

**KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KOORDINASI MATA KAKI TERHADAP  
KEMAMPUAN *DRIBBLE* BOLA PEMAIN SEPAKBOLA  
SMPN 3 PAYAKUMBUH**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga  
sebagai salah satu persyaratan memperoleh  
Gelar Sarjana Pendidikan*



**ANGGA  
15086075/2015**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2019**

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**UJIAN SKRIPSI**

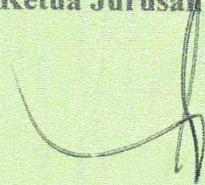
**Judul** : **Kontribusi Kelincahan dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Kemampuan *Dribble* Bola Pemain Sepakbola SMPN 3 Payakumbuh**

**Nama** : **Angga**  
**NIM** : **15086075/2015**  
**Program Studi** : **Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**  
**Jurusan** : **Pendidikan Olahraga**  
**Fakultas** : **Fakultas Ilmu Keolahragaan**

**Padang, Juli 2019**

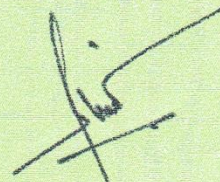
**Disetujui Oleh:**

**Mengetahui**  
**Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga**



**Drs. Zarwan, M.Kes**  
**NIP. 19611230 198803 1 003**

**Disetujui**  
**Pembimbing**



**Drs. Suwirman, M.Pd**  
**NIP. 19611119 198602 1 001**

**PENGESAHAN TIM PENGUJI**

Nama : Angga

NIM : 15086075

**Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang  
Dengan judul**

**Kontribusi Kelincahan dan Koordinasi Mata Kaki terhadap kemampuan  
*Dribble* Bola Pemain Sepakbola SMPN 3 Payakumbuh**

Padang, Agustus 2019

**TIM Penguji**

1. Ketua : Drs. Suwirman, M.Pd

2. Anggota : Dr. Emral, M.Pd

3. Anggota : Dr Asep Sujana Wahyuri, S.Si, M. Pd 3.

Tanda Tangan

1.

2.

3.

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Kontribusi Kelincahan dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Kemampuan *Dribble* Bola Pemain Sepakbola SMPN 3 Payakumbuh” adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan di cantumkan pada kepastakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Agustus 2019  
Yang membuat pernyataan



**Angga**  
**NIM. 15086075/2015**

## ABSTRAK

### **Angga. (2019) Kontribusi Kelincahan dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Kemampuan *Dribble* Bola Pemain Sepakbola SMPN 3 Payakumbuh**

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya kemampuan *dribble* pemain SMPN 3 Payakumbuh Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar kontribusi kelincahan dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan *dribble* pemain SMPN 3 Payakumbuh.

Jenis penelitian ini adalah korelasional. Penelitian ini dilaksanakan di lapangan sepakbola SMPN 3 Payakumbuh, sedangkan waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Juni 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 20 orang. Teknik pengambilan sampel adalah teknik *total sampling*, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 20 orang pemain. Instrument dalam penelitian ini adalah 1) kelincahan dengan menggunakan *dodging run test*, 2) koordinasi mata kaki dengan menggunakan tes koordinasi, dan 3) tes kemampuan *dribbling* dengan menggunakan tes kemampuan menggiring bola. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan rumus *product moment* dan korelasi berganda.

Hasil penelitian ini adalah: 1) Terdapat kontribusi antara kelincahan dengan kemampuan *dribble* pemain Sepakbola SMPN 3 Payakumbuh sebesar 75,51%, 2) Terdapat kontribusi antara koordinasi mata kaki dengan kemampuan *dribble* pemain Sepakbola SMPN 3 Payakumbuh sebesar 38,68%. 3) Terdapat kontribusi antara kelincahan dan koordinasi mata kaki secara bersama dengan kemampuan *dribble* pemain Sepakbola SMPN 3 Payakumbuh sebesar 76,56%.

## KATA PENGANTAR



Puji syukur peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT, Tuhan semesta alam yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan judul ” **Kontribusi Kelincahan dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Kemampuan *Dribble* Bola Pemain Sepakbola SMPN 3 Payakumbuh**”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam penyelesaian skripsi ini, peneliti banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik berupa moril maupun materil. Untuk itu peneliti menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Kedua orang tua yang sangat berarti dalam hidup peneliti, Ayahandaku M Arif Gunardi dan Ibundaku Alfenista yang telah mencurahkan kasih sayang dan dorongan kepadaku, serta keluarga besar yang selalu berdoa memberikan bantuan moril dan materil selama peneliti dalam pendidikan.
2. Drs. Zarwan, M.Kes Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah membantu dalam administrasi di jurusan pendidikan olahraga.
3. Drs. Suwirman, M.Pd Penasehat Akademik sekaligus pembimbing yang banyak membantu pemikirannya dalam penyelesaian skripsi ini.

4. Dr. Emral, M.Pd dan Dr. Asep Sujana Wahyuri, S.Si, M.Pd selaku penguji dalam penulisan skripsi ini yang telah memberikan nasehat, saran, masukan, arahan, dan koreksi dalam penyelesaian skripsi ini.

Semoga bantuan, bimbingan dan arahan serta dorongan yang telah diberikan kepada penulis mendapat pahala dan balasan dari Allah SWT. Akhir kata hanya kepada Allah SWT tempat menyerahkan diri, semoga penulisan skripsi ini dapat diterima sebagai amalan yang mendapatkan Ridho-nya, serta bermanfaat bagi yang membaca.

Padang, Juli 2019

**ANGGA**  
**NIM. 15086075**

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<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 .....	4
C. Pembatasan Masalah .....	4
D. Perumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Kegunaan Penelitian .....	6
<b>BAB II KAJIAN KEPUSTAKAAN</b>	
A. Kajian Teori .....	7
1. Sepakbola .....	7
2. Kemampuan <i>Dribble</i> .....	9
3. Kelincahan .....	13
4. Koordinasi Mata-Kaki.....	18
B. Kerangka Konseptual .....	21
C. Hipotesis Penelitian .....	23
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	25
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	25
C. Populasi dan Sampel .....	25
D. Jenis dan Sumber Data .....	26
E. Defenisi Operasional .....	27
F. Instrumen Penelitian .....	28
G. Teknik Analisis Data .....	32



**BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Data.....	34
B. Uji Persyaratan Analisis Data .....	38
C. Hasil Penelitian .....	39
D. Pembahasan.....	43

**BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	50
B. Saran.....	50

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>52</b>
-----------------------------	-----------

<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>54</b>
----------------------	-----------

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Distribusi Frekuensi Data Kelincahan Pemain Sepakbola SMPN 3 Payakumbuh.....	34
2. Distribusi Frekuensi Data Koordinasi mata-kaki Pemain Sepakbola SMPN 3 Payakumbuh.....	36
3. Distribusi Frekuensi Kemampuan <i>Dribble</i> Pemain Sepakbola SMPN 3 Payakumbuh.....	37
4. Rangkuman Uji Normalitas Sebaran Data Dengan Uji <i>Lilliefors</i> .....	38
5. Rangkuman Uji Korelasi dan Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Antara Variabel koordinasi mata kaki Dengan Kemampuan <i>Dribble</i> .....	40
6. Rangkuman Uji Korelasi Dan Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Atara variabel koordinasi mata kaki dengan kemampuan dribble.....	41
7. Rangkuman Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Antara Variabel Kelincahan dan Koordinasi Mata Kaki Secara Bersama-Sama Dengan Kemampuan <i>Dribble</i> .....	42

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Data Mentah Penelitian.....	54
2. Uji Normalitas Data Kelincahan.....	55
3. Uji Normalitas Data Koordinasi Mata Kaki .....	56
4. Uji Normalitas Data <i>Dribble</i> .....	57
5. T-Score Variabel Kelincahan.....	58
6. T-Score Variabel Koordinasi Mata Kaki .....	59
7. T-Score Variabel Kemampuan <i>Dribble</i> .....	60
8. Tabel Analisis Uji Hipotesis .....	61

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Data mentah penelitian.....	54
2. Uji normalitas data kelincahan.....	55
3. Uji normalitas data koordinasi mata kaki.....	56
4. Uji normalitas data <i>dribble</i> .....	57
5. T-score variabel kelincahan .....	58
6. T-score variabel koordinasi mata kaki .....	59
7. T-score variabel kemampuan <i>dribble</i> .....	60
8. Tabel analisis uji hipotesis .....	61
9. Pengujian hipotesis ketiga.....	66
10. Daftar nilai kritis l untuk uji liliefors .....	68
11. Tabel dari harga kritik dari product-moment.....	69
12. Daftar luas dibawah lengkungan normal standar dari 0 ke z .....	70
13. Nilai kritis distribusi f tabel.....	71

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Olahraga merupakan salah satu aspek yang dapat meningkatkan kualitas manusia secara jasmani dan rohani. Dengan prestasi olahraga diharapkan dapat mengangkat harkat dan martabat bangsa Indonesia di masa yang akan datang. Olahraga bukan hanya bersifat rekreasi tetapi juga bertujuan untuk kesegaran jasmani, pendidikan, dan peningkatan prestasi yang dilakukan individu maupun kelompok. Dalam UU RI No. 3 Th 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 4 dijelaskan: “keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, nilai moral dan ahlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat dan martabat dan kehormatan bangsa”.

Sepakbola adalah salah satu olahraga yang sangat populer di dunia dalam pertandingan, olahraga ini dimainkan oleh dua kelompok berlawanan yang masing-masing bertujuan untuk memasukkan bola ke gawang kelompok lawan. Masing-masing kelompok beranggotakan sebelas pemain, dan karenanya kelompok tersebut juga dinamakan kesebelasan. 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.

Sepak bola merupakan salah satu cabang olah raga permainan yang mendapat perhatian pembinaan baik dari tingkat pusat maupun tingkat daerah. Olah raga ini sangat populer dimasyarakat dan dimainkan oleh seluruh lapisan masyarakat baik kalangan atas, menengah maupun bawah, baik kaum tua maupun muda. Jika ditinjau dari perkembangannya sepak bola dari tahun ke tahun berkembang dengan pesat, dan semakin menuntut kemampuan yang sempurna dari seorang pemain sepak bola.

Agar dapat menjadi seorang pemain yang handal pada saat ini banyak hal yang perlu diperhatikan oleh pembina/pelatih dan oleh pemain itu sendiri dalam meraih prestasi sepakbola yang baik. Di samping pembinaan yang teratur, terarah dan kontiniu hendaknya pembinaan tersebut dapat di arahkan kepada komponen prestasi seperti kondisi fisik, teknik, taktik dan mental, salah satunya dapat ditempuh melalui pendekatan secara ilmiah.

Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) 3 Payakumbuh merupakan sekolah yang memiliki disiplin yang tinggi. Selain itu SMPN 3 Payakumbuh juga menjunjung tinggi rasa saling menghormati dan menghargai baik antara guru dengan guru, guru dengan siswa atau pegawai yang lainnya yang ada di lingkungan sekolah.

SMPN 3 Payakumbuh tidak saja berkompetensi dibidang ilmu pengetahuan saja, tetapi SMPN 3 Payakumbuh juga berkompetensi dibidang pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani yang biasa di laksanakan di SMPN 3 Payakumbuh adalah bolavoli, bola basket, sepakbola, takraw, paralayang dan senam.

Pembelajaran penjas di SMPN 3 Payakumbuh tidak hanya dilakukan pada jam pelajaran tetapi ada pada jam-jam non mengajar yaitu pengembangan diri dan ekstrakurikuler. Cabang olahraga pada pengembangan diri (intrakurikuler) adalah bolavoli dan basket, sedangkan pada ekstrakurikulernya adalah cabang sepakbola.

SMPN 3 Payakumbuh selama ini mempunyai prestasi yang cukup bagus, serta memiliki beberapa prestasi seperti juara 1 LPI U-15 tahun 2013, juara 2 LPI U-16 tahun 2014, juara 1 LPI U-16 tahun 2015, namun pada saat sekarang ini SMPN 3 payakumbuh mengalami penurunan prestasi seperti tersingkir di babak semi final di liga LPI U-16 tahun 2016, tersingkir dari babak fase grup di liga LPI U-16 tahun 2017. Pada saat pertandingan ataupun latihan pemain SMPN 3 Payakumbuh banyak melakukan kesalahan pada *dribble* bola, saat melakukan *dribble* bola jauh dari kaki maka mudah diberhentikan oleh lawan.

Berdasarkan pengamatan dan observasi yang penulis lakukan di lapangan terhadap pemain sepakbola SMPN 3 Payakumbuh, pada saat melakukan latihan dan beberapa kali dalam pertandingan persahabatan kemampuan menggiring bola (*dribble*) masih belum begitu baik. Hal ini diketahui pada saat membawa bola dengan tujuan melewati lawan, bola sering kandas dapat dirampas lawan, gerakannya kalah cepat dengan lawan pada hal dalam menggiring bola (*dribble*) dituntut kecepatan bergerak sehingga tujuan untuk mendekati daerah pertahanan lawan menemui kesulitan. Di samping itu terlihat juga kurangnya penguasaan bola bagi pemain pada saat menggiring bola, sehingga hal itu terkesan kemampuan menggiring bola (*dribble*) pemain belum begitu baik.

Melihat kenyataan diatas, maka pada kesempatan ini penulis ingin melakukan suatu penelitian dengan tujuan mengetahui penyebab belum baiknya keterampilan *dribble* bola oleh pemain sepakbola SMPN 3 Payakumbuh tersebut. Diantara faktor penyebabnya penulis menduga disebabkan oleh faktor kelincahan dan koordinasi mata-kaki, namun belum di ketahui seberapa besar hubungan kelincahan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *dribble* bola.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka dalam penelitian ini dapat diidentifikasi faktor yang berkaitan dengan *dribble* bola, yaitu :

1. Penguasaan bolae
2. Kecepatan
3. Kekuatan
4. Koordinasi mata-kaki
5. Kelentukan tubuh
6. Kelincahan
7. Keseimbangan
8. Faktor latihan
9. Faktor mental

## **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas dan terbatas nya dana serta waktu yang tersedia dalam pelaksanaan penelitian ini, maka penulis perlu membatasi variabel masalah yang diungkapkan yaitu:



1. Kelincahan
2. Koordinasi mata-kaki

#### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, dirumuskan masalah sebagai berikut :

1. Seberapa besar kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *dribble* bola pemain sepakbola SMPN 3 Payakumbuh
2. Seberapa besar kontribusi koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *dribble* bola pemain sepakbola SMPN 3 Payakumbuh
3. Seberapa besar kontribusi dan kelincahan secara bersama-sama terhadap kemampuan *dribble* pemain sepakbola SMPN 3 Payakumbuh

#### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui sebenarnya:

1. Kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *dribble* pemain olahraga sepakbola SMPN 3 Payakumbuh
2. Kontribusi koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *dribble* bola pemain sepakbola SMPN 3 Payakumbuh
3. Kontribusi kelincahan dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama terhadap kemampuan *dribble* bola pemain sepakbola SMPN 3 Payakumbuh

## **F. Kegunaan Penelitian**

Adapun kegunaan penelitian adalah:

1. Sebagai syarat untuk penulis mendapatkan gelar sarjana sains di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Sebagai bahan masukan bagi pelatih untuk meningkatkan prestasi, sehingga pelatih dapat menentukan dan menerapkan secara tepat faktor-faktor yang dapat meningkatkan kemampuan *dribble* bola pemain SMPN 3 Payakumbuh.
3. Sebagai informasi dan pengetahuan bagi pemain tentang faktor-faktor kondisi fisik yang menentukan kemampuan *dribble* bola pemain SMPN 3 Payakumbuh
4. Menambah koleksi perpustakaan, khususnya fakultas ilmu keolahragaan.