

**HUBUNGAN KELINCAHAN DAN KECEPATAN
DENGAN KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA PADA
TIM SEPAK BOLA SMKN 5 PEKANBARU.**

M.tarmizi, ¹, Drs. Ramadi, S.Pd, M.kes, AIFO, ²,

Kristi Agust,S.Pd, M.Pd³.

Emile: m.tarmizi334@yahoo.com

No. Handphone: 0852 7148 6448

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN
REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS RIAU.

Abstract: The problem in this research is whether there is a relationship of the agility and speed with dribbling ball skill. The goal is to find out how big relationship agility and speed with dribbling ball skill the unity of football athlete throughout SMKN 5 Pekanbaru. The technique of sampling performed with total sampling of 18 football athlete SMKN 5 Pekanbaru. This study using a correlation technique. Then, the data are tested using the test of normality, test the product moment correlation test, test of significance on the level of significance of $\alpha = 0.05$. Test of normality of variabels X_1 , $L_{0maks} 0,171 < L_{tabel}$ or $0,200$, variabel X_2 , $L_{0maks} 0,199 < L_{tabel}$ or $0,200$ and testing normality of variabels Y , $L_{0maks} 0,188 < L_{tabel}$ or $0,200$ in other words at a confidence level of 95% of normal data and concluded the results showed: *First*, there is a significant relationship between agility with dribbling ball skill, and correlation $r_1 = 0,525$, where $r_{hitung} > r_{tabel}$ or $0,468$. *Second*, there is a significant relationship between speed with dribbling ball skill, and correlation $r_2 = 0.490$, where $r_{hitung} > r_{tabel}$ or $0.490 > 0,468$. *Third*, there is a significant relationship between agility and speed with dribbling ball skill, with $R = 0,587$ which obtained $R_{hitung} = 0.587$ and $r_{tabel} = 0.468$ it means $R_{hitung} > r_{tabel}$, H_0 rejected and H_a accepted.

Key word: *Agility, Speed And Dribbling Ball Skill.*

HUBUNGAN KELINCAHAN DAN KECEPATAN DENGAN KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA PADA TIM SEPAK BOLA SMKN 5 PEKANBARU.

M.tarmizi, ¹ Drs. Ramadi, S.Pd, M.kes, AIFO, ²,

Kristi Agust, S.Pd, M.Pd³

Emile: m.tarmizi334@yahoo.com

No. Handphone: 0852 7148 6448

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN
REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS RIAU.

Abstrack : Masalah Penelitian ini adalah hubungan kelincahan dan kecepatan dengan keterampilan menggiring bola. Tujuan nya untuk mengetahui hubungan kelincahan dan keterampilan menggiring bola individu maupun kelompok. Teknik penelitian ini menggunakan total sampling dengan jumlah sampel 18 atlet sekolah menengah kejuruan (SMK) Negeri 5 pekanbaru. Penelitian ini menggunakan teknik korelasi. Kemudian, tes data menggunakan normalitas, produk momen korelasi, tes signifikan $\alpha = 0.05$. Tes normalitas variabel X_1 , $L_{0maks} (0,171) < L_{tabel} (0,200)$, tes normalitas variabel X_2 , $L_{0maks} (0,199) < L_{tabel} (0,200)$, dan tes normalitas variabel Y , $L_{0maks} (0,234) < L_{tabel} (0,242)$ dengan kata lain tingkat kepercayaan diri 95% data normal dan kesimpulan penelitian menunjukkan: *pertama*, terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola $r_2 = 0.490$, jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ $0.525 > 0,468.$, *kedua*, terdapat hubungan kecepatan dengan keterampilan menggiring bola $r_2 = 0.490$, jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ $0.490 > 0,468.$ dan *ketiga*, terdapat hubungan secara bersama-sama antara kelincahan dan kecepatan dengan keterampilan menggiring bola $R = 0.490$, where $R_{hitung} > r_{tabel}$ $0.587 > 0,468.$ H_0 di tolak dan H_a di terima.

Kata kunci : Kelincahan Dan Kecepatan, Keterampilan Menggiring Bola

PENDAHULUAN

Olahraga sangat erat hubungannya dengan pembangunan dan telah menjadi program pemerintah dalam upaya meningkatkan mutu kehidupan berbangsa dan bernegara, olahraga memegang peranan penting bagi bangsa Indonesia dalam pelaksanaan pembangunan, disamping itu olahraga dapat dijadikan supremasi keberadaan suatu negara. Tujuan olahraga bermacam-macam sesuai dengan olahraga yang dilakukan, tetapi olahraga secara umum meliputi memelihara dan meningkatkan kesegaran jasmani, memelihara dan meningkatkan kesehatan, memelihara dan meningkatkan prestasi.

Salah satu cabang olahraga yang berprestasi di Indonesia adalah sepakbola, dimana Indonesia pernah memiliki prestasi yang terbilang cukup membuat tim sepakbola negara ini disegani di kawasan Asia Tenggara. Tapi saat ini prestasi sepakbola Indonesia mengalami keterpurukan, karenanya diharapkan kontribusi dari para ahli olahraga terutama dibidang sepakbola untuk kembali mengangkat citra dan nama besar tim nasional bangsa ini melalui pengembangan usia dini, pelatihan di luar negeri dan memberi kesempatan kepada pemain muda untuk bermain.

Cabang olahraga sepakbola adalah permainan olahraga yang disukai oleh banyak orang di seluruh dunia, bahkan olahraga ini paling banyak diminati dari kalangan anak-anak, dewasa hingga orang tua, laki-laki bahkan perempuan sekalipun (Muhyi Faruq, 2008:2). Sepakbola juga merupakan permainan penuh aksi menakjubkan yang dimainkan dan ditonton oleh jutaan orang. (Clive Gifford, 2007:6)

Menurut Hendri Irawadi (2014:2) Pengaruh kemampuan fisik akan semakin jelas dan nyata terhadap prestasi olahraga, karena kegiatan olahraga umumnya sangat membutuhkan gerakan-gerakan yang menuntut kerja fisik yang kompleks dan lebih berat. Hanya orang-orang yang memiliki kemampuan fisik yang baik yang akan mampu melakukan tugas-tugas gerakan tersebut dengan baik, yang pada akhirnya akan menghasilkan prestasi olahraga yang baik. Ada pun komponen kondisi fisik meliputi kekuatan, daya tahan, daya ledak, kecepatan, kelenturan, keseimbangan, koordinasi, kelincuhan dan ketepatan reaksi (Sajoto, 1988:16).

Namun Berdasarkan observasi yang telah penulis lakukan pada tim sepakbola SMK N 5 Pekanbaru, penulis menemukan beberapa permasalahan pada tim sepakbola SMK N 5 Pekanbaru terutama dalam hal *dribbling* yang dapat dilihat seperti: ada beberapa pemain ketika mendapat tekanan saat *dribble* bola, pemain selalu sering memperhatikan bola dan kurang memperhatikan kawan sehingga bola tersebut akhirnya di rebut lawan dan masih banyak lagi permasalahan dalam *dribbling* pada tim. Permasalahan ini di duga bahwa pemain tersebut kurang kelincuhan dan kecepatan, sehingga kemampuan *dribbling* SMK N 5 Pekanbaru belum maksimal. Oleh karena itu judul penelitian ini **“Hubungan Kelincuhan dan Kecepatan dengan**

Keterampilan Menggiring Bola pada Tim Sepakbola SMK N 5 Pekanbaru”

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan rancangan penelitian korelasional Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional. Korelasional adalah suatu penelitian yang dirancang untuk menentukan tingkat hubungan variabel -variabel yang berbeda dalam populasi dan bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi antara variabel bebas dengan variabel terikat. Variabel bebas adalah kelincahan dan kecepatan, sedangkan variabel terikat adalah keterampilan menggiring bola. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Atlet Sekolah Menengah Kejuruan Negeri (SMKN) 5 Pekanbaru yang berjumlah 18 Atlet. Menurut Suharsimi Arikunto (2006:131) mengatakan apabila subjeknya kurang dari 100 orang, maka seluruhnya dijadikan sampel dan apabila subjeknya lebih dari 100 orang maka yang akan diambil/digunakan 20-25% dari keseluruhan sampel. Mengingat populasi sedikit, maka keseluruhan populasi akan dijadikan sampel (*Total sampling*). Jadi, maka dijadikan untuk pengambilan sampel adalah keseluruhan pemain tim sepak bola SMK N 5 Pekanbaru. Berpedoman pada gambaran yang terdapat pada populasi, maka pengambilan sampel ditetapkan dengan mengambil seluruh populasi dijadikan sampel (*total sampling*). Untuk memperoleh data dalam penelitian ini dilakukan tes pada sampel sesuai kebutuhan dengan menggunakan instrument sebagai berikut : (1) tes kelincahan (Ismaryati 2008:41), tujuannya adalah untuk mengukur kelincahan, (2) tes kecepatan/lari *sprint* (Sajoto 1995:21), tujuannya adalah untuk mengetahui nilai kecepatan testee, dan menggiring bola (Nurhasan 2001:160), tujuannya adalah mengetahui keterampilan testee. Setelah mendapat data dari masing-masing variabel, langkah selanjutnya adalah menguji normalitas dari masing-masing variabel untuk mengetahui kenormalan data yang diteliti. Setelah diuji kenormalannya maka data bisa dilanjutkan untuk analisis korelasi dengan korelasi *product moment*. Untuk korelasi *product moment* dengan membandingkan r hitung dengan rtabel Dengan ketentuan: (1) “*apabila r hitung lebih kecil dari r tabel ($r_h < r_t$), maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Tetapi sebaliknya bila r hitung lebih besar dari r tabel ($r_h > r_t$) maka H_a diterima.*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi data penelitian ini terdiri dari tiga variabel, yaitu variabel bebas kelincahan(X_1) dan kecepatan (X_2) dan variabel terikat kemampuan sepak sila (Y). Deskripsi data dari masing-masing variabel ini dapat dikemukakan sebagai berikut.

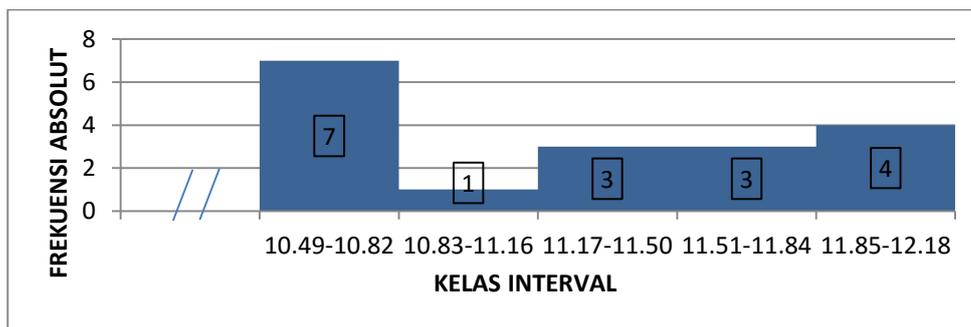
Kelincahan (X_1)

Data yang diperoleh dari variabel kelincahan diukur dengan menggunakan tes kelincahan/*dogging run* (Ismaryati, 2008:41) yang diikuti oleh sampel sebanyak 18 atlet, Dari hasil pengukuran didapat skor tertinggi 12.15 *second*, skor terendah 10.49 *second*, rata-rata (mean) 12.15, simpangan baku (standar deviasi) 0.58,. Untuk lebih jelasnya penyebaran skor tes elincahan ini dapat dilihat pada tabel 1 berikut ini.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Variabel Kelincahan (X_1)

No	Kelas interval	Frekuensi Absolute (F_a)	Frekuensi Relative (%)
1	10.49-10.82	7	39
2	10.83-11.16	1	5
3	11.17-11.50	3	17
4	11.51-11.84	3	17
5	11.85-12.18	4	22
Jumlah		18	100

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas bahwa dari 18 sampel, ternyata 7 orang (39%) memiliki kategori nilai 10.49-10.82, 1 orang (5%) memiliki kategori nilai 10.83-11.16, kemudian 3 orang (17%) memiliki kategori nilai dengan rentangan nilai 11.17-11.50, 3 orang (17%) memiliki kategori nilai 11.51-11.84, dan 4 orang (22%) selanjutnya memiliki kategori nilai 11.85-12.18. untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



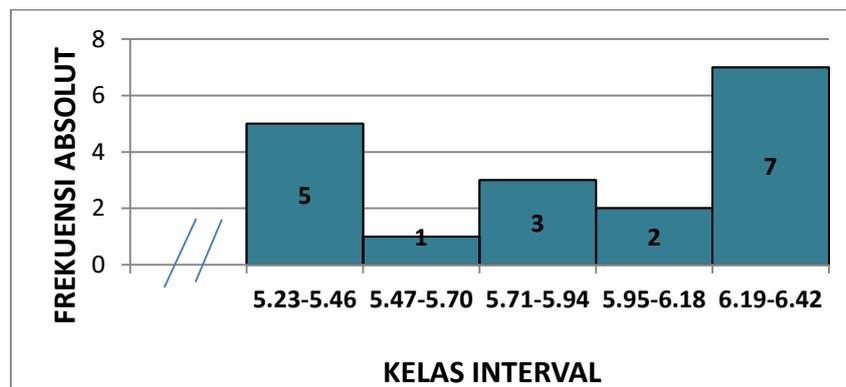
Kecepatan

Dari hasil Pengukuran Kecepatan dilakukan dengan tes lari cepat (*Sprint*) terhadap 18 orang sampel, didapat skor tertinggi 06.38 *second*, skor terendah 05.23 *second*, rata-rata (mean) 5.85, simpangan baku (standar deviasi) 0.42, Untuk lebih jelasnya lihat pada distribusi frekuensi di bawah ini:

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Variabel lari cepat (*sprint*) (X_2)

No	Kelas Interval	Fa(%)	Fr(%)
1	5.23-5.46	5	28
2	5.47-5.70	1	5
3	5.71-5.94	3	17
4	5.95-6.18	2	11
5	6.19-6.42	7	39
Jumlah		18	100

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 18 sampel, ternyata 5 orang (28%) memiliki kecepatan dengan rentangan nilai 5.23-5.46, 1 orang (5%) memiliki kecepatan dengan rentangan nilai 5.47-5.70, kemudian 3 orang (17%) memiliki kecepatan dengan rentangan nilai 5.71-5.94, 2 orang (11%) memiliki kecepatan dengan rentangan nilai 5.95-6.18, 7 orang (39%) memiliki kecepatan dengan rentangan nilai 6.19-6.42. untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar di bawah ini



Menggiring Bola

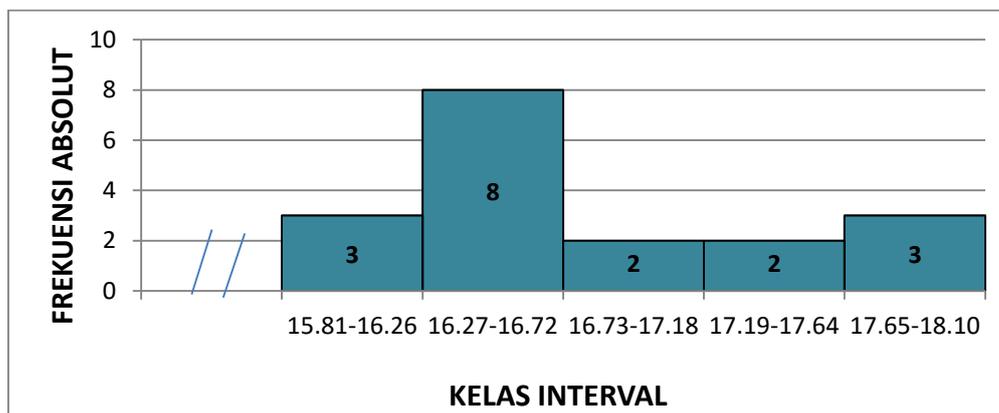
Dari hasil pengukuran menggiring bola yang dilakukan terhadap 18 sampel, didapat skor tertinggi 18.08 *second*, skor terendah 15.81 *second*, rata-rata (mean) 16.76, simpangan baku (standar deviasi) 0.68, Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada distribusi frekuensi di bawah ini:

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Variabel Menggiring Bola (Y)

No	Kelas interval	Frekuensi Absolute (Fa)	Frekuensi Relative (%)
1	15.81-16.26	3	17
2	16.27-16.72	8	44
3	16.73-17.18	2	11
4	17.19-17.64	2	11
5	17.65-18.10	3	17
Jumlah		18	100

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 18 sampel, ternyata 3 orang (17%) memiliki keterampilan menggiring bola dengan rentangan nilai 15.81-16.26, 8 orang (44%) memiliki keterampilan menggiring bola dengan rentangan nilai 16.27-16.72, kemudian 2 orang (11%) memiliki keterampilan menggiring bola dengan rentangan nilai 16.73-

17.18, 2 orang (11%) memiliki keterampilan menggiring bola dengan rentangan nilai 17.19-17.64, dan 3 orang (17%) terakhir memiliki keterampilan menggiring bola dengan rentangan nilai 17.65-18.10. untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Sebelum data di analisis terlebih dahulu di lakukan uji normalitas data yang dilakukan dengan uji *Liliefors*. Kemudian dilanjutkan dengan menentukan r dari masing-masing variable X1 dengan Y, dan X2 dengan Y dilakukan dengan menggunakan analisis korelasi *product moment*. untuk mengetahui berhubungan atau tidak nya data dengan membandingkan r hitung dengan dengan r tabel, sedangkan untuk menentukan R variable X1 dan X2 dengan Y dilakukan dengan menggunakan rumus korelasi ganda, selanjutnya nilai R hitung di bandingkan dengan R tabel untuk mengetahui berhubungan atau tidaknya data.

1. Uji Normalitas Data

Analisis uji normalitas data dilakukan dengan uji lilliefors. Hasil analisis uji normalitas masing-masing variabel di sajikan dalam bentuk tabel di bawah ini, dan perhitungan lengkapnya dapat dilihat pada lampiran.

Tabel 5 Uji normalitas data dengan uji lilliefors

No	Variabel	Lo	Lt	Keterangan
1	Kelincahan	0.171	0.200	Normal
2	Kekuatan	0.199	0.200	Normal
3	Menggiring Bola	0.188	0.200	Normal

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa hasil Lo variabel hasil kelincahan, kekuatan, dan menggiring bola lebih kecil dari Lt, pada taraf signifikansi 0.05 jika Lo maks lebih kecil dari L tabel berarti data berdistribusi normal.

Analisis Korelasi

Berdasarkan hasil analisis kelincahan (X_1) terhadap keterampilan menggiring bola (Y) di peroleh koefisien korelasi $r_{x_1y}=0.525$, kemudian analisis korelasi kecepatan (X_2) terhadap keterampilan menggiring bola (Y) di peroleh koefisien korelasi $r_{x_2y}=0.490$, selanjutnya untuk hasil analisis korelasi ganda variabel (X_1) dan (X_2) terhadap keterampilan menggiring bola (Y) di peroleh korelasi $R=0.587$, untuk mengetahui data tersebut berhubungan atau tidak yaitu dengan membandingkan secara masing-masing r hitung (r_1, r_2 , dan R) dengan r tabel $\alpha=0.05$ dan N (jumlah sampel 18) jadi di peroleh $r_{tabel}=0.468$. maka terdapat hubungan anatara variable-variabel tersebut.

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah penulis uraikan pada bab terdahulu, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut

1. Dari hasil yang diperoleh kelincahan mempunyai hubungan yang signifikan dengan keterampilan menggiring bola pada tim sepakbola SMK Negeri 5 Pekanbaru.
2. Dari hasil yang diperoleh kekuatan mempunyai hubungan yang signifikan dengan keterampilan menggiring bola pada tim sepakbola SMK Negeri 5 Pekanbaru.
3. Terdapat hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara kelincahan dan kekuatan dengan keterampilan menggiring bola pada tim sepakbola SMK Negeri 5 Pekanbaru.

Rekomendasi

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

1. Pelatih dapat memperhatikan kelincahan dan kekuatan pada tim sepakbola putra SMK Negeri 5 Pekanbaru.
2. Bagi atlet agar dapat meningkatkan kelincahan maupun kekuatan untuk menunjang keterampilan menggiring bola.
3. Bagi para peneliti disarankan untuk dapat mengkaji faktor-faktor lain yang berhubungan dengan keterampilan menggiring bola.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (1995), *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*, Bumi Aksara: Jakarta.
- Arsil, (2000), *Pembinaan Kondisi Fisik*, FIK UNP: Padang.
- Danny, M. (2007), *Dasar-dasar Sepakbola*, Intan Sejati: Bandung.
- Faruq, M. (2008), *Pengukuran kebuguran Tubuh melalui Permainan Dan Olahraga sepakbola*, Grasindo: Surabaya.
- Gatz, G. (2009), *complete conditioning for soccer*, human kinetics: Unitedstated of american.
- Gifford, C. (2007), *Keterampilan Sepakbola*, Itra Aji Tama: Yogyakarta.
- Irawan, H. (2014), *Kondisi Fisik Dan Pengukurannya*, UNP PRESS: Padang.
- Jossek, N. (1982), *Teori Umum Latihan*, Jakarta.
- Ismaryati, (2008), *Tes dan Pengukuran Olahraga*, Lembaga Pengembangan Pendidikan (LPP) UNS dan UNS Press: Surakarta.
- Nurhasan, (2001), *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani : Prinsip-prinsip dan Penerapannya*, Ditjen Olahraga: Jakarta Pusat

Sajoto. M, (1995), *Evaluasi Dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, Depdikbud IKIP: Malang.

Sajoto. M, (1988), *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik dalam Olahraga*, Dahara Prize: Semarang.

Syafruddin, (2011), *Ilmu Kepelatihan Olahraga, Teori dan Aplikasinya Dalam Pembinaan Olahraga*, Padang.

Tim Mata Kuliah Sepakbola, (2010), *Buku Ajar Sepakbola*, FIK UNP: Padang.

Yulifri, (2011), *permainan sepak bola*, FIK UNP: Padang.