

**HUBUNGAN KOORDINASI MATA-KAKI DAN KELINCAHAN
DENGAN KETERAMPILAN DRIBBLING ATLET SEPAKBOLA
SMP NEGERI 1 PAINAN**

SKRIPSI

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



Oleh

**MUHAMMAD AZIZUN HAKIM
NIM.18772**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2015**

PERSETUJUAN SKRIPSI

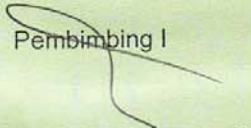
HUBUNGAN KOORDINASI MATA-KAKI DAN KELINCAHAN DENGAN KETERAMPILAN DRIBBLING ATLET SEPAKBOLA SMP NEGERI 1 PAINAN

Nama : Muhammad Azizun Hakim
NIM : 18772
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

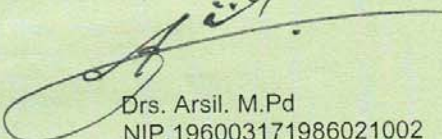
Padang, Januari 2015

Disetujui Oleh

Pembimbing I


Drs. Zalfendi, M.Kes
NIP. 195906021985031003

Pembimbing II


Drs. Arsil, M.Pd
NIP.196003171986021002

Mengetahui:
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga


Drs. Yulifri, M.Pd
NIP. 195907051985031002

PENGESAHAN

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 KOORDINASI MATA KAKI DAN
KELINCAHAN DENGAN KETERAMPILAN
DRIBBLING ATLET SEPAKBOLA SMP N 1 PAINAN

Nama : Muhamad Azizun Hakim

NIM : 18772



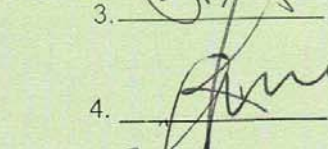
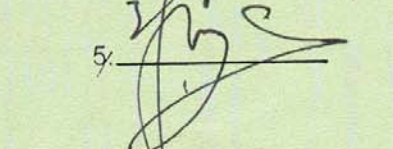

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Febuari 2015

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Zalfendi, M. Kes..	1. 
2. Sekretaris	: Drs. Arsil. M.Pd	2. 
3. Anggota	: Drs. Erianti. M.Pd	3. 
4. Anggota	: Drs. Yulifri. M.Pd	4. 
5. Anggota	: Drs, Hasriwandi Nur. M.Pd.	5. 

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, Maret 2015


METERAI
TEMPEL
E3036ADF099586116
6000
ENAM RIBU RUPIAH
enyatakan,
Muhammad Azizun Hakim

ABSTRAK

Muhammad Azizun Hakim, (18772): Hubungan Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan Dengan Keterampilan Dribbling Atlet Sepakbola SMP Negeri 1 Painan

Masalah dalam penelitian ini yaitu belum begitu baiknya keterampilan mendribbling bola atlet sepakbola SMP N 1 Painan. Banyak faktor yang menyebabkannya diantaranya adalah faktor koordinasi mata-kaki dan kelincahan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara koordinasi mata kaki dan kelincahan dengan keterampilan dribbling atlet sepakbola SMP Negeri 1 Painan.

Jenis penelitian adalah *korelasional*. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet sepakbola SMP N 1 Painan yang berjumlah 24 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Dengan demikian jumlah sampel di dalam penelitian ini adalah sebanyak 24 orang. Data dikumpulkan dengan menggunakan pengukuran terhadap ketiga variabel yaitu tes koordinasi mata kaki, kelincahan dan keterampilan dribbling. Data dianalisis dengan korelasi *product moment* dan dilanjutkan dengan korelasi ganda.

Hasil penelitian menunjukkan yaitu: 1) Terdapat hubungan yang signifikan Koordinasi mata kaki dengan keterampilan *dribbling* atlet sepakbola di SMP Negeri 1 Painan karena diperoleh $t_{hitung} = 2,15 > t_{tabel} 1,72$. 2) Terdapat hubungan yang signifikan Kelincahan dengan keterampilan *dribbling* atlet sepakbola di SMP Negeri 1 Painan karena diperoleh $r_{hitung} t_{hitung} = 2,38 > t_{tabel} 1,72$, 3) Terdapat hubungan yang signifikan Koordinasi mata kaki dan kelincahan secara bersama-sama dengan keterampilan *dribbling* atlet sepakbola di SMP Negeri 1 Painan karena diperoleh $F_{hitung} = 5,38 > F_{tabel} 3,47$, dan diterima kebenarannya secara empiris.

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan Dengan Keterampilan Dribbling Atlet Sepakbola SMP Negeri 1 Painan”**.

Penulisan skripsi ini merupakan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi tugas dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu diharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini. Di dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril mau pun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tidak terhingga kepada:

1. Drs. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragan Universitas Negeri Padang.
2. Drs. Yulifri, M.Pd Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Drs. Zalfendi, M.Kes selaku pembimbing I yang telah bersedia meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, pemikiran, pengarahan dan bantuan secara moril yang sangat berarti kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.

4. Drs. Arsil. M.Pd selaku pembimbing II yang telah memberikan arahan dan bimbingan demi perbaikan dalam penulisan skripsi ini.
5. Drs. Yulifri, M.Pd, Drs. Hasriwandi Nur, M.Pd dan Dra. Erianti, M.Pd yang telah memberikan masukan dan saran di dalam penyusunan skripsi ini yang begitu berarti sekali bagi penulis.
6. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Akhir kata penulis do'akan semoga semuaamal 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 penyusunan skripsi ini. Amin...Amin..Ya Robal Alamin.

Padang, Januari 2015

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
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. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	
1. Pemain Sepakbola	8
2. Koordinasi Mata Kaki	9
3. Kelincahan.....	10
4. Keterampilan Dribbling	12
B. Kerangka Konseptual.....	16
C. Hipotesis Penelitian.....	18
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	19
B. Tempat dan Waktu Penelitian	19
C. Populasi dan Sampel	19
D. Defenisi Operasional.....	20
E. Jenis dan Sumber Data	21
F. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	21
G. Teknik Analisis Data	24

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

1. Koordinasi Mata Kaki 27
2. Kelincahan 29
3. Keterampilan dribbling 30

B. Uji Persyaratan Analisis 32

C. Uji Hipotesis 33

D. Pembahasan 37

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan 42

B. Saran 42

DAFTAR PUSTAKA 44

LAMPIRAN 45

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Distribusi Hasil Data Koordinasi mata kaki	27
2. Distribusi Hasil Data Kelincahan.....	29
3. Distribusi Hasil Data Keterampilan dribbling	31
4. Rangkuman Uji Normalitas Data.....	32
5. Rangkuman Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Antara X_1 dengan Y''	33
6. Rangkuman Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Antara X_2 dengan Y	35
7. Rangkuman Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Antara X_1 dan X_2 Secara bersama-sama terhadap Y	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual.....	17
2. Tes koordinasi mata kaki	22
3. Tes kelincahan	23
4. Tes keterampilan dribbling	24
5. Histogram Hasil Data Koordinasi mata kaki	28
6. Histogram Hasil Data Kelincahan.....	30
7. Histogram Hasil Data keterampilan dribbling	31

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Rekap Hasil Data Penelitian	45
2. UjiNormalitas Variabel Koordinasi mata kaki.....	46
3. Uji Normalitas Variabel Kelincahan.....	47
4. Uji Normalitas Variabel Keterampilan Dribbling.....	48
5. UjiHipotesis X_1 dan Y	49
6. UjiHipotesis X_2 dan Y	50
7. Korelasi Ganda.....	51
8. Tabel Uji Lilliefors.....	52
9. Tabel Nilai r Product Moment	53
10. Tabel Nilai Distribusi T	54
11. Surat Izin Penelitian Dari Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.....	55
12. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian Dari Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP	56
13. Dokumentasi Penelitian	57

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan bagian dari aktivitas sehari-hari manusia yang berguna untuk membentuk jasmani dan rohani yang sehat. Pada saat ini olahraga memberikan kontribusi yang positif dan nyata bagi peningkatan kesehatan masyarakat. Selain itu juga olahraga juga turut berperan dalam peningkatan kemampuan bangsa dalam melaksanakan sistem pembangunan yang berkelanjutan.

Perkembangan olahraga sepakbola juga didukung sepenuhnya oleh masyarakat dan pemerintah, hal ini terbukti dengan adanya turnamen antar klub yang diadakan oleh berbagai daerah maupun turnamen resmi lainnya. Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuh-kembangkan serta pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan.

Olahraga prestasi yang dimaksud di sini adalah olahraga yang di bina dan mengembangkan para olahragawan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Artinya pengembangan dan pembinaan cabang-cabang olahraga prestasi, seperti cabang olahraga yang paling populer didunia, di Indonesia hampir semua lapisan masyarakat mengenal olahraga sepakbola ini, mulai dari anak-anak remaja, orang dewasa

dan bahkan orang tua. Berbagai macam tujuan orang bermain sepakbola misalnya saja bagi orang tua dan orang dewasa untuk mengisi waktu luang atau rekreasi, bagi anak-anak dan anak remaja untuk berprestasi.

Menurut Zalfendi (2010:28) "Permainan sepakbola adalah permainan 11 dengan lawan 11 yang di pimpin seorang wasit, dibantu asisten 1 dan asisten 2, serta satu orang wasit cadangan. 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 melalui kerja sama tim tersebut. Kemenangan tidak dapat diraih secara perseorangan dalam permainan tim, di samping itu setiap individu atau atlet harus memiliki kondisi fisik yang bagus, teknik dasar yang baik dan mental bertanding yang baik pula.

Salah satu faktor penting untuk permainan sepakbola yang sempurna dan efisien adalah seorang atlet sepakbola harus menguasai teknik dasar bermain sepakbola dengan sempurna, teknik dasar adalah semua kegiatan yang mendasar atlet sehingga dengan modal demikian seseorang sudah dapat bermain sepakbola, menguasai teknik dasar sepakbola merupakan salah satu modal untuk memenangkan pertandingan. Teknik dasar sangat tergantung pada kondisi fisik yang prima, sehingga strategi direncanakan dapat dijalankan dengan baik, namun itu pun terus didukung dengan mental yang baik, agar kepercayaan diri itu muncul dengan sendirinya, sehingga teknik dapat berjalan dengan baik. Dengan kata lain teknik tersebut harus ditunjang dengan taktik, fisik dan mental.

Teknik dasar merupakan suatu kegiatan yang mendasari permainan sehingga dengan modal demikian seseorang sudah dapat bermain sepakbola. Selain itu faktor fisik juga tidak kalah pentingnya dalam bermain sepakbola. Agar fisik dan penguasaan keterampilan teknik dasar dikuasai perlu latihan yang sungguh-sungguh dan direncanakan dengan baik. Kondisi fisik dan teknik dasar merupakan faktor yang sangat berpengaruh dalam mencapai prestasi seorang atlet sepakbola. Berdasarkan penjelasan di atas, bahwa teknik merupakan unsur yang penting dalam bermain sepakbola.

Salah satu teknik yang harus dikuasai oleh seorang atlet sepakbola adalah teknik dribbling atau mengiring bola. Menurut Zalfendi, (2010:138) untuk dapat mengiring bola dengan baik perlu diketahui prinsip-prinsip dribbling atau mengiring bola di antaranya adalah “1) bola harus dikuasai sepenuhnya, berarti tidak dapat dirampas lawan, 2) dapat menggunakan seluruh bagian kaki sesuai dengan tujuan yang di capai, 3) dapat mengawasi situasi pemain pada waktu mengiring bola”. Dengan demikian dapat diartikan teknik dribbling atau mengiring bola tidaklah mudah untuk dikuasai, karena banyak hal yang harus diperhatikan yg sudah menjadi prinsip dalam melakukan melakukan teknik mengiring bola dan ini harus diketahui oleh seorang atlet sepakbola.

Untuk dapat melakukan dribbling bola secara cepat dan tepat dibutuhkan koordinasi yang baik, menurut krepel dalam Syafruddin (2013:121) “koordinasi merupakan kerja sama sistem persyarafan pusat sebagai sistem yang telah diselaraskan oleh proses rangsangan dan hambatan serta otot rangka pada waktu jalannya suatu gerakan secara terarah”. Dari pendapat di atas

dapat disimpulkan bahwa koordinasi sangat diperlukan dalam proses pengendalian syaraf. Disamping itu ada faktor lain yang dapat mempengaruhi seorang atlet untuk dapat menguasai teknik dribbling adalah kelincahan, Pentingnya kelincahan dalam permainan sepakbola diungkapkan oleh Suhendro (2002:4) bahwa, “Hampir semua bentuk permainan memerlukan kelincahan termasuk dalam permainan sepakbola”.

Berdasarkan pengamatan penulis di lapangan saat atlet sepakbola SMP N 1 Painan mengikuti pertandingan, atlet sepakbola SMP N 1 Painan belum menghasilkan prestasi yang membanggakan, kondisi fisik belum mendukung kemampuan teknik dan masih rendahnya penguasaan teknik dribbling atlet sepakbola SMP N 1 Painan. Bola dengan mudah di rampas oleh lawan, operan bola pada teman kurang akurat dan membawa bola perkenaan kaki dengan bola, kelentukan tubuh, emosional, koordinasi mata-kaki, kelincahan, keseimbangan dan kecepatan untuk melewati lawan masih belum begitu baik. Dan juga diperkuat dugaan setelah berbincang dengan guru penjas yang sekaligus langsung sebagai pelatih sepakbola di SMP N 1 Painan tersebut. Melihat kenyataan di atas, penulis yang pernah praktek lapangan di SMP N 1 Painan, merasa tertarik dan ingin melakukan suatu penelitian tentang penyebab belum begitu baiknya keterampilan mendribling bola atlet sepakbola SMP N 1 Painan tersebut. yang penulis kira disebabkan karena koordinasi mata-kaki dan kelincahan yang mungkin ada hubungan dengan dribbling. Dengan demikian judul penelitian ini adalah ” Hubungan Koordinasi mata-kaki dan kelincahan dengan keterampilan dribbling atlet sepakbola SMP N 1 Painan”.

B. Identifikasi masalah

Dari latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Kurang akuratnya operan
2. Kelentukan tubuh
3. Emosional
4. Koordinasi mata-kaki
5. Kelincahan
6. Keseimbangan
7. Kecepatan

C. Pembatasan Masalah

Berpedoman dari identifikasi masalah, banyak faktor yang mempengaruhi keterampilan dribbling atau mengiring bola, dan karena keterbatasan yang penulis miliki, maka penelitian ini di batasi atas variabel yaitu:

1. Koordinasi mata-kaki
2. Kelincahan

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan Identifikasi masalah maka dapat disusun, perumusan masalah sebagai berikut :

1. Apakah terdapat hubungan koordinasi mata kaki dengan keterampilan dribbling atlet sepakbola SMP N 1 Painan.

2. Apakah Terdapat hubungan kelincahan dengan keterampilan dribbling atlet sepakbola SMP N 1 Painan.
3. Apakah Terdapat hubungan koordinasi mata kaki dan kelincahan dengan keterampilan dribbling atlet sepakbola SMP N 1 Painan.

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang akan diteliti, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Hubungan antara koordinasi mata kaki dengan keterampilan dribbling atlet sepakbola SMP N 1 Painan.
2. Hubungan antara kelincahan dengan keterampilan dribbling atlet sepakbola SMP N 1 Painan.
3. Hubungan antara koordinasi mata kaki dan kelincahan dengan keterampilan dribbling atlet sepakbola SMP N 1 Painan

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi:

1. Penulis, penelitian ini sebagai salah satu syarat untuk mendapat gelar sarjana olahraga di Fakultas ilmu keolahragaan UNP.
2. Peneliti lain sebagai bahan masukan yang ingin meneliti masalah yang sama lebih mendalam.
3. Mahasiswa sebagai salah satu bahan bacaan di perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

4. Guru penjas atau pelatih di SMP N 1 Painan sebagai bahan masukan untuk meningkatkan keterampilan teknik sepak bola harus di perhatikan dulu kemampuan kondisi fisik.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan kepada hasil analisis dan dan pembahasan yang telah di uraikan pada bagian terdahulu, maka pada bab ini dapat ditarik kesimpulan dan saran yakni sebagai berikut:

A. Kesimpulan

1. Terdapat hubungan yang signifikansiKoordinasi dengan keterampilan *dribbling*.
2. Terdapat hubungan yang signifikansiKelincahan dengan keterampilan *dribbling*.
3. Terdapat hubungan yang signifikansiKoordinasi mata-kakidan kelincahansecara bersama-sama dengan keterampilan *dribbling*.

B. Saran

Berdasarkan kepada kesimpulan dalam penelitian ini, maka disarankan kepada:

1. Guru penjas sebagai pelatih sepakbola untuk memberikan:
 - a. Latihan koordinasi mata-kaki dan kelincahan, sehingga kemampuan teknik menggiring bola dapat ditingkatkan.
 - b. Latihan *dribbling* dalam berbagai variasi dan baik teknik tanpa bola maupun teknik dengan bola.
2. Atlet agar memperbanyak latihan komponen kondisi fisik, seperti latihan koordinasi mata-kaki dan kelincahan karena hal ini dapat mempengaruhi keterampilan teknik.

3. Pihak sekolah agar memberikan kesempatan untuk mengikuti turnamen sepakbola seperti LPI, pertandingan persahabatan lainnya, agar atlet lebih giat dan memiliki motivasi untuk melakukan latihan, sehingga prestasi olahraga sepakbola dapat ditingkatkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arsil, (2010). *Evaluasi pendidikan jasmani dan olahraga*: FIK UNP.
- Harzuki. (2003). *Perkembangan Olahraga Terkini*. Kajian Para Pakar. Jakarta: PT. Raja Grafindo
- Juniardi, (2005). *Hubungan Eksplosif Power dengan Hasil Shooting*. Padang: FIK.
- Koger, Robert. 2007. *Sepak bola remaja*. FIK UNP.
- Luxbacher, Joe. 2004. *Sepakbola*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Mielke. Danny (2007). *Dasar-Dasar Sepakbola*. Praharya : Bandung.
- Muhajir, (2004 *Jasmani Teori*). *Pendidikan dan Praktek*. Jakarta: Erlangga.
- Paiman, 2013. http://eprints.uny.ac.id/1696/1/Proceeding_2.pdf. (Diakses Melalui Artikel Diinternet 2013).
- Ridwan.2005. *Belajar Mudah Penelitian Untuk Guru, Karyawan dan Penelitian Pemula*. Bnadung: Alfabeta.
- Sharkey. 2003. *Kebugaran dan Kesehatan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Suhendro, Andi. (2002). *Dasar-dasar Kepelatihan*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sugiyono. 2006. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung:Alfabeta.
- Syafrudin, 2013. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang : FIK UNP.
- Team Pengajar Sepakbola. (2007). *Buku ajar Sepakbola*. Padang: FIK UNP.
- UNP. (2012). *Panduan Penulisan Skripsi*. Padang: FIK UNP
- Zalfendi. 2010. *BukuAjarSepakbola*. Padang.FIK-UNP.
- Zulvan.2014. <http://zulvan-sport.blogspot.com/2014/06/teknik-teknik-dasar-dalam-permainan.html>.(Diakses melalui artikel Diinternet 2014).