

**KONTRIBUSI KECEPATAN DAN KELINCAHAN TERHADAP
KEMAMPUAN *DRIBLE* PEMAIN SEPAKBOLA KLUB
GARUDA TAPUS KABUPATEN PASAMAN**

SKRIPSI

*Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan
memperoleh gelar Sarjana Sains di Fakultas Ilmu Keolahragaan Negeri Padang*



**Oleh:
HIDAYAT ISKANDAR
2007/85710**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2013**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

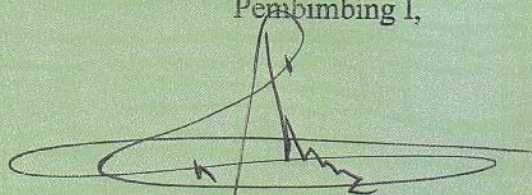
Judul : **Kontribusi Kecepatan dan Kelincahan terhadap Kemampuan *Dribble* Pemain Sepakbola Klub Garuda Tapus Kabupaten Pasaman**

Nama : Hidayat Iskandar
Nim/Bp : 85710/2007
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 16 Januari 2013

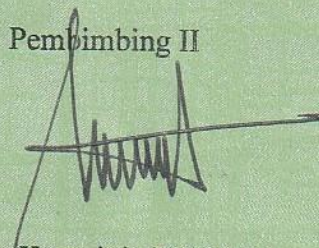
Disetujui oleh,

Pembimbing I,



Drs. Abu Bakar
NIP. 19530516 19801 11001

Pembimbing II



Anton Komaini, S.Si.M.Pd
NIP. 19860712 201012 1 008

Mengetahui,
Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi



Drs. Didin Tohidin, M.Kes. AIFO
NIP. 19581018 198003 1001

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

*Dinyatakan lulus setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang*

Judul : **Kontribusi Kecepatan dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribble Pemain Sepakbola Klub Garuda Tapus Kabupaten Pasaman**

Nama : Hidayat Iskandar
Bp/Nim : 85710/2007
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

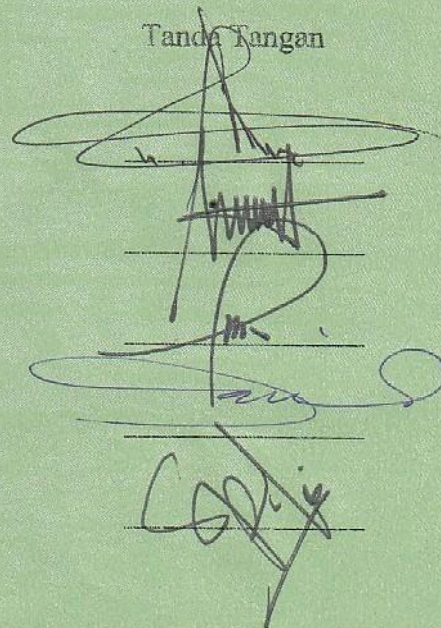
Padang, 16 Januari 2013

Tim Penguji

Nama

Tanda Tangan

1. Ketua : Drs. Abu Bakar
2. Sekretaris : Anton Komaini, S.Si., M.Pd
3. Anggota : Drs. Syafrizar, M.Pd
4. Anggota : Drs. Hanif Badri
5. Anggota : M. Sazeli Rifki, S.Si., M.Pd



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Dia memberikan hikmah (ilmu yang berguna kepada siapa saja
Yang menghendakinya. Barang siapa yang mendapatkan hikmah
itu sesungguhnya ia telah mendapatkan Kebajikan
yang banyak dan tiada yang menerima peringatan
Melainkan orang-orang yang berakal
(Al-Isra': 107-108)

Hari ini secerai harapan telah kugonggokan,
Sepenggal air telah kuraiki
Dalam nanagan restu dan cerutu putih yang membangun cita-citaku
Mintalah kesenangan maluku serik,
Merengas baskin keta dan do'a
Trangi deraiun air matamu
Kerika kasta Ayah... Umak...

Walaupun cubaan dan rintangan datang lebih berganda
Demi air mata terkandung reserpeti langgahku
Tapi tetap tegak. Sebab... Aku sadar langgah hari ini menentuhkan kemana aku pergi
Karena itu aku tak takut dan ragu menapak maza dengan
Dua mataku kucorbankan. Dimaui selubuk gigit nyalis terkapat,
Demi lecehah cuba ya panisirkan mearnya. Dimaui kasta...

Kucup syukur kepada Allah ya Allah
Dengan segala kerendahan hati, Ku persembahkan karya ini sebagai hadiah kecil
Untuk Tuhan tercinta. Untuk memperingati Hari Syukurana Tika nakhya Ilang, Nasar dan Dina
Kumengapa haru pok terima kasta atas cinta dan kasih sayangmu...

Ya Allah... Jauhkanlah mata dan kucupkan air sebagai awal
penerbangan dan... Untuk memperingati hari
penerbangan dan... Untuk memperingati hari...

ABSTRAK

HIDAYAT ISKANDAR, (2013) Kontribusi Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan *Drible* Pemain Sepakbola Klub Garuda Tapus Kabupaten Pasaman

Masalah dalam penelitian ini adalah kemampuan *drible* bola pemain Klub sepakbola Garuda Tapus Kabupaten Pasaman belum begitu baik, karena bola yang *didrible* sering tidak mencapai sasaran. Banyak faktor yang menyebabkan belum baiknya kemampuan mendrible atlet tersebut, diantaranya adalah kecepatan dan kelincahan. Untuk itu perlu dilakukan suatu penelitian dengan tujuan untuk mengetahui adakah kontribusi kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan mendrible bola pemain Klub sepakbola Garuda Tapus Kabupaten Pasaman, serta seberapa besar kontribusi kecepatan dan kelincahan secara bersama-sama terhadap kemampuan mendrible bola pemain Klub sepakbola Garuda Tapus Kabupaten Pasaman.

Jenis penelitian ini adalah *kuantitatif*. Populasi penelitian berjumlah 30 orang pemain. Sampel dengan teknik *total sampling*, yaitu semua populasi dijadikan sampel yang berjumlah 30 orang. Data dikumpulkan menggunakan tes terhadap ketiga variabel tersebut. Data variabel kecepatan diambil dengan tes lari 30 m, variabel kelincahan menggunakan tes *Dodging Run* dan kemampuan drible bola menggunakan tes menggiring bola. Teknik analisis data adalah dengan korelasi *product-moment*, dan korelasi ganda.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa: 1) Terdapat kontribusi yang signifikan antara kecepatan terhadap kemampuan mendrible bola pemain Klub sepakbola Garuda Tapus Kabupaten Pasaman, dengan kontribusi 15,9 %. 2) Terdapat kontribusi kelincahan terhadap kemampuan mendrible bola pemain Klub sepakbola Garuda Tapus Kabupaten Pasaman, dengan kontribusi 20,3%. 3) Terdapat kontribusi bersama-sama antara kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan mendrible bola pemain Klub sepakbola Garuda Tapus Kabupaten Pasaman, dengan kontribusi 36,4 %

Kata Kunci: Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Drible Bola

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Kontribusi Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap kemampuan *dribble* pemain Klub sepakbola Garuda Tapus Kabupaten Pasaman”.

Dalam skripsi ini banyak menerima bantuan dan dorongan baik moral maupun material dari berbagai pihak, oleh karna itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Drs. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Drs.Didin Tohidin, M.Pd selaku Ketua Jurusan Kesehatan Rekreasi Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Drs. Abu Bakar selaku Pembimbing I dan Bapak Anton Komaini , S.Si, M.Pd, selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Drs. Syafrizar, M.Pd, Bapak Drs. Hanif Badri, Bapak M. Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd Selaku Tim Penguji.
5. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Staf Pengajar Jurusan Kesehatan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
6. Kedua Orang Tua tercinta dan sanak-Famili yang selalu mendo'akan dan menuntun ananda dalam menyelesaikan studi di Universitas Negeri Padang sekaligus bisa menyelesaikan skripsi ini.

7. Kakak-Kakak tercinta yang Telah memberikan motivasi yang tak ternilai.
8. Pengurus dan Atlet yang telah meluangkan waktu untuk penelitian ini.
9. Seluruh teman-teman yang seperjuangan yang telah memberikan dorongan dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini

Semoga bimbingan, bantuan dan arahan yang telah diberikan menjadi amal saleh dan mendapatkan balasan yang berlipat ganda di sisi Allah SWT, amin. Dalam penyusun skripsi ini peneliti telah berusaha semaksimal mungkin, namun demikian penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kesempurnaan, hal itu disebabkan oleh keterbatasan penulis sendiri.

Untuk itu peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran yang sehat dan masukan-masukan yang sifatnya membangun dari semua pihak, guna kesempurnaan penelitian selanjutnya. Semoga Allah senantiasa memberikan rahmat dan hidayah-Nya bagi kita semua. Amin... ya rabbal'alam.

Padang, Januari 2013

Penulis,

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR GRAFIK	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	8
B. Kerangka Konseptual	18
C. Hipotesis Penelitian.....	20
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	21
B. Waktu dan Tempat Penelitian	21
C. Definisi Operasional.....	21
D. Populasi dan Sampel	22
E. Jenis dan Sumber Data	23
F. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	23
G. Teknik Analisis Data.....	27

BAB IV	HASIL PENELITIAN	
	A. Deskripsi Data	28
	B. Pengujian Persyaratan Analisis	32
	C. Pengujian Hipotesis	33
	D. Pembahasan	38
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	
	A. Kesimpulan	44
	B. Saran	44
DAFTAR PUSTAKA		46
LAMPIRAN		47

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Norma lari 30 Meter.....	24
2. Norma Dodging Run Test	25
3. Standar Norma Menggiring Bola	27
4. Distribusi Frekuensi Data Kecepatan.....	28
5. Distribusi Frekuensi Data Kelincahan	30
6. Distribusi Frekuensi Drible Bola	31
7. Uji Normalitas.....	32
8. Rangkuman Hasil Analisis Korelasi (X1) dan (Y)	34
9. Rangkuman Hasil Analisis Korelasi (X2) dan (Y)	35
10. Rangkuman Hasil Analisis Korelasi (X1), (X2) dan (Y).....	36

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Konseptual.....	19
Gambar 2. Tes Kecepatan.....	24
Gambar 3. Lintasan Dodging run test.....	25
Gambar 4. Bentuk pelaksanaan tes keterampilan menggiring bola.....	26
Gambar 5. Rangkuman Hasil Penelitian	38

DAFTAR GRAFIK

	Halaman
Grafik 1. Data Kecepatan	29
Grafik 2. Data Kelincahan.....	30
Grafik 3. Data Drible Bola	32

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Hasil Penelitian X1	47
2. Data Hasil Penelitian X2	48
3. Data Hasil Penelitian Y	49
4. Analisis Deskriptif	50
5. Uji Normalitas	51
6. Korelasi	52
7. Analisis Korelasi	53
8. Pengujian Keberartian Korelasi	55
9. Dokumentasi Penelitian	57
10. Surat Penelitian	59

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga merupakan salah satu aspek yang dapat meningkatkan kualitas manusia secara jasmaniah dan rohaniah. Dengan prestasi olahraga diharapkan dapat mengangkat harkat dan martabat bangsa Indonesia di masa yang akan datang, olahraga bukan hanya bersifat rekreasi tetapi juga bertujuan untuk kesegaran jasmani, pendidikan, dan peningkatan prestasi yang dilakukan individu maupun kelompok, dalam UU RI No. 3 Th 2005 tentang sistem keolahragaan nasional pasal 4 berbunyi: “keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, memahami nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat dan martabat dan kehormatan bangsa”.

Sepak bola adalah salah satu olahraga yang sangat populer di dunia. Dalam pertandingan, olahraga ini dimainkan oleh dua kelompok berlawanan yang masing-masing berjuang untuk memasukkan bola ke gawang kelompok lawan. Masing-masing kelompok beranggotakan sebelas pemain, dan karenanya kelompok tersebut juga dinamakan kesebelasan. Sepak bola adalah suatu permainan yang menuntut adanya kerjasama yang baik dan rapi. Sepak bola merupakan permainan tim, oleh karena itu kerja sama tim merupakan

kebutuhan permainan sepak bola yang harus dipenuhi oleh setiap kesebelasan yang menginginkan kemenangan.

Setiap pemain sepak bola harus menguasai teknik-teknik dasar sepak bola untuk dapat berprestasi secara optimal, adapun teknik-teknik dasar sepak bola itu sendiri adalah teknik dengan bola dan juga teknik tanpa bola. Menurut Tim Pengajar Sepak bola FIK UNP (2003: 64) Teknik dengan bola meliputi:

“(1) menendang, menendang meliputi dua macam, yaitu: (a) memberikan bola, (b) menembak bola, (2) menggiring bola, (3) menahan dan mengontrol bola, (4) melempar bola, dan (5) teknik penjaga gawang. Selain teknik dengan bola ada juga teknik tanpa bola, teknik tanpa bola meliputi: menyerang dan bertahan, di dalam menyerang dan bertahan di butuhkan juga: (1) lari, (2) melompat, (3) tackling, (4) rempel, dan (5) teknik menjaga gawang”.

Diantara kedua teknik dasar sepak bola tersebut, di dalam permainan sepak bola teknik yang lebih dominan terjadi di dalam permainan adalah teknik menggiring bola atau *dribble*. Soekatamsi (1992: 59) menyatakan bahwa menggiring bola atau *dribble* adalah gerakan lari menggunakan kaki mendorong bola agar bergulir terus menerus diatas tanah, maka dapat diambil kesimpulan bahwa menggiring bola adalah suatu gerakan dalam permainan sepakbola yang menggunakan kaki untuk mendorong bola sehingga berpindah dari suatu tempat ketempat lain sesuai dengan yang diharapkan dan selalu tetap dengan yang diharapkan dan selalu tetap dalam penguasaan.

Menggiring bola tidak hanya membawa bola menyusuri tanah dan lurus ke depan melainkan menghadapi lawan yang jaraknya cukup dekat dan rapat. Hal ini menuntut seorang pemain untuk memiliki kemampuan menggiring bola dengan baik. Menggiring bola atau membawa bola dengan

kaki dengan tujuan melewati lawan. Menggiring bola berguna untuk melewati lawan, mencari kesempatan memberi umpan kepada kawan dan untuk menahan bola tetap ada dalam penguasaan. Dengan lebih banyak pengulangan dalam latihan, maka, kemampuan menggiring bola yang lincah dan cepat dapat dicapai dan ditampilkan dalam pertandingan.

Zulfar (1985: 18) mengemukakan: “Didalam menguasai teknik-teknik dasar sepak bola, utamanya teknik menggiring bola hal yang terpenting yang harus dimiliki oleh setiap individu-individu pemain sepak bola adalah unsur-unsur kondisi fisik. Adapun unsur-unsur kondisi fisik yang harus dimiliki oleh setiap individu-individu pemain antara lain adalah kecepatan, kelincahan, kekuatan, keseimbangan, daya tahan, koordinasi dan kelentukan. Di antara unsur-unsur kondisi fisik di atas unsur kecepatan dan kelincahan sangat penting di perhatikan dalam menggiring bola dalam sepak bola”.

Syafruddin (2011: 122), mengemukakan: “Kecepatan merupakan kemampuan untuk menyelesaikan suatu jarak tertentu dengan cepat”. Dengan memiliki kecepatan yang baik seorang pemain akan dengan sangat mudah melakukan menggiring bola dalam sepak bola yang mampu menghasilkan yang baik sehingga dapat berprestasi dalam pertandingan sepak bola dan tanpa mengabaikan faktor-faktor yang mempengaruhinya.

M Sajoto, (1995: 9) mengatakan ”Kelincahan merupakan salah satu komponen kondisi fisik yang banyak dipergunakan dalam olahraga. Kelincahan adalah kemampuan seseorang mengubah posisi di area tertentu. Seseorang yang mampu mengubah satu posisi yang berbeda dalam kecepatan tinggi dengan koordinasi yang baik, berarti kelincahannya cukup baik”. Kelincahan yang dimiliki oleh setiap individu pemain akan dengan mudah

menggiring bola sambil melewati lawan yang akan menghadang di dalam suatu permainan sepak bola.

Salah satu klub sepakbola yang ada di Kabupaten Pasaman yang diharapkan dapat melahirkan pemain-pemain yang berkualitas untuk mengangkat persepakbolaan Sumatera Barat pada umumnya Kabupaten Pasaman khususnya adalah Klub Sepakbola Garuda Tapus. Berdasarkan pengamatan dan dari informasi yang peneliti dapatkan dari pelatih kemampuan mendrible pemain sepakbola klub Garuda Tapus Kabupaten Pasaman masih kurang baik.

Setiap serangan yang dilakukan oleh pemain sepakbola klub Garuda Tapus Kabupaten Pasaman sering mengalami kegagalan terutama terjadi pada saat melakukan *drible* bola. Kesalahan-kesalahan itu berupa lambatnya pemain *mendrible* bola kedepan, lepasnya bola dari drible yang dilakukan, selain itu diakibatkan kurang gesit atau kurang lincahnya seseorang pemain dalam menghadapi motorik pemain saat melakukan *drible* sehingga mempengaruhi tempo dan kualitas permainan. Dalam setiap pertandingan pemain juga sering kaku dalam melakukan gerakan dalam *mendrible* bola maupun untuk berbalik arah, sehingga dalam setiap gerakan untuk berbalik arah pemain sering tidak baik dan bola yang di bawa dengan mudahnya direbut lawan. Apabila hal ini dibiarkan dikhawatirkan prestasi akan sulit di raih, sebab apabila pemain tidak dapat melakukan *drible* dengan baik, diduga pemain tidak bermain bola secara baik.

Berdasarkan uraian diatas, perlu kiranya dicarikan solusi untuk mengatasi permasalahan yang terjadi pada klub Sepakbola Garuda Tapus Kabupaten Pasaman dan salah satunya dapat dilakukan melalui sebuah penelitian. Oleh sebab itu peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “kontribusi kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan *drible* pemain sepakbola klub Garuda Tapus Kabupaten Pasaman”. Diharapkan dari hasil penelitian ini bisa dilahirkan suatu simpulan yang dijadikan langkah antisipasi bagi peningkatan prestasi sepakbola di Klub Sepakbola Garuda Tapus Kabupaten Pasaman ke depan.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat di identifikasikan masalah sebagai berikut:

1. Kontribusi kecepatan terhadap kemampuan *drible*
2. Kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *drible*
3. Kontribusi kekuatan terhadap kemampuan *drible*
4. Kontribusi kelentukan terhadap kemampuan *drible*
5. Kontribusi koordinasi gerakan terhadap kemampuan *drible*
6. Kontribusi keseimbangan terhadap kemampuan *drible*
7. Kontribusi daya tahan terhadap kemampuan *drible*

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dikemukakan diatas, mengingat banyaknya variable yang mempengaruhi kemampuan *drible* dalam

olahraga sepakbola,serta terbatas dana serta waktu yang tersedia maka penulis membatasi dengan 2 variabel yaitu kontribusi kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan *drible* pemain sepakbola klub Garuda Tapus Kabupaten Pasaman.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah ,maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Seberapa besar kontribusi kecepatan terhadap kemampuan *drible*.
2. Seberapa besar kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *drible*.
3. Seberapa besar Kontribusi antara kecepatan dan kelincahan secara bersama-sama terhadap kemampuan *drible*.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pembatasan dan perumusan masalah diatas maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberepa besar Kontribusi kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan *mendrible* bola pemain Klub Garuda Tapus Kabupaten Pasaman.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian adalah:

1. Sebagai syarat untuk penulis mendapatkan gelar sarjana Sains di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
2. Sebagai bahan masukan bagi pelatih untuk meningkatkan prestasi, sehingga pelatih dapat menentukan dan menerapkan secara tepat faktor-

faktor yang dapat meningkatkan kemampuan *mendrible* bola pemain Klub sepakbola Garuda Tapus Kabupaten Pasaman.

3. Sebagai informasi dan pengetahuan bagi atlet tentang faktor-faktor kondisi fisik yang menentukan kemampuan *mendrible* bola pemain Klub sepakbola Garuda Tapus Kabupaten Pasaman.
4. Menambah koleksi perpustakaan, khususnya fakultas ilmu keolahragaan UNP.