

**HUBUNGAN KELINCAHAN DAN KOORDINASI MATA KAKI DENGAN
KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA PEMAIN CLUB
SEPAKBOLA RAJAWALI FC KABUPATEN 50 KOTA**

SKRIPSI

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



**FAJAR RAMADHAN
NIM. 16086142**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2020**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Kelincahan dan Koordinasi Mata Kaki
Dengan Keterampilan Mengiring Bola Pada Pemain Club
Sepakbola Rajawali FC Kabupaten 50 Kota

Nama : Fajar Ramadhan

NIM : 16086142

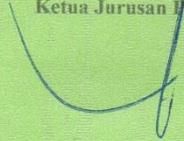
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

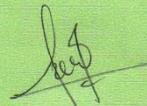
Padang, Agustus 2020

Menyetujui,
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M.Kes
NIP. 19611230 1988031 003

Disetujui Oleh,
Pembimbing



Dra. Rosmawati, M.Pd
NIP.196103111984032001

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Judul : Hubungan Kelincahan dan Koordinasi Mata Kaki
Dengan Keterampilan Mengiring Bola Pada Pemain Club
Sepakbola Rajawali FC Kabupaten 50 Kota

Nama : Fajar Ramadhan
NIM : 16086142
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Agustus 2020

Tim Penguji :

Nama

Tanda Tangan

1. Ketua : Dra, Rosmawati, M.Pd

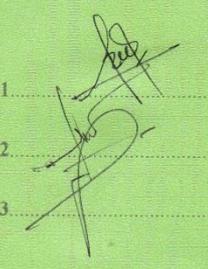
1.....

2. Sekretaris : Drs. Suwirman, M.Pd

2.....

3. Anggota : Atradinal, S.Pd, M.Pd

3.....



SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi dengan judul "Hubungan Kelincahan Dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Keterampilan Mengiring Bola Pemain Club Sepakbola Rajawali FC Kabupaten 50 Kota" adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing/Tim Promotor.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Agustus 2020

Saya yang Menyatakan,



Fajar Ramadhan
NIM. 16086142

ABSTRAK

Fajar Ramadhan, 2020. Hubungan Kelincahan dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Keterampilan Menggiring Bola Pemain Club Sepakbola Rajawali FC Kabupaten 50 Kota

Masalah dalam penelitian ini adalah Kurangnya kemampuan menggiring bola pada pemain Club Sepakbola Rajawali FC. Banyak faktor yang menyebabkan terjadinya masalah tersebut diantaranya adalah kelincahan dan koordinasi mata kaki. penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kelincahan dan koordinasi mata kaki terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain Club Sepakbola Rajawali FC Kabupaten 50 Kota.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian korelasi. Populasi penelitian adalah seluruh pemain Club Sepakbola Rajawali FC Kabupaten 50 Kota, yang berjumlah sebanyak 22 orang. Teknik penarikan sampel yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah teknik *sensus*. Dengan jumlah sampel sebanyak 22 pemain. Data dikumpulkan dengan menggunakan pengukuran terhadap variabel kelincahan dengan t-test kelincahan, koordinasi mata kaki dengan tes menendang bola ke sasaran dan keterampilan menggiring bola menggunakan tes menggiring bola 6 rintangan. Data dianalisis dengan korelasi *product moment* dan dilanjutkan dengan korelasi ganda.

Hasil penelitian yakni : **(1) Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pemain Club Sepakbola Rajawali FC Kabupaten 50 Kota**, diperoleh $r_{hitung} (0,46) > r_{tabel}(0,42)$ dan koefesien distribusi $t_{hitung}(2,60) > t_{tabel}(1,72)$, **(2) Terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola pemain Club Sepakbola Rajawali FC Kabupaten 50 Kota**, diperoleh $r_{hitung} (0,45) > r_{tabel}(0,42)$ dan koefesien distribusi $t_{hitung} (2,51) > t_{tabel}(1,72)$, dan **(3) Terdapat hubungan yang signifikan kelincahan dan koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola pemain Club Sepakbola Rajawali FC Kabupaten 50 Kota**, diperoleh $r_{hitung} (0,54) > r_{tab} (0,42)$ dan koefesien distribusi $f_{hitung} (5,00) > f_{tab} (3,52)$.

Kata Kunci : Kelincahan, koordinasi mata kaki dan keterampilan menggiring bola.

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum warahmatullahi wa barakatuh,

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul: “Hubungan Kelincahan dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Club Sepakbola Rajawali FC Kabuptaen 50 Kota ”.

Skripsi ini dibuat melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Alnedral, M.Pd Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal selama perkuliahan.
2. Bapak Drs. Zarwan, M.Kes Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga peneliti dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.

3. Ibu Dra. Rosmawati, M.Pd selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan petunjuk yang sangat membantu dalam penulisan skripsi ini.
 4. Bapak Drs. Suwirman, M.Pd dan Bapak Atradinal, S.Pd, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan kepada peneliti dalam penulisan skripsi ini.
 5. Kedua orangtua tercinta (ibuk neti herawati dan bapak ismet) yang telah memberikan motivasi, moril, dan materil bagi peneliti dalam penulisan skripsi ini.
 6. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada peneliti selama mengikuti perkuliahan.
 7. Pengurus dan pelatih serta pemain Rajawavali FC Kabupaten 50 Kota yang telah memberi izin dalam dalam pengambilan data penelitian.
 8. Rekan rekan mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang senasib dan seperjuangan yang telah memberikan bantuan dan dorongan dalam penyusunan skripsi ini.
- membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Juli 2020

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	4
C. Pembatasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJUAN KEPUSTAKAAN	
A. Kajian Teori	7
1. Kelincahan	7
a. Pengertian Kelincahan	7
b. Macam – Macam Kelincahan	8
c. Kegunaan Kelincahan	10
2. Koordinasi Mata Kaki	10
a. Pengertian Koordinasi.....	10
b. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Koordinasi	11
c. Pengertian Koordinasi Mata Kaki	12
3. Pengertian Menggiring Bola	15
4. Teknik – Teknik Menggiring Bola	16
B. Kerangka Konseptual	19
C. Hipotesis Penelitian	22

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis, Waktu dan Tempat Penelitian	24
B. Populasi dan Sampel	24
C. Jenis dan Sumber	22
D. Teknik Pengumpulan Data	25
E. Teknik Analisis Data	29

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data	31
B. Pengujian Persyaratan Analisis dengan Uji Normalitas Data	36
C. Pengujian Hipotesis.....	36
D. Pembahasan	39

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	45
B. Saran.....	45

DAFTAR PUSTAKA	47
-----------------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
Tabel 1.	Deskripsi Data Penelitian	31
Tabel 2.	Distribusi Frekuensi Kelincahan (X_1)	32
Tabel 3.	Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata Kaki (X_2).....	33
Tabel 4.	Distribusi Frekuensi Keterampilan Menggiring Bola (Y).....	34
Tabel 5.	Uji Normalitas Data dengan Uji Liliefors	36
Tabel 6.	Kolerasi Sederhana X_1 dengan Y	37
Tabel 7.	Kolerasi Sederhana X_2 dengan Y	38
Tabel 8.	Kolerasi Ganda	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar		Halaman
Gambar 1.	Kerangka Konseptual.....	22
Gambar 2.	Tes Kelincahan.....	26
Gambar 3.	Tes Koordinasi Mata Kaki.....	27
Gambar 4.	Tes Kemampuan Menggiring Bola.....	28
Gambar 5.	Grafik Histogram Kelincahan.....	32
Gambar 6.	Grafik Histogram Koordinasi Mata Kaki.....	34
Gambar 7.	Grafik Histogram Keterampilan Menggirik Bola.....	35
Gambar 8.	Foto Peneltian.....	72

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1. Rekapitulasi Data Kelincahan	49
Lampiran 2. Rekapitulasi Data Koordinasi Mata Kaki.....	50
Lampiran 3. Rekapitulasi Data Keterampilan Menggiring Bola	51
Lampiran 4. Uji Normalitas Kelincahan dengan Uji Liliefors.....	52
Lampiran 5. Uji Normalitas Koordinasi Mata Kaki dengan Uji Liliefors	53
Lampiran 6. Uji Normalitas Keterampilan Menggiring Bola dengan Uji Liliefors	54
Lampiran 7. Uji Hipotesis Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola.....	55
Lampiran 8. Uji Hipotesis Koordinasi Mata Kaki dengan Keterampilan Menggiring Bola.....	58
Lampiran 9. Uji Hipotesis Kelincahan dengan Koordinasi Mata Kaki	61
Lampiran 10. Uji Hipotesis Kolerasi Ganda	64
Lampiran 11. Nilai Kritis L Untuk Uji Liliefors.....	68
Lampiran 12. Tabel Harga Kritik dari <i>Product Moment</i>	69
Lampiran 13. Daftar Luas Dibawah Lengkungan Normal Standar	70
Lampiran 14. Nilai Persentil untuk Distribusi t	71
Lampiran 15. Dokumen Penelitian	72
Lampiran 16. Surat Izin Penelitian	76

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Istilah olahraga saat ini tidak asing lagi bagi masyarakat. Olahraga dapat diartikan sebagai kebutuhan yang merupakan suatu kegiatan manusia yang ingin hidup sehat baik jasmani maupun rohaninya. Berolahraga dapat menjaga kondisi tubuh agar tetap bersemangat dalam mengerjakan aktivitas sehari-hari.

Disahkannya undang-undang tentang sistim keolahragaan nasional maka dunia olahraga telah memiliki kekuatan hokum dalam mewujudkan tujuan keolahragaan nasional. Bagi seorang atlet, olahraga merupakan ajang untuk berkompetisi dalam meraih prestasi yang setinggi-tingginya. Untuk meraih prestasi itu diperlukan usaha melalui perencanaan dan pelaksanaan yang terarah, terkoordinir dengan penyediaan sarana dan prasarana yang memadai. Dalam Undang-Undang Sistim Keolahragaan Nomor 3 (2005:3) berbunyi:

“Olahraga prestasi adalah yang membina dan mengembangkan olahraga secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan”.

Menurut Syafruddin (2012) “Olahraga prestasi adalah olahraga yang dilakukan dengan tujuan untuk meraih suatu prestasi yang tinggi (terbaik) individu, olahraga prestasi juga diperlombakan baik tingkat nasional, regional maupun internasional”.

Dari sekian banyak cabang olahraga prestasi, yang mesti dibina adalah sepakbola. Sepakbola merupakan cabang olahraga disukai atau digemari masyarakat dunia pada umumnya dan Indonesia pada khususnya. Olahraga ini sudah merakyat dan dapat dimainkan oleh semua kalangan masyarakat

Dalam pencapaian prestasi yang tinggi dalam sepakbola dipengaruhi oleh banyak faktor diantaranya faktor internal seperti teknik, taktik, mental dan kondisi fisik. Sedangkan faktor eksternal adalah pengaruh yang timbul dari luar diri atlet itu sendiri seperti program latihan, sarana dan prasarana, intruksi pelatih, keluarga, dan gizi.

Faktor internal, kondisi fisik adalah salah satu faktor yang mempengaruhi prestasi seorang pemain sepakbola. Kondisi fisik adalah kemampuan tubuh untuk melakukan penyesuaian (adaptasi) terhadap pembebanan fisik yang diberikan kepadanya tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti. Faktor kondisi fisik seperti daya tahan, kelincahan, kecepatan, dan kekuatan sangat dibutuhkan untuk menggiring bola yang bagus.

Pentingnya koordinasi mata kaki dalam menggiring bola adalah dalam beberapa situasi tidak perlu menggiring bola dengan control yang rapat, apabila berada di daerah yang terbuka antara pemain tengah dan pemain belakang lawan atau berada di posisi yang menguntungkan dibelakang pertahanan lawan, harus mampu menggiring bola dengan kecepatan penuh, dorong bola beberapa kaki kedepan kearah gawang yang terbuka kemudian berlari dengan cepat kearah bola tersebut.

Club Sepakbola Rajawali FC adalah salah satu club bola yang ada di Kabupaten 50 kota yang sudah melaksanakan proses latihan yang terencana dan kontiniu, serta memiliki program latihan yang terencana. Club Sepakbola Rajawali FC berdiri pada Tahun 2011, Club Sepakbola Rajawali FC memiliki jadwal latihan setiap hari rabu, jumat dan minggu. Pada kompetisi antar SSB atau antar club di Kabupaten 50 Kota, Club Sepakbola Rajawali FC memiliki prestasi yang cukup baik. Setiap tahun pasti mendapatkan juara, dua tahun terakhir ini prestasi Club Sepakbola Rajawali FC menurun di sebabkan faktor teknik menggiring bola yang kurang bagus. Dari pengamatan pada saat Club Sepakbola Rajawali FC melakukan pertandingan, kemampuan menggiring bola yang mereka miliki masih kurang baik, terlihat pada saat pemain Club Sepakbola Rajawali FC menggiring bola yang mereka kuasai sangat mudah dirampas oleh lawan karena kemampuan berbalik pemain dalam waktu yang singkat untuk mengatasi rampasan lawan masih kurang atau koordinasi gerakan pemain Club Sepakbola Rajawali FC pada saat menggiring bola kurang lancar. Indikator lain lemahnya kemampuan menggiring bola pada pemain Club Sepakbola Rajawali FC adalah kurangnya koordinasi mata kaki pada saat menggiring bola, hal ini terlihat ketika pemain berhadapan satu lawan satu dengan pemain lawan, pemain Club Sepakbola Rajawali FC tidak dapat melewatinya, karena bola sering lepas dari penguasaannya.

Kurangnya kemampuan menggiring bola pada pemain Club Sepakbola Rajawali FC membuat para pemain sulit untuk mengatur tempo permainan, menarik lawan, mencari kesempatan untuk mencetak gol sehingga

tujuan akhir dari permainan sepakbola yaitu mencetak gol ke gawang lawan sebanyak-banyaknya sulit tercapai sehingga kemenangan sulit diraih. Apabila hal ini terus dibiarkan akan berdampak kurang baik untuk peningkatan prestasi Club Sepakbola Rajawali FC, hal inilah yang membuat penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan kelincahan dan koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola pemain Club Sepakbola Rajawali FC di Kabupaten 50 Kota.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah di atas, dapat di identifikasikan masalah sebagaib erikut:

1. Program latihan
2. Intruksi pelatih
3. Koordinasi kaki dan mata
4. Sarana dan prasarana
5. Kelincahan
6. Kecepatan
7. Daya tahan
8. Kekuatan
9. Taktik
10. Mental
11. Gizi

C. Pembatasan Masalah

Dari latar belakang masalah dan identifikasi masalah maka didapat batasan masalah:

1. Kelincahan
2. Koordinasi mata kaki

D. Perumusan Masalah

Dari pembatasan masalah diatas dapat dirumuskan menjadi Apakah terdapat hubungan :

1. Kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada pemain Club Sepakbola Rajawali FC Kabupaten 50 Kota?
2. Koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola pada pemain Club Sepakbola Rajawali FC Kabupaten 50 Kota?
3. Kelincahan dan koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola pada pemain Club Sepakbola Rajawali FC Kabupaten 50 Kota?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mendiskripsikan Hubungan:

1. Kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada pemain Club Sepakbola Rajawali FC Kabupaten 50 Kota.

2. Koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola pada pemain Club Sepakbola Rajawali FC Kabupaten 50 Kota.
3. Kelincahan dan koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola pada pemain Club Sepakbola Rajawali FC Kabupaten 50 Kota.

F. Kegunaan Penelitian

Sesuai dengan tujuan penelitian dan permasalahan yang dikemukakan sebelumnya maka penulis berharap penelitian ini berguna untuk:

1. Penulis untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan strata satu di FIK UNP.
2. Sebagai masukan atau tambahan pengetahuan bagi pemain Club Sepakbola Rajawali FC
3. Sebagai pedoman bagi pelatih Club Sepakbola Rajawali FC
4. Sebagai bahan acuan bagi penelitian selanjutnya.
5. Sebagai referensi bagi mahasiswa di pustaka FIK UNP.