

**KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KECEPATAN TERHADAP KETERAMPILAN  
MENGGINGIRING BOLA PADA PEMAIN SEKOLAH SEPAK BOLA MANGAU  
SAIYO NAGARI KURAI TAJI KECAMATAN NAN SABARIS  
KABUPATEN PADANG PARIAMAN**

**SKRIPSI**

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



Oleh:

**RUDHIA ILHAMI  
NIM. 14879**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLARAHAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2012**

## SURAT PERNYATAAN

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

Padang, Desember 2012

Yang Menyatakan,



Kudhia Ilhami

## ABSTRAK

**Rudhia Ilhami, 14879 :** **Kontribusi Kelincahan Dan Kecepatan Terhadap keterampilan Menggiring Bola Dalam Sepak Bola Pada Sekolah Sepak Bola Mangau Saiyo Nagari Kurai Taji Kecamatan Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman**

Masalah dalam penelitian ini berawal dari observasi yang penulis temui di lapangan ternyata keterampilan menggiring bola pada pemain Sekolah Sepakbola Mangau Saiyo Kecamatan Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman masih rendah. Banyak faktor yang menyebabkan rendahnya keterampilan menggiring bola tersebut diantaranya adalah kelincahan dan Kecepatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain Sekolah Sepakbola Mangau Saiyo Kecamatan Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman

Jenis penelitian adalah *korelasional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu pemain sekolah Sepakbola Mangau Saiyo Kecamatan Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman U-12-14. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Dengan demikian jumlah sampel di dalam penelitian ini adalah sebanyak 25 orang. Teknik pengambilan data dilakukan dengan tes pengukuran terhadap ke tiga variabel, yaitu data kelincahan menggunakan *Zig-Zag Run Test* ,kecepatan menggunakan lari 30 meter dan tes keterampilan menggiring bola .Data dianalisis dengan korelasi *product moment* dan dilanjutkan dengan korelasi ganda.

Berdasarkan analisis data ditemukan bahwa terdapat kontribusi kelincahan sebesar 54,46% dan kecepatan sebesar 19,01%, serta secara bersama-sama sebesar 54,61% terhadap keterampilan menggiring bola pemain Sekolah Sepak Bola Mangau Saiyo Kecamatan Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman. Disimpulkan bahwa terdapat kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola dalam sepak bola pemain Sekolah Sepak Bola Mangau Saiyo Kecamatan Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman. Disarankan kepada pelatih agar memberikan latihan-latihan kondisi fisik sehingga keterampilan menggiring bola dapat ditingkatkan.

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur alhamdulillah diucapkan kehadirat Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, yang telah memberikan kekuatan dan kemampuan untuk dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Kontribusi Kelincahan Dan Kecepatan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Sepak Bola Pemain Sekolah Sepak Bola Mangau Saiyo Kecamatan Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman”. Selanjutnya syalawat beserta salam semoga disampaikan Allah kepada Nabi Muhammad SAW yang menjadi suri tauladan dalam setiap sikap dan tindakan kita sebagai seorang intelektual muslim. Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan Pendidikan (S-1/Akta IV) di jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Skripsi ini dapat diselesaikan berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, maka dari itu penulis mengharapkan saran dan kritikan yang sifatnya membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada:

1. Prof. Dr. Phil Yanuar Kiram, selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Drs. H. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Drs. Yulifri, M.Pd. Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri.

4. Drs. Edwarsyah, M.Kes dan Drs. Nirwandi, M.Pd selaku pembimbing I dan pembimbing II, yang telah banyak sekali memberikan bimbingan, pemikiran, pengarahan dan bantuan secara moril maupun materil yang sangat berarti kepada penulis.
5. Drs. Yulifri, M.Pd, Drs. Kibadra dan Dra. Pitnawati, M.Pd, selaku tim penguji yang telah memberikan masukan dan saran di dalam penyusunan skripsi ini.
6. Kedua orang tuaku tercinta yang telah memberikan bantuan secara moril maupun materil kepada penulis, sehingga skripsi ini dapat di selesaikan.
7. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
8. Rekan-rekan Mahasiswa FIK UNP, khususnya PGSD Penjas angkatan 2009 serta semua pihak yang tidak dapat dicantumkan namanya satu persatu yang telah banyak memberikan bantuan dalam penyelesaian skripsi ini.

Akhir kata penulis mengahrapkan semoga skripsi ini dapat dapat bernmanfaat bagi pembaca dan semoga Allah SWT melimpahkan rahmat dan karunianya kepada kita.Amin.

Padang, Desember 2012

**Penulis**

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	viii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Perumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	7
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori .....	8
1. Keterampilan Menggiring Bola .....	8
2. Kelincahan .....	13
3. Kecepatan.....	15
B. Kerangka Konseptual .....	18
C. Hipotesis .....	19

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis, Waktu dan Tempat Penelitian .....	20
B. Populasi dan Sampel .....	21
C. Jenis dan Sumber Data .....	22
D. Teknik dan Alat Pengumpulan Data .....	22
E. Teknik Analisa Data.....	26

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Data .....	29
B. Uji Persyaratan Analisis .....	35
C. Uji Hipotesis.....	35
D. Pembahasan .....	40

### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan.....	45
B. Saran.....	46

<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>47</b>
----------------------------	-----------

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian.....	21
2. Distribusi Hasil Data Daya Kelincahan .....	30
3. Distribusi Hasil Data Kecepatan .....	31
4. Distribusi Hasil Data Keterampilan Menggiring Bola.....	33
5. Rangkuman Uji Normalitas Data.....	35
6. Rangkuman Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Antara $X_1$ dengan Y .....	36
7. Rangkuman Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Antara $X_2$ dengan Y .....	38
8. Rangkuman Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Antara $X_1, X_2$ dengan Y .....	39

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual.....	18
2. Pelaksanaan Tes Kelincahan.....	23
3. Pelaksanaan Menggiring Bola .....	26
4. Histogram Hasil Data Kelincahan .....	30
5. Histogram Hasil Data Kecepatan.....	32
6. Histogram Hasil Data Keterampilan Menggiring Bola .....	34

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Rekap Data Penelitian.....	49
2. Uji Normalitas Variabel Kelincahan.....	50
3. Uji Normalitas Variabel Kecepatan .....	51
4. Uji Normalitas Variabel Keterampilan Menggiring Bola.....	52
5. Uji Hipotesis $X_1$ dan Y .....	53
6. Uji Hipotesis $X_2$ dan Y .....	54
7. Uji Hipotesis $X_1$ dan $X_2$ .....	55
8. Korelasi Ganda .....	56
9. Surat Izin Penelitian Dari FIK UNP .....	57
10. Surat Izin Penelitian dari Sekolah Sepakbola Mangau Saiyo Nagari Kurai Taji Kecamatan Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman.....	58
11. Dokumentasi Penelitian .....	59

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Sepakbola merupakan permainan olahraga yang sangat populer di lingkungan masyarakat Indonesia, khususnya Sumatra Barat. Hampir disetiap pelosoknya di Sumatra Barat di temukan permainan ini, baik bersifat kompetisi ataupun hanya sebatas permainan para anak muda untuk mengisi waktu. Populernya olahraga sepakbola juga disebabkan karena banyaknya kompetisi ataupun liga yang di adakan, baik yang bersifat klub, sekolah, daerah ataupun Nasional. Kompetisi atau liga tersebut tidak hanya dilaksanakan oleh induk organisasi olahraga sepakbola, tetapi juga organisasi-organisasi yang terdapat dimasyarakat. UU RI No 3 Tahun 2005 pasal 1 ayat 13 tentang sistem keolahragaan Nasional menyebutkan bahwa: “Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan”.

Di sisi lain, dengan adanya kompetisi Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia (PSSI) sebagai induk organisasi olahraga sepakbola di Indonesia juga tidak lupa menetapkan pembinaan sepakbola 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 di harapkan adalah pembinaan yang akan melahirkan pemain-pemain sepakbola atau atlet-atlet yang berprestasi. Tidak hanya memiliki skill yang bagus akan tetapi juga kondisi fisik yang baik. Pembinaan yang berjenjang dan terprogram akan mencetak pemain-pemain sepak bola yang menghasilkan dan membanggakan berupa prestasi atau kemenangan disetiap pertandingan dan kompetisi yang di ikuti.

Meski demikian, masih banyak di SSB yang memiliki prestasi yang kurang membanggakan. Kegagalan prestasi mencerminkan terdapatnya kekurangan dalam berbagai aspek pembinaan. Menurut Hairy (1998:3), rendahnya prestasi sepakbola tersebut disebabkan oleh empat yaitu: 1) Aspek medis, 2) Aspek psikologis, 3) Aspek teknik, 4) Aspek fisik.

Dari keempat aspek tersebut, aspek fisik merupakan aspek yang mempengaruhi prestasi 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 atlet adalah kondisi fisik”.

Walaupun unsur-unsur teknik dasar atau komponen kondisi fisik ini secara keseluruhan bersifat menentukan dalam mencapai prestasi secara optimal, namun tidak semua komponen terlibat dalam aktivitas gerak tertentu dengan intensitas yang sama. Satu atau dua komponen terlibat secara dominan. Salah satu dari komponen tersebut adalah kelincahan dan kecepatan.

Kelincahan dan kecepatan merupakan bagian dari komponen kondisi fisik yang juga ikut memegang peran dalam usaha meningkatkan prestasi pemain sepakbola. Kelincahan pemain perlu ditingkatkan terutama dalam melakukan teknik dasar menggiring bola sangat dibutuhkan dalam melakukan keterampilan menggiring bola. Sebab, idealnya apabila seorang pemain memiliki kelincahan yang baik, apabila menggiring bola tersebut dilakukan dengan kaki dalam, kaki bagian atas dan kaki bagian luar. Di samping itu, dengan Kelincahan yang baik dalam melakukan menggiring bola dapat berguna untuk melewati atau menipu lawan dengan gerakan badan yang lincah.

Banyak faktor yang mempengaruhi seseorang untuk dapat melakukan keterampilan menggiring bola yang baik dalam permainan sepak bola. Diantara faktor yang mempengaruhi keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola adalah koordinasi mata kaki, kelentukan, penguasaan teknik, daya ledak otot tungkai, emosional saat menggiring bola, kelincahan dan kecepatan. Begitu juga halnya dengan pemain Sekolah Sepak Bola Mangau Saiyo Nagari Kurai Taji Kecamatan Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman dalam melakukan keterampilan menggiring bola.

Menurut pengamatan dan observasi yang penulis lakukan di lapangan terhadap pemain Sekolah Sepakbola Mangau Saiyo Nagari Kurai Taji Kecamatan Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman masih rendah sehingga bola tidak terkontrol dengan baik. Salah satu penyebab rendahnya prestasi sepakbola di Sekolah Sepakbola Mangau Saiyo Nagari Kurai Taji Kecamatan

Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman, dikarenakan para pemain kurang menguasai teknik menggiring bola dengan baik. Hal ini terjadi tidak terlepas dari kurangnya kelincahan para pemain tersebut menggiring bola. Ini dapat diperhatikan dari mudahnya bola dirampas lawan dan seringnya bola lepas dari kontrol mereka.

Melihat kenyataan di atas, maka pada kesempatan ini penulis tertarik dan ingin melakukan suatu penelitian terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pemain Sekolah Sepakbola Mangau Saiyo Nagari Kurai Taji Kecamatan Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman. Rendahnya hasil keterampilan menggiring bola pemain, penulis duga disebabkan karena kelincahan dan kecepatan yang dimilikinya. Dengan demikian judul penelitian ini adalah “Kontribusi Kelincahan Dan Kecepatan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada SSB Mangau Saiyo Nagari Kurai Taji Kecamatan Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi beberapa penyebab masalah yakni sebagai berikut:

1. Koordinasi mata kaki
2. Kelentukan
3. Penguasaan teknik
4. Emosional saat menggiring bola
5. Kelincahan
6. Kecepatan

### **C. Pembatasan Masalah**

Berpedoman pada uraian di atas banyak faktor yang mempengaruhi keterampilan menggiring bola pada pemain Sekolah Sepakbola Mangau Saiyo Nagari Kurai Taji Kecamatan Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman dan keterbatasan yang penulis miliki, maka penelitian ini dibatas atas beberapa faktor saja yaitu:

1. Kelincahan
2. Kecepatan

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan dan pembatasan masalah di atas, maka dapat diajukan perumusan masalah yakni sebagai berikut:

1. Sejauhmana kontribusi kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain Sekolah Sepakbola Mangau Saiyo Nagari Kurai Taji Kecamatan Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman?
2. Sejauhmana kontribusi antara kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain Sekolah Sepakbola Mangau Saiyo Nagari Kurai Taji Kecamatan Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman?
3. Sejauh mana kontribusi kelincahan dan kecepatan secara bersama-sama terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain Sekolah Sepakbola Mangau Saiyo Nagari Kurai Taji Kecamatan Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman?

### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Kontribusi kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola pemain Sekolah Sepakbola Mangau Saiyo Nagari Kurai Taji Kecamatan Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman
2. Kontribusi kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain Sekolah Sepakbola Mangau Saiyo Nagari Kurai Taji Kecamatan Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman
3. Kontribusi kelincahan dan kecepatan secara bersama-sama terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain Sekolah Sepakbola Mangau Saiyo Nagari Kurai Taji Kecamatan Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman

### **F. Kegunaan Penelitian**

Adapun kegunaan dari dilakukannya penelitian ini adalah:

1. Sebagai salah satu persyaratan bagi penulis dalam menyelesaikan tugas akhir perkuliahan.
2. Sebagai salah satu syarat bagi peneliti untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan (SI) di jurusan olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Sebagai suatu khasanah ilmu pengetahuan dan bahan masukan dari penelitian berikutnya.

4. Sebagai bahan pertimbangan bagi pengurus dan pelatih Sekolah Sepakbola Mangau Saiyo Nagari Kurai Taji Kecamatan Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman.
5. Pemain Sekolah Sepakbola Mangau Saiyo Nagari Kurai Taji Kecamatan Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman, sebagai masukan dalam meningkatkan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola dengan berlatih kondisi fisik dengan baik.