

**HUBUNGAN KELINCAHAN TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING
BOLA PADA PEMAIN SEPAK BOLA SISWA KELAS VII
SMP NEGERI 3 PAINAN**

SKRIPSI



OLEH

**DOLY MEYRICHI IKBAR
NIM. 1107224**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2019**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

Judul : Hubungan Kelincahan Terhadap Kemampuan
Menggiring Bola Pada Pemain Sepakbola Siswa Kelas
VII SMP Negeri 3 Painan

Nama : Doly Meyrichi Ikbar
NIM : 1107224
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2019

Disetujui Oleh:

Mengetahui
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



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

Disetujui
Pembimbing



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

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Doly Meyrichi Ikbar
NIM : 1107224

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

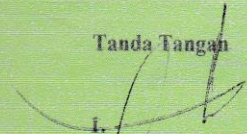
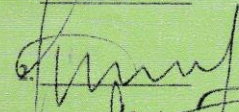

Hubungan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada
Pemain Sepakbola Siswa Kelas VII SMP Negeri 3 Painan

Padang, Februari 2019

Tim Penguji

Tanda Tangan

1. Ketua : Drs. Zarwan, M.Kes
2. Anggota : Drs. Yulifri, M.Pd
3. Anggota : Hilmainur Syampurna, S.Pd, M.Pd

1. 
2. 
3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Hubungan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola pada Pemain Sepak Bola Siswa Kelas VII SMP Negeri 3 Painan”, adalah karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Didalam karya tulis, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicatumkan sebagai acuan didalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicatumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Februari 2019

Yang membuat pernyataan



Doly Meyrichi Ikbar

NIM. 1107224

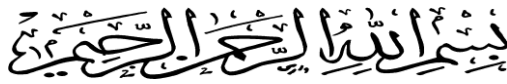
ABSTRAK

Doly Meyrichi Ikbar. 2019. Hubungan Kelincahan terhadap Kemampuan Menggiring Bola pada Pemain Sepakbola Siswa Kelas VII SMP Negeri 3 Painan. FIK UNP

Masalah penelitian ini adalah Masih kurangnya tingkat penguasaan teknik menggiring bola pada siswa Kelas VII SMP Negeri 3 Painan. Diduga kurangnya pengembangan sepak bola. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui atau mendapatkan kemampuan menggiring bola pada pemain sepak bola siswa kelas VII SMP Negeri 3 Painan. Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional, populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII SMP Negeri 3 Painan. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 30 orang dengan penarikan sampel *propotional random sampling*. Teknik pengumpulan data tes kelincahan dan tes keterampilan menggiring bola. Teknik analisis data menggunakan unit korelasi Product Momen Sederhana. Hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan terhadap kemampuan siswa menggiringi menggiringi bola pada taraf signifikan 95% dengan derajat kebebasan $n-1$ ($30-1=29$). Dengan nilai t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} yaitu 2,025 lebih lebih besar dari 1,70.

Kata Kunci: Kelincahan, Kemampuan Menggiringi Bola

KATA PENGANTAR



Puji syukur peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini, dengan judul **“Hubungan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain sepak bola siswa kelas VII SMP Negeri 3 Painan ”**. Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) di Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP).

Dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Zalfendi, M.Kes. AIFO selaku dekan fakultas ilmu keolahragaan UNP yang telah memberikan peluang kepada penulis untuk melanjutkan studi di fakultas ini.
2. Bapak Drs. Zarwan, M.Kes selaku ketua jurusan pendidikan olahraga yang telah memberikan kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi.
3. Bapak Drs. Zarwan, M.Kes selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan dorongan, semangat, pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.

4. Bapak Drs. Yulifri, M.Pd dan Hilmainur Syampurma, S.Pd, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan masukan, saran, motivasi, sumbangan pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti baik dalam penulisan maupun dalam menguji skripsi ini.
5. Bapak/Ibu Staf Pengajar di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan bimbingan serta ilmu yang peneliti peroleh selama perkuliahan.
6. Kepada kedua orang tua yang telah memberikan doa dan dorongan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Kepada pelatih dan seluruh anggota di tim Tunas Muda yang telah membantu dalam melaksanakan penelitian.
8. Rekan-rekan mahasiswa dan semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan proposal ini yang tidak bisa disebutkan satu per satu.

Semoga segala bantuan yang telah diberikan menjadi amal saleh dan diridhoi oleh Allah SWT,. Amin.

Padang, Januari 2019

Peneliti

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
DAFTAR ISI	ii
DAFTAR GAMBAR	iv
DAFTAR TABEL	v
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah.....	7
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	9
1. Sepak Bola.....	9
2. Pengertian Permainan Sepak Bola.....	10
3. Kelincahan.....	15
4. Kemampuan Menggiring.....	17
5. Hubungan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiringi Bola.	27
B. Penelitian yang Relevan.....	28
C. Kerangka Konseptual	29
D. Hipotesis Penelitian.....	30
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis, Tempat dan Waktu Penelitian	32
B. Populasi dan Sampel	32
C. Jenis dan Sumber Data	33
D. Teknik Pengumpulan Data.....	38

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	40
B. Analisis Data	42
C. Pembahasan	47

BAB IV PENUTUP

A. Kesimpulan.....	57
B. Saran.....	57

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Perkenaan bola pada teknik menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian dalam (Sukatamsi, Teknik Dasar Bermain Sepakbola, 1988 : 159).....	20
Gambar 2. Perkenaan bola pada teknik menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian luar (Sukatamsi, Teknik Dasar Bermain Sepakbola, 1988 : 162).....	21
Gambar 3. : Kerangka Konseptual.....	30
Gambar 4. Tes kemampuan menggiring bola Sumber: Nurhasan (2001: 161)...	35
Gambar 5. Tes Lari Bolak Balik.....	36
Gambar 6. Tes Menggiring bola dalam permainan sepak Bola.....	38

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Populasi Penelitian.....	33
Tabel 2	Perhitungan skor tes kelincahan	36
Tabel 3	Skoe kelincahan siswa kelas VII SMP Negeri 3 Painan.....	40
Tabel 4	Skor kemampuan siswa dalam mengiringi bola siswa kelas VII SMP negeri 3 Painan.....	42
Tabel 5	Hasil uji normalitas kelas control dan kelas eksperimen	45
Tabel 6	Hasil uji coba jomogenitas.....	46
Tabel 7	Perbandingan t_{hitung} dengan t_{tabel}	47

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah suatu usaha atau kegiatan yang dijalankan dengan sengaja, teratur dan berencana dengan maksud mengubah atau mengembangkan perilaku yang diinginkan. Sekolah sebagai lembaga formal merupakan sarana dalam dalam rangka pencapaian tujuan pendidikan. Dalam pendidikan formal, belajar menunjukkan adanya perubahan yang positif sehingga pada tahap akhir akan didapat keterampilan, kecakapan dan pengetahuan baru. Hasil dari proses belajar tersebut tercermin di dalam prestasi belajarnya. Olahraga bagian dari aktivitas sehari-hari manusia yang berguna membentuk jasmani, dan rohani yang sehat. Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan. Penjasorkes juga merupakan suatu proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif dan sikap sportif.

Menurut UU RI No.3 tahun 2005 tentang system keolahragaan Nasional Bab 1 pasal 1 ayat 13, yakni “Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang dan

berkelanjutan melalui kompetensi untuk mencapai prestasi tinggi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan”.

Mata pelajaran Penjasorkes sebagai salah satu mata pelajaran yang termuat dalam kurikulum pendidikan dasar memiliki tujuan yaitu: (1) meletakkan landasan karakter moral; (2) membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap sosial dan toleransi; (3) menumbuhkan kemampuan berpikir kritis; (4) mengembangkan sikap positif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri, dan demokratis, mengembangkan kemampuan gerak dan keterampilan berbagai macam permainan dan olahraga; dan (5). mengembangkan keterampilan mengelola diri dalam pemeliharaan kebugaran.

Pengembangan diri merupakan wadah atau tempat pembinaan peserta didik dalam sebuah lembaga pendidikan atau sekolah yang bertujuan salah satunya yaitu untuk menciptakan generasi muda yang cinta olahraga serta menghargai arti penting dari olahraga dan tentunya dalam kesehatan jasmani dan rohaninya. Kegiatan pengembangan diri olahraga yang dilaksanakan oleh sekolah untuk mengisi waktuluang dan mencari siswa yang berbakat dalam bidang olahraga. Dengan mengikuti pengembangan diri dapat membantu meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan siswa serta siswa juga dapat memperdalam dan memperluas pengetahuan yang berkaitan dengan keterampilan masing-masing cabang olahraga, pembentukan nilai-nilai kepribadian siswa serta memunculkan bakat siswa yang berprestasi dalam bidangnya.

Dewasa ini, permainan sepakbola bukan hanya sekedar hiburan atau pengisi waktu senggang, akan tetapi sudah dituntut untuk berprestasi setinggi-

tingginya. Prestasi yang tinggi hanya dapat dicapai dengan latihan-latihan yang direncanakan dengan sistematis dan dilakukan secara terus menerus dibawah pengawasan dan bimbingan pelatih yang profesional. Mengingat kesenangan dan kecintaan masyarakat terhadap sepakbola, maka wajarlah bila para pembina sepakbola dituntut untuk terus membenahi diri dengan ilmu dan mencari pengalaman demi kemajuan sepakbola, apalagi sekarang ini sepakbola bisa digunakan sebagai bisnis, mencari pekerjaan, dan juga digunakan sebagai propaganda bagi perusahaan atau instansi yang membutuhkan popularitas dari masyarakat sehingga selalu ingin memenuhi kehendak dan kegemaran masyarakat melalui olahraga sepakbola.

Cabang sepakbola merupakan cabang olahraga permainan yang menuntut stamina yang kuat dan gerakan yang cepat serta teknik dan taktik bermain yang harus dikuasai atlet. Seseorang dapat bermain dengan baik, menurut Afrizal (2004) harus memiliki kemampuan fisik yang terdiri dari beberapa unsur seperti:

“Daya tahan, kekuatan, kelincahan, kelincahan, dan kelentukan”. Sedangkan kemampuan menguasai bola yang terdiri dari beberapa bagian yaitu: menendang bola, menerima bola, menggiring bola (dribel), merampas bola, menyundul bola, gerak tipu dengan bola, melempar bola, teknik-teknik menangkap dan menepis bola khusus bagi penjaga gawang.

Di samping kemampuan fisik dan teknik seperti yang dikemukakan di atas, dalam permainan sepak bola seseorang harus dituntut untuk memiliki taktik dan mental yang baik. Taktik adalah kemampuan pemain menguasai permainan dan mengatur strategi permainan, sedangkan mental adalah kesiapan pemain dalam menjalankan pertandingan dengan jiwa yang sportif dan bisa mengendalikan emosinya.

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 pemain itu sendiri seperti program latihan, sarana dan prasarana, intruksi pelatih, keluarga, dan gizi.

Di antara teknik yang ada dalam permainan sepakbola adalah mendribel bola atau menggiring bola. Menggiring bola adalah teknik dalam usaha memindahkan bola dari suatu tempat ketempat lain pada saat permainan berlangsung (Darwis, 1999:59). Dalam arti lain dapat dikatakan mendribel bola adalah gerakan lari menggunakan kaki mendorong bola agar bergulir terus menerus di atas tanah, dengan suatu gerakan dalam permainan sepakbola yang menggunakan kaki sehingga bola berpindah dari suatu tempat ketempat lain sesuai dengan yang diharapkan dan selalu tetap dalam penguasaan. Untuk mencapai tujuan dari menggiring bola, ada beberapa faktor yang mempengaruhi dalam menggiring bola seorang pemain, di antaranya adalah kelincahan. Pentingnya kelincahan dalam pelaksanaan menggiring bola adalah dalam beberapa situasi tidak perlu menggiring bola dengan control yang rapat, apabila berada didaerah yang terbuka antara pemain tengah dan pemain belakang lawan atau berada diposisi yang menguntungkan dibelakang pertahanan lawan, harus mampu menggiring bola dengan kelincahan penuh, dorong bola beberapa meter kedepan kearah gawang yang terbuka kemudian berlari dengan cepat kearah bola tersebut.

Siswa kelas VII SMP Negeri 3 Painan merupakan salah satu tempat pembinaan sepakbola. Hal ini dibuktikan dengan adanya kegiatan pengembangan diri cabang olahraga sepakbola di Siswa kelas VII SMP Negeri 3 Painan. Kegiatan pengembangan diri di Siswa kelas VII SMP Negeri 3 Painan dilakukan dua kali dalam seminggu, yaitu pada hari Rabu, yang dimulai pukul 16.00—18.00 WIB dan hari Minggu dimulai dari jam 07.00—10.00 WIB. Melalui survey yang telah peneliti lakukan tim ini memiliki seorang pelatih yang berpengalaman dibidangnya, dengan fasilitas yang lengkap dan dukungan penuh dari pihak sekolah. Tim sepakbola Siswa kelas VII SMP Negeri 3 Painan terbentuk pada awal tahun 2008. Tim sepakbola ini memang belum banyak menorehkan prestasi dikarenakan minimnya kejuaraan atau kompetisi yang diikuti, namun bukan berarti tim ini tidak melakukan pertandingan terbukti dengan adanya pertandingan persahabatan dengan sekolah lainnya. Rendahnya kemampuan atau prestasi pemain sepakbola, diprediksi karena rendahnya kemampuan menggiring bola yang dimiliki. Hal ini terlihat jelas ketika pemain sepakbola Siswa kelas VII SMP Negeri 3 Painan khususnya kelas VII belum mampu menampilkan teknik dasar menggiring bola karena bola sering dirampas oleh lawan sehingga kesempatan untuk melakukan shooting ke gawang lawan akan semakin sulit.

Kelincahan dibutuhkan oleh seseorang pemain sepak bola dalam menghadapi situasi tertentu dan kondisi pertandingan yang menuntut unsur kecepatan dan kelincahan dalam bergerak untuk menguasai bola maupun dalam bertahan untuk menghindari benturan yang mungkin terjadi. kelincahan dapat dilatih secara bersama-sama, baik dengan bola maupun tanpa bola. Bagi seorang

pemain sepakbola situasi yang berbeda-beda selalu dihadapi dalam setiap pertandingan, juga seorang pemain sepak bola menghendaki gerakan yang indah dan cepat sering dilakukan unsur kecepatan dan kelincahan.

Melihat kenyataan di atas, maka pada kesempatan ini penulis ingin melakukan suatu penelitian dengan tujuan untuk mengetahui penyebab belum baiknya kemampuan menggiring bola siswa tersebut. Diantara faktor penyebabnya penulis pradugai disebabkan oleh faktor kelincahan. Dengan demikian judul penelitian ini adalah “Hubungan Kelincahan terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Pemain Sepakbola Siswa kelas VII SMP Negeri 3 Painan”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, dapat diidentifikasi beberapa penyebab masalah yakni sebagai berikut: (1) Kurangnya pemahaman siswa tentang pentingnya kondisi fisik dalam permainan sepak bola. (2) Masih kurangnya tingkat penguasaan teknik menggiring bola pada siswa Kelas VII SMP Negeri 3 Painan. (3) Belum diketahui hubungan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan menggiring bola, karena terbatasnya biaya, tenaga, waktu dan referensi yang penulis miliki maka penulis membatasi beberapa variabel saja, yaitu: “hubungan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain sepakbola siswa kelas VII SMP Negeri 3 Painan”

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang peneliti kemukakan di atas, maka penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: Bagaimanakah hubungan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain sepakbola siswa kelas VII SMP Negeri 3 Painan?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: hubungan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain sepakbola siswa kelas VII SMP Negeri 3 Painan.

F. Manfaat Penelitian

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan masukan yang berguna bagi:

1. Penulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Pelatih untuk dapat mengembangkan kemampuan teknik permainan sepakbola, khususnya kemampuan teknik menggiring bola.

3. Siswa kelas VII SMP N 3 Painan, sebagai masukan dalam meningkatkan hasil kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola
4. Sebagai bahan bacaan pada perpustakaan Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, dan pustaka pusat Universitas Negeri Padang.