

**KONTRIBUSI KECEPATAN DAN KELINCAHAN DENGAN
KETERAMPILAN DRIBLING PEMAIN SEPAKBOLA
DI SEKOLAH SEPAKBOLA (SSB) MUSPAN
KOTA PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai
Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan
Di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang*



Oleh

JUHARDINAL GUNELTRA

NIM. 03511

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2012**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

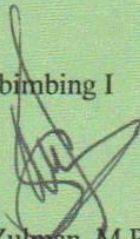
**KONTRIBUSI KECEPATAN DAN KELINCAHAN DENGAN
KETERAMPILAN *DRIBBLING* PEMAIN SEPAKBOLA
DI SSB MUSPAN KOTA PADANG**

Nama : Juhardinal Guneltra
NIM : 03511
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang

Padang, Mei 2012

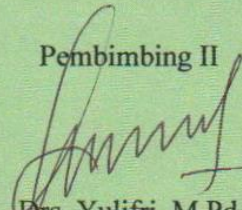
Disetujui Oleh :

Pembimbing I



Drs. H. Zulman, M.Pd
NIP. 19581216 198403 1002

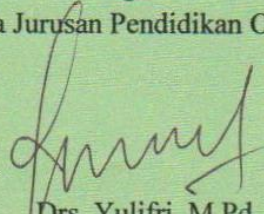
Pembimbing II



Drs. Yulifri, M.Pd
NIP. 19590705 198503 1002

Mengetahui :

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Yulifri, M.Pd
NIP. 19590705 198503 1002

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 : Kontribusi Kecepatan dan Kelincahan dengan Keterampilan *Dribbling* Pemain Sepakbola Di Sekolah Sepakbola (SSB) Muspan Kota Padang.

Nama : Juhardinal Guneltra
Nim : 03511
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, 18 Juli 2012

Tim Penguji

	Nama
1. Ketua	: Drs. H. Zulman, M.Pd
2. Sekretaris	: Drs. Yulifri, M, Pd
3. Anggota	: Drs. Suwirman, M, Pd
4. Anggota	: Drs. Kibadra
5. Anggota	: Dra. Rosmawati, M, Pd

Tanda Tangan

1.	_____
2.	_____
3.	_____
4.	_____
5.	_____



TUHANKU..

Bicaralah padaku bila aku kesepian
bisikkanlah dukungan-Mu bila aku dirundung kecemasan
dengarkanlah suaraku bila aku jatuh
sudilah menjadi tempat bernaung di waktu panas..
tempat berteduh di kala hujan..
semoga aku berhasil mencapai tujuanku sekarang
dan juga nanti,pada akhir hidupku
Dengan izin dan Ridho-Mu atas segala kerendahan hati
kupersembahkan karya kecil ini kepada orang-orang tercinta yang telah mengisi perjalanan
hidupku
hingga ku bisa sampai pada 'titik' ini..

@ Cinta 'n kasih teruntuk Aguswar Syarif(papa) , Erna Neli (mama)'n' Nellya Gusfita
(kakak)- yang kusayangi..

Tak satupun kata yang bisa mewakili rasa 'terima kasih' ku kepadamu
Kau mengukir sederet kisah dalam hidupku
Kau membagi tawa dan tangis dalam hidupku
Kau menjadikan hari-hari ku semakin kaya
Penuh berlimpah warna..!!

Dan tak satupun kata yang bisa membuatmu 'memafkan' semua kesalahanku
Tak sedikit luka yang ku torehkan dalam hatimu
Ketika kebersamaan kita dijembatani ruang
Jiwaku seakan berteriak merindukanmu

Kemarin, hari ini, atau esok mengurai beribu cerita yang kian menguatkan langkahku di saat
ku padam dan disaat ku benderang..

@my happy family... ^0^... melihat senyum mu buat ku tetap semangat.. terima kasih untuk
dorongan semangat yang slalu 'dialirkan' dalam setiap langkah hidupku..

" Keluarga Besar Lokal B-08 PGSD Penjas UNP"..

@guru", siswa" n seluruh unsur di SD Negeri 03 ikur koto,Padang...
_TERIMA KASIH.. untuk kesempatan yang telah diberikan..

ALHAMDULILLAH.. terima kasih ku kepada ALLAH SWT..

Berkat ridho n karuniaMu..
Q bisa sampai pada 'titik keberhasilan' ini..
Secercah sinar untuk masa depan ku..

Juhardin quneltra

23 Juli 1990

ABSTRAK

Juhardinal Guneltra. 2012 :Kontribusi Kecepatan Dan Kelincahan Dengan Keterampilan *Dribbling* Pemain Sepakbola Di SSB Muspan Kota Padang

Masalah dalam penelitian ini berawal dari observasi yang penulis lakukan di lapangan ternyata keterampilan *dribbling* pemain Sepak Bola SSB Muspan Kota Padang masih rendah. Banyak faktor yang menyebabkan rendahnya keterampilan *dribbling* tersebut, diantaranya adalah kecepatan dan kelincahan. Dengan demikian tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi kecepatan dan kelincahan terhadap keterampilan *dribbling* Pemain Sepak Bola SSB Muspan Kota Padang.

Jenis penelitian adalah *korelasional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu pemain Sepak Bola SSB Muspan Kota Padang berjumlah sebanyak 20 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling* yang berjumlah sebanyak 20 orang. Teknik pengambilan data dilakukan dengan pengukuran terhadap ke tiga variabel, untuk variabel kecepatan lari 30 meter, variabel kelincahan yaitu dengan *zigzag run test*. Sedangkan keterampilan *dribbling* yaitu dengan menggunakan tes keterampilan *dribbling*. Data dianalisis dengan korelasi *product moment* dan korelasi ganda serta dilanjutkan kontribusi dengan rumus determinan.

Berdasarkan analisis data ditemukan bahwa terdapat kontribusi kecepatan terhadap keterampilan *dribbling* sebesar 28.4% dan kelincahan sebesar 57.29%. Sedangkan kontribusi variabel kecepatan dan kelincahan secara bersama-sama terhadap keterampilan *dribbling* adalah sebesar 85.69%. Disimpulkan bahwa terdapat kontribusi kecepatan dan kelincahan terhadap keterampilan *dribbling* Pemain Sepak Bola SSB Muspan Kota Padang.

Kata kunci : kecepatan, kelincahan dan keterampilan *dribbling*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kehadirat tuhan yang maha YME yang telah melimpahkan rahmat dan karuniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul “Kontribusi kecepatan dan kelincahan dengan keterampilan *dribbling* pemain sepakbola di SSB Muspan Kota Padang.

Penelitian ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (Strata Satu) pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Dalam penyusunan penelitian ini penulis banyak mendapatkan bantuan,bimbingan dan arahan serta semangat dari berbagai pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini penulis banyak mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak tersebut, diantaranya sebagai berikut:

1. H.Zulman sebagai pembimbing I,dan Yulifri, sebagai pembimbing II yang telah meluangkan waktu,pikiran dan tenaga serta telah memberikan bimbingan dan arahan kepada penulis dalam menyusun skripsi.
2. Suwirman, Kibadra, Rosmawati, Sebagai Dosen penguji yang telah memberikan kritik dan saranya kepada penulis dalam menyusun skripsi.
3. Dekan dan pembantu Dekan selaku pimpinan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang,Serta Bapak Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah memberikan fasilitas selama perkuliahan dan dalam penyelesaian skripsi.
4. Dosen yang telah membekali penulis dengan ilmu pengetahuan serta Karyawan dan Karyawati Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
5. Teristimewa kepada Ayahanda Aguswar Syarif dan ibunda Erna Neli,kakakku Nelya Gusfita beserta keluarga besar yang telah memberikan bantuan moril maupun materil.
6. Teman-teman sesama mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan,khususnya Bp08 (Okky, Randi, Reja, Toni, yuda, niko, jefri, aidil, vio, beni, deki, ade,

Soraya, Nia, opi, ayang), Yang ikut membantu, memberikan dorongan dan terimakasih atas semuanya.

Semoga bantuan yang telah diberikan menjadi amal ibadah bagi bapak,ibu dan teman semua dan penelitian ini dapat dimanfaatkan bagi kita. Penulistelah berusaha semaksimal mungkin untuk menyelesaikan penelitian ini, namun jika pembaca menemukan kekurangan-kekurangan yang masih luput dari koreksi penulis, penulis menyampaikan maaf kepada pembaca semua, penulis juga mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca demi kesempurnaan penelitian ini. terakhir,penulis menyampaikan harapan semoga penelitian ini bermanfaat bagi para pembaca.

Padang, Mei 2012

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR LAMPIRAN	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Pembatasan Masalah	4
D. Perumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	4
F. Kegunaan Penelitian.....	5
BAB II KERANGKA TEORITIS	
A. Kajian Teori	6
1. Sepak Bola	6
2. Teknik Dasar Sepak Bola.....	8
3. Dribbling	9
4. Kecepatan.....	10
5. Kelincahan.....	12
B. Kerangka Konseptual	13
C. Hipotesis.....	14
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	15
B. Tempat dan Waktu Penelitian	15
C. Populasi dan sampel.....	15
D. Jenis Dan Sumber Data	15
E. Instrumen Penelitian Dan teknik pengumpulan data	16
1. Tes Kelincahan.....	16
2. Tes Kecepatan	17
3. Tes Dribbling Bola.....	18
F. Teknik Analisis Data.....	20

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data.....	22
B. Pengujian Persyaratan Analisis.....	27
C. Pengujian Hipotesis.....	28
D. Pembahasan.....	34
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	39
B. Saran.....	39
 DAFTAR PUSTAKA	41
LAMPIRAN.....	42

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Rekap Data Variabel Penelitian.....	42
2. Uji Normalitas Data.....	43
3. Penghitungan Korelasi Sederhana.....	46
4. Penghitungan Korelasi Ganda.....	51
5. Penghitungan Koefisien Determinan.....	52

DAFTAR TABEL

Lampiran	Halaman
1. Distribusi Frekuensi Kecepatan.....	22
2. Distribusi Frekuensi kelincahan.....	24
3. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dribbling.....	26
4. Uji Normalitas.....	28
5. Hasil Analisis korelasi Antara Kecepatan Dengan Keterampilan Dribling.....	29
6. Hasil Analisis korelasi Antara Kelincahan Dengan Keterampilan Dribling.....	31
7. Hasil Analisis korelasi Ganda AntaraKecepatan Dan Kelincahan Secara Bersama-sama Dengan Keterampilan Dribling.....	32

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepakbola merupakan sebuah cabang olahraga yang sangat digemari diseluruh dunia,hal ini dapat dilihat dengan adanya ajang seperti piala dunia,dengan ini dapat dibuktikan bahwa olah raga sepakbola sangatlah mendunia dan juga sangat digemari mulai dari anak-anak sampai orang dewasa,olahraga ini adalah olahraga yang dimainkan secara beregu.

Di dalam permainan sepakbola diperlukan tehnik, taktik dan strategi seperti: *mendribbling*, passing, kontrol, tacling, heading, shoting dan masih banyak lagi tehnik dasar yang harus dikuasai oleh pemain sepakbola,supaya prestasi yang diinginkan bisa tercapai. Olahraga ini menuntut kerja sama,dan kepercayaan kepada teman satu tim, kelincahan,kecepatan dan fisik yang fit, karena olahraga ini membutuhkan waktu cukup lama yaitu 2 X 45 menit,Zalfendi(2010).Dalam pembinaan prestasi ada empat faktor utama yang menentukan kemampuan atlit : 1).kondisi fisik 2).teknik 3).taktik dan srategi 4).mental(psikis).keempat faktor tersebut merupakan suatu kesatuan yang sangat berkaitan dan tidak dapat dipisahkan. Menurut Syafrudin (2011) “Menurut Suharno (1990: 02) pada umumnya faktor yang menentukan pencapaian prestasi maksimal adalah faktor endogen dan eksogen yaitu: . “Faktor indogen terdiri atas kesehatan, fisik dan mental. Penguasaan taktik yang sempurna, fisik dan kemampuan fisik, penguasaan masalah taktik, aspek kejiwaan dan kepribadian baik dan memiliki kematangan juara yang mantap.

Faktor oksogen terdiri dari pelatih, keuangan, alat, tempat, lingkungan dan partisipasi pemerintah setempat”.

Dalam permainan sepakbola kemenangan hanya dapat diraih dengan membuat gol ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mencegah jangan sampai lawan berbuat sama terhadap gawang sendiri,disini pemain sepak bola harus menguasai teknik bermain yang baik untuk dapat menguasai penguasaan bermacam-macam teknik.Menurut Zalfendi (2010) teknik dalam sepakbola dibagi dua teknik,yaitu:

1. Teknik badan (tanpa bola), meliputi : cara berlari, melompat, tackling, rempel (body chart).
2. Teknik dengan bola meliputi: menendang, menahan, mengontrol, menggiring, melempar bola.

Disebuah tim sepakbola kelincahan serta kecepatan pada saat *mendribling* bola harus bisa diterapkan dengan baik, karena *mendribling* bola merupakan suatu aspek yang paling penting di terapkan saat dalam olahraga sepakbola.*Dribbling* adalah salah satu bagian teknik yang penting untuk mencapai suatu prestasi, kemampuan *mendribbling* juga harus didukung oleh faktor kecepatan dan kelincahan.

Kecepatan adalah salah satu elemen kondisi fisik yang sangat penting dalam permainan,kecepatan merupakan kemampuan menyelesaikan suatu jarak dengan cepat ,dan dapat diartikan dari sudut pandang yaitu secara fisiologos (ilmu physiologi) dan secara fisikalis (Ilmu fisika),Syafuruddin(2011:86).

Kelincahan merupakan terjemahan dari kata “*agaility*” yang diartikan sebagai kemampuan tubuh dalam bergerak. Kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk mengubah posisi dan arah secepat mungkin sesuai dengan situasi yang dihadapi dan dikehendaki, Hendri irawadi (2011).

Pada saat sekarang ini di Sumatera Barat terutama di Kota Padang, banyak terdapat klub-klub sepakbola yang berkembang, salah satunya adalah SSB Muspan. SSB Muspan terletak di Kecamatan KotoTengah, Padang. Berdasarkan pengamatan yang telah penulis lakukan dilapangan, yang mana SSB Muspan Kota Padang, setiap melakukan uji coba terlihat kemampuan *dribblingnya* kurang. Kurangnya kemampuan *dribbling* atlet SSB Muspan Kota Padang mungkin disebabkan oleh beberapa faktor yaitu: faktor kecepatan dan kelincahan. Inilah beberapa faktor yang harus dipecahkan demi tercapainya prestasi sepakbola di SSB Muspan Kota Padang untuk kedepannya agar lebih baik lagi dibandingkan dengan sebelumnya. Maka dari hasil pengamatan tersebut, penulis berkeinginan melakukan suatu penelitian, dengan maksud untuk memperbaiki dan mengetahui tentang kecepatan, kelincahan dan keterampilan pemain saat *mendribbling* bola.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan diatas, maka dapat diidentifikasi masalah penelitian sebagai berikut:

1. Kecepatan
2. Kelincahan
3. Motivasi

4. Mental Pemain
5. Koordinasi mata-kaki
6. Daya tahan

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan pada identifikasi masalah diatas, banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan *dribbling* bola pemain SSB Muspan Kota Padang, mengingat keterbatasan waktu, dan kemampuan peneliti, untuk itu penelitian ini hanya dibatasi pada :

1. Kecepatan
2. Kelincahan

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka dalam penelitian ini akan dikemukakan perumusan masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara kecepatan dengan keterampilan *dribbling*?
2. Apakah terdapat hubungan antara kelincahan dengan keterampilan *dribbling*?
3. Apakah terdapat hubungan dan kontribusi antara kecepatan dan kelincahan secara bersama-sama terhadap keterampilan *dribbling*?

E. Tujuan penelitian

Bertujuan untuk mengetahui:

1. Hubungan kecepatan dengan keterampilan *dribbling* bola pemain SSB Muspan Kota Padang.

2. Hubungan kelincahan dengan keterampilan *dribbling* bola pemain SSB Muspan Kota Padang.
3. Hubungan dan kontribusi antara kecepatan dan kelincahan secara bersama-sama terhadap keterampilan *dribbling* bola pemain SSB Muspan Kota Padang.

F. Kegunaan Penelitian

Melalui penelitian ini berguna untuk:

1. Penulis sebagai salah satu persyaratan untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Pelatih, Pembina, mahasiswa, dan guru-guru olahraga yang akan mengajarkan sepak bola.
3. Sebagai bahan bacaan pada perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Informasi, serta sumbangan ilmu peneliti berikutnya.