

**HUBUNGAN KELINCAHAN DENGAN KETERAMPILAN MENGGIRING
BOLA PADA PEMAIN SEPAKBOLA CLUB
PS Satria ZAHRA PEKANBARU**

Nofri thirteen¹, Drs.Slamet,M.Kes,AIFO², Drs. Yuherdi,S.Pd³

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS RIAU**

Abstract

The purpose of this study is to find out about whether there is a significant relationship between agility with dribbling skills. The problem in this study is the low ability of clubs Football player ps. Satria Zahra Pekanbaru in doing dribbling. This research is a form of Correlational Research, with a population of Football player ps. Satria zahra Pekanbaru, the data in this study is the total sampling technique. The sample in this study is a population of around 23 people.

Instrument in this research is a test run for dogging and Tests kelincahanuh to dribble dribbling skills. Then the data is processed by statistic, to test for normality with lilifors test at significance level α of 0.05, the hypothesis is the relationship with the agility results dribbling skills.

Based on the results of research and data processing using statistical procedures for the study it was concluded that the relationship variable x with variable y obtained value $r = 0.76$, then the relationship between the variables x and y variables are categorized enough, it can be concluded that agility has a significant relationship with results dribbling skills, which obtained $t = 5.35 > 1.721$ t table, so $t > t$ table consequently H_0 is rejected and H_a accepted.

Keywords: agility, dribbling skills

PENDAHULUAN

Olahraga adalah suatu kegiatan fisik yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial. Dengan berolahraga dapat juga meningkatkan efisiensi fungsi tubuh, yang hasil akhirnya adalah meningkatkan kesegaran jasmani, sehingga dapat menunjang berbagai kegiatan dalam kehidupan sehari-hari. Sebagai bagian dari upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia, olahraga diarahkan pada peningkatan jasmani, mental dan rohani, serta ditujukan untuk membentuk watak dan kepribadian, disiplin dan sportivitas yang tinggi serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional. Pemerintah memasukkan tentang pembinaan olahraga kedalam undang-undang keolahragaan No. 3 Tahun 2005 dalam pidato presiden pada peresmian Undang-undang keolahragaan dimana Sistem Keolahragaan Nasional dijelaskan bahwa, "Pembinaan dan pengembangan keolahragaan nasional yang dapat menjamin pemerataan akses terhadap

1.Mahasiswa pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi FKIP Universitas Riau,Nim 0905135237, Alamat: Jln. Tanjung batu pekanbaru.

2.Dosen Pembimbing I, Staf pengajar program studi pendidikan olahraga, (081365361995)

3.Dosen Pembimbing II, Staf pengajar program studi pendidikan olahraga,

olahraga, peningkatan kesehatan dan kebugaran, peningkatan prestasi, dan manajemen keolahragaan yang mampu menghadapi tantangan serta tuntutan perubahan kehidupan nasional dan global memerlukan sistem keolahragaan nasional”.

Dari kutipan tersebut, jelaslah bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga nasional dapat meningkatkan kebugaran dan dapat menghadapi rintangan dalam peningkatan kebugaran untuk menunjang prestasi yang diinginkan. Salah satu cabang olahraga yang dibina yaitu sepak bola. Cabang olahraga sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak di gemari masyarakat karena olahraga ini mudah di lakukan, tidak memerlukan biaya yang tinggi serta dapat di lakukan oleh banyak orang. Selain itu olahraga sepakbola juga merupakan cabang olahraga yang banyak dilakukan materi kegiatan pendidikan jasmani di sekolah sekolah (Fauzi Daral 2009 : 1)

Permainan sepakbola merupakan cabang olahraga yang tumbuh dan berkembang sangat pesat karena permainan ini sangat digemari oleh pemuda dan masyarakat. Dengan didirikannya tempat atau klub-klub sepakbola di masyarakat baik di perkotaan maupun di perkampungan di samping untuk memenuhi akan kebutuhan untuk meningkatkan *physical fitness* atau kesegaran jasmani, juga akan membangkitkan semangat baru untuk mendukung bagi perkembangan Keolahragaan Nasional.

Perkembangan sepak bola dunia memiliki berbagai versi berbeda yang banyak diperdebatkan. Ada yang mengatakan bahwa sepak bola berasal dari negeri China. Namun ada juga yang mengatakan bahwa ssepak bola sudah mulai dikenal oleh orang romawi kuno. Argumentasi lain ada juga yang mengatakan sepak bola dimulai dari negri mesir dan ada juga yang bilang dari negri jepang. walau memiliki versi berbeda pada prinsipnya awal sepak bola disetiap tempat memiliki kesamaan. Kesamaan itu adalah dalam hal penggunaan bola yang ditendang untuk dimasukkan kedalam gawang..

Agar dapat berprestasi dengan baik, seorang pemain harus menguasai dasar-dasar bermain sepakbola yang baik dan benar. Karena dengan penguasaan teknik dasar yang baik dan benar akan mampu mewujudkan hasil yang diinginkan. Untuk menguasai teknik dasar bermain sepakbola yang baik dan benar, diperlukan suatu latihan keterampilan yang terencana (terprogram). Belajar keterampilan gerak tidaklah mudah seperti yang dibayangkan, akan tetapi memerlukan kesabaran dan keuletan serta memperhatikan tahapan-tahapan dalam prosesnya, baik itu dari tingkat yang rendah sampai tingkat latihan yang tinggi atau kompleks.

Keterampilan sepakbola adalah kemampuan penguasaan teknik dasar sepakbola yang meliputi unsur-unsur menendang, menggiring, menembak, menghentikan bola. Macam-macam teknik dasar tersebut merupakan bentuk kemampuan dasar yang harus dikuasai oleh seseorang atau atlet dalam bermain sepakbola. Dapat dikatakan bahwa tanpa penguasaan teknik dasar tersebut seorang pemain belum bisa bermain sepakbola yang sebenarnya. Dengan kata lain

untuk bermain sepakbola, seseorang atau atlet harus menguasai teknik dasar tersebut.

Jika ditinjau lebih jauh, teknik menggiring, menendang, menghentikan bola dan menembak kesasaran dalam sepakbola pada dasarnya ditentukan oleh kemampuan (kondisi) fisik seseorang, karena faktor ini terkait langsung dengan teknik dasar sepakbola (M.Sajoto, 1995:8).

Untuk meningkatkan dan mencapai pretasi yang setinggi-tingginya olahragawan menurut Sukatamsi (1984:11) haruslah memiliki 4 kelengkapan pokok, yaitu: 1) pembinaan teknik, 2) pembinaan fisik, 3) pembinaan taktik, dan 4) kematangan juara.

Penulis tertarik untuk melakukan penelitian di tim sepak bola ps satria Zahra karena pada umumnya tim bola kaki ps satria Zahra bisa menggiring bola kaki. Hal ini membuat penulis tertarik melakukan penelitian untuk membuktikan seberapa besar hubungan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada pemain sepak bola ps satria Zahra

METODE PENELITIAN

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengetahui seberapa jauh variabel bebas (Kelincahan) dengan variabel terikat (keterampilan menggiring bola) berkaitan dengan factor-faktor lain. Koefisien korelasi adalah Suatu alat statistik, yang dapat digunakan untuk membandingkan hasil pengukuran dan variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel (Arikunto, 2006:270). Dalam penelitian ini, peneliti melihat secara korelasi dan data yang diperoleh melalui tes pengukuran terhadap semua variabel, variabel bebas dan variabel terikat.

2. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah Klub Sepakbola Ps. Satria zahra Pekanbaru, yang berjumlah 23 orang. Yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah Klub Sepakbola Ps. Satria zahra Pekanbaru yang berjumlah 23 orang.

2.1 Teknik Sampling

Adapun teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah total sampling, mengingat jumlah populasinya yang lebih sedikit dari 100 orang. Karena apabila jumlah populasikurang dari 100 orang, maka sebaiknya semua populasi dijadikan sampel, Karena populasi hanya berjumlah 23 orang, jadi semuanya dijadikan sampel. (Arikunto, 2006:131).

3. Instrumen penelitian

- a. Tujuan** : Mengukur Kelincahan dan keterampilan menggiring bola..
- b. Peralatan**
 - stopwatch, pita atau isolasi untuk membuat garis start
 - kapur atau cat untuk membuat tanda arah lari

- lembing atau benda lain untuk dijadikan rintangan
- lapangan
- garis start sepanjang 1,83 m (6 feet)
- tiang pancang
- blanko tes
- bola kaki

c. Pelaksanaan

a. Pengukuran kelincahan

testi berdiri sedekat mungkin dibelakang garis start, kemudian berlari secepat-cepat nya menurut arah yang telah ditentukan

b. Pengukuran keterampilan menggiring bola.

Pada aba-aba "siap" testi berdiri dibelakang garis *start* dengan bola dalam penguasaan kakinya.

Pada aba-aba "ya" testi mulai menggiring bola kearah kiri melewati rintangan pertama dan berikutnya menuju rintangan selanjutnya sesuai dengan arah panah yang telah ditetapkan sampai ia melewati garis *finish*.

Bila salah arah dalam menggiring bola, ia harus memperbaikinya tanpa menggunakan anggota badan selain kaki ditempat kesalahan terjadi dan selama itu pula *stopwatch* tetap berjalan.

Bola digiring oleh kaki kanan dan kiri secara bergantian, atau paling tidak salah satu kaki pernah menyentuh bola satu kali sentuhan.

Gerakan tersebut dinyatakan gagal bila, testi menggiring bola hanya dengan menggunakan satu kaki, testi menggiring bola tidak sesuai dengan arah panah.

d. Penilaian

a) kelincahan

Penilaian kelincahan adalah waktu yang di tempuh dari start sampai dengan finish

b) keterampilan menggiring bola

Waktu yang ditempuh oleh testi dari mulai aba-aba "ya" sampai ia melewati garis *finish*. Waktu dicatat sampai persepuluh detik

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Hasil penelitian

a. Hasil analisis data kwantitatif

Setelah dilakukan test Kelincahan menggunakan *dogging run* dengan melakukan tiga kali kesempatan maka diperoleh hasil sebagai berikut: skor tercepat 6.17 detik, skor terlambat 7,72 detik, dengan rata-rata (*mean*) 6.92 detik, standar deviasi 0.419, analisis hasil *dogging run* serta distribusi frekwensi dapat dilihat pada tabel 1 sebagai berikut:

Table 1. Analisis Data Statistik *dogging run* dari semua sampel

STATISTIK	<i>Dogging run</i>
Sampel	23
Mean	6.92
Std. Deviation	0.419

Minimum	7.72
Maximum	6.17

Setelah dilakukan tes keterampilan menggiring bola yaitu melakukan menggiring bola secepat mungkin sebanyak 3 kali menggiring bola maka diperoleh hasil sebagai berikut: skor tertinggi 18.84 detik, skor terendah 16.10 detik, dengan rata-rata (*mean*) 17.90 detik, standar deviasi 0.771, analisis hasil keterampilan menggiring bola berdasarkan distribusi frekuensi dapat dilihat pada tabel 2 sebagai berikut:

Table 2. Analisis Data Statistik Heading dari semua sampel

STATISTIK	Heading
Sampel	23
Mean	17.90
Std. Deviation	0.771
Minimum	16.10
Maximum	18.84

b. Hasil uji normalitas

Tabel 3. Uji Normalitas data

Variabel X	$L_{0\text{Max}}$	L_{Tabel}
Hasil pengukuran <i>dogging run</i>	0,08	0,173

Pengujian normalitas data melalui Uji *Lilifors* terhadap variabel X

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa data *kelincahan* (X) berdistribusi normal sebab $L_{0\text{maks}} < L_{\text{tabel}}$ atau $0,14 < 0,173$

Variabel Y	$L_{0\text{Max}}$	L_{Tabel}
hasil pengukuran keterampilan menggiring bola	0,16	0,173

Pengujian normalitas data melalui Uji *Lilifors* terhadap variabel Y

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa data tes keterampilan menggiring bola (Y) berdistribusi normal sebab $L_{0\text{maks}} < L_{\text{tabel}}$ atau $0,16 < 0,173$

c. Hasil uji 't'

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

$$\begin{aligned} \sum x &= 159.21 & \sum x^2 &= 1105.949 & \sum x.y &= 2852.579 \\ \sum y &= 411.86 & \sum y^2 &= 7388.252 & n &= 23 \end{aligned}$$

Untuk perhitungan koefisien korelasi diperoleh hasil :

$$r_{xy} = 0,76$$

Untuk menguji apakah data *korelasi product* moment signifikan maka, untuk *uji signifikan koefisien* korelasi di atas, akan dilakukan **Uji-t** :

Dan hasil uji-t diperoleh yaitu :

$$t = 5,35$$

Tabel 4. Analisis Uji 't'

Uji - t	t_{hitung}	t_{Tabel}
$t = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$	5,35	1,721

Penghitungan derajat bebas (db/v) = n-2 pada $\alpha = 0.05$ (Ritonga, 2007 :105)

$$(db/v) = 23-2 = 20$$

Daftar distribusi t pada $\alpha = 0.05$ diperoleh $t_{0,95}(20) = 1,721$. Karena $t_{hitung} = 5,35 > t_{tabel} = 1,721$ maka terdapat hubungan yang signifikan dengan kategori cukup.

2. Pembahasan

Setelah dilaksanakan penelitian yang diawali dari pengambilan data hingga pada pengolahan data yang akhirnya dijadikan patokan sebagai pembahasan hasil penelitian sebagai berikut : Hubungan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada klub sepakbola Ps. Satria zahra pekanbaru. $r = 0,76$. Ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan dengan kategori cukup.

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengolahan data dengan memakai prosedur statistik penelitian maka disimpulkan bahwa untuk hubungan variabel x terhadap variabel y diperoleh $r = 0.76$, maka hubungan antara variabel x terhadap y dikategorikan cukup. Dimana keberartiannya diuji dengan uji t dan di dapat t hitung $5,35 > t$ tabel $1,721$, dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima.

2. Saran

Berdasarkan temuan yang diperoleh dalam penelitian ini disarankan kepada:

- a. Kepada seluruh pemain Ps.satria zahra Pekanbaru di harapkan senantiasa melakukan latihan untuk meningkatkan kelincahan agar menghasilkan keterampilan menggiring bola yang lebih baik.
- b. Bagi peneliti sendiri, kiranya penelitian ini dapat dilanjutkan dalam permasalahan yang lebih luas dengan jumlah sample yang lebih besar, sehingga dapat memberikan sumbangan pikiran kepada pelatih, pembina maupun atlit dapat meningkatkan prestasi
- c. Para Pelatih / Guru Pendidikan Jasmani harus memperhatikan komponen kondisi fisik yang dominan seperti, kelenturan , kekuatan, koordinasi, karena semua komponen ini sangat berperan penting,

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineck Cipta
- Dinata Marta 2005. *rahasia latihan sang juara*. Jakarta
- Harsono. 1993. *Prinsip-Prinsip Latihan*. Jakarta: KONI Pusat
- Mielke, Danny (2007). *Dasar-dasar sepak bola*. Intan Sejati. Bandung
- Kosasih. 1993. *Olahaga, Teknik dan Program Latihan*. Jakarta: Akademika Presindo
- Jonath, dkk. 1986. *Atletik*. Alih bahas Soeparmo. Jakarta: PT. Rosda Jayaputra
- Luxbacher A. Joseph. 2004. *Sepak Bola*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Sajoto Mochamad. 1988. *Pembinaan Kondisi fisik dalam Olahraga*, Jakarta : Proyek Pengembangan Lembaga Tenaga Kependidikan
- Soekarman. 1989. *Dasar Olahraga, Untuk Pembina, Pelatih Dan Atlet*, Jakarta: CV. Haji Masagung
- Syafruddin. 1999. *Dasar-Dasar Kepelatihan Olahaga*. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- Nurhasan. 2000. *Test pengukuran pendidikan olahraga*. fakultas pendidikan olahraga dan kesehatan: universitas pendidikan indonesi
- Sneyers Jeff. 1988. *Sepak Bola, Latihan Dan Strategi Bermain*, Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 16 tahun 2007 tentang Penyelenggaraan Keolahragaan*. 2007. Jakarta: Biro Humas dan Hukum Kementrian Negara Pemuda dan Olahraga.
- Winarno, 2006, *Tes Keterampilan Olahraga, Nilai – Nilai Olahraga*, Malang: Universitas Negeri Malang.