

**RELATIONSHIPS OF SPEED AND DISTRIBUTION TO ABILITY
ABOUT BALLING SSB PLAYERS BINA PARTNERS OF
SUNGAI APIT DISTRICT**

Jumaldi Rizki¹, Drs. Saripin, M.Kes, AIFO², Ardiah Juita, S.Pd, M.Pd³

Email: jumaldirizki84@gmail.com, sarifinunri@gmail.com, ardiahjuita@yahoo.com

No. HP: 085292312741

*Study program Physical Education And Recreation
Faculty of Teacher Training and Education
University of Riau*

Abstract : *The problem in this research is SSB football players Bina Mitra Sungai Apit Subdistrict not optimal in dribble well when playing football. This is allegedly the lack of speed and agility owned by player of SSB Bina Mitra when dribbling so easy to read and easily taken by opponents. The purpose of this study is to determine whether there is a relationship of speed and agility to the ability to accompany ball players SSB Bina Mitra Sungai Apit District. In this research is SSB Bina Mitra Kecamatan Sungai Apit which amounted to 20 people. The sample in this study is less than one hundred then the samples taken by (total sampling) or sampling technique in full of SSB players Bina Mitra District River Apit which amounted to 20 people. The design of this study is a correlational study by comparing the measurement results of two different variables in order to determine the level of relationship between variables. As the free variable speed (X_1) and agility (X_2) while the dependent variable (Y) is dribbling / dribbling. this test uses the type of correlation research, then the test data using the test of normality test, product test moment correlation, variable normality test X_1 Lomax $(0,128) < Ltabel (0,190)$, variable normality test X_2 Lomax $(0,148) < Ltabel (0,190)$, and test normality variable Y Lomax $(0,084) < Ltabel (0,190)$. In other words X_1 , X_2 and Y data levels are normally distributed.*

Keywords: *Football, Speed of Dribbling, Agility Lead.*

HUBUNGAN KECEPATAN DAN KELINCAHAN TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PEMAIN SSB BINA MITRA KECAMATAN SUNGAI APIT

Jumaldi Rizki¹, Drs. Saripin, M.Kes, AIFO², Ardiah Juita, S.Pd, M.Pd³

Email: jumaldirizki84@gmail.com, sarifinunri@gmail.com, ardiahjuita@yahoo.com

No. HP: 085292312741

**Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau**

Abstrak : Masalah dalam penelitian ini adalah pemain sepakbola SSB Bina Mitra Kecamatan Sungai Apit belum optimal dalam menggiring bola dengan baik saat bermain sepakbola. Hal ini diduga kurangnya kecepatan dan kelincahan yang dimiliki pemain SSB Bina Mitra saat menggiring bola sehingga mudah dibaca dan mudah direbut oleh lawan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pemain SSB Bina Mitra Kecamatan Sungai Apit. Dalam penelitian ini adalah SSB Bina Mitra Kecamatan Sungai Apit yang berjumlah 20 orang. Sampel dalam penelitian ini kurang dari seratus maka sampel diambil secara (total sampling) atau teknik pengambilan sampel secara penuh pemain SSB Bina Mitra Kecamatan Sungai Apit yang berjumlah 20 orang. Rancangan penelitian ini merupakan penelitian korelasional dengan membandingkan hasil pengukuran dua variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel. Sebagai variabel bebas kecepatan (X_1) dan kelincahan (X_2) sedangkan variabel terikat (Y) adalah menggiring bola/dribbling. tes ini menggunakan jenis penelitian korelasi, kemudian tes data menggunakan tes uji normalitas, tes produk momen korelasi, tes normalitas variabel X_1 $L_{0maks} (0,128) < L_{tabel} (0,190)$, tes normalitas variabel X_2 $L_{0maks} (0,148) < L_{tabel} (0,190)$, dan tes normalitas variabel Y $L_{0maks} (0,084) < L_{tabel} (0,190)$. Dengan kata lain X_1, X_2 dan Y tingkat data berdistribusi normal.

Keyword: Sepak Bola, Kecepatan Menggiring, Kelincahan Menggiring.

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan salah satu kebutuhan manusia, dengan olahraga manusia dapat menjaga kesehatan dan kebugaran tubuhnya. Selain menjaga kesegaran tubuh, banyak cabang olahraga yang di jadikan ajang untuk meraih prestasi. Olahraga prestasi merupakan olahraga yang di perlombakan baik skala nasional maupun skala internasional yang di ataur dengan seperangkat peraturan yang telah dilakukan. Olahraga prestasi semakin berkembang seiring dengan keinginan bangsa Indonesia untuk memajukan bidang olahraga. Pembinaan-pembinaan olahraga prestasi terus dilakukan. Pemerintah memasukan tentang pembinaan olahraga prestasi kedalam undang-undang keolahragaan.

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 tahun 2005 tentang sistem keolahragaan Nasional Pasal 20 Ayat 1 yang berbunyi Olahraga Prestasi dimaksudkan sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan dan potensi olahragawan dalam rangka meningkatkan harkat dan martabat bangsa. Karena olahraga yang dilakukan dan dikelola secara profesional dengan tujuan untuk memperoleh prestasi optimal pada cabang-cabang olahraga akan meningkatkan martabat seseorang. Sasaran olahraga tidak hanya sekedar untuk mencapai kesegaran jasmani dan rohani, tetapi juga untuk menumbuhkan rasa persatuan bangsa yang kokoh. Selain itu kegiatan olahraga bisa membentuk perilaku, watak, kepribadian, disiplin dan sportifitas yang tinggi. Misalnya pada permainan sepakbola yang tidak jarang akan terjadi kontak fisik langsung dari setiap pemain.

Menurut Mulya (2001:1148) sepakbola merupakan olahraga kolektif yang melibatkan 22 pemain dari dua tim. Mereka mencoba memasukan si "klian bundar" ke gawang kesebelahan lawan. Keberhasilan dalam menjebol gawang lawan disebut dengan mencetak gol. Tim yang paling banyak dalam waktu 2x45 menit akan menjadi pemenang pertandingan. Para pemain menggunakan kaki, kepala atau bagian lain tubuh mereka dalam permainan sepakbola kecuali tangan untuk mendorong atau mengontrol bola.

Menurut Mulya (2011:1159) menggiring bola merupakan salah satu teknik yang cukup penting bagi pemain sepakbola. Menggiring bola adalah salah satu segi yang mengasyikkan untuk ditonton, bagaimana seorang pemain mengontrol bola dan menggiringkan menuju kebidang permainan lawan yang kemudian mengumpan ke rekan satu tim atau menendang langsung kearah gawang lawan.

METODE PENELITIAN

Penelitian tergolong pada jenis penelitian korelasional yang dilanjutkan dengan menghitung besarnya hubungan variabel bebas yaitu: kecepatan (X1) dan kelincahan (X2), sedangkan variabel terikatnya yaitu kemampuan menggiring bola pemain SSB Bina Mitra Kecamatan Sungai Apit (Y). penelitian ini di maksudkan untuk menentukan hubungan variabel-variabel yang berada dalam satu populasi, dan untuk mengetahui berapa besar hubungan variabel bebas dengan variabel terikat. Menurut Suharsimi Arikunto (2006:132) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi.

Menurut Arikunto (2006:134) dalam penarikan sampel apabila kurang dari seratus lebih baik diambil semuanya atau sampel penuh. Tapi jika jumlah subjeknya besar, dapat diambil antara 10- 15% atau 20- 25% dari jumlah populasi. Oleh karena itu sampel dalam penelitian ini kurang dari seratus maka sampel diambil secara (total sampling) atau teknik pengambilan sampel secara penuh Atlet SSB Bna Mitra Kecamatan Sungai Apit yang berjumlah 20 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi data

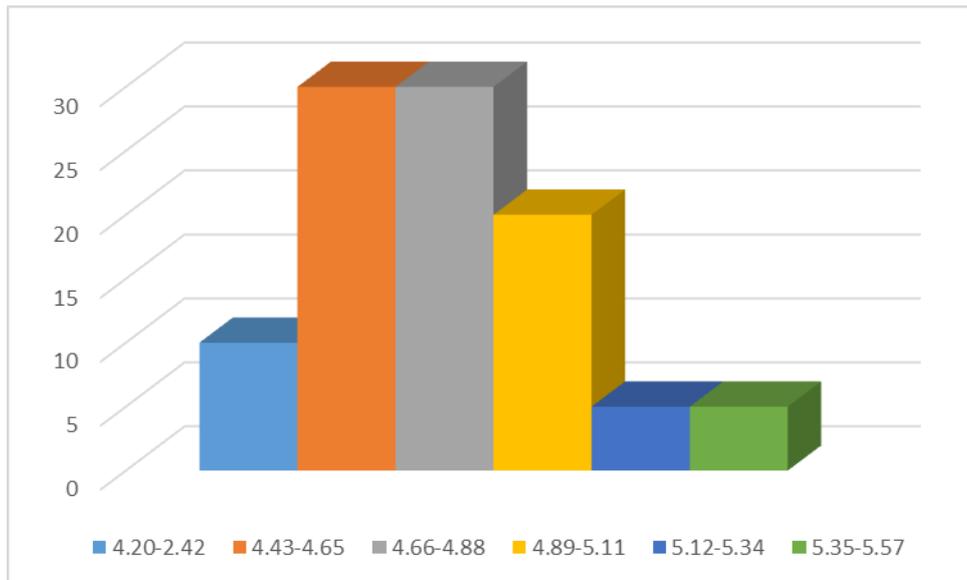
1. Kecepatan

Pengukuran kecepatan dilakukan dengan tes Lari 30 meter terhadap 20 orang sampel, didapat skor tertinggi 5,38, skor terendah 4,20, rata-rata (mean) 4,75 dan simpangan baku (standar deviasi) 0,27, dari data hasil tes ini dapat dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Variabel Kecepatan

No.	Kelas Interval	Frekuensi Absolut (Fa)	Frekuensi relative (Fr)
1	4.20 – 4.42	2	10
2	4.43 – 4.65	6	30
3	4.66 – 4.88	6	30
4	4.89 – 5.11	4	20
5	5.12 – 5.34	1	5
6	5.35 – 5.57	1	5
		20	100

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 20 sampel, ternyata 2 orang sampel (10%) memiliki hasil kecepatan dengan rentangan 4.20-4.42 dikategorikan baik, kemudian terdapat 6 orang sampel (30%) memiliki hasil kecepatan dengan rentangan 4.43-4.65 dikategorikan sedang, kemudian terdapat 6 orang lagi sampel (30%) memiliki rentangan kecepatan 4.66-4.88 dikategorikan kurang, selanjutnya sebanyak 4 orang sampel (20%) memiliki rentangan kecepatan 4.89-5.11 dikategorikan kurang, sedangkan 1 orang sampel (5%) memiliki rentangan kecepatan 5.12-5.34 dikategorikan kurang sekali dan sisanya 1 orang sampel memiliki hasil kecepatan (5%) memiliki rentangan kecepatan 5.35-5.57 dikategorikan kurang sekali, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram:



Gambar 1. Histogram Kecepatan

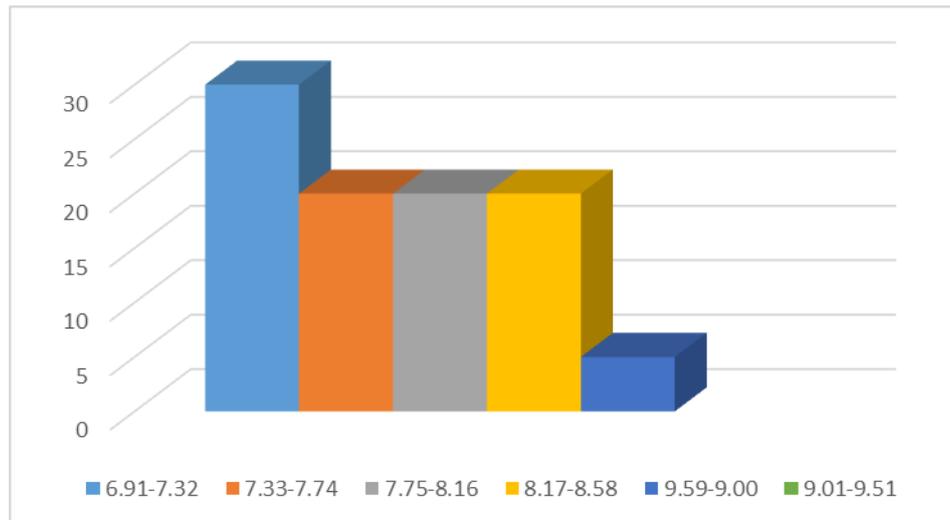
2. Kelincahan

Pengukuran kelincahan dilakukan dengan tes Dogging Run terhadap 20 orang sampel, didapat skor tertinggi 9,10, skor terendah 6,91, rata-rata (mean) 7.84 dan simpangan baku (standar deviasi) 0,63, dari data hasil tes ini dapat dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Variabel Kelincahan

No.	Frekuensi Interval	Frekuensi Absolut (Fa)	Frekuensi relatif (Fr)
1	6.91 – 7.32	6	30
2	7.33 – 7.74	4	20
3	7.75 – 8.16	4	20
4	8.17 – 8.58	4	20
5	8.59 – 9.00	1	5
6	9.01 – 9.51	1	5
		20	100

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 20 sampel, ternyata 6 orang sampel (30%) memiliki hasil kelincahan dengan rentangan 6.91-7.32 dikategorikan baik, kemudian terdapat 4 orang sampel (20%) memiliki hasil kelincahan dengan rentangan 7,33-7,74 dikategorikan sedang, kemudian terdapat 4 orang lagi sampel (20%) memiliki rentangan kelincahan 7,75-8,16 dikategorikan sedang, selanjutnya sebanyak 4 orang sampel (20%) memiliki rentangan kelincahan 8,17-8,58 dikategorikan kurang, sedangkan 1 orang sampel (5%) memiliki rentangan kelincahan 8,59-9,00 dikategorikan kurang, dan sisanya 1 orang sampel memiliki hasil kelincahan (5%) memiliki rentangan kecepatan 9,01-9,51 dikategorikn kurang, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram:



Gambar 2. Histogram Kelincahan

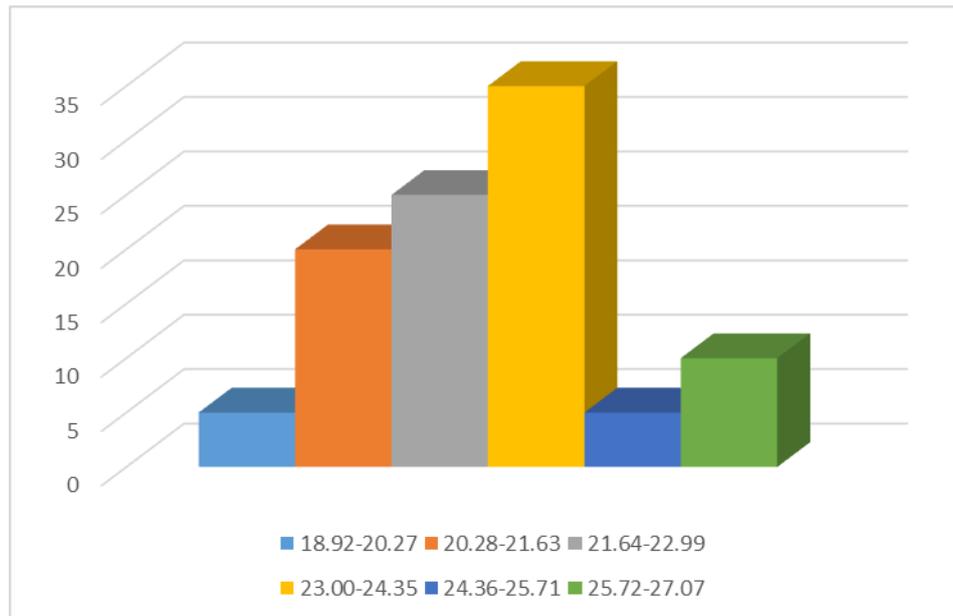
3. Bola Kemampuan Menggiring

Pengukuran kecepatan dilakukan dengan tes Menggiring Bola terhadap 20 orang sampel, didapat skor tertinggi 26,16, skor terendah 18,92, rata-rata (mean) 22,93 dan simpangan baku (standar deviasi) 1,82, dari data hasil tes ini dapat dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Variabel Kemampuan Menggiring Bola

No.	Kelas Interval	Frekuensi absolut (Fa)	Frekuensi relative (Fr)
1	18.92 – 20.27	1	5
2	20.28 – 21.63	4	20
3	21.64 – 22.99	5	25
4	23.00 – 24.35	7	35
5	24.36 – 25.71	1	5
6	25.72 – 27.07	2	10
		20	100

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 20 sampel, ternyata 1 orang sampel (5%) memiliki hasil menggiring bola dengan rentangan 18,92-20,28 dikategorikan sangat baik, kemudian terdapat 4 orang sampel (20%) memiliki hasil menggiring bola dengan rentangan 20,29-21,65 dikategorikan baik, kemudian terdapat 5 orang lagi sampel (25%) memiliki rentangan menggiring bola dengan rentangan 21,66-23,02 dikategorikan baik, selanjutnya sebanyak 7 orang sampel (35%) memiliki rentangan menggiring bola 23,03-24,39 dikategorikan baik, sedangkan 1 orang sampel (5%) memiliki rentangan menggiring bola 24,40-25,76 dikategorikan baik dan sisanya 2 orang sampel memiliki hasil menggiring bola (5%) memiliki rentangan menggiring bola 25,77-27,13 dikategorikan kurang, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram:



Gambar 3. Histogram Kemampuan Menggiring Bol

Pengujian Hipotesis

Terdapat hubungan antara kecepatan dengan kemampuan menggiring bola, dimana r_{tab} pada taraf signifikan $\alpha (0,05) = 0,456$ berarti $r_{hitung} (0,971) > r_{tab} (0,456)$. Kemudian Terdapat hubungan antara Kelincahan dengan kemampuan menggiring bola, dimana r_{tab} pada taraf signifikan $\alpha (0,05) = 0,456$, berarti $r_{hitung} (0,962) > r_{tab} (0,456)$, dan Terdapat hubungan secara bersama-sama antara kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pemain SSB Bina Mitra Kecamatan Sungai Apit, dimana r_{tab} pada taraf signifikan $\alpha (0,05) = 0,456$, berarti $R_{hitung} (0,977) > r_{tab} (0,456)$. Dengan kata lain disimpulkan H_a diterima.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pemain SSB Bina Mitra Kecamatan Sungai Apit yang berjumlah 20 orang. Sampel dalam penelitian ini kurang dari seratus maka sampel diambil secara (total sampling) atau teknik pengambilan sampel secara penuh pemain SSB Bina Mitra Kecamatan Sungai Apit yang berjumlah 20 orang. Rancangan penelitian ini merupakan penelitian korelasional dengan membandingkan hasil pengukuran dua variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel. Sebagai variabel bebas kecepatan (X_1) dan kelincahan (X_2) sedangkan variabel terikat (Y) adalah menggiring bola/*dribbling*. Instrumen dalam penelitian ini berupa tes diantaranya Tes Kecepatan dengan menggunakan test Lari 30 meter, Tes Kelincahan dengan menggunakan *Dogging Run* dan Tes Menggiring Bola dengan menggiring bola.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Masalah dalam penelitian ini adalah pemain sepakbola SSB Bina Mitra Kecamatan Sungai Apit belum optimal dalam menggiring bola dengan baik saat bermain sepakbola. Hal ini diduga kurangnya kecepatan dan kelincahan yang dimiliki pemain SSB Bina Mitra saat menggiring bola sehingga mudah dibaca dan mudah direbut oleh lawan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pemain SSB Bina Mitra Kecamatan Sungai Apit.

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah penulis uraikan pada bab terdahulu, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: Terdapat hubungan antara kecepatan dengan kemampuan menggiring bola, dimana r_{tab} pada taraf signifikan α (0,05) = 0,456 berarti r_{hitung} (0,971) > r_{tab} (0,456). Kemudian Terdapat hubungan antara Kelincahan dengan kemampuan menggiring bola, dimana r_{tab} pada taraf signifikan α (0,05) = 0,456, berarti r_{hitung} (0,962) > r_{tab} (0,456), dan Terdapat hubungan secara bersama-sama antara kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pemain SSB Bina Mitra Kecamatan Sungai Apit, dimana r_{tab} pada taraf signifikan α (0,05) = 0,456, berarti r_{hitung} (0,977) > r_{tab} (0,456). Dengan kata lain disimpulkan H_0 diterima.

Rekomendasi

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti dapat memberikan rekomendasi kepada:

1. Pelatih/guru dapat memperhatikan kecepatan dan kelincahan untuk menghasilkan kemampuan menggiring bola yang baik bagi SSB Bina Mitra Kecamatan Sungai Apit.
2. Pelatih/guru dapat mengarahkan latihan yang dapat mempengaruhi kemampuan menggiring bola.
3. Atlet/siswa agar dapat memperhatikan dan menerapkan latihan kecepatan dan kelincahan untuk menunjang keterampilan menggiring bola.
4. Bagi para peneliti disa rankan untuk dapat mengkaji faktor-faktor lain yang berhubungan dengan kemampuan menggiring bola.

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, Sukma. 2016. *Buku Olahraga Paling Lengkap*. Pamulang: Ilmu.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Harsono. 2001. *Latihan Kondisi Fisik*. Bandung: FPOK IKIP.
- Irawadi, Hendri. 2014. *Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. UNP Press.
- Ismaryati. 2008. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Lembaga Pengembangan Pendidikan (LPP) UNS.
- Jones, Ken. 1998. *Sepak Bola*. Jakarta: PT Dian Rakyat Jakarta.
- Kurniawan, Febi. 2015. *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Bandung: Alfabeta.
- Luxbacher. 1998. *Sepak Bola*. Jakarta: PT RAJAGRAFINDO PERSADA.
- Marjohan. 2014. *Tes Pengukuran dan Eval uasi Pendidikan Jasmani*. Padang: Fakultas Ilmu Keolaraagan Universitas Negeri Padang.
- Milke, danny. 2007. *Dasar-Dasar Sepakbola*. Bandung: Prakarya.
- Mulya, Andi. 2011. *Ensiklopedia Olahraga Indonesia*. Bandung: Angkasa.
- Sajoto. 1995. *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik*. Semarang: Dahara Prize.
- Salim, Agus. 2008. *Buku Pintar Sepak Bola*. Bandung: Nuansa.
- Sujarweni, Wiratna. 2014. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Pustakabarupress.
- Syafruddin. 2012. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang : UNP Press Padang.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang *Sistem Keolahraagan Nasional*. Jakarta: Citra Umbara.
- Zulkarnain. 2007. *Statistika Pendidikan*. Pekanbaru: Cendikia Insani.