

HUBUNGAN KECEPATAN LARI 30 METER DENGAN KEMAMPUAN *DRIBBLING* TIM SEPAKBOLA LIPURI PEKANBARU TAHUN 2013

Angga Eka Putra¹, Drs. Saripin. M.Kes. AIFO², Drs. Yuherdi, S.Pd³

ABSTRAK

Masalah dalam penelitian ini berawal dari observasi penulis ditemui di lapangan, bahwa masih banyak tim Sepakbola Lipuri Pekanbaru yang kurang memiliki kecepatan lari 30 meter dalam mendribbling bola yang baik, hal ini dilihat pada saat pertandingan, dimana pemain sulit melewati dan lepas dari penjagaan lawan.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kecepatan lari 30 meter terhadap kemampuan *dribbling* Tim Sepakbola Lipuri Pekanbaru tahun 2013. Jenis penelitian adalah korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah Tim Sepakbola Lipuri Pekanbaru yang berjumlah 21 orang, penarikan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik *total sampling* maka sampel berjumlah sebanyak 21 orang. Untuk mendapatkan data penelitian digunakan kecepatan lari 30 meter dan kemampuan *dribbling*.

Data yang diperoleh dianalisis dengan korelasi *product moment* sederhana. Berdasarkan analisis data ditemukan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan lari 30 meter terhadap kemampuan *dribbling* Tim Sepakbola Lipuri Pekanbaru tahun 2013, dimana r_{tab} pada taraf signifikan α (0,05) = 0,433 berarti r_{hitung} (0,043) < r_{tab} (0,433).

Kata Kunci: Kecepatan lari 30 meter, Mendribbling Bola

1. Mahasiswa pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi FKIP Universitas Riau, NIM (0905132361)., Alamat : Jln. harapan, Rumbai (081378119817)
2. Dosen Pembimbing I, Staf pengajar program studi pendidikan olahraga, (08127625002)
3. Dosen Pembimbing II, Staf pengajar program studi pendidikan olahraga, (085356637383)

30 METER RUN SPEED CONNECTION WITH FOOTBALL TEAM
DRIBBLING SKILL LIPURI PEKANBARU YEAR 2013

Angga Eka Putra¹, Drs. Saripin. M.Kes. AIFO², Drs. Yuherdi, S.Pd³

ABSTRACT

Problem in this study originated from the observation of the author encountered in the field, that is still a lot of football teams that have less Lipuri Pekanbaru running speed of 30 meters in dribbling good ball, it is seen at the time of the game, where players are difficult to pass and escape from custody opponent.

The purpose of this study was to determine the relationship of speed to run 30 yards to the dribbling skills Lipuri Pekanbaru Football Team in 2013. This type of research is correlational. The population is Pekanbaru Lipuri Football Team, which has 21 people, sampling in this study is to use the technique of sampling total sample numbered as many as 21 people. to obtain research data used speed to run 30 meters and dribbling skills.

Data were analyzed with a simple product moment correlation. Based on the analysis of the data found that there was no significant relationship between running speed of 30 meters to the dribbling skills Lipuri Pekanbaru Football Team in 2013, where r_{tab} at significant level α (0.05) = 0.433 means r_{count} (0,043) < r_{tab} (.433).

Keywords: Speed run 30 meters, dribbling Ball

1. Students of physical education health and recreation FKIP University of Riau, NIM (0905132361)., Address: Jln. Harapan, Rumbai (081378119817)
2. Lecturer I, Lecturer education courses sports, (08127625002)
3. Lecturer II, Lecturer education courses sports, (085356637383)

A. PENDAHULUAN

Sepakbola di Indonesia, PSSI berdiri pada 19 april 1930 di Yogyakarta. Pada awal berdirinya PSSI sendiri sngkatan dari Persatoean Sepakraga Seloeroeh Indonesia. Kemudian dalam kongres PSSI di Solo tahun 1950. PSSI diubah menjadi Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia dan Ir. Soeratin Sosrosoegondo tercatat sebagai ketua umum pertama. Selanjutnya PSSI dicatat sebagai anggota FIFA pada tanggal 1 November 1952 dan menjadi anggota Konfederasi Sepakbola Asia (AFC).

Permainan sepakbola sekarang menjadi salah satu gaya hidup dan ikut memberi andil atau kontribusi yang cukup besar bagi perkembangan masyarakat karena dengan aktif dalam permainan seperti ini, masyarakat akan mendapatkan nilai-nilai positif seperti kerjasama dengan teman-teman dalam satu tim atau sosialisasi dalam lingkup tim, mengenali tim lain artinya mengenal orang baru, menambah kebugaran tubuh dan meningkatkan keterampilan sosial emosional, mental, prestisi, dan prestasi serta hiburan dalam masyarakat.

Dalam permainan sepak bola ada beberapa teknik dasar yang harus dimiliki oleh setiap pemain sepak bola seperti teknik *dribbling*, *heading*, *passing*, *controlling*, *shooting* dan teknik yang lainnya. Maka dari itu kondisi fisik yang baik akan mempermudah setiap pemain untuk bermain dengan baik dan tanpa harus mengalami kelelahan pada saat bermain.

Rendahnya kemampuan *dribbling* yang dimiliki oleh pemain PS Lipuri Pekanbaru dapat dilihat pada saat para pemain melakukan *dribbling* bola sering kali dapat diambil oleh lawannya dengan mudah dan pada saat *dribbling* bola sering terlalu jauh ke depan sehingga dengan mudah diambil pihak lawan, dan lambat dalam melakukan *dribbling* seringkali dapat dibaca dan diantisipasi pemain lawan.

Muhyi (2008: 64) menyatakan *dribbling* adalah membawa bola dengan menggunakan kaki yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan, melewati lawan, menyelamatkan bola dari penguasaan dan kontrol lawan.

Untuk mendapatkan kemampuan *dribbling* yang baik tentunya dukungan dari komponen kondisi fisik seperti kelentukan kelincahan, koordinasi, kecepatan reaksi, kecepatan, keseimbangan tentunya akan menambah kualitas *dribbling* menjadi lebih baik lagi. Salah satu komponen kondisi fisik yang dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* adalah kecepatan.

Sajoto (1995:09) menyatakan kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengerjakan gerakan berkesinambungan dalam bentuk yang sama dalam waktu yang singkat-singkatnya. Kecepatan merupakan kemampuan tungkai untuk melakukan gerakan – gerakan yang sama secara terus menerus dalam waktu sesingkat – singkatnya.

Dari uraian di atas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu: apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan lari 30 meter dengan kemampuan *dribbling* pada tim sepakbola Lipuri Pekanbaru Tahun 2013?

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara kecepatan lari 30 meter dengan kemampuan *dribbling* pada tim sepakbola Lipuri Pekanbaru Tahun 2013.

B. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah dengan menggunakan rancangan penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengetahui seberapa jauh hubungan antara variabel-variabel dan seberapa jauh keterkaitan dengan faktor lain. Korelasional adalah suatu penelitian yang dirancang untuk menentukan tingkat variabel-variabel yang berbeda dalam suatu populasi dan bertujuan untuk mengetahui seberapa besar hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat (Arikunto, 2006:131),

Populasi dalam penelitian ini adalah tim sepakbola Lipuri Pekanbaru Tahun 2013 yang berjumlah 21 orang pemain. Sampel dalam penelitian ini adalah tim sepakbola Lipuri Pekanbaru Tahun 2013 yang berjumlah 21 orang pemain.

Adapun teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling*. Mengingat jumlah populasi tidak terlalu banyak, maka seluruh populasi dijadikan sebagai sampel yaitu sebanyak 21 orang. Hal ini sesuai dengan pendapat Arikunto (2006:138) yang menyatakan bahwa apabila jumlah populasi kurang dari 100 maka seluruh populasi dijadikan jadi sampel penelitian.

Instrumen penelitian ini yaitu dengan cara melakukan tes lari 30 meter dengan menggunakan lintasan lari 30 meter untuk mengukur kecepatan lari seseorang dan tes kemampuan *dribbling* dengan menggunakan bola. Adapun peralatan yang digunakan yaitu: lintasan lari 30 m, *stopwatch*, pluit, bendera, tiang pancang, bola, *stopwatch*, 6 buah tiang bendera, dan kapur.

Pelaksanaan tes untuk tes lari 30 meter yaitu Teste mengambil sikap start jongkok pada garis start. Pada aba – aba ya yang diberikan peserta teste, Teste berlari secepat – cepatnya sampai pada garis finish. Catat skor yang yang ditempuh oleh peserta test. Skor : Waktu terbaik dari tiga kali kesempatan. Sedangkan untuk pelaksanaan tes kemampuan *dribbling*, pada aba – aba siap teste berdiri di belakang garis start dengan bola dalam penguasaan kakinya. Pada aba – aba ya, teste memulai menggiring bola ke arah kiri melewati rintangan pertama dan berikutnya menuju rintangan berikutnya sesuai dengan arah panah yang telah ditentukan sampai melewati garis finish. Bila salah arah dalam menggiring bola, teste tersebut harus memperbaikinya tanpa menggunakan anggota badan selain kaki di tempat kesalahan terjadi dan selama itu pula *stopwatch* tetap jalan. Bola digiring oleh kaki kanan dan kiri secara bergantian atau paling tidak salah satu kaki pernah menyentuh bola satu kali sentuhan. Tes dinyatakan gagal apabila teste menggunakan hanya satu kaki saja, menggiring tidak sesuai dengan arah panah, teste menggunakan anggota badan yang lainnya. Waktu terbaik dari tiga kali kesempatan yang diberikan.

Penilaian dalam tes lari 30 meter dilakukan dengan melihat skor yang dihasilkan testee setelah berlari secepat-cepatnya. Nilai yang terbaik dari tiga kali lompatan dijadikan sebagai data. Sedangkan penilaian terhadap kemampuan *dribbling*, dihitung dengan cara teste memulai menggiring bola ke arah kiri melewati rintangan pertama dan berikutnya menuju rintangan berikutnya sesuai dengan arah panah yang telah ditentukan sampai melewati garis finish. Waktu yang terbaik dari tiga kali lompatan dijadikan sebagai data.

Prosedur penelitian ini yaitu: Pelaksanaan tes untuk tes lari 30 meter yaitu Teste mengambil sikap start jongkok pada garis start. Pada aba – aba ya yang diberikan peserta teste, Teste berlari secepat – cepatnya sampai pada garis finish. Catat skor yang yang ditempuh oleh peserta test. Waktu terbaik dari tiga kali kesempatan. Sedangkan untuk pelaksanaan tes kemampuan *dribbling*, pada aba – aba siap teste berdiri di belakang garis start dengan bola dalam penguasaan kakinya. Pada aba – aba ya, teste memulai menggiring bola ke arah kiri melewati rintangan pertama dan berikutnya menuju rintangan berikutnya sesuai dengan arah panah yang telah ditentukan sampai melewati garis finish. Bila salah arah dalam menggiring bola, teste tersebut harus memperbaikinya tanpa menggunakan anggota badan selain kaki di tempat kesalahan terjadi dan selama itu pula stopwatch tetap jalan. Bola digiring oleh kaki kanan dan kiri secara bergantian atau paling tidak salah satu kaki pernah menyentuh bola satu kali sentuhan. Tes dinyatakan gagal apabila teste menggunakan hanya satu kaki saja, menggiring tidak sesuai dengan arah panah, teste menggunakan anggota badan yang lainnya. Waktu terbaik dari tiga kali kesempatan yang diberikan. Kemampuan testee melakukan kedua tes ini dicatat seluruhnya dan data ini diambil dari semua sampel yang diteliti untuk mengetahui kecepatan lari 30 meter dan hasil kemampuan *dribbling* masing-masing testee. Setelah diambil data, selanjutnya akan dilakukan uji normalitas data dan uji “t”.

C. HASIL PEMBAHASAN

Hasil penelitian dan analisis data setelah dilakukan tes lari 30 meter menggunakan lintasan lari 30 meter dengan melakukan tiga kali kesempatan, maka diperoleh hasil sebagai berikut: skor tercepat 6,13, skor terlambat 10,12, dengan rata-rata (*mean*) 7,61 standar deviasi 1,12 dan variansi 1,26. Analisis hasil lari 30 meter serta distribusi frekuensi dapat dilihat pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Analisis Data Statistik Lari 30 Meter dari Semua Sampel

STATISTIK	HASIL <i>JUMP MD</i>
Sampel	21
Mean	7,61
Standar Deviasi	1,12
Varians	1,26
Maksimum	10,12
Minimum	6,13

Setelah dilakukan tes kemampuan *dribbling* dengan tiga kali kesempatan, diperoleh hasil sebagai berikut: skor tercepat 9,07, skor terlambat 14,26, dengan rata-rata (*mean*) 11,36, standar deviasi 1,97 dan variansi 3,89. Analisis hasil kemampuan *dribbling* serta distribusi frekuensi dapat dilihat pada Tabel 2 berikut:

Tabel 2. Analisis Data Statistik kemampuan *dribbling* dari Semua Sampel

STATISTIK	HASIL AKURASI <i>SMASH</i>
Sampel	21
Mean	11,36
Standar Deviasi	1,97
Varians	3,89

Maksimum	14,26
Minimum	9,07

Tabel 3. Uji Normalitas Data

Variabel X	LO _{max}	LO _{tabel}
Hasil Pengukuran Tes Lari 30 Meter	0,1549	0,190

Pengujian normalitas data melalui Uji *Liliefors* terhadap variabel X

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa kecepatan lari 30 meter (X) berdistribusi normal karena $LO_{max} < LO_{tabel}$ atau $0,1549 < 0,190$.

Variabel Y	LO _{Max}	LO _{Tabel}
Hasil Pengukuran Kemampuan <i>Dribbling</i>	0,1755	0,190

Pengujian normalitas data melalui Uji *Liliefors* terhadap variabel Y

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa kemampuan *dribbling* (Y) berdistribusi normal karena $LO_{Max} < LO_{Tabel}$ atau $0,1755 < 0,190$.

Selanjutnya, untuk menganalisis korelasi dan uji-t dari kedua variabel tersebut maka harga-harga yang dibutuhkan untuk perhitungan sebagai berikut:

$$\begin{array}{lll}
 N & = & 21 \\
 \sum x & = & 159.87 \\
 \sum x^2 & = & 1242.22 \\
 \sum y & = & 238.48 \\
 \sum y^2 & = & 2786.11 \\
 \sum xy & = & 1817.40
 \end{array}$$

Untuk perhitungan koefisien korelasi diperoleh hasil:

$$R_{xy} = 0,043$$

Untuk menguji apakah data korelasi *product moment* signifikan, maka dilakukan Uji-t. dan hasil Uji-t diperoleh hasil:

$$t = 0,190$$

Tabel 4. Analisis Uji-t

Uji-t	T _{hitung}	T _{tabel}
$t = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$	0,190	1,729

Penghitungan derajat bebas (Db/v) = n - 2 pada $\alpha = 0,05$

$$(Db/v) = 21 - 2 = 19$$

Daftar distribusi t pada $\alpha = 0,05$ diperoleh $t_{0(19)} = 1,729$. Karena $t_{hitung} > t_{tabel} = 1,729$ maka tidak terdapat hubungan yang signifikan.

Pembahasan penelitian ini adalah setelah dilaksanakan penelitian yang diawali dari pengambilan data hingga pada pengolahan data yang akhirnya dijadikan patokan, hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan. Alasannya adalah pada saat melakukan *dribbling*, kecepatan lari 30 meter tidak terlalu mempunyai peranan penting yang sangat dibutuhkan untuk mendukung kemampuan *dribbling* tersebut. Maka sumbangan dari kecepatan lari 30 meter terhadap kemampuan *dribbling* dikategorikan tidak signifikan.

Dari pengujian hipotesis, menunjukkan tidak adanya hubungan kecepatan lari 30 meter terhadap kemampuan *dribbling*. Hal ini menggambarkan bahwa kemampuan *dribbling* tidak dipengaruhi oleh faktor yang salah satunya adalah lari 30 meter yang dibutuhkan untuk mendukung hasil kemampuan *dribbling* tersebut. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dengan memiliki kecepatan lari 30 meter yang baik tidak terlalu memberikan hasil yang lebih maksimal pada hasil kemampuan *dribbling* sepakbola.

D. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang memakai prosedur statistik penelitian maka disimpulkan bahwa untuk hubungan variabel (X) terhadap variabel (Y) diperoleh nilai $r = 0,043$, dimana keberatiannya di uji-t dan dapat t_{hitung} sebesar 0,190 berarti $t_{hitung} < t_{tabel}$ ($3,17 < 1,729$). Dengan demikian hipotesis ditolak (H_0 diterima, H_a ditolak) dengan determinasi (membedakan) 99,97 %. Dengan kata lain pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$ tidak terdapat hubungan kecepatan lari 30 meter (X) dengan kemampuan *dribbling* (Y) pada tim sepak bola Lipuri Pekanbaru tahun 2013.

Saran dari penelitian ini adalah berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti mengemukakan saran-saran sebagai berikut: untuk meningkatkan prestasi pemain sepakbola Lipuri Pekanbaru, disarankan para pelatih untuk tidak mengabaikan kondisi fisik atlet terlebih dahulu, karena kondisi fisik merupakan dasar semua cabang olahraga khususnya sepakbola dengan cara melatih yang dominan dalam permainan sepakbola. Agar dapat berprestasi dengan baik, bagi para pemain hendaknya harus ditingkatkan kedisiplinan serta menjunjung tinggi sportifitas disetiap melakukan proses latihan maupun pertandingan.

DAFTAR PUSTAKA

- Farug . 2008. *Meningkatkan Kebugaran Tubuh Melalui Permainan Dan Olahraga Sepakbola*. Surabaya. Grasindo.
- Harsono. 2001. *Latihan Kondisi Fisik*. Bandung
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Depdikbud. Jakarta
- Ismariyati. 2008. *Tes Pengukuran Olahraga*. LPP Unpress Surakarta
- Luxbacher. 2004. *Sepakbola*. Grafindo. Jakarta
- Luxbacher. 2004. *Taktik Bermain Sepakbola*. PT. Grafindo. Jakarta
- Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukuran Olahraga dan Prinsip-prinsip dan Penerapannya*. Direktorat Jenderal Olahraga. Jakarta Pusat
- Nossek. 1982. *Teori Latihan Umum*. Institute National African Press
- Sajoto. 1995. *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Dahra Press. Semarang
- Syafruddin. 2011. *Ilmu Olahraga Kepelatihan*. UNP. Padang
- Soeharjo, dkk. 1994. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. PT. Karunia. Surabaya
- Sudjana. 2005. *Metode Statistika*. Tarsito. Bandung
- Salim, Agus. 2007. *Buku Pintar Sepak Bola*. Bandung. Jember
- Zulkarnain, dkk. 2010. *Statistika Penelitian*. Cendekia Insani. Pekanbaru