

**KONTRIBUSI KELINCAHAN TERHADAP KEMAMPUAN
DRIBBLING PEMAIN SEPAKBOLA PADA SSB
BALAI BARU PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan Pada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang*



Oleh :

**FAUZAN SYAFRIZAL
NIM. 85620**

**PRODI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2013**

ABSTRAK

Fauzan Syafrizal (2012). Kontribusi Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling Sepakbola Pemain SSB Balai Baru Padang.

Penelitian ini berawal dari rendahnya kemampuan *dribbling* yang dimiliki pemain SSB Balai Baru Padang. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat hubungan dan kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pada pemain SSB Balai Baru Padang.

Jenis Penelitian ini adalah korelasional. Populasi penelitian ini adalah pemain SSB Balai Baru Padang yang aktif dalam mengikuti latihan sepakbola yang berjumlah 95 orang pemain. Penarikan sampel dilakukan dengan cara *porpositive sampling*, dimana yang dijadikan sampel yaitu U 13 – 15 tahun yang berjumlah 20 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan cara mengukur variabel kelincahan dengan menggunakan tes lari *dogging run*. Selanjutnya kemampuan *dribbling* sepakbola diukur dengan tes kemampuan *dribbling* sepakbola. Analisa data dan pengujian hipotesis penelitian menggunakan teknik analisis korelasi sederhana dan teknik analisis korelasi berganda dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

Dari analisis data diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan *dribbling* sepakbola pemain SSB Balai Baru Padang. Hal ini dibuktikan dengan perolehan $r_{hitung} = 0,671 > r_{abel} = 0,444$, serta kelincahan memberikan kontribusi sebesar 45,02% terhadap kemampuan *dribbling* sepakbola pemain SSB Balai Baru Padang.

Kata kunci : Kelincahan dan Kemampuan *dribbling* Sepakbola.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Kontribusi Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling Sepakbola pada SSB Balai Baru Padang”**. Penulisan skripsi ini bertujuan untuk melengkapi tugas akhir dan syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan juga untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan siswa tentang kemampuan *dribbling* sepakbola di sekolah.

Dalam penulisan skripsi ini penulis telah berusaha semaksimal mungkin, namun demikian penulis menyadari bahwa penelitian ini jauh dari kesempurnaan dan harapan, hal tersebut disebabkan oleh keterbatasan kemampuan penulis sendiri. Untuk itu penulis mengharapkan kritikan dan saran yang sifatnya membangun dari semua pihak, guna kesempurnaan penelitian ini dimasa yang akan datang.

Dalam penulisan skripsi ini penulis banyak menerima bantuan baik moril maupun materil, oleh sebab itu pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Drs. H.Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan motivasi.
2. Drs. Maidarman, M.Pd selaku ketua jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga sekaligus sebagai pembimbing I

3. Drs. Yulifri, M.Pd sebagai pembimbing II yang senantiasa meluangkan waktu, kesempatan, dorongan, semangat dan bimbingan menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Drs. M. Ridwan, Drs. Hermanzoni, Drs. Zalfendi, M. Kes, sebagai dosen penguji yang telah banyak membantu, memberikan saran, masukan dan tambahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak, Ibu dosen dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah membekali penulis dengan ilmu pengetahuan.
6. Teristimewa kepada orang tua yang tercinta, Ayahanda dan Ibunda yang telah memberikan dorongan, semangat, cinta kasih dan do'a sehingga skripsi ini dapat diselesaikan, engkau adalah pelita hidup, semoga tetesan keringat yang engkau usahakan teruntuk anakmu dapat bermanfaat untuk kebaikan semua
7. Bapak ibu dosen dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
8. Rekan-Rekan Mahasiswa FIK UNP, Khususnya angkatan 2007 yang telah memberikan semangat, perhatian, dan bantuannya, serta semua pihak yang tidak dapat dicantumkan namanya satu persatu yang telah banyak memberikan bantuan dalam penyelesaian skripsi ini.

Atas semua bantuan yang diberikan kepada penulis, semoga Allah S.W.T senantiasa membalasnya dengan kebaikan dan pahala yang berlipat ganda Amin....

Padang, Oktober 2012

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. Perumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Kegunaan Penelitian.....	6
 BAB II KAJIAN TEORISTIS	
A. Kajian Teori.....	7
1. Hakekat Sepakbola.....	7
2. Hakekat Kemampuan <i>Dribbling</i>	8
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kemampuan <i>Dribbling</i>	13
4. Hakekat Kelincahan	14
5. Hubungan Kelincahan dengan Kemampuan Mendrible ..	17

B. Kerangka Konseptual	18
C. Hipotesis.....	19

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	20
B. Tempat Penelitian.....	20
C. Waktu Penelitian.....	20
D. Populasi dan sampel.....	20
E. Jenis dan Sumber Data	22
1. Jenis Data	22
2. Sumber Data	22
F. Definisi Operasional.....	22
G. Instrumen Penelitian.....	23
H. Prosedur Penelitian.....	26
I. Teknik Analisa Data.....	26

BAB IV HASIL PENELITIAN PEMBAHASAN

A. Analisis Deskriptif	29
B. Analisis Induktif.....	32
C. Pembahasan.....	34

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan.....	37
B. Saran-saran.....	37

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi penelitian	21
2. Jumlah sampel.....	21
3. Nama Pengawas dan pembantu tes	26
4. Distribusi Frekuensi Kelincahan (X)	29
5. Distribusi Frekuensi Kemampuan <i>Dribbling</i> (Y)	31
6. Uji normalitas sebaran data dengan uji lilliefors.....	33
7. Analisis kontribusi antara korelasi kelincahan terhadap kemampuan dribbling pemain SSB Balai Baru Padang	34

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Bentuk pelaksanaan Kemampuan <i>Dribbling</i>	13
1. Kerangka konseptual	19
2. Tes Kelincahan.....	24
3. Tes Kemampuan <i>Dribbling</i> Sepakbola	25
4. Histogram Variabel Kelincahan	30
5. Histogram Variabel Kemampuan <i>Dribbling</i>	32
6. Sampel Penelitian	49
7. Tes Kelincahan	49
8. Tes Kemampuan <i>Dribbling</i>	50
9. Perlengkapan Tes	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Penelitian	41
2. Analisis uji normalitas sebaran data sebaran data kelincahan uji liliefors (X).....	42
3. Analisis uji normalitas sebaran data sebaran data kemampuan <i>dribbling</i> (Y)	43
4. Analisis korelasi sederhana variable kelincahan (X) dan kemampuan <i>dribbling</i> (Y)	44
5. Daftar nilai kritis L untuk uji liliefors	46
6. Tabel dari harga kritik dari <i>Product-Moment</i>	47
7. Tabel Kurva Normal	48
8. Dokumentasi Penelitian.....	49
7. Surat Izin Penelitian dari FIK UNP.....	51
8. Surat Balasan Penelitian dari Klub SSB Balai Baru Padang.....	52

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepakbola merupakan permainan olahraga yang sangat popular di lingkungan masyarakat Indonesia, khususnya Sumatra Barat. Hampir setiap plosok di Sumatra Barat ditemukan permainan ini, baik bersifat kompetisi ataupun hanya sebatas permainan para anak muda untuk mengisi waktu. Ini terbukti dengan banyaknya kejuaraan-kejuaraan yang digelar di berbagai daerah baik kejuaraan tingkat daerah, nasional maupun internasional. Untuk membina dan mengembangkan olahraga sepakbola menuju prestasi yang maksimal, tidak terlepas dari unsur-unsur yang akan mendukung tercapainya suatu prestasi tersebut.

Di sisi lain, dengan adanya kompetisi, Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia (PSSI) sebagai induk organisasi olahraga Sepakbola di Indonesia juga tidak lupa menetapkan pembinaan sepak bola yang berjenjang sesuai dengan sasaran kompetisi yang ada dan juga menetapkan pembinaan sepakbola dengan kerjasama melalui Departemen Pendidikan Nasional (Diknas) untuk mendirikan diklat-diklat pembinaan sepakbola yang ada di daerah serta diharapkan juga lahir pemain dari pembinaan tersebut.

Bentuk pembinaan yang diharapkan adalah pembinaan yang akan melahirkan pemain-pemain sepakbola atau pemain-pemain yang berprestasi. Tidak hanya memiliki skill yang bagus akan tetapi juga kondisi fisik yang baik. Pembinaan yang berjenjang dan terprogram akan mencetak pemain-

pemain sepakbola yang menghasilkan dan mengembangkan berupa prestasi atau kemenangan disetiap pertandingan dan kompetisi yang diikuti.

Meskipun demikian, masih banyak ditemui yang memiliki prestasi yang kurang membanggakan. Kegagalan prestasi mencerminkan terdapatnya kekurangan dalam berbagai aspek pembinaan. Hairy (1988:3) mengatakan : “rendahnya prestasi sepakbola tersebut disebabkan oleh empat aspek, keempat aspek tersebut memiliki peran dan fungsi masing-masing dalam meningkatkan kemampuan serta prestasi seseorang dalam olahraga. Keempat aspek tersebut adalah : a) aspek medis, b) aspek psikologis, c)aspek teknik, d) aspek fisik”.

Dari ke empat aspek tersebut, aspek fisik merupakan aspek yang akan mempengaruhi prestasi olahraga seseorang. Berdasarkan pendapat Sajoto (1988:8), “salah satu persyaratan yang sangat diperlukan dan merupakan keperluan dasar yang harus dipenuhi dalam setiap usaha peningkatan prestasi seorang pemain adalah kondisi fisik.” Begitu juga dalam meningkatkan prestasi cabang permainan sepakbola pada SSB Balai Baru Padang.

Walaupun unsur-unsur teknik dasar atau komponen kondisi fisik ini secara keseluruhan bersifat menentukan dalam mencapai prestasi secara optimal, namun tidak semua komponen kondisi fisik terlibat dalam aktivitas gerak tertentu dengan intensitas yang sama. Mungkin satu atau dua komponen secara dominan diperlukan atau dibutuhkan, misalnya saja dalam melakukan teknik *dribbling* dalam permainan sepakbola dibutuhkan yang dominan komponen kondisi fisik diantaranya adalah kelincahan.

Kelincahan adalah kegiatan seseorang pemain sepakbola dalam menggerakkan badan atau anggota badan untuk menyelesaikan gerakan secara lengkap, dengan waktu yang sesingkat-singkatnya dalam situasi yang berbeda dan arah yang berubah-ubah. Kelincahan merupakan bagian dari komponen kondisi fisik yang juga ikut memegang peran dalam usaha meningkatkan terutama dalam melakukan kemampuan *dribbling*. Sebab, idealnya apabila seseorang pemain memiliki kelincahan yang baik akan memberikan kemampuan *dribbling* yang baik, apakah *dribbling* tersebut dilakukan dengan kaki dalam, kaki atas dan kaki bagian luar. Di samping itu, dengan kelincahan yang baik dalam melakukan *dribbling* dapat berguna untuk melewati atau menipu lawan dengan gerakan badan yang lincah.

Menurut pengamatan penulis dilapangan, salah satu penyebab menurunnya prestasi pemain sepakbola pada SSB Balai Baru Padang, diduga antara lain disebabkan oleh faktor kelincahan, sehingga pada saat pemain melakukan teknik mengiring bola (*dribbling*) sering bola dapat dirampas oleh lawan, kalah cepat menerima bola dari operan teman dan bola kurang terkontrol dengan baik. Artinya kemampuan *dribbling* yang dimiliki pemain sepakbola tersebut masih belum begitu baik, karena tidak didukung oleh kelincahan atau kurang gesit dalam mengamankan bola, sehingga bola dengan mudah berpindah kepada lawan.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti apakah kelincahan dapat mempengaruhi seorang pemain dalam melakukan *dribbling*. Namun dalam latihan *dribbling*, banyak pelatih dan pemain yang

mengabaikan latihan kelincahan sehingga pemain kurang menguasai *dribbling* dengan baik dalam bermain sepakbola. Hal ini disebabkan kurang mengertinya mereka akan peranan kelincahan dalam meningkatkan kemampuan *dribbling* tersebut, oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang kontribusi kelincahan (*agility*) terhadap kemampuan *dribbling* pemain sepak bola SSB Balai Baru Padang.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka permasalahan penelitian dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Apakah kelincahan berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling*?
2. Apakah teknik berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling*?
3. Apakah mental dapat berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling*?
4. Apakah fisik dapat berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling*?
5. Apakah taktik dan strategi dapat berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling*?
6. Apakah sarana prasarana dapat berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling*?
7. Apakah kualitas pelatih dapat berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling*?
8. Apakah program latihan dapat berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling*?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah yang telah dikemukakan di atas dan alasan waktu serta keterbatasan yang peneliti miliki, maka penelitian ini dibatasi pada :

1. Kelincahan pemain sepakbola SSB Balai Baru Padang.
2. Kemampuan *dribbling* sepakbola SSB Balai Baru Padang

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah di atas, maka perumusan masalah adalah sebagai berikut:

1. Bagaimanakah kelincahan pemain sepakbola SSB Balai Baru
2. Bagaimanakah kemampuan *dribbling* pemain sepakbola SSB Balai Baru
3. Bagaimanakah kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain sepakbola pada SSB balai baru Padang?"

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Tingkat kelincahan pemain sepakbola pada SSB Balai Baru Padang.
2. Tingkat kemampuan *dribbling* pemain sepakbola pada SSB Balai Baru Padang.
3. Seberapa besar kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain sepakbola pada SSB Balai Baru Padang.

F. Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan yang dilakukan penelitian ini adalah:

1. Sebagai salah satu persyaratan bagi penulis dalam menyelesaikan tugas akhir perkuliahan.
2. Sebagai salah satu khasanah ilmu pengetahuan dan bahan masukan bagi penelitian berikutnya.
3. Sebagai bahan pertimbangan bagi pelatih dan Pembina olahraga sepakbola dalam meningkatkan prestasi atlitnya.
4. Sebagai bahan rujukan bagi mahasiswa Fik UNP dalam menyelesaikan tugas akhirnya.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang dilakukan untuk melihat kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* sepak bola pemain SSB Balai Baru Padang, dapat ditarik kesimpulan. Hasil yang diperoleh dari penelitian yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan *dribbling* pemain SSB Balai Baru Padang. Hal ini dibuktikan dengan perolehan $r_{hitung} = 0,671 > r_{abel} = 0.444$. Selanjunya hasil penelitian ini menunjukan bahwa kelincahan memberikan kontribusi terhadap kemampuan *dribbling* sepakbola pemain SSB Balai Baru Padang dengan perolehan koefesien dterminasi sebesar 45,02%.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka penulis dapat memberikan saran-saran yang dapat membantu mengatasi masalah yang ditemui dalam pelaksanaan *dribbling* sepakbola yaitu :

1. Pada siswa untuk lebih giat berlatih dan menerapkan bentuk-bentuk latihan yang dibutuhkan dalam peningkatan kemampuan *dribbling* dalam sepak bola, dan untuk lebih mengembangkan kemampuan kondisi fisik lainnya.
2. Kepada pelatih sepakbola disarankan agar dapat membuat bentuk-bentuk latihan kelincahan dan membuat program latihan yang mengacu kepada peningkatkan kondisi kelincahan, sehingga atlet memiliki kondisi

kelincahan yang baik sehingga dapat berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling*.

3. Untuk SSB Balai Baru Padang supaya lebih memperhatikan dan memberikan dukungan demi tercapainya prestasi pemain pada cabang sepak bola.
4. Bagi para peneliti selanjutnya disarankan untuk dapat mengkaji faktor-faktor lain yang berhubungan dengan peningkatan kecepatan *dribbling* dalam sepak bola.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 1992 . *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Arsil. 2006. *Perbedaan pengaruh Latihan Teknik Elementer dan Modifikasi Permainan Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Sepak Bola*. Tesis. Pascasarjana, Padang: UNP.
- Darwis, Ratinus. 1999. *SepakBola*. Universitas Negeri Padang.
- Depdikbud. 1992. *Paket Penelitian Kesegaran Jasmani dan Kesehatan Rekrreasi*. Jakarta : Pusdiklat Olahraga Pelajar.
- Djezed, Zilfar. 1985. *Buku Pelajaran Sepak Bola*. Padang: FPOK IKIP
- Hairy, Junusal. 1998. *Fisiologi Olahraga*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti.
- Harsono, 1988. Coaching dan Aspek-Aspek Psikologi dalam Leaching Depdikbud. Dirjen Pendidikan. P2 (PTK Jakarta).
- Ismayarti. 2008. *Tes dan pengukuran Olahraga*. Surakarta : LPP UNS
- Nelson and Jhonson, 1980. *Practical Measurerelement for Evaluation in Physical Education*. California. Burgess Publishing CO.
- Nurhasan, 1988. *Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*. FPOK IKIP Bandung.
- PSSI, 1991. *Pola Pembinaan Sepakbola Nasional*. Jakarta.
- Riduwan, 2005. *Belajar Mudah Penelitian Untuk Guru – Karyawan Dan Peneliti Pemula*. Jakarta: Alfabeta.
- Sandra, Romi, 2002. *Pengaruh program Latihan Terhadap Peningkatan Kemampuan Dribbling pada Siswa Sekolah Sepak Bola Universitas Negeri Padang*. FIK UNP.
- Sarumpeat dkk, 1992. *Permainan Besar*. Depertemen P dan K. Direktorat Jendral DIKTI.
- Sajoto, M 1988. *Peningkatan dan Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Jakarta: DepDikbud Dirjen Dikti.