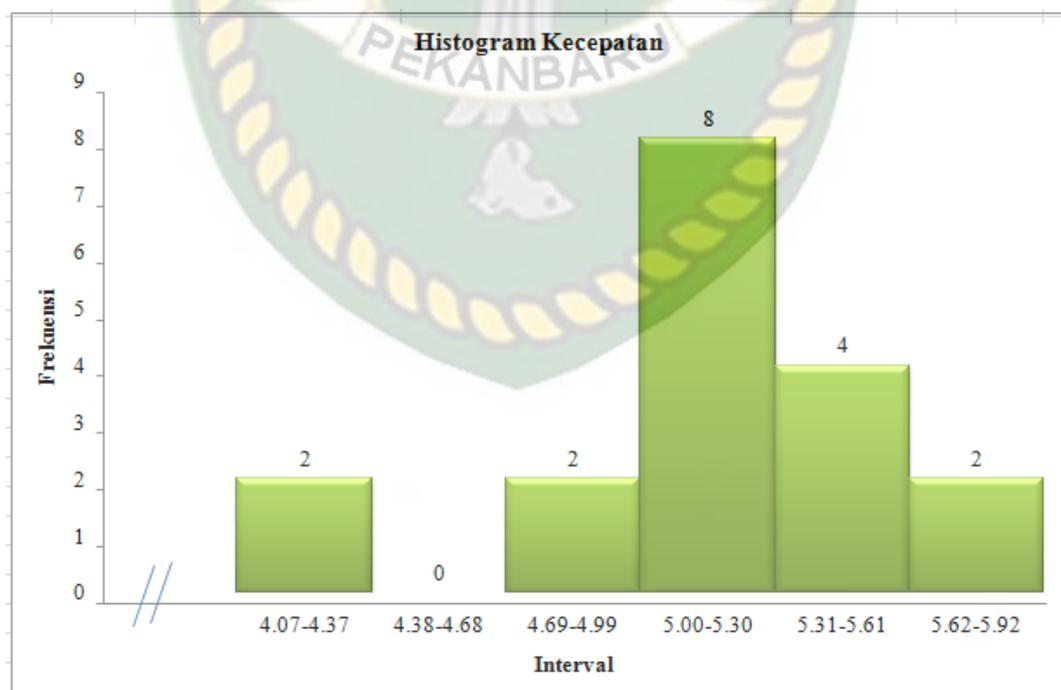
Data hasil penelitian dimasukkan ke dalam tabel dengan banyak kelas 6, panjang kelas adalah 0.31 yaitu pada kelas *interval* pertama pada rentang 4.07-4.37 terdapat 2 orang atau 11.11%, pada kelas *interval* kedua pada rentang 4.38-4.68 tidak ada, pada kelas *interval* ketiga pada rentang 4.69-4.99 terdapat 2 orang atau 11.11%, pada kelas *interval* keempat pada rentang 5.00-5.30 terdapat 8 orang atau 44.44%, pada kelas *interval* kelima pada rentang 5.31-5.61 terdapat 4 orang

atau 22.22%, pada kelas *interval* keenam pada rentang 5.62-5.92 terdapat 2 orang atau 11.11%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kecepatan (X_2) Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak

| No | Interval | Frekuensi Absolut | Frekuensi Relatif |
|---------------|-------------|-------------------|-------------------|
| 1 | 4.07 - 4.37 | 2 | 11.11% |
| 2 | 4.38 - 4.68 | 0 | 0.00% |
| 3 | 4.69 - 4.99 | 2 | 11.11% |
| 4 | 5.00 - 5.30 | 8 | 44.44% |
| 5 | 5.31 - 5.61 | 4 | 22.22% |
| 6 | 5.62 - 5.92 | 2 | 11.11% |
| Jumlah | | 18 | 100% |

Penyebaran distribusi frekuensi dari kecepatan dapat ditunjukkan pada gambar berikut.



Gambar 2. Histogram Frekuensi Data Kecepatan (X_2) Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak

3. Hasil Menggiring Bola (Y) Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak

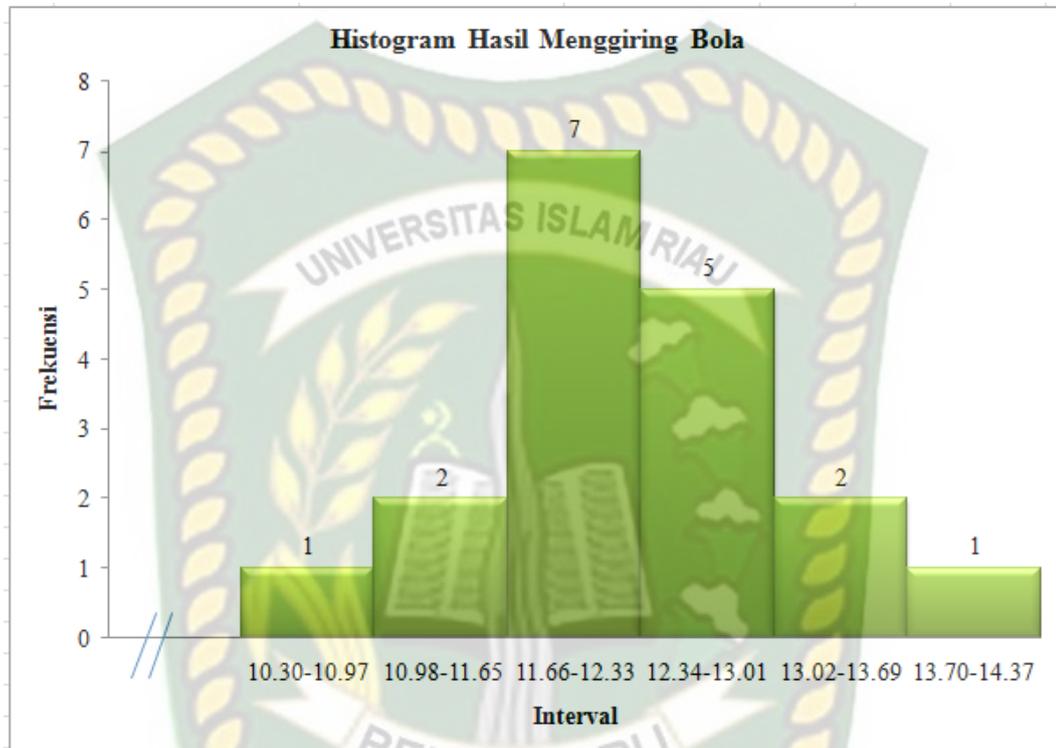
Berdasarkan hasil perhitungan terhadap keterampilan menggiring bola, waktu terendah yang diperoleh pemain adalah 13.80 dan waktu tercepat adalah 10.30. Perhitungan terhadap distribusi skor tersebut menghasilkan: (1) nilai mean atau nilai rata-rata = 12.33; (2) simpangan baku = 0.82; (3) median = 12.22.

Data hasil penelitian dimasukkan ke dalam tabel dengan banyak kelas 6 dan panjang kelas 0.68 yaitu pada kelas *interval* pertama pada rentang 10.30-10.97 terdapat 1 orang atau 5.56%, pada kelas *interval* kedua pada rentang 10.98-11.65 terdapat 2 orang atau 11.11%, pada kelas *interval* ketiga pada rentang 11.66-12.33 terdapat 7 orang atau 38.89%, pada kelas *interval* keempat pada rentang 12.34-13.01 terdapat 5 orang atau 27.78%, pada kelas *interval* kelima pada rentang 13.02-13.69 terdapat 2 orang atau 11.11%, pada kelas *interval* keenam pada rentang 13.70-14.37 terdapat 1 orang atau 5.56%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Hasil Menggiring Bola (Y) Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak

| No | Interval | Frekuensi Absolut | Frekuensi Relatif |
|---------------|---------------|-------------------|-------------------|
| 1 | 10.30 - 10.97 | 1 | 5.56% |
| 2 | 10.98 - 11.65 | 2 | 11.11% |
| 3 | 11.66 - 12.33 | 7 | 38.89% |
| 4 | 12.34 - 13.01 | 5 | 27.78% |
| 5 | 13.02 - 13.69 | 2 | 11.11% |
| 6 | 13.70 - 14.37 | 1 | 5.56% |
| Jumlah | | 18 | 100% |

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



Gambar 3. Histogram Frekuensi Skor Variabel Y Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak

B. Analisa Data

Data yang telah terkumpul kemudian dianalisis, yang menjadi variabel X_1 adalah kelincahan dan X_2 adalah kecepatan dan yang menjadi variabel Y adalah keterampilan menggiring bola. Pengujian yang digunakan yaitu sebagai berikut:

Data yang telah diperoleh dan dianalisis secara deskriptif, maka selanjutnya dilakukan uji hipotesis dari penelitian yang telah dilakukan. Adapun hipotesis yang akan diuji yaitu:

1. Terdapat kontribusi kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak.

2. Terdapat kontribusi kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak.
3. Terdapat kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak.

1) Nilai Korelasi X1 ke Y (Kelincahan Dengan Hasil Menggiring Bola)

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak didapat nilai $r_{hitung} = 0,541 > r_{tabel} = 0,468$ dengan nilai kontribusi sebesar 29,27%.

2) Nilai Korelasi X2 ke Y (Kecepatan Dengan Hasil Menggiring Bola)

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan kecepatan dengan keterampilan menggiring bola pada pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak didapat nilai $r_{hitung} = 0,737 > r_{tabel} = 0,468$ dengan nilai kontribusi sebesar 54,32%.

3) Nilai Korelasi X₁ dan X₂ Ke Y (Kelincahan dan Kecepatan Dengan Hasil Menggiring Bola)

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan kelincahan dan kecepatan keterampilan menggiring bola pada pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak secara simultan adalah 0,770. Setelah angka korelasi didapat, selanjutnya dilakukan pengujian hipotesis dengan kaidah pengujian sebagai berikut:

Jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ maka signifikan

Jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ maka tidak signifikan

Kemudian didapati $r_{hitung} = 0,770$. Pada taraf signifikan 5% didapati $r_{tabel} = 0,468$. dengan demikian $r_{hitung} > r_{tabel}$ atau $0,770 > 0,468$. Hal ini menunjukkan adanya korelasi antara variabel X_1 dan X_2 ke variabel Y atau ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dan kecepatan dengan keterampilan menggiring bola pada pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak.

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisa data di atas dapat diketahui bahwa :

1. Terdapat Kontribusi Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelincahan seorang pemain mempengaruhi kemampuannya dalam menggiring bola, ini menandakan bahwa kelincahan mempunyai kontribusi yang baik terhadap menggiring bola pada pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak. kelincahan 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 kelincahan dan kecepatan mempunyai kontribusi yang signifikan terhadap hasil menggiring bola sebesar 29.27%. Nilai kontribusi ini cukup besar untuk mempengaruhi kemampuan menggiring bola seseorang, walaupun masih ada faktor lain yang mempengaruhi kemampuan menggiring bola namun faktor kelincahan ini merupakan faktor penting yang harus dimiliki secara maksimal oleh seorang pemain sepakbola.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Iman (2008:15) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan

dan kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain putra kelas VII SMP Swasta Kapuas Pontianak.

2. Terdapat Kontribusi Kecepatan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak

Kemudian hasil dari penelitian ini sudah terbukti bahwa terdapat kontribusi yang signifikan dari kecepatan terhadap kemampuan menggiring bola. Kontribusi tersebut ada sewaktu pemain menggiring bola, ketika pemain bergerak ke kiri dan ke kanan menghindari rintangan sambil menggiring bola yang dikontrol dengan kaki. Sehingga kecepatan yang dimiliki oleh pemain sangat berpengaruh terhadap kemampuan menggiringnya sebesar 54.32%, semakin baik kecepatan pemain, maka akan semakin baik pula kemampuan menggiring bolanya.

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

3. Terdapat Kontribusi Kelincuhan dan Kecepatan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kelincuhan dan kecepatan yang dimiliki oleh seorang pemain bola akan menghasilkan keterampilan yang baik disaat menggiring bola, dimana penelitian ini menunjukkan bahwa besar nilai kontribusi dari kelincuhan dan kecepatan seseorang sewaktu menggiring bola ada sebesar 59.29%.

Selain faktor kelincuhan dan kecepatan terdapat faktor lain yang juga mempunyai kontribusi sewaktu pemain menggiring bola seperti tingkat

penguasaan teknik dan koordinasi gerak pemain yang bagus juga mempunyai kontribusi terhadap kemampuan menggiring bola diperkirakan sebesar 40,71%.

Hasil penelitian ini relevan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Sadiqul (2016:24) bahwa kelincahan dan kecepatan reaksi kaki memberi sumbangan sebesar 98.01% ($0.992 \times 100\%$) 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 kelincahan dan kecepatan reaksi kaki, sehingga kontribusi faktor-faktor lainnya sebesar 1.99% yang diperoleh dari penjumlahan $98.01 + 1.99 = 100\%$.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

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

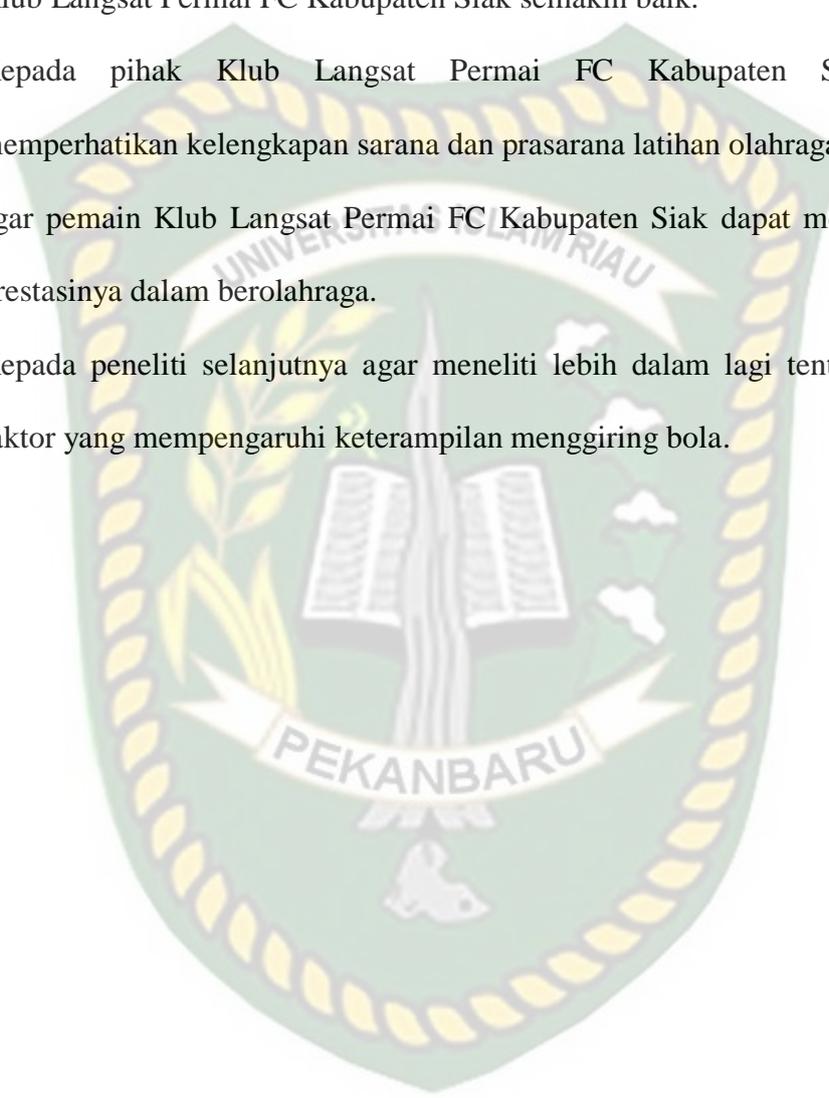
1. Terdapat kontribusi kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak dengan nilai $r_{hitung} = 0,541$ atau 29,27%.
2. Terdapat kontribusi kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak dengan nilai $r_{hitung} = 0,737$ atau 54,32%.
3. Terdapat kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak dengan nilai $r_{hitung} = 0,770$ atau 59,29%.

Berdasarkan hasil perhitungan maka dapat diketahui bahwa nilai kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak sebesar = 59,29%.

B. Saran

1. Kepada pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak diharapkan lebih giat lagi dalam melakukan latihan fisik, melalui latihan kelincahan dan latihan kecepatan agar keterampilan menggiring bola dapat terus ditingkatkan.

2. Bagi pelatih, diharapkan dapat memberikan latihan fisik seperti latihan kelincahan dan latihan kecepatan agar keterampilan menggiring bola pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak semakin baik.
3. Kepada pihak Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak untuk memperhatikan kelengkapan sarana dan prasarana latihan olahraga sepakbola, agar pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak dapat meningkatkan prestasinya dalam berolahraga.
4. Kepada peneliti selanjutnya agar meneliti lebih dalam lagi tentang faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan menggiring bola.



DAFTAR PUSTAKA

- Adil, A. (2011). Kontribusi Kecepatan, Kelincahan, dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola PS. Aspura UNM. *Jurnal ILARA*, Volume II, Nomor 1, Juni 2011. hlm 70-77.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian dan Pendekatan Suatu Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Arsil & Aryadie, A. (2010). *Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Malang : Wineka Media
- Harsono. (2001). *Latihan Kondisi Fisik*. Jakarta: Dedikbud, Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi.
- Hasanuddin, M. I., & Hasruddin, H. (2018). Kontribusi Antara Kecepatan, Kelincahan Dan Koordinasi Mata-Kaki Dengan Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Mts Negeri 1 Kotabaru. *Cendekia: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 6(1).
- 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.
- Iman, I. (2008). Hubungan Antara Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Hasil Menggiring Bola. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 2(8).
- Imran, M. (2018). 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*, 6 (1), 96-119.
- 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.
- Ismaryati. (2008). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: UNS Press.

- Jaya, A. (2008). *Futsal; Gaya Hidup, Peraturan dan Tips Permainan*. Yogyakarta: Pustaka Timur
- Kusumawati, M. (2015). *Penelitian Penjasorkes Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Luxbacher, J. A. (2012). *Sepakbola Edisi Kedua*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Malcom, C. (2013). *Drills Sepakbola Untuk Pemain Muda Usia 12 – 16 Tahun*. Jakarta: PT. Indeks.
- Mappaompo, M. A. (2011). Kontribusi koordinasi mata-kaki dan kelincihan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola club Bilopa Kabupaten Sinjai. *Jurnal Ilara*, 2(1), 96-101.
- Mardiana. (2010). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta. Universitas Terbuka.
- Mariyono, M., Rahayu, S., & Rustiana, E. R. (2017). Metode Latihan Kelincihan dan Fleksibilitas Pergelangan Kaki terhadap Keterampilan Menggiring Bola. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(1), 66-71.
- Nurhasan. (2001). *Tes Dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- Ramodana, I., & Masrun, M. (2019). Kontribusi Kelincihan dan Keseimbangan Terhadap Keterampilan Dribbling Pemain SSB Rambatan. *Jurnal JPDO*, 2(1), 83-88.
- Rosdiani, D. (2013). *Dinamika Olahraga dan Pengembangan Nilai*. Bandung: Alfabeta.
- Sadiqul. (2016). Kontribusi Kelincihan 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 Kelincihan dan Kecepatan Dengan Kemampuan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Siswa SMK Kesatuan Samarinda. *Jurnal ILARA*, Volume III, Nomor 1, Januari-Juni 2012. hlm 108-114.
- Sari, D. N. (2018). Kontribusi Kecepatan Dan Kelincihan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Atlet Sekolah Sepakbola. *Sport Science*, 18(2), 103-113.

Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung: Alfabeta.

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

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

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

Undang-Undang. (2005). *Sistem Keolahragaan Nasional Nomor 3*. Jakarta: Republik Indonesia.

Warti, Y. (2016). Kontribusi Kelincahan Dan Kecepatan Terhadap Keterampilan 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.