

**HUBUNGAN TINGGI BADAN DAN KECEPATAN LARI DENGAN
KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DI SSB BERINGIN
PUTRA KECAMATAN SUKODADI LAMONGAN
TAHUN AJARAN 2020/2021**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan (S.Pd) Program Studi PENJASKESREK
Universitas Nusantara PGRI Kediri



Oleh :

FANTONI NUR WALID

NPM : 13.1.01.09.0011

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS)
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
2020**

Skripsi oleh:

FATONI NUR WALID

NPM: 13.1.01.09.0011

Judul:

**HUBUNGAN TINGGI BADAN DAN KECEPATAN LARI DENGAN
KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DI SSB BERINGIN PUTRA
KECAMATAN SUKODADI LAMONGAN TAHUN AJARAN
2020/2021**

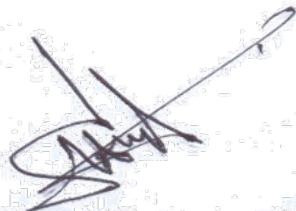
Telah disetujui untuk diajukan kepada

Panitia Ujian/Sidang Skripsi Prodi Penjaskesrek

FIKS UN PGRI Kediri

Tanggal:.....

Pembimbing I



Dr. Setyo Harmono, M.Pd.

NIDN.0727095801

Pembimbing II



Wing Prasetya Kurniawa, M.Pd

NIDN 0709099001

Skripsi Oleh :

FANTONI NUR WALID

13.1.01.09.0011

Judul :

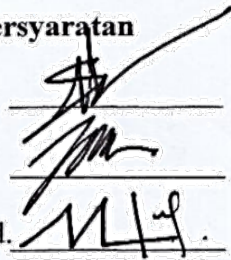
**HUBUNGAN TINGGI BADAN DAN KECEPATAN LARI DENGAN
KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DI SSB BERINGIN PUTRA
KECAMATAN SUKODADI LAMONGAN TAHUN AJARAN
2020/2021**

Telah dipertahankan didepan Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Jurusan FIKS PENJASKESREK UN PGRI Kediri
Pada tanggal : 23 Juli 2020

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji :

1. Ketua : Drs. Setyo Harmono, M.Pd.
2. Penguji I : Mokhammad Firdaus, M.Or
3. Penguji II : Wing Prasetya Kurniawan, M.Pd.



Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains



Dr. Sunstiono, M.Si
NIDN.0007076801

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Fantoni Nur Walid
Jenis Kelamin : Laki-Laki
Tempat/tgl. Lahir : Lamongan/28 April 1995
NPM : 13.1.01.09.0011
Fak / Jur./Prodi : FIKS / S1 Penjaskesrek

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana disuatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja dan tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kediri, 23 Juli 2020

Yang Menyatakan,



Fantoni Nur Walid
13.1.01.09.0011

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto:

- Berpikir dan Berbuatlah Yang Terbaik Untuk Diri Sendiri dan Orang Yang di Sayangi.

(Penulis)

- Jenius adalah 1%,bakat dan keringat 99 %

(Thomas Alva Edison)

Abstrak

Fatonu Nur Walid : Hubungan Tinggi Badan dan Kecepatan Lari Dengan Kemampuan Menggiring Bola Pada SSB Beringin Putra Kecamatan Sukodadi Lamongan Tahun Ajaran 2020/2021. Skripsi, Penjaskesrek, FIKS UN PGRI Kediri, 2020.

Kata kunci : Tinggi Badan, kecepatan lari, tinggi badan dan kemampuan menggiring bola.

Tujuan dari penelitian ini adalah (1) Menganalisa hubungan tinggi badan dengan kemampuan menggiring bola. (2) Menganalisa hubungan kecepatan lari dengan kemampuan menggiring bola. (3) Menganalisa hubungan tinggi badan dan kecepatan lari dengan kemampuan menggiring bola.

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dan teknik penelitian asosiatif. Penelitian ini termasuk ke dalam jenis asosiatif yang bersifat kausal, yang artinya hubungan yang bersifat sebab akibat. Jadi disini ada dua variabel yaitu *independent variable* dan *dependent variable*. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini ialah 30 atlet SSB Beringin Putra Kecamatan Sukodadi Lamongan. Analisis data menggunakan regresi linier berganda.

Berdasarkan hasil analisis data (1) Tinggi badan (X_1) memberikan representasi keberhasilan dengan kemampuan menggiring bola (Y) sebesar $t_{\text{hitung}} \geq t_{\text{tabel}}$ ($-0,211 < 0,005$). (2) Kecepatan lari (X_2) memberikan representasi keberhasilan terhadap kemampuan menggiring bola (Y) sebesar $t_{\text{hitung}} \geq t_{\text{tabel}}$ ($0,003 < 0,005$). (3) Hasil analisis dengan uji regresi linier berganda dengan perolehan nilai $t_{\text{hitung}} \geq t_{\text{tabel}}$ ($1,023 \geq 3,34$), menunjukkan hubungan yang cukup signifikan antara tinggi badan dan kecepatan lari dengan kemampuan menggiring bola pada SSB Beringin Putra Kecamatan Sukodadi Lamongan tahun ajaran 2020/2021.

Kesimpulan hasil penelitian ini adalah (1) Ada hubungan negatif antara tinggi badan dengan kemampuan menggiring bola pada SSB Beringin Putra Kecamatan Sukodadi Lamongan tahun ajaran 2020/2021 (2) Ada hubungan positif antara kecepatan dengan kemampuan menggiring bola pada SSB Beringin Putra Kecamatan Sukodadi Lamongan tahun ajaran 2020/2021 (3) Ada hubungan yang signifikan antara tinggi badan dan kecepatan lari dengan kemampuan menggiring bola pada SSB Beringin Putra Kecamatan Sukodadi Lamongan tahun ajaran 2020/2021.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Kami panjatkan Kehadirat Allah Tuhan Yang Maha Kuasa, karena hanya atas perkenan-Nya penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan.

Skripsi yang berjudul “Hubungan Tinggi Badan dan Kecepatan Lari dengan Kemampuan Menggiring Bola di SSB Beringin Putra Kecamatan Sukodadi Lamongan Tahun Ajaran 2020/2021” ini ditulis guna memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan, pada Jurusan Penjaskesrek FIKS UN PGRI Kediri.

Pada kesempatan ini diucapkan terimakasih dan penghargaan yang setulus-tulusnya kepada:

1. Dr. Zainal Afandi M. Pd. selaku Rektor Universitas Nusantara PGRI Kediri.
2. Dr. Sulistiyono, M.si selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains Universitas Nusantara PGRI Kediri.
3. Drs. Slamet Junaidi, M.Pd selaku Kaprodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Nusantara PGRI Kediri.
4. Dr, Setyo Harmono, M.Pd. selaku dosen pembimbing I atas waktu yang telah diluangkan untuk memberikan bimbingan, petunjuk, dan nasehat dalam proses penyusunan Proposal Skripsi sampai selesai.
5. Wing Prasetya Kurniawan M.Pd. selaku dosen pembimbing II yang selalu membimbing penulis selama melakukan penyusunan Skripsi sampai selesai.

6. Kedua orang tua saya yang telah berperan sangat penting dalam mendukung dan memotivasi sejak pertama saya masuk kuliah di Universitas Nusantara PGRI Kediri sampai menyelesaikan Skripsi ini.
7. Ucapan terima kasih kepada pihak-pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah banyak membantu menyelesaikan skripsi ini. Disadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan, maka tegur sapa kritik dan saran-saran, dari berbagai pihak sangat peneliti harapkan.

Kediri, 1 Juli 2020



FATONI NUR WALID
NPM.13.1.01.09.0011

DAFTAR ISI

	halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
 BAB I : PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Kegunaan Penelitian	6
 BAB II : KAJIAN TEORI DAN HIPOTESIS.....	8
A. Kajian Teori	8
1. Sepakbola.....	8
2. Menggiring Bola	13

3. Tinggi Badan.....	14
4. Kcepatan Lari.....	16
B. Kajian Penelitian Terdahulu.....	17
C. Kerangka Berpikir.....	18
D. Hipotesis.....	19
BAB III : METODE PENELITIAN.....	21
A. Variabel Penelitian.....	21
1. Identifikasi Variabel Penelitian.....	21
B. Pendekatan dan Teknik Penelitian.....	22
1. Pendekatan Penelitian.....	22
2. Teknik Penelitian.....	23
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	23
1. Tempat Penelitian.....	23
2. Waktu Penelitian.....	23
D. Populasi dan sampel.....	23
1. Populasi.....	23
2. Sampel.....	24
E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data.....	24
1. Pengembangan Instrumen.....	24
2. Validasi Instrumen.....	28
3. Langkah-langkah Pengumpulan Data.....	29
F. Teknik Analisis Data.....	29
1. Jenis Analisis.....	29

2. Prosedur Analisis Data.....	30
3. Uji Hipotesis	31
BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	34
A. Deskripsi Data Variabel	34
1. Tinggi Badan (X_1)	34
2. Kecepatan Lari (X_2)	36
3. Menggiring Bola (Y)	39
B. Analisis Data	42
1. Uji Normalitas.....	42
2. Uji Linieritas	43
3. Uji Hipotesis	44
C. Pembahasan	47
BAB V : SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN.....	49
A. Simpulan	49
B. Implikasi.....	50
C. Saran.....	51
DAFTAR PUSTAKA.....	52

DAFTAR TABEL

Tabel	halaman
4.1 Analisis Deskriptif Data Tinggi Badan	33
4.2 Analisis Deskriptif Data Kecepatan Lari	36
4.3 Distribusi Frekuensi Kecepatan Lari.....	37
4.4 Analisis Deskriptif Data Menggiring Bola	39
4.5 Distribusi Frekuensi Menggiring Bola	40
4.6 Hasil Uji Normalitas	42
4.7 Hasil Uji Linieritas.....	43
4.8 Hasil Uji Korelasi Tinggi Badan dengan Kemampuan menggiring	44
4.9 Hasil Uji Korelasi Kecepatan Lari dengan kemampuan Menggiring	45
4.10 Hasil Uji Korelasi Ganda Tinggi Badan, Kecepatan Lari Dengan Variabel Kemampuan Menggiring Bola.....	46
4.11 Koefisien Determinasi.....	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar	halaman
2.1 Teknik Dasar Menendang Bola.....	9
2.2 Teknik Dasar Menghentikan Bola.....	9
2.3 Teknik Dasar Menggiring Bola.....	10
2.4 Teknik Dasar Menyundul Bola	10
2.5 Teknik Dasar Melempar Ke Dalam Bola	10
3.1 Rancangan Penelitian Maksud	22
3.2 Alat ukur Tinggi badan.....	25
3.3 Instrumen Menggiring Bola	28
4.1 Diagram Tinggi Badan	32.
4.2 Diagram Kecepatan Lari.....	38
4.3 Diagram Menggiring Bola.....	41

DAFTAR LAMPIRAN

Data Mentah Penelitian	
Uji SPSS dan Dokumentasi Penelitian	
Surat Ijin Penelitian	

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan jasmani memberikan dampak positif bagi siswa, yaitu dalam pembentukan psikomotor, perkembangan afektif dan kognitif. Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan, karena pendidikan olahraga bersifat mendidik. Dalam pelaksanaannya pendidikan jasmani dipakai sebagai wahana atau pengalaman belajar. Berdasarkan alasan tersebut, maka pendidikan jasmani dimasukkan dalam kurikulum pendidikan Nasional. Ditinjau dari pendidikan jasmani dan kesehatan, gerak yang merupakan aktifitas yang digunakan sebagai sarana pendidikan, sehingga pendidikan jasmani dan kesehatan diharapkan dapat merangsang perkembangan dan pertumbuhan jasmani siswa.

Salah satu masalah menonjol yang mengakibatkan lambatnya prestasi olahraga adalah masalah kurangnya pemanfaatan ilmu dan teknologi dalam praktek olahraga, diantaranya meliputi aspek ilmu yang masih minim yaitu pemanfaatan dan pengembangan sarana dan prasarana, teori belajar motorik, serta karena kurang efektif dan efisiennya pembinaan dan metode pendidikan. Kondisi tersebut perlu diantisipasi dengan adanya penelitian keolahragaan yang mengarah pada peningkatan ilmu dan sumber daya manusia pada siswa. Pendidikan jasmani tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik, melainkan juga perkembangan psikis siswa. Pendidikan jasmani memiliki peran penting dalam rangka membentuk manusia seutuhnya, karena tidak ada pendidikan

yang lengkap tanpa pendidikan jasmani.

Sepak bola merupakan cabang olahraga yang sudah memasyarakat, baik sebagai hiburan, mulai dari latihan peningkatan kondisi tubuh atau sebagai prestasi untuk membela desa, daerah dan negara. Sepak bola yang sudah memasyarakat itu merupakan gambaran persepakbolaan di Indonesia khususnya negara maju pada umumnya. Permainan 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. Kemenangan dalam permainan sepakbola hanya akan diraih dengan melalui kerjasama dari tim tersebut. Kemenangan tidak dapat diraih secara perseorangan dalam permainan tim, disamping itu setiap individu atau pemain harus memiliki kondisi fisik yang bagus, teknik dasar yang baik dan mental bertanding yang baik pula.

Permainan sepakbola modern saat ini telah mengalami banyak kemajuan, perubahan serta perkembangan yang pesat, baik dari segi kondisi fisik, teknik, taktik permainan maupun mental pemain itu sendiri. Kemajuan dan perkembangan tersebut dapat dilihat dalam siaran langsung pertandingan perebutan Piala Eropa, penyisihan Pra Piala Dunia oleh tim-tim kesebelasan Eropa maupun Amerika Latin. Bagaimana permainan cepat dan teknik yang baik yang didukung oleh kemampuan individu menonjol serta seni gerak telah pula ditampilkan. Permainan yang cepat dan teknik yang baik itulah yang perlu dicontoh oleh persepakbolaan Indonesia agar dapat maju dan

berkembang dengan baik. Masalah peningkatan prestasi di bidang olahraga sebagai sasaran yang ingin dicapai dalam pembinaan olahraga di Indonesia membutuhkan waktu yang lama dalam proses pembinaannya. Pembinaan olahraga menuntut partisipasi dari semua pihak demi peningkatan prestasi olahraga di Indonesia. Manusia dapat mencapai prestasi pada berbagai usia, akan tetapi prestasi dalam olahraga terutama dicapai oleh mereka yang masih muda usianya.

Pencapaian prestasi semua cabang olahraga khususnya sepakbola dapat ditingkatkan pula pada mereka yang masih muda usianya. Kondisi fisik pemain sepakbola menjadi sumber bahan untuk dibina oleh pakar sepakbola selain teknik, taktik, mental dan kematangan bertanding. Kondisi fisik yang baik dan prima serta siap untuk menghadapi lawan bertanding merupakan unsur yang penting dalam permainan sepakbola. Seorang pemain sepakbola dalam bertahan maupun menyerang kadang-kadang menghadapi benturan keras, ataupun harus lari dengan kecepatan penuh ataupun berkelit menghindari lawan, berhenti menguasai bola dengan tiba-tiba. Seorang pemain sepakbola dalam mengatasi hal seperti itu haruslah dibina dan dilatih sejak awal. Strategi pembelajaran yang menarik agar siswa termotivasi untuk bergerak salah satunya adalah melalui pendekatan bermain (Wing Prasetya & Mokhammad Firdaus)

Di tempat yang saya observasi yaitu di SSB Beringin Putra merupakan SSB yang berskala sedang di Kecamatan Sukodadi Lamongan dan mempunyai prestasi yang normal seperti SSB pada umumnya yaitu kadang berprestasi dan

kadang tidak, prestasi yang diraih walaupun dalam skala daerah akan tetapi itu sudah mencerminkan pembinaan usia dini dalam olahraga sepakbola sudah mulai dikembangkan di daerah Sukodadi. SSB beringin putra mempunyai para atlet dan pelatih yang menurut saya mempunyai kompetensi untuk menyumbangkan bakat-bakat sepak bola, tetapi ada beberapa hal yang masih kurang dilakukan seperti pemanfaatan *sport science* untuk melihat keberhasilan dan evaluasi dari SSB tersebut. Pengamatan yang dilakukan di lapangan inilah yang membuat saya menjadi tertarik untuk melakukan penelitian yang bersifat sederhana berkaitan dengan penelitian korelasi yaitu menghubungkan antara tinggi badan dan kecepatan lari dengan kemampuan menggiring bola.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut :

1. Di SSB belum ada penelitian yang kaitannya dengan korelasi
2. Keberhasilan atlet dilihat dari prestasi saja
3. Belum adanya pemanfaatan dari Tes dan Pengukuran Olahraga
4. Belum optimalnya kemampuan menggiring bola
5. Belum diketahui tinggi badan pada atlet SSB
6. Belum diketahui kecepatan lari pada atlet SSB

C. Batasan Masalah

Untuk mendapatkan hasil penelitian yang optimal dengan kajian yang

lebih mendalam serta keterbatasannya pengetahuan dan pengalaman penyusun. Maka dari itu penelitian ini akan di pusatkan pada hasil pengukuran kemampuan menggiring bola. Pembatasan masalah tersebut adalah sebagai berikut :

1. Hubungan tinggi badan dengan kemampuan menggiring bola
2. Hubungan kecepatan lari dengan kemampuan menggiring bola
3. Hubungan tinggi badan dan kecepatan lari dengan kemampuan menggiring bola

D. Rumusan Masalah

Dari latar belakang masalah di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui :

1. Adakah hubungan tinggi badan dengan kemampuan menggiring bola pada SSB Beringin Putra Kecamatan Sukodadi Lamongan tahun 2020?
2. Adakah hubungan kecepatan lari dengan kemampuan menggiring bola pada SSB Beringin Putra Kecamatan Sukodadi Lamongan tahun 2020?
3. Adakah hubungan tinggi badan dan kecepatan lari dengan kemampuan menggiring bola pada SSB Beringin Putra Kecamatan Sukodadi Lamongan tahun 2020?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk

mengetahui :

1. Untuk mengetahui adakah hubungan tinggi badan dengan kemampuan menggiring bola pada SSB Beringin Putra Kecamatan Sukodadi Lamongan tahun 2020.
2. Untuk mengetahui adakah hubungan kecepatan lari dengan kemampuan menggiring bola pada SSB Beringin Putra Kecamatan Sukodadi Lamongan tahun 2020.
3. Untuk mengetahui adakah hubungan tinggi badan dan kecepatan lari dengan kemampuan menggiring bola pada SSB Beringin Putra Kecamatan Sukodadi Lamongan tahun 2020.

F. Kegunaan Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian di atas, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan dan sebagai pertimbangan di dalam peningkatan, terutama :

1. Manfaat Teoritis
 - a. Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan perbendaharaan ilmu pengetahuan bagi pembaca.
 - b. Menambah literatur yang berguna bagi pembaca dan memperluas wawasan khususnya cabang olahraga sepak bola
2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peneliti sebagai bahan untuk menambah wawasan dan pengalaman olahraga sepakbola, agar dapat membantu dan mengembangkannya di tengah-tengah masyarakat.
- b. Bagi siswa atau atlet, merupakan sumber informasi dan pembelajaran yang penting untuk meningkatkan prestasi sepakbola, agar mampu bersaing dengan para atlet yang lebih berpengalaman, serta bisa mengukur kemampuan diri atlet sendiri.