

**KONTRIBUSI KOORDINASI MATA-KAKI DAN KELINCAHAN
TERHADAP KETERAMPILAN *DRIBBLING* PADA
ATLET FUTSAL PUTRI UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai
Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjan Pendidikan*



Oleh

**ANITA CLARA
NIM: 14086258**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2018**

PERSETUJUAN PEMBIMBING SIKRIPSI

Judul : **Kontribusi Koordinasi Mata-kaki Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan *Dribbling* Pada Atlet Futsal Putri Universitas Negeri Padang**

Nama : **Anita Clara**

BP/NIM : **2014/14086258**

Prodi : **Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**

Jurusan : **Pendidikan Olahraga**

Fakultas : **Ilmu Keolahragaan**

Padang, Juli 2018

Mengetahui:

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga

Dr. Zarwan, M.Kes
NIP. 19611230 198803 1 003

Disetujui oleh:

Pembimbing

Drs. Yulifri, M.Pd
NIP. 19611230 198803 1 003

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

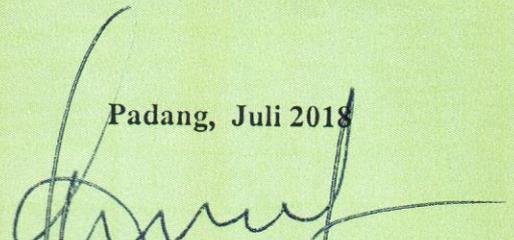
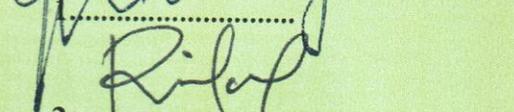
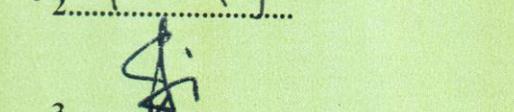
Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Judul : Kontribusi Koordinasi Mata-kaki Dan Kelincahan Terhadap
Keterampilan *Dribbling* Pada Atlet Futsal Putri Universitas
Negeri Padang
Nama : Anita Clara
Nim : 14086258
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2018

Tim Penguji

Ketua : Drs. Yulifri, M.Pd
Sekretaris : Rika Sepriani M.Farm, Apt
Anggota : Sepriadi, S,si M.Pd


.....
2.....
3.....

.....

.....

SURAT PERNYATAAN

Yang Bertanda Tangan Di Bawah Ini:

Nama : Anita Clara
BP/NIM : 2014/14086258
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Judul : Kontribusi Koordinasi Mata-kaki Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan *Dribbling* Pada Atlet Futsal Putri Universitas Negeri Padang

Padang, Juli 2018



Anita Clara

Nim: 14086258

ABSTRAK

Anita Clara (14086258): Kontribusi Koordinasi Mata-kaki Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan *Dribbling* Pada Atlet Futsal Putri Universitas Negeri Padang.

Masalah dalam penelitian ini adalah diduga keterampilan *dribbling* yang dilakukan oleh atlet futsal putri UNP belum baik, banyak faktor yang menyebabkan keterampilan *dribbling* diantaranya adalah kontribusi mata-kaki dan kelincahan yang dimiliki atlet futsal putri tersebut. Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan dan kontribusi koordinasi mata-kaki dan kelincahan dengan keterampilan *dribbling* pada atlet futsal putri Universitas Negeri Padang.

Jenis penelitian ini adalah korelasional. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh atlet futsal putri UNP yaitu berjumlah sebanyak 18 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Dengan demikian jumlah sampel di dalam penelitian ini adalah 18 orang. Variabel koordinasi mata-kaki menggunakan tes koordinasi mata-kaki, kelincahan diukur dengan *semo agility test*. Sedangkan tes keterampilan *dribbling* data dianalisis dengan korelasi *product moment* dan dilanjutkan dengan korelasi ganda.

Berdasarkan analisis dari pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat (1) Koordinasi Mata-kaki memberikan kontribusi yang signifikan terhadap keterampilan *dribbling* (2) Kelincahan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap keterampilan *dribbling* (3) Koordinasi mata-kaki dan kelincahan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap keterampilan *dribbling* pada atlet futsal putri Universitas Negeri Padang.

Kata Kunci : Koordinasi Mata-Kaki, Kelincahan dan Keterampilan *Dribbling*.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan kurnia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Kontribusi koordinasi mata-kaki dan kelincahan terhadap keterampilan *dribbling* atlet futsal putri Universitas Negeri Padang “. Penulisan skripsi ini merupakan sebagai salah satu syarat untuk melengkap tugas dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Negeri Padang. Penulisan menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Penulisa skripsi ini banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun material. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada:

1. Dr. Zalfendi, M.Keselaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kesempatan belajar selama perkuliahan dan penyelesaian skripsi.
2. Drs. Zarwan, M.kes Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan kesempatan dan mengizinkan penelitian ini.
3. Drs. Yulifri, M.Pd sebagai pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk memeberikan bimbingan, pemikiran, pengarahan dan bantuan secara moril maupun material yang sangat berarti kepada penulis.
4. Rika Sepriani M.Farm, Apt dan Sepriadi, S,si M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan masukan, kritikan dan saran di dalam penyusunan skripsi ini,

5. Kedua orang tua saya yang telah banyak memberikan dukungan moril dan material sampai saya bisa menyelesaikan skripsi ini.
6. Atlet futsal putri Universitas Negeri Padang yang terpilih menjadi sampel yang telah membantu kelancaran pengambilan data.
7. Seluruh staff pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Akhirnya kata penulis do'akan semoga semua amal yang diberikan kepada penulis mendapat imbalan yang setimpal dan bermanfaat bagi kita semua. Maka pada kesempatan ini penulis mengharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan penyusun skripsi ini. Amin.. Amin.. Ya Robbal... Alamin.

Padang, Juni 2018

Penulis

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|--|----------------|
| ABSTRAK | i |
| KATA PENGANTAR | ii |
| DAFTAR ISI | iv |
| DAFTAR TABEL | vi |
| DAFTAR GAMBAR | vii |
| DAFTAR LAMPIRAN | viii |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| B. Identifikasi Masalah..... | 5 |
| C. Pembatasan Masalah | 5 |
| D. Rumusan Masalah | 5 |
| E. Tujuan Penelitian | 6 |
| F. Kegunaan Penelitian..... | 6 |
| BAB II KAJIAN PUSTAKA | |
| A. Kajian Teori | 7 |
| 1. Futsal..... | 7 |
| 2. Keterampilan <i>Dribbling</i> | 12 |
| 3. Koordinasi Mata-Kaki..... | 13 |
| 4. Kelincahan..... | 17 |
| B. Kerangka Konseptual | 26 |
| C. Hipotesis Penelitian..... | 28 |

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

| | |
|---|----|
| A. Jenis Penelitian..... | 29 |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian | 29 |
| C. Populasi dan Sampel | 29 |
| D. Definisi Operasional..... | 30 |
| E. Jenis dan Sumber Data | 30 |
| F. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data..... | 31 |
| G. Teknik Analisis Data..... | 37 |

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

| | |
|------------------------|----|
| A. Deskripsi Data..... | 39 |
| B. Uji Hipotesis..... | 43 |
| C. Pembahasan..... | 47 |

BAB V KEIMPULAN DAN SARAN

| | |
|---------------------|----|
| A. Kesimpulan | 56 |
| B. Saran..... | 56 |

| | |
|-----------------------------|-----------|
| DAFTAR PUSTAKA | 58 |
|-----------------------------|-----------|

| | |
|----------------------|-----------|
| LAMPIRAN..... | 60 |
|----------------------|-----------|

DAFTAR TABEL

| Tabel | Halaman |
|--|----------------|
| 1. Norma Tes Koordinasi Mata-Kaki..... | 33 |
| 2. Norma Tes Kelincahan..... | 35 |
| 3. Norma Tes Keterampilan <i>Dribbling</i> | 36 |
| 4. Distribusi Hasil Data koordinasi mata-kaki | 40 |
| 5. Distribusi Hasil Data Kelincahan..... | 41 |
| 6. Distribusi Hasil Data Keterampilan <i>Dribbling</i> | 42 |
| 7. Rangkuman Uji Normalitas..... | 43 |
| 8. Rangkuman Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Antara X1 dengan Y..... | 44 |
| 9. Rangkuman Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Antara X2 dengan Y..... | 45 |
| 10. Rangkuman Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Antara X1 dan X2 Secara Bersama-sama dengan Y | 46 |

DAFTAR GAMBAR

| Gambar | Halaman |
|--|----------------|
| 1. Kerangka Konseptual | 28 |
| 2. Tes Koordinasi Mata-Kaki | 32 |
| 3. Semo Agality Tes | 34 |
| 4. Lintasan Tes <i>Dribbling</i> Bola..... | 36 |

DAFTAR LAMPIRAN

| Lampiran | Halaman |
|---|---------|
| 1. Rekap Data Penelitian | 60 |
| 2. Uji Normalitas Variabel Koordinasi Mata-Kaki | 61 |
| 3. Uji Normalitas Variabel Kelincahan..... | 62 |
| 4. Uji Normalitas Variabel Keterampilan <i>Dribbling</i> | 63 |
| 5. Uji Hipotesis X_1 dan Y | 64 |
| 6. Uji Hipotesis X_2 dan Y | 65 |
| 7. Uji Hipotesis Koordinasi Mata-Kaki (X_1) Dengan Kelincahan (X_2)..... | 66 |
| 8. Uji Hipotesis Koordinasi Mata-kaki (X_1) dan Kelincahan (X_2) Secara Bersama-sama Dengan Keterampilan <i>Dribbling</i> (Y)..... | 67 |
| 9. Tabel Data Nilai Uji Liliefors | 68 |
| 10. Tabel Nilai-Nilai r <i>Product Moment</i> | 69 |
| 11. Nilai Persentil Untuk Distribusi T | 70 |
| 12. Tabel Distribusi F | 71 |
| 13. Luas Lengkungan Normal Standar Dari O Ke Z | 72 |
| 14. Dokumentasi Penelitian | 73 |
| 15. Surat Izin Penelitian dari Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP..... | 76 |
| 16. Keterangan Telah Melakukan Penelitian | 77 |
| 17. Dokumentasi Penelitian | 78 |

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olaharaga merupakan suatu kegiatan jasmani yang dilakukan untuk memelihara kesehatan dan memperkuat otot tubuh. Kegiatan olahraga dalam perkembangannya dapat dilakukan sebagai kegiatan yang menghibur, menyenangkan atau juga dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan prestasi. Dengan prestasi olahraga diharapkan dapat mengangkat harkat dan martabat bangsa Indonesia dimana yang akan datang. Pemerintah menjadikan olahraga sebagai pendukung terwujudnya manusia Indonesia yang sehat dengan menempatkan olahraga sebagai salah satu arah kebijakan pembangunan yaitu menumbuhkan budaya olahraga guna meningkatkan kualitas manusia Indonesia sehingga memiliki tingkat kesehatan dan kebugaran yang cukup.

Futsal merupakan suatu diantara sekian banyak permainan yang digemari oleh penduduk di seluruh belahan dunia. Secara sederhana futsal dapat diartikan sebagai suatu permainan olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang berbeda. Masing-masing tim beranggotakan lima orang pemain yang memainkan pertandingan dalam dua babak. Olahraga futsal ditujukan untuk membentuk perpaduan individu-individu pemain yang tergabung dalam sebuah tim demi mencapai kemenangan. Sebagai sebuah olahraga permainan, futsal diharapkan menjadi wadah bagi para pemainnya dalam meraih kesenangan yang di balut kompetisi dan persaingan, baik antara pemain maupun tim.

Dalam Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional No. 3 tahun 2003 pasal 27 ayat 4: menyatakan bahwa “Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memperdayakan perkumpulan olahraga, menumbuh-kembangkan sentral pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan”.

Berdasarkan uraian di atas, salah satu olahraga yang digemari masyarakat pada saat ini ialah olahraga futsal. Permainan olahraga futsal dalam beberapa tahun ini menjadi populer. Ditandai dengan munculnya klub-klub futsal di Indonesia. Olahraga futsal di bina oleh Badan Futsal Nasional (BFN) yang berada di bawah naungan PSSI. BFN merupakan badan yang bertanggung jawab atas kemajuan dan pembinaan futsal di Indonesia. BFN juga menyelenggarakan kompetisi baik tingkat lokal maupun tingkat nasional. Pada tingkat lokal badan ini menyelenggarakan kompetisi yang bersifat amatir. Klub-klub yang berkompetisi berasal dari klub-klub satu wilayah. Sedangkan pada tingkat nasional, BFN mengadakan kompetisi bersifat profesional atau bisa disebut dengan Liga Futsal Nasional.

Weineck dalam Syafruddin (2006:29) mengemukakan: “Kemampuan prestasi olahraga menggambarkan tingkat penguasaan suatu prestasi olahraga tertentu dan ditentukan oleh struktur kondisi yang kompleks dari sejumlah faktor khusus prestasi, adapun faktor tersebut meliputi kondisi fisik, taktik, teknik dan mental serta sarana dan prasarana yang digunakan”. Seorang pemain futsal tidak hanya diuntut untuk melatih teknik dasar bermain bola seperti teknik menumpan bola (passing), teknik menahan bola (control), teknik mengumpan lambung

(chipping), teknik menggiring bola (dribbling) dan teknik menembak (shooting) saja. Tetapi seorang pemain futsal juga harus melatih kondisi fisik seperti kecepatan, kelincahan, koordinasi, keseimbangan, akurasi, kekuatan, kelentukan dan daya tahan. Dalam olahraga futsal pemain dituntut untuk memiliki kondisi fisik yang prima karena dengan kondisi fisik yang baik akan menunjang penampilan seorang pemain futsal di lapangan. Kondisi fisik juga merupakan salah satu komponen yang berperan penting untuk meraih prestasi yang diinginkan.

Dribbling merupakan gerakan berlari menggunakan kaki untuk menendang bola, sehingga terjadinya perpindahan bola dari satu tempat ke tempat lain di daerah lapangan futsal. Dribbling bola tidak hanya membawa bola menyusuri lapangan dan lurus ke depan melainkan menghadapi lawan yang jaraknya cukup dekat dan rapat. Hal ini menuntut seorang pemain futsal untuk memiliki kemampuan dribbling bola dengan baik. Dribbling adalah membawa bola dengan kaki dengan tujuan melewati lawan. Dribbling berguna untuk melewati lawan, mencari kesempatan memberi umpan kepada kawan dan untuk menahan bola tetap ada dalam penguasaan dan untuk mencetak gol ke gawang lawan, Dalam mendribbling bola terdapat kelincahan dan koordinasi mata-kaki yang mempengaruhi kemampuan dribbling seorang pemain.

Kelincahan dibutuhkan oleh seorang pemain futsal untuk menghadapi situasi tertentu dalam pertandingan yang juga melibatkan kecepatan dan koordinasi mata-kaki yang baik dalam bergerak untuk menguasai bola dalam menyerang maupun bertahan. Kelincahan pada umumnya didefinisikan sebagai

kemampuan mengubah arah secara efektif dan cepat, sambil berlari hampir dalam keadaan penuh. Sajoto dalam Prayudi Yuriko (2011:17) mendefinisikan “kelincahan sebagai kemampuan untuk mengubah arah dalam posisi tertentu”. Seseorang yang mampu mengubah arah dari satu posisi ke posisi yang berbeda dalam kecepatan tinggi dengan koordinasi gerak yang baik berarti orang tersebut memiliki kelincahan yang cukup tinggi.

Dalam usaha untuk mengembangkan prestasi pada cabang olahraga futsal di kota Padang maka salah satu Universitas di kota Padang yaitu Universitas Negeri Padang mendirikan sebuah club futsal putri. Berdasarkan pengamatan penulis dilapangan, penulis melihat pemain futsal putri UNP pada saat latihan seringkali kehilangan bola (bola mudah lepas), mereka membawa bola dengan lambat sehingga bola dengan mudah direbut pada saat situasi mendribbling bola dalam posisi bertahan maupun menyerang. Rendahnya keterampilan dribbling dan kondisi fisik pemain futsal putri UNP menyulitkan pemain dalam penguasaan teknik sehingga prestasi sulit untuk dicapai atau menurun.

Untuk itu penulis ingin mengadakan penelitian yang berjudul “Kontribusi koordinasi mata-kaki dan kelincahan terhadap keterampilan dribbling pemain futsal putri UNP”. Semoga penelitian ini berguna dalam menjawab tentang efektivitas kontribusi koordinasi mata-kaki dan kelincahan terhadap keterampilan dribbling atlet futsal putri UNP.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat di indentifikasi masalahnya sebagai berikut:

1. Kecepatan.
2. Kelincahan.
3. Keseimbangan.
4. Koordinasi mata-kaki
5. Kelentukan.
6. Kekuatan.
7. Akurasi
8. Daya tahan.
9. Keterampilan dribbling.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas mengingat luasnya permasalahan dan terbatasnya referensi, dana dan waktu maka di perlukan pembatasan masalah dalam penelitian ini. Adapun pembatas masalah dalam penlitian ini adalah:

1. Koordinasi mata-kaki.
2. Kelincahan.
3. Keterampilan dribbling.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifisikan masalah, pembatasan masalah diaatasmaka rumusan dalam penelitian ini adalah:

1. Seberapa besar koordinasi mata-kaki terhadap keterampilan dribbling atlet futsal putri UNP?
2. Seberapa besar kelincuhan terhadap keterampilan dribbling atlet futsal putri UNP?
3. Seberapa besar koordinasi mata-kaki dan kelincuhan terhadap keterampilan dribbling atlet futsal putri UNP?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Untuk mengetahui kontribusi koordinasi mata-kaki terhadap keterampilan dribbling atlet futsal putri UNP?
2. Untuk mengetahui kontribusi kelincuhan terhadap keterampilan dribbling atlet futsal putri UNP?
3. Untuk mengetahui kontribusi koordinasi mata-kaki dan kelincuhan terhadap keterampilan dribbling atlet futsal putri UNP?

F. Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan dari penelitian ni nantinya diharapkan berguna bagi:

1. Penulis sebagai syarat untuk mendapatkan gelar sarjana di Fakultas Ilmu Keolahragaan.
2. Pelatih sebagai bahan masukan dalam membuat dan memberikan program latihan.
3. Pemain futsal putri sebagai informasi dan pengetahuan dalam meningkatkan teknik permainan futsal dibutuhkan kondisi fisik yang prima.
4. Perpustakaan untuk menambah koleksi perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.