

**HUBUNGAN KEMAMPUAN MOTORIK DAN KELENTUKAN DENGAN  
KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN  
SEPAKBOLA PADA SSB BUNGUS TELUK KABUNG**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai  
Salah Satu Persyaratan Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh :

**Ronny Miswar  
NIM. 06962**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2014**

## HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Kemampuan Motorik dan Kelentukan Dengan Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada SSB Bungus Teluk Kabung

Nama : Ronny Miswar

BP/NIM : 2008/06962

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

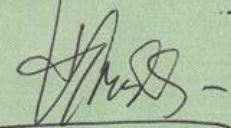
Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 5 Januari 2014

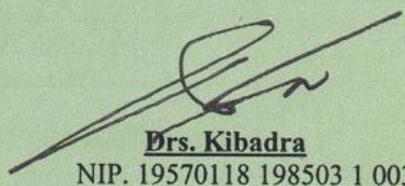
Disetujui :

Pembimbing I



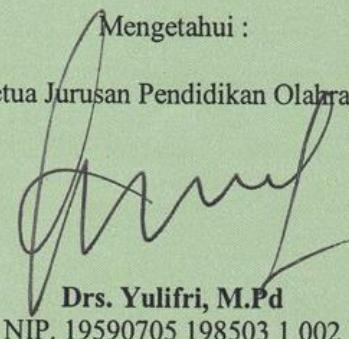
**Prof. Dr. Syafruddin, M.Pd**  
NIP. 19561102 198103 1 002

Pembimbing II

  
**Drs. Kibadra**  
NIP. 19570118 198503 1 003

Mengetahui :

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga

  
**Drs. Yulifri, M.Pd**  
NIP. 19590705 198503 1 002

## HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

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

### **HUBUNGAN KEMAMPUAN MOTORIK DAN KELENTUKAN DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA SSB BUNGUS TELUK KABUNG**

Nama : Ronny Miswar

BP/NIM : 2008/06962

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 5 Januari 2014

Tim Penguji :

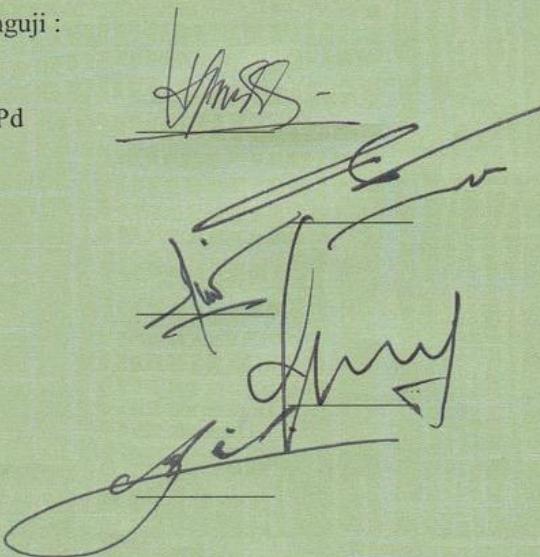
Ketua : Prof. Dr. Syafruddin, M.Pd

Sekretaris : Drs. Kibadra

Anggota : Drs. Suwirman, M.Pd

Anggota : Drs. Yulifri, M.Pd

Anggota : Drs. Arsil, M.Pd



## ABSTRAK

**Ronny Miswar. 2014.** "Hubungan Kemampuan Motorik dan Kelentukan Dengan Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada SSB Bungus Teluk Kabung".

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana hubungan antara kemampuan motorik dan kelentukan secara bersama-sama dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada SSB Bungus Teluk Kabung. Penelitian ini tergolong pada jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan (metode) korelasional.

Jenis penelitian ini adalah korelasi. Korelasi merupakan teknik analisis yang termasuk dalam salah satu teknik pengukuran asosiasi atau hubungan (*measures of association*). Populasi dalam penelitian ini adalah pemain SSB Bungus Teluk Kabung yaitu sebanyak 20 orang. Penentuan sampel dilakukan secara *total sampling* yaitu seluruh populasi dijadikan sampel sebanyak 20 orang. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode tes dan pengukuran. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis korelasi *Product Moment*.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa: Terdapat hubungan yang signifikan antara kemampuan motorik dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada SSB Bungus teluk Kabung dengan perolehan  $t_{hitung} = 3,21 > t_{tabel} = 1,73$  pada taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ . Terdapat hubungan yang signifikan antara kelentukan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada SSB Bungus Teluk Kabung dengan perolehan  $t_{hitung} = 2,51 > t_{tabel} = 1,73$  pada taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ . Terdapat hubungan yang signifikan antara kemampuan motorik dan kelentukan secara bersama-sama dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada SSB Bungus Teluk Kabung dengan perolehan  $F_{hitung} = 7,76 > F_{tabel} = 3,59$  pada taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ .

## **KATA PENGANTAR**

Alhamdulillah penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Kemampuan Motorik dan Kelentukan Dengan Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada SSB Bungus Teluk Kabung”.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Penulis menyadari skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak Drs. H. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Padang yang telah memberikan dorongan untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
2. Drs. Yulifri, M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.

3. Prof. Dr. Syafruddin, M.Pd selaku Pembimbing I dan Drs. Kibadra selaku Pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk yang sangat membantu dalam penulisan skripsi ini.
4. Drs. Suwirman, M.Pd, Drs. Yulifri, M.Pd dan Drs. H. Arsil, M.Pd selaku Tim Penguji yang telah memberikan pengarahan dan petunjuk yang sangat membantu dalam penulisan skripsi ini.
5. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama penulis mengikuti perkuliahan.
6. Rekan-rekan mahasiswa FIK UNP yang senasib dan seperjuangan yang telah memberikan bantuan dan dorongan baik moril maupun materil dalam penyusunan skripsi ini.
7. Kepada kedua orang tua yang telah berdo'a demi keberhasilan penulis. Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, 5 Januari 2014

Penulis

## DAFTAR ISI

### HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

### HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

**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. Perumusan Masalah ..... 5

D. Tujuan Penelitian ..... 5

E. Manfaat Penelitian ..... 6

### **BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN**

A. Kajian Teori ..... 7

    1. Teknik Dasar Sepakbola ..... 7

    2. Kemampuan Motorik ..... 8

    3. Kelentukan ..... 11

    4. Menggiring Bola ( Dribbling ) ..... 12

B. Kerangka Konseptual ..... 14

C. Hipotesis Penelitian ..... 15

**BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian.....	16
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	16
C. Populasi dan Sampel .....	17
D. Jenis dan Sumber Data .....	17
E. Teknik Pengumpulan Data .....	18
F. Instrumen Penelitian.....	24
G. Teknik Analisis Data.....	36

**BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Data .....	38
B. Pengujian Persyaratan Analisis .....	42
C. Pengujian Hipotesis.....	44
D. Pembahasan.....	47

**BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan.....	53
B. Saran-saran.....	54

**DAFTAR PUSTAKA .....** 56

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Distribusi Frekuensi Skor Kemampuan Motorik ( $X_1$ ).....	38
Tabel 2.	Distribusi Frekuensi Skor Kelentukan Togok ( $X_2$ ).....	40
Tabel 3.	Distribusi Frekuensi Skor Kemampuan Menggiring Bola ( $Y$ ).....	41
Tabel 4.	Rangkuman Analisis Uji Normalitas .....	43
Tabel 5.	Uji Signifikansi Korelasi $X_1$ dengan $X_2$ .....	43
Tabel 6.	Uji Signifikansi Korelasi $X_1$ dengan $Y$ .....	45
Tabel 7.	Uji Signifikansi Korelasi $X_2$ dengan $Y$ .....	46
Tabel 8.	Uji Signifikansi Korelasi $X_1$ dan $X_2$ dengan $Y$ .....	47

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.	Kerangka Konseptual.....	14
Gambar 2.	Bentuk pelaksanaan <i>zig-zag run</i> .....	26
Gambar 3.	Bentuk pelaksanaan kecepatan lari ( <i>sprint</i> )50 meter .....	28
Gambar 4.	<i>Soccer Wall Volley Test</i> .....	30
Gambar 5.	Bentuk pelaksanaan <i>flexiometertest</i> .....	33
Gambar 6.	Tes kemampuan <i>dribbling</i> sepakbola .....	35
Gambar 7.	Histogram SkorKemampuan Motorik (X <sub>1</sub> ).....	39
Gambar 8.	Histogram SkorKelentukanTogok (X <sub>2</sub> ) .....	40
Gambar 9.	Histogram SkorKemampuan Menggiring Bola (Y .....	41

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1.	Data Mentah Kemampuan Motorik .....	58
Lampiran 2.	Data Mentah Penelitian .....	59
Lampiran 3.	Tabel Analisis uji normalitas sebaran data Motorik melalui uji lilliefors (X <sub>1</sub> ) .....	60
Lampiran 4.	Tabel Analisis uji normalitas Sebaran data Kelentukan melalui uji lilliefors (X <sub>2</sub> ) .....	61
Lampiran 5.	Tabel Analisis uji normalitas Sebaran data kemampuan <i>Menggiring bola</i> melalui uji lilliefors(Y).....	62
Lampiran 6.	Pengolahan Data Mentah Dengan <i>T-Score</i> Sebaran Data Kelentukan (X <sub>1</sub> ).....	63
Lampiran 7.	Pengolahan Data Mentah Dengan <i>T-Score</i> Sebaran Data Kemampuan <i>Menggiring bola</i> (X <sub>2</sub> ) .....	64
Lampiran 8.	Analisis korelasi sederhana dan korelasi berganda variabel <i>Footwork</i> (X <sub>1</sub> ) Kelentukan (X <sub>2</sub> ) dan Kemampuan <i>Menggiring Bola</i> (Y) .....	65
Lampiran 9.	Populasi dan Sampel Penelitian .....	70

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Sepakbola merupakan cabang olahraga yang sudah memasyarakat, dan sebagai suatu hiburan bahkan suatu permainan untuk peningkatan kondisi tubuh atau sebagai prestasi untuk membela desa, daerah dan negara. Permainan sepakbola adalah suatu permainan yang menuntut adanya kerjasama yang baik dan rapi. Sepakbola merupakan permainan tim, oleh karena itu kerja sama tim merupakan kebutuhan permainan sepakbola yang harus dipenuhi oleh setiap kesebelasan yang menginginkan kemenangan. Kemenangan dalam permainan sepakbola hanya akan diraih dengan melalui kerjasama dari tim tersebut.

Kemenangan tidak dapat diraih secara perseorangan dalam permainan tim, disamping itu setiap individu atau pemain harus memiliki kondisi fisik yang bagus, teknik dasar yang baik dan mental bertanding yang baik pula. Keberhasilan akan diraih apabila latihan yang dilakukan sesuai dan berdasarkan prinsip latihan yang terencana, terprogram yang mempunyai tujuan tertentu. Kondisi fisik pemain sepakbola menjadisumber bahan untuk dibina oleh pakar sepakbola selain teknik, taktik, mental dan kematangan bertanding. Kondisi fisik merupakan satu kesatuan utuh dari komponen-komponen yang tidak dapat dipisahkan, baik dalam meningkatkan maupun pemeliharaannya. Seorang pemain sepakbola dalam bertahan maupun menyerang kadang-kadang menghadapi benturan keras, ataupun harus lari dengan kecepatan penuh ataupun berkelit menghindari lawan, berhenti

menguasai bola dengan tiba-tiba. Seorang pemain sepakbola dalam mengatasi hal seperti itu haruslah dibina dan dilatih sejak awal.

Sepakbola merupakan permainan yang membutuhkan banyak energi, memacu semangat sekaligus memberi luapan kegembiraan melalui kebersamaan dalam tim. Kecerdasan dalam mengatur strategi dan taktik menjadi penentu dalam keberhasilan permainan ini dan hanya pemain yang terdidik dengan baik dapat menyajikan permainan yang bagus, cerdas, dan menghibur. Untuk menjadi pemain sepakbola yang berkualitas tentunya harus melewati berbagai tahapan pembinaan.

Pemain sepakbola memerlukan penguasaan teknik dasar, hal ini dikarenakan penguasaan teknik dasar bermain sepakbola merupakan modal utama untuk bermain sepakbola, dalam permainan sepakbola teknik dasar mutlak harus dikuasai oleh seorang pemain. Teknik dasar dalam sepakbola dibagi menjadi dua, yaitu teknik badan (teknik tanpa bola) meliputi: cara lari dan merubah arah lari, cara melompat, gerak tipu badan dan teknik dasar dengan bola meliputi: menyepak bola, menggiring bola, menghentikan bola, melempar bola, menanduk bola, menangkap bola oleh penjaga gawang. Ada beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki seorang pemain sepakbola adalah menendang (kicking), menghentikan (stoping), menggiring (dribbling), menyundul (heading), merampas (tackling), lemparan ke dalam (throw-in), dan menjaga gawang (goal keeping). Dalam permainan sepakbola hampir semua teknik tersebut digunakan selama pertandingan walaupun kadang-kadang

teknik tanpa bola atau gerakan tanpa bola memberikan andil yang cukup besar untuk membantu penyerangan dan pertahanan.

Teknik menggiring bola merupakan salah satu teknik dasar yang sering digunakan dalam permainan sepakbola. Tujuan menggiring bola menurut Sukatamsi (2003: 6.62) adalah untuk melewati lawan, mencari kesempatan memberikan umpan kepada teman dengan cepat, menguasai atau menahan bola agar tetap dalam penguasaan. Menggiring bola tidak hanya membawa bola menyusur tanah dan lurus ke depan, melainkan menghadapi lawan yang jaraknya cukup dekat dan rapat. Hal ini menuntut seorang pemain untuk memiliki keterampilan menggiring bola dengan baik.

Dalam cabang olahraga sepakbola bukan hanya teknik dasar bermain sepakbola saja, tetapi masih ada unsur penting lainnya yaitu unsur kemampuan fisik yang terdiri atas kekuatan, daya tahan, daya ledak, kecepatan, kelentukan, kelincahan, koordinasi dan keseimbangan. Kemampuan motorik yang menunjang terhadap pelaksanaan sepakbola sangat banyak, diantaranya adalah kelincahan (agility), koordinasi, kecepatan, dan keseimbangan” Permainan sepakbola memerlukan kerjasama tim yang baik antar pemain, baik disaat penyerangan, disaat bertahan, mengoper bola, menerima bola atau menggiring bola untuk mendukung permainan tim. Banyak kesalahan yang terjadi disaat pemain menggiring bola, kadang bola lepas jauh dari penguasaan sehingga mudah direbut oleh lawan, dengan memiliki kondisi fisik yang baik maka akan mendukung kemampuan bermain yang baik pula.

Menggiring bola dalam permainan sepakbola memerlukan unsur kecepatan yang salah satunya berguna untuk melewati lawan. Banyak gerakan yang memiliki kesulitan tertentu salah satunya adalah menggiring sambil berlari cepat. Untuk melewati pemain lawan diperlukan kemampuan untuk berlari cepat, mengubah arah dan keseimbangan posisi badan yang baik. Selain kecepatan diperlukan koordinasi, diantaranya adalah kooordinasi mata-tangan-kaki yang dijadikan sebagai faktor pendukung. Pengaruh pengaturan sistem yang baik akan dapat membentuk koordinasi yang baik pula untuk menghasilkan kecepatan.

Berdasarkan uraian di atas, menunjukkan bahwa unsur teknik menggiring bola sangat diperlukan dalam permainan sepakbola. Sedangkan keterampilan menggiring bola memerlukan banyak unsur diantaranya adalah kelincahan, koordinasi, kecepatan dan keseimbangan. Berdasarkan pertimbangan hal di atas maka peneliti perlu membuktikan dengan mengadakan penelitian yang berjudul

**“Hubungan Kemampuan Motorik Dan Kelentukan Dengan Kemampuan Menggiring Bola (Dribbling) Dalam Permainan Sepak Bola Pada SSB Bungus Teluk Kabung”.**

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, peneliti mengidentifikasi masalah yang ada pada kemampuan motorik yang di duga akan memberikan pengaruh terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada SSB Bungus Teluk Kabung.

1. Pada waktu menggiring bola, bola mudah direbut lawan
2. Siswa kurang lincah dan cepat melepaskan diri dari kawalan lawan
3. Pada saat menggiring bola siswa mudah mengalami kelelahan karena gerakannya kurang efesien.

### **C. Perumusan Masalah**

Agar penelitian ini terarah dengan baik maka terlebih dahulu di ajukan perumusan masalah yang akan di teliti, yaitu :

1. Apakah ada terdapat hubungan kemampuan motorik dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada SSB Bungus Teluk Kabung ?
2. Apakah ada terdapat hubungan kelentukan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada SSB Bungus Teluk Kabung ?
3. Apakah ada terdapat hubungan kemampuan motorik dan kelentukan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada SSB Bungus Teluk Kabung ?

### **D. Tujuan Penelitian**

Setiap penelitian yang di kerjakan selalu mempunyai tujuan agar memperoleh gambaran yang jelas serta bermanfaat bagi yang menggunakannya. Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Untuk mengetahui hubungan kemampuan motorik dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada SSB Bungus Teluk Kabung.

2. Untuk mengetahui hubungan kelentukan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada SSB Bungus Teluk Kabung.
3. Untuk mengetahui hubungan kemampuan motorik dan kelentukan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada SSB Bungus Teluk Kabung

#### **E. Manfaat Penelitian**

Sesuai dengan tujuan dalam penelitian ini nantinya di harapkan dapat bermanfaat, bagi :

1. Penulis sendiri sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan Olahraga di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas negeri Padang.
2. Pelatihsepakbola sebagai bahan masukan dalam meningkatkan kemampuan teknik menendang ke gawang pada SSB Bungus Teluk Kabung.
3. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang dapat memberi sumbangan untuk melengkapi dan memperkaya hasil karya ilmiah terutama di bidang pendidikan olahraga kesehatan dan rekreasi.
4. Mahasiswa sebagai bahan referensi bagi pembaca di Fakultas Ilmu Keolahragaan universitas Negeri Padang
5. Peneliti selanjutnya sebagai bahan pertimbangan untuk meneliti masalah ini secara lebih mendalam.

## **BAB II**

### **TINJAUAN KEPUSTAKAAN**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Teknik Dasar Sepakbola**

Menurut Sukatamsi, (1984: 12) permainan sepakbola adalah cabang olahraga permainan beregu atau permainan team, maka suatu kesebelasan yang baik, kuat, tangguh adalah kesebelasan yang terdiri atas pemain-pemain yang mampu menyelenggarakan permainan yang kompak, artinya mempunyai kerja sama team yang baik. Untuk mencapai kerja sama team yang baik diperlukan pemain-pemain yang dapat menguasai semua bagian-bagian dan macam-macam teknik dasar dan keterampilan bermain sepakbola, sehingga dapat memainkan bola dalam segala posisi dan situasi dengan cepat, tepat dan cermat, artinya tidak membuang-buang energi atau waktu.

Sukatamsi (1984: 34) Mengemukakan bahwa teknik dasar bermain sepakbola terdiri dari : 1) Teknik tanpa bola, diantaranya adalah semua gerakan-gerakan tanpa bola yang terdiri dari : lari, melompat, gerak tipu tanpa bola , gerakan khusus penjaga gawang. 2) Teknik dengan bola, diantaranya adalah semua gerakan-gerakan dengan bola yang terdiri dari : menendang bola, menerima bola, menggiring bola, menyundul bola, melempar bola, gerak tipu dengan bola, merampas atau merebut bola, dan teknik-teknik khusus penjaga gawang.

Sepakbola merupakan permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari sebelas orang pemain, yang lazim disebut

kesebelasan. Masing-masing regu atau kesebelasan berusaha memasukan bola sebanyak-banyaknya kedalam gawang lawan dan mempertahankan gawangnya sendiri agar tidak kemasukan (A. Sarumpaet, 1992: 5).

Teknik dasar merupakan salah satu fundasi bagi seseorang pemain untuk dapat bermain sepakbola. Menurut A. Sarumpaet (1992: 17) bahwa teknik dasar adalah semua kegiatan yang mendasari sehingga dengan modal sedemikian itu sudah dapat bermain sepakbola.

Untuk meningkatkan mutu permainan ke arah prestasi maka masalah teknik dasar merupakan persyaratan yang menentukan. Dengan demikian seorang pemain sepakbola yang tidak menguasai teknik dasar dan keterampilan bermain sepakbola tidaklah mungkin akan menjadi pemain yang baik dan terkemuka. Semua pemain sepakbola harus menguasai teknik dasar dan keterampilan bermain sepakbola karena orang akan menilai sampai dimana teknik dan keterampilan para pemain. Oleh karena itu tanpa menguasai dasar-dasar teknik dan keterampilan sepakbola dengan baik untuk selanjutnya tidak akan dapat melakukan prinsip-prinsip bermain sepakbola, tidak dapat melakukan pola-pola permainan atau pengembangan taktik modern dan tidak akan dapat pula membaca permainan.

## **2. Kemampuan Motorik**

Berbagai pendapat diberikan tentang pengertian kemampuan motorik misalnya Kiram (2000:5) mengartikan motorik adalah suatu peristiwa laten yang meliputi keseluruhan proses-proses pengendalian dan pengaturan fungsi-fungsi

organ tubuh baik secara fisiologis maupun secara psikis yang menyebabkan terjadinya suatu gerakan.

Sementara Gusril (2005:10) mengatakan di dalam operasionalnya, Motorik (gerak) di katakana sebagai perubahan tempat, posisi dan kecepatan tubuh atau bagian tubuh manusia yang terjadi dalam suatu dimensi ruang dan waktu serta dapat di amati secara objektif. Misal sewaktu atlet lsepakbola melakukan lari,jalan, lompatan dan lainnya. Selanjutnya selain itu juga , kemampuan motorik merupakan kualitas umum yang dapat ditingkatkan melalui latihan.

Berpedoman pada beberapa pendapat diatas tentang pengertian motorik, maka dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik merupakan kualitas kemampuan seseorang (individu) dalam melakukan gerakan yang di pandang sebagai landasan keberhasilan untuk menyelesaikan keterampilan gerak. Dengan demikian dapat dikatakan seseorang yang memiliki kemampuan motorik yang tinggi, diduga akan lebih berhasil dalam menyelesaikan tugas keterampilan motorik khusus. Hal ini tentunya dapat ditingkatkan melalui latihan-latihan dan dalam bermain.

Menurut Sukintaka(2004:79) mengatakan bahwa “ perkembangna motorik tidak akan berhenti pada unsure tertentu, tetapi akan berjalan secara kontinu dari sebelum lahir sehingga orang itu mati”. Namun kemampuan motorik seseorang di pengaruhi oleh factor fisik dan mekanik.

Menurut gusril (2003:32) factor fisik terdapat unsure-unsur sebagai berikut : a) factor kesegaran jasmani yang terdiri dari kekuatan, daya tahan

aerobic, kelentukan dan posisi tubuh,, b) factor kesegaran gerak (Motor fitness) terdiri dari kecepatan, kelincahan, koordinasi, keseimbangan dan daya ledak. Sedangkan factor mekanik menurut Gusril (2003:33) terdapat unsur-unsur yaitu sebagai berikut :

“a) Faktor keseimbangan yang terdiri dari pusat gaya, garis gaya dan dasar penyokong, b) factor pemberi gaya yang terdiri dari gerak yang lambat, percepatan, aktivitas/reaksi, c) factor penerima gaya yang terdiri dari : daerah permukaan dan jarak, d) kemampuan lokomotor terdiri dari : fase reflex, fase belum sempurna, fase dasar, e) kemampuan manipulative, f) kemampuan yang stabil”.

Keterampilan motorik tidak akan berkembang melalui kematangan saja, melainkan keterampilan motorik tersebut harus di perlajari. Sehingga kemampuan motorik anak yang dipelajari dapat meningkatkan kualitas keterampilan motorik. Masa kecil sering dikatakan saat ideal untuk mempelajari keterampilan motorik, karena berkembangnya kemampuan motorik sangat ditentukan oleh dua factor yaitu : pertumbuhan dan perkembangan. Dari kedua factor ini masih didukung dengan latihan sesuai dengan kematangan-kematangan anak, dan gizi yang baik.

Sementara Kiram (2000:23) mengemukakan kemampuan motorik seseorang untuk dapat menguasai keterampilan-keterampilan motorik olahraga berbeda-beda, perbedaan tersebut ditentukan oleh : “kemampuan kondisi dan koordinasi yang dimiliki, perbedaan usia, pengalaman gerakan, jenis kelamin, frekuensi latihan, perbedaan tujuan dan motivasi dalam mempelajari suatu keterampilan motorik serta perbedaan suatu kemampuan kognitif.

### 3. Kelentukan

Kelentukan sangat penting dikembangkan mengingat kelentukan adalah salah satu komponen kebugaran jasmani selain daya tahan, kelincahan, kecepatan dan keseimbangan. Fleksibilitas dapat didefinisikan sebagai kemampuan dari sebuah sendi dan otot, serta tali sendi di sekitarnya untuk bergerak dengan leluasa dan nyaman dalam ruang gerak maksimal yang diharapkan. Fleksibilitas optimal memungkinkan sekelompok atau satu sendi untuk bergerak dengan efisien. Kelentukan adalah kemampuan untuk melakukan gerakan dalam sendi. Selain itu, kelentukan ditentukan juga oleh keelastisan otot-otot tendon dan ligamen.

Manfaat Melakukan Latihan Kelentukan :

- a. Membantu meraih suatu prestasi dalam bidang olahraga.
- b. Membantu mengembangkan kecepatan, koordinasi, dan kelincahan.
- c. Mencegah kemungkinan terjadinya cedera pada otot dan sendi.
- d. Menghemat pengeluaran tenaga saat melakukan gerakan.
- e. Membantu memperbaiki sikap tubuh.

Istilah fleksibilitas dalam bidang keolahragaan yang merupakan penyaluran istilah dari bahas inggris yaitu “flexibility”, menurut beberapa referensi keolahragaan Indonesia fleksibility diartikan dengan kelentukan. Oleh karena itu terdapat kesamaan pengertian istilah antara fleksibilitas dengan kelentukan, sehingga dalam kajian prilaku motorik dapat dipergunakan istilah fleksibilitas untuk menyatakan kelentukan.

Pada dasarnya pada cabang olahraga membutuhkan unsur kelentukan (fleksibilitas), karena kelentukan menunjukkan kualitas yang memungkinkan suatu sekmenn bergerak semaksimal menurut kemungkinan gerak. Kualitas itu kemungkinan otot atas kelompok otot untuk memanjang dan memendek serta memanfaatkan sendi– sendi secara maksimal.

Berdasarkan hal tersebut, maka setiap cabang olahraga mempunyai persamaan mengenai pentingnya unsur fleksibilitas dalam penampilan yang optimal. Kelentukan merupakan tingkat kemampuan maksimal dalam ruang gerak sendinya kemampuan fisik ini dipengaruhi oleh elastisitas otot, tendo, ligamen dan struktur kerangka tulang. Selain itu kelentukan juga dipengaruhi oleh usia, jenis kelamin, volume penampang otot dan aspek psikologis dalam bekerja (berolahraga).

#### **4. Menggiring Bola ( Dribbling )**

Seseorang untuk bisa bermain sepakbola dengan baik, dia harus menguasai berbagai teknik dasar. Artinya dapat dikatakan teknik dasar dalam permainan sepakbola merupakan salah satu pondasi bagi seseorang untuk dapat bermain sepakbola. Teknik dasar adalah semua kegiatan yang mendasar permainan sehingga dengan modal demikian seseorang sedah dapat bermain sepakbola.

Zaini (2008:19) mengatakan gerak dasar sepakbola meliputi “menendang bola, menggiring bola, menahan bola, melempar kedalam dan menangkap bola bagi kipper”. Sementara Zalfendi dkk (2005:100) mengatakan teknik dalam permainan sepakbola terdiri dari :

1) Teknik tanpa bola dan 2) teknik dengan bola".Teknik tanpa bola seperti lari, lari merupakan teknik tanpa bola yang penting bagi seorang pemain teknik lari dengan langkah merupakan cirri khas pemain.Melompat dalam bermain sepakbola merupakan suatu usaha untuk mengambil bola tinggi dan tackling (merampas bola) dari lawan merupakan suatu kewajiban bagi setiap pemain yang sedang bertahan.

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan di atas, maka dapat di tarik suatu kesimpulan bahwa dalam permainan sepakbola salah satu teknik dengan bola harus dikuasai oleh seorang pemain sepakbola adalah teknik mendribel atau menggiring bola. Menggiring bola, merupakan teknik dalam usaha membawa bola dari suatu daerah kedaerah lain pada saat permainan sedang berlangsung. Arsil (2006:22) Menggiring bola berguna untuk : 1) memindahkan daerah permainan, 2) , melewati lawan, 3) memperlambat tempo permainan, dan 4) memancing lawan untuk mendekati bola sehingga daerah penyerangan terbuka”.

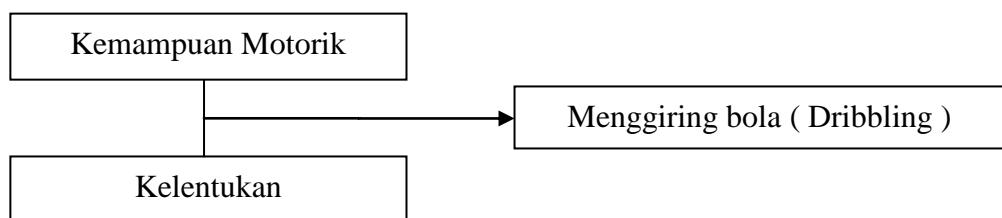
Menggiring bola dapat dilakukan dengan kura-kura kaki bagian atas, kura-kura kaki bagian dalam dan kura-kura kaki bagian luar.dengan menggunakan bagian kura-kura kaki bagian dalam berarti posisi dari bola selalu selalu berada dalam penguasaan pemain.Cara menggiring seperti inilah yang lebih baik dilakukan, karena bola selalu berada di antara dua kaki.Disamping itu seseorang dalam bermain dapat merubah-rubah kecepatan sewaktu menggiring bola. Zalfendi dkk (2005:111) cara untuk menggiring bola yaitu “ dengan melakukan langkah-langkah pendek jarak dan dengan kecepatan bervariasi. Dengan melakukan langkah-langkah pendek jarak antara bola dengan tubuh dapat di control sedemikian rupa, sehingga sukar bagi lawan untuk merampas bola”.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa seseorang yang memiliki keterampilan menggiring bola dengan baik, akan mampu mengatasi permasalahan-permasalahan yang di temukan dalam bermain. Seperti : dengan mudah melewati lawan, memindahkan daerah permainan, memancing lawan untuk mendekati bola hingga daerah penyerangan tebuka dan memperlambat tempo permainan.

## **B. Kerangka Konseptual**

Dalam pelaksanaan aktivitas olahraga sepakbola sangat di butuhkan teknik dasar yang sempurna dari setiap pemainnya seperti passing, kontrol, dribbling, dan shooting. Sebab teknik-teknik tersebut merupakan faktor-faktor yang mendasari terlaksananya permainan yang bagus serta akan mempengaruhi penampilan pemain pada saat pertandingan berlangsung.

Teknik Menggiring bola ( dribbling ) merupakan kemampuan untuk mengecoh lawan dan untuk mencari kesempatan memberikan bola umpan kepada teman dengan tepat.



**Gambar 1. Kerangka Konseptual**

1. Adanya hubungan yang signifikan antara kemampuan motoric dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada SSB Bungus Teluk Kabung.
2. Adanya hubungan yang signifikan antara kelentukan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada SSB Bungus Teluk Kabung.
3. Adanya hubungan yang signifikan antara kemampuan motoric dan kelentukan secara bersama-sama dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada SSB Bungus Teluk Kabung.

### **C. Hipotesis Penelitian**

Berdasarkan kajian teori dan kerangka konseptual, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah :

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara kemampuan motorik dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada SSB Bungus teluk Kabung.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara kelentukan togok dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada SSB Bungus Teluk Kabung.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara kemampuan motorik dan kelentukan secara bersama-sama dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada SSB Bungus Teluk Kabung.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan kepada analisis data dan pembahasan yang dikemukakan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara kemampuan motorik dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada SSB Bungus teluk Kabung dengan perolehan  $t_{hitung} = 3,21 > t_{tabel} = 1,73$  pada taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ . Artinya, semakin tinggi tingkat Kemampuan Motorik yang dimiliki, maka semakin tinggi tingkat kemampuan Menggiring bola pada SSB Bungus Teluk Kabung. Sebaliknya, semakin rendah Kemampuan Motorik yang dimiliki, maka semakin buruk kemampuan Menggiring bola pada SSB Bungus Teluk Kabung.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara kelentukan togok dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada SSB Bungus Teluk Kabung dengan perolehan  $t_{hitung} = 2,51 > t_{tabel} = 1,73$  pada taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ . Artinya, semakin tinggi tingkat kelentukan togok yang dimiliki, maka semakin tinggi tingkat kemampuan Menggiring bola pada SSB Bungus Teluk Kabung. Sebaliknya, semakin rendah tingkat kelentukan togok yang dimiliki, maka semakin rendah tingkat kemampuan Menggiring bola pada SSB Bungus Teluk Kabung.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara kemampuan motorik dan kelentukan togok secara bersama-sama dengan kemampuan menggiring

boladalam permainan sepakbola pada SSB Bungus Teluk Kabungdengan perolehan  $F_{hitung} = 7,76 > F_{tabel} = 3,59$  pada taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ . Artinya, semakin tinggi tingkat Kemampuan Motorik dan kelentukan togok yang dimiliki secara bersama-sama, maka semakin tinggi tingkat kemampuan Menggiring bola pada SSB Bungus Teluk Kabung. Sebaliknya, semakin rendah tingkat Kemampuan Motorik dan kelentukan togok yang dimiliki secara bersama-sama, maka semakin rendah tingkat kemampuan Menggiring bola pada SSB Bungus Teluk Kabung.

## **B. Saran-saran**

Berdasarkan pada kesimpulan di atas, maka penulis dapat memberikan saran-saran yang dapat membantu mengatasi masalah yang ditemui dalam mendapatkan kemampuan Menggiring bola pada SSB Bungus Teluk Kabung, yaitu :

1. Bagi pelatih pada umumnya dan khususnya pelatih SSB Bungus Teluk Kabung disarankan untuk melatih unsur Kemampuan Motorik dan kelentukan togok dengan cara melakukan pemanasan sebelum memulai latihan dan melatih otot-otot yang dominan dalam mendapatkan kemampuan Menggiring bola pada SSB Bungus Teluk Kabung yang lebih baik.
2. Bagi atlet pada umumnya dan khususnya atlet SSB Bungus Teluk Kabung, disarankan untuk dapat meningkatkan kemampuan Menggiring bolayang lebih baikdengan cara meningkatkan kemampuan motorik dan kelentukan togok yang dimiliki melalui latihan yang terprogram secara sistematis dan berkesinambungan.

3. Bagi peneliti yang ingin melanjutkan penelitian ini agar dapat menjadikan penelitian ini sebagai bahan informasi dan meneliti dengan jumlah populasi atau sampel yang lebih besar serta di daerah yang berbeda.

## DAFTAR PUSTAKA

- A. Sarumpat. 1992. Permainan Besar. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
- Danny Mielke. (2007). *Dasar-Dasar Sepakbola*(terjemahan). Bandung: Pakar Raya.
- Darwis, Ratinus. 1981 *Sepak Bola Dasar padang* : FIK UNP
- Gusril, 2003. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik. Disertasi.Jakarta :Pascasarjana, UNJ
- Joseph A Luxbacer. 2004. *Sepak Bola (Edisi Kedua)*. Jakarta : Raja Grafindo Persada
- Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga. RI. 2005. *Penetapan Parameter Tes Pada Pusat Pendidikan Dan Pelatihan Pelajar Dan Sekolah Khusus Olahragawan*. Jakarta: Presiden RI.
- Kiram, Yanuar. 1992. *Belajar Motorik*. Jakarta Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Kiram, Yanuar, 1994, *Belajar Motorik*, Padang : FIK Universitas Negeri Padang.
- Luxbacher. 2001. *Sepakbola (Taktik dan Teknik Bermain)* .Jakarta : Raja Grafindo Persada
- Mielke Danny, *Dasar-Dasar Sepak Bola. Cara Yang Lebih Baik Untuk Mempelajarinya*. Pakar Raya, Bandung 2007
- Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukuran Dalam pendidikan Jasmani. Prinsip-prinsip dan Penerapannya*. Jakarta: Direktorat Dirjen Olahraga.
- Sucipto, dkk. 1999/2000. *Sepakbola Departemen Pendidikan dan kebudayaan*. Jakarta:Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Sukatamsi. 1984. Teknik Dasar Bermain Sepakbola. Solo: Tiga Serangkai
- Sukintaka, 2004. Teori Pendidikan Jasmani : Filosofi Pembelajaran Dan Masa Depan. Bandung : Nuansa
- Syafruddin. 2011. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang. UNP Press.