

**HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN, KELINCAHAN, KELENTUKAN,
KOORDINASI MATA-KAKI DAN KESEIMBANGAN DENGAN
KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA SISWA SSB PERSETO
KAB. JOMBANG**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Penulisan Skripsi Guna Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)
Pada Program Studi Penjas FIKS UNP Kediri



OLEH :

**RELODIVA PANDU PERMANA
NPM : 14.1.01.09.0315**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UN PGRI KEDIRI
2021**

RELODIVA PANDU PERMANA
NPM : 14.1.01.09.0315

Dengan Judul:

**HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN, KELINCAHAN, KELENTUKAN,
KOORDINASI MATA-KAKI DAN KESEIMBANGAN DENGAN
KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA SISWA SSB PERSETO
KAB. JOMBANG**

Telah Disetujui untuk Dilanjutkan Kepada
Panitia Ujian/Sidang Skripsi Program Studi Penjaskesrek
FIKS UNPGRI Kediri

Tanggal: Januari 2021

Pembimbing I,



Weda, M.Pd.
NIDN. 0721088702

Pembimbing II,



M. Akbar Husein Allsabah, MOR.
NIDN.0727089001

Skripsi oleh:

RELODIVA PANDU PERMANA

NPM : 14.1.01.09.0315

Judul :

**HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN, KELINCAHAN, KELENTUKAN,
KOORDINASI MATA KAKI DAN KESEIMBANGAN DENGAN
KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA SISWA SSB PERSETO KAB
JOMBANG**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Program Studi Penjas FIKS UN PGRI Kediri

Pada tanggal: Januari 2021

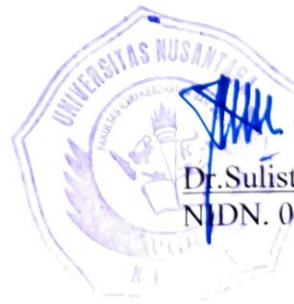
Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji:

1. Ketua : Weda, M.Pd
2. Penguji I : Irwan Setiawan, M.Pd
3. Penguji II : M. Akbar Husein Allsabab, M.Or.



Mengetahui,
DEKAN FIKS



Dr. Sulistiono, M.Si.
NIDN. 0007076801

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Relodiva Pandu Permana
Jenis Kelamin : Laki-laki
Tempat, tanggal Lahir : Denpasar, 10 Mei 1996
NPM : 14.1.01.09.0315
Fak/Prodi : FIKS / S1 PENJAS

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu 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 naskah ini.

Kediri, 8 April 2021
Yang Menyatakan



RELODIVA PANDU PERMANA
NPM. 14.1.01.09.0315

MOTTO :

“Kegagalan adalah keberhasilan yang
tertunda”

Kupersembahkan karya ini buat:

1. Kedua orang tua saya yang telah memberikan dukungan baik moril maupun materiil.
2. Dosen-dosen yang mengajarkan banyak hal kepada saya.
3. Seluruh teman-teman prodi penjas yang selalu memberikan dukungan dan sarannya.

Abstrak

Relodiva Pandu Permana. Hubungan Kecepatan, Kelincahan, Kelentukan, Koordinasi Mata-Kaki, Dan Keseimbangan Terhadap Kecepatan Menggiring Sepakbola Pemain SSB Perseto Kab. Jombang. Skripsi, Penjas, FIKS UN PGRI Kediri, 2021.

Kata kunci: kecepatan, kelincahan, kelentukan, koordinasi mata-kaki, keseimbangan, menggiring, sepakbola.

Penelitian ini dilatar belakangi ingin mengetahui kecepatan, kelincahan, kelentukan, koordinasi mata dan kaki, dan keseimbangan yang kurang baik. Padahal teknik menggiring sepakbola. Permasalahan dalam penelitian ini adalah 1. adakah hubungan antara kecepatan dalam menggiring bola pada siswa U-15 SSB Perseto, 2. adakah hubungan antara kelincahan dalam menggiring bola pada siswa U-15 SSB Perseto, 3. adakah hubungan antara kelentukan dalam menggiring bola pada siswa U-15 SSB Perseto, 4. adakah hubungan antara keseimbangan dalam menggiring bola pada siswa U-15 SSB Perseto, 5. adakah hubungan antara koordinasi mata-kaki dalam menggiring bola pada siswa U-15 SSB Perseto, 6. adakah hubungan antara kecepatan, kelincahan, kelentukan, koordinasi mata-kaki dan keseimbangan dalam menggiring bola pada siswa U-15 SSB Perseto.

Penelitian ini menggunakan teknik korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain kelompok umur usia 15 tahun yang dimiliki SSB Perseto Kab. Jombang yang berjumlah 25 pemain, dengan menggunakan teknik sampling jenuh maka jumlah sampel sama dengan jumlah populasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *Product Moment* untuk pengujian hipotesis 1 sampai 5 dan korelasi ganda untuk pengujian hipotesis 6.

Kesimpulan hasil penelitian ini adalah : 1. Ada hubungan kecepatan terhadap kecepatan menggiring sepakbola pemain SSB perseto kab. Jombang. Hal ini dibuktikan bahwa $r_{hitung} > r_{tabel}$ dengan $sig. 0,000 < 0,05$, 2. Ada hubungan kelincahan terhadap terhadap kecepatan menggiring sepakbola pemain SSB Perseto kab. Jombang. Hal ini dibuktikan bahwa nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$, 3.ada hubungan kelentukan terhadap terhadap kecepatan menggiring sepakbola pemain SSB Perseto kab. Jombang. Hal ini dibuktikan bahwa nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$, 4. ada hubungan koordinasi mata-kaki terhadap terhadap kecepatan menggiring sepakbola pemain SSB Perseto kab. Jombang. Hal ini dibuktikan bahwa $r_{hitung} > r_{tabel}$, 5. ada hubungan keseimbangan terhadap terhadap kecepatan menggiring sepakbola pemain SSB Perseto kab. Jombang. Hal ini dibuktikan bahwa nilai $r_{hitung} = 0,398$ dengan r_{tabel} tingkat signifikan 5% $N = 25$ sebesar 0,396. Jadi $r_{hitung} > r_{tabel}$ dengan $sig. 0,000 < 0,05$, maka H_a diterima dan H_0 ditolak, 6.ada hubungan kecepatan, kelincahan, kelentukan, koordinasi mata-kaki, dan keseimbangan terhadap terhadap kecepatan menggiring sepakbola pemain SSB Perseto kab. Jombang. Hal ini dibuktikan dari $F_{hitung} = 1,175 > F_{tabel} = 2,71$.

Berdasarkan simpulan hasil penelitian ini, direkomendasikan kepada pelatih SSB di Kabupaten Jombang untuk dapat meningkatkan kecepatan menggiring sepakbola dengan memperhatikan kecepatan, kelincahan, kelentukan, koordinasi mata dan kaki, dan keseimbangan

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena atas berkah dan rahmat-Nya penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan. Skripsi dengan judul “Hubungan antara kecepatan, kelincahan, kelentukan, koordinasi mata dan kaki, dan keseimbangan Terhadap Kecepatan Menggiring Sepakbola Pemain SSB Perseto Kab. Jombang” ini ditulis guna memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan PENJAS FIKS UN PGRI Kediri.

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

1. Dr. Zainal Afandi, M.Pd. sebagai Rektor Universitas Nusantara PGRI Kediri.
2. Dr. Sulistiono, M.Si. sebagai Dekan FIKS Universitas Nusantara PGRI Kediri.
3. Drs. Slamet Junaidi, M.Pd. sebagai Ketua Prodi Penjas Universitas Nusantara PGRI Kediri.
4. Weda, M.Pd. sebagai Dosen pembimbing I dalam penulisan Skripsi.
5. M. Akbar Husein Allsabab, M.Or sebagai Dosen pembimbing II dalam penulisan Skripsi.
6. Kedua orang tuaku yang senantiasa memberika motivasi dan dukungan dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Teman – teman mahasiswa yang senantiasa memberi masukan yang baik untuk skripsi ini.
8. Semua pihak yang membantu terselesaikannya skripsi ini tepat waktu
Semoga Allah memberikan balasan yang berlimpah atas segala bantuan, doa,

dan dukungan yang telah diberikan, mudah-mudahan skripsi dapat berguna bagi penulis dan semua pihak.

Disadari bahwa skripsi ini masih banyak kekuarangan, maka diharapkan tegur sapa, kritik, dan saran-saran, dari berbagai pihak sangat diharapkan.

Akhirnya, disertai harapan semoga skripsi ini ada manfaatnya bagi kita semua, khususnya bagi dunia pendidikan, meskipun ibarat setitik air bagi samodra luas.

Kediri, 3 Februari 2021



RELODIVA PANDU PERMANA
NPM. 14.1.01.09.0315

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv

BAB I :PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Batasan Masalah	8
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian.....	10

BAB II: KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Pustaka	12
1. Definisi Permainan Sepakbola	12
2. Teknik-Teknik Dasar Permainan Sepakbola.....	15
3. Teknik Dasar Menggunakan Bola	17
4. Definisi <i>Speed</i> (kecepatan)	36
5. Definisi <i>Agility</i> (kelincahan)	40
6. Kelentukan	43
7. Koordinasi Mata-Kaki	44

8. Keseimbangan	47
B. Kajian Hasil Penelitian Terdahulu.....	47
C. Kerangka Berfikir	48

BAB III: METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian	51
B. Identifikasi Variabel Penelitian	51
C. Teknik Pendekatan Penelitian	51
D. Tempat dan waktu Penelitian	51
E. Populasi, dan Sampel Penelitian	53
1. Populasi Penelitian	53
2. Sampel Penelitian	53
F. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data Penelitian	54
1. Instrumen Penelitian	54
2. Teknik Pengumpulan Data Penelitian.....	55
G. Teknik Analisis Data	65

BAB IV: HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

A. Deskripsi Data Variabel.....	69
1. Deskripsi Variabel bebas	69
2. Deskripsi variabel Terikat.....	76
B. Analisis data.....	78
C. Pengujian Hipotesis	88
D. Pembahasan	89

BAB V : SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Simpulan.....	93
------------------	----

B. Implikasi	94
C. Saran	94
DAFTAR PUSTAKA	96
DOKUMENTASI PENELITIAN	100
LAMPIRAN	101

DAFTAR TABEL

Tabel	halaman
3.1 Waktu Penelitian	52
3.2 Norma Kecepatan Lari 50 Meter	56
3.3 Norma Kelincahan	57
3.4 Norma Kelentukan	59
3.5 Norma Koordinasi Mata-Kaki	61
3.6 Norma Keseimbangan	63
3.7 Norma Penilaian Keterampilan Menggiring Bola	65
4.1. Statistik Deskripsi Variabel Kecepatan (X1).....	69
4.2. Distribusi Frekuensi Kecepatan	70
4.3 Statistik Deskripsi Variabel Kelincahan (X2).....	71
4.4 Distribusi Frekuensi Kelincahan	71
4.5 Statistik Deskripsi Variabel Kelentukan (X3).....	72
4.6. Distribusi Frekuensi Kelentukan.....	73
4.7 Statistik Deskripsi Variabel Koordinasi Mata-Kaki (X4).....	73
4.8 Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata dan kaki	74
4.9 Statistik Deskripsi Variabel Keseimbangan (X5)	75
4.10 Distribusi Frekuensi Keseimbangan	75
4.11 Statistik Deskripsi Variabel kecepatan menggiring sepakbola (Y).....	76
4.12. Distribusi Frekuensi Kecepatan Menggiring Sepakbola.....	77
4.13 Hasil Uji Normalitas	79
4.14 Hasil Uji Homogenitas.....	80

4.15 Hasil Uji Linieritas	81
4.16 Uji Keberartian.....	82
4.17 Variabel Kecepatan (X_1) dengan Kecepatan Menggiring Bola (Y).....	83
4.18 Kelincahan (X_2) dengan Kecepatan menggiring sepakbola (Y)	84
4.19 Kelentukan (X_3) dengan Kecepatan menggiring Sepakbola(Y)	85
4.20 Koordinasi Mata-Kaki (X_4) dengan Kecepatan menggiring Sepakbola (Y).....	85
4.21 Keseimbangan (X_5) dengan Kecepatan menggiring Sepakbola (Y).....	86
4.16 Uji F	87

DAFTAR GAMBAR

Gambar	halaman
2.1 Bentuk dan Ukuran Lapangan Sepakbola	14
2.2. Gerkan menendang bola dengan kaki dalam	19
2.3. Gerakan menendang dengan kaki luar	20
2.4. Teknik menendang dengan punggung kaki	21
2.5. Menghentikan bola dengan kaki bagian dalam	23
2.6 Menghentikan bola dengan kaki bagian luar	25
2.7 Menghentikan bola dengan telapak kaki.....	26
2.8 Mengehentikan bola dengan paha.....	27
2.9 Mengehentikan bola dengan Dada	28
2.10 Gerakan menyundul bola	29
2.11 Kenaan kaki saat menggiring dengan kaki dalam	31
2.12 Perkenaan kaki saat menggiring bola dengan kaki Luar	32
2.13 Kenaan bola saat menggiring dengan punggung kaki	34
2.14 Gerakan menyundul bola	35
3.1 Tes lari 50 meter.....	56
3.2 Lapangan <i>Dodging Run Test</i>	57
3.3 Tes kelentukan	59
3.4 Instrumen koordinasi mata-kaki.....	61
3.5 <i>Stork-stand</i>	62
3.6 Lapangan Tes Menggiring Bola.....	65
4.1 Histogram Kecepatan.....	70
4.2 Histogram Kelincahan.....	72

4.3 Histogram data Kelentukan.....	73
4.4 Histogram Koordinasi Mata-KakiPemain SSB Perseto.....	75
4.5 Histogram Keseimbangan Pemain SSB Perseto	76
4.6 Histogram Keseimbangan Pemain SSB Perseto	78

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	halaman
1. Surat Ijin Penelitian dari kampus	101
2. Surat Ijin Penelitian dari SSB Perseto	102
3. Data Hasil Tes Kecepatan	103
4. Data Tes Kelincahan	104
5. Data Tes Kelentukan	105
6. Data Tes koordinasi mata-kaki	106
7. Data Tes Keseimbangan	107
8. Data Tes Kecepatan Menggiring Bola	108
9. Data Keseluruhan Tes.....	109
10. Uji Deskriptif	110
11. Uji Interval	112
12. Uji Normalitas	114
13. Uji Homogenitas	115
14. Uji Linieritas	116
15. Uji Keberartian.....	120
16. Uji Hipotesis <i>Product Moment</i>	123
17. Uji F	125
18. Sertifikat Plagiasi	129