

**ARTIKEL**

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



**Oleh:**

**RELODIVA PANDU PERMANA**

**14.1.01.09.0315**

**Dibimbing oleh :**

1. Weda, M.Pd.
2. M. Akbar Husein Allsabah, MOr.

**PROGRAM STUDI FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS)**

**UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK**

**INDONESIA**

**UN PGRI KEDIRI**

**2021**

**SURAT PERNYATAAN**  
**ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2021**

**Yang bertanda tangan di bawah ini:**

Nama Lengkap : RELODIVA PANDU PERMANA  
NPM : 14.1.01.09.0315  
Telepon/HP : 081249768519  
Alamat Surel (Email) : relodivapandu@gmail.com  
Judul Artikel : hubungan antara kecepatan, kelincahan, kelentukan, koordinasi mata kaki dan keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola pada siswa ssb perseto kab. jombang  
Fakultas – Program Studi : Fiks - Penjaskes  
Nama Perguruan Tinggi : Universitas Nusantara PGRI Kediri  
Alamat Perguruan Tinggi : Jl. KH. Achmad Dahlan No. 76 Telp : (0354) 771576 Kediri

Dengan ini menyatakan bahwa :

- artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiarisme;
- artikel telah diteliti dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggungjawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		Kediri, 7 April 2021
Pembimbing I  Weda, M.Pd. NIDN. 0721088702	Pembimbing II  M. Akbar Husein Allsabah, MOr. NIDN.0727089001	Penulis,  Relodiva Pandu Permana NPM : 14.1.01.09.0315

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

Relodiva Pandu Permana

14.1.01.09.0315

Fiks - Penjaskes

relodivapandu@gmail.com

Weda, M.Pd dan M. Akbar Husein Allsabah, MOR.

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

### ABSTRAK

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 KUNCI** : kecepatan, kelincahan, kelentukan, koordinasi mata-kaki, keseimbangan, menggiring, sepakbola.



## I. LATAR BELAKANG

Sepakbola merupakan permainan tim atau kelompok yang dimainkan masing-masing oleh sebelas orang pemain termasuk penjaga gawang. Pemain sepakbola hampir seluruhnya menggunakan kaki untuk memainkan bola atau menguasai bola, kecuali penjaga gawang yang bebas menggunakan anggota badan manapun.

Untuk itu dalam permainan sepakbola, seorang pemain dituntut memiliki penguasaan teknik dasar yang baik, sebab hal tersebut merupakan syarat utama untuk menjadi seorang pemain yang bermutu dan memiliki keterampilan yang tinggi dalam permainan sepakbola. Hal ini seperti pendapat (Jeff, 2002) menyatakan bahwa dalam cabang olahraga sepakbola faktor yang sangat menentukan keberhasilan satu kesebelasan adalah penguasaan teknik dasar. Teknik dalam cabang olahraga sepakbola menurut (Sucipto, dkk., 2000) adalah : 1) Menendang bola, 2) Menerima bola, 3) menyundul bola, 4) Menggiring bola, 5) Gerak tipudengan bola, 6) Merampas bola, 7) Melempar bola, 8) Teknik penjaga gawang”.

Salah satu teknik dasar yang belum maksimal dikuasai oleh pemain adalah teknik menggiring bola. Hal ini nampak dalam permainan, latihan maupun dalam pertandingan, para pemain banyak kehilangan bola, karena bola yang diterima

tidak sepenuhnya dikuasai oleh pemain tersebut. Bola yang sebenarnya dapat digiring agar lebih dekat ke sasaran, karena tidak memiliki keterampilan menggiring bola, karena bola tersebut secara tergesa-gesa langsung di tendang keteman sehingga bola direbut dapat dikuasai oleh lawan. Menurut (Mielke, 2007) mengatakan “Ketika mulai mempersiapkan diri untuk bertanding, keterampilan utama yang pertama kali akan membuatmu terpacu dan merasa puas adalah kemampuan menggiring bola (*dribbling*)”.

Selain teknik-teknik dasar yang harus diperhatikan, masih ada unsur lain yang tidak kalah penting yang mempengaruhi dalam permainan sepakbola, yaitu unsur kemampuan fisik. Komponen fisik dalam sepakbola menurut (Husein, M, Akbar, 2020) mengatakan bahwa komponen fisik sepakbola diantaranya kekuatan (*power*), ketahanan, kecepatan, kelentukan, kelincahan, koordinasi mata-kaki dan keseimbangan. Untuk mencapai itu semua perlu dilakukan proses latihan yang berkesinambungan dengan melakukan pendekatan ilmiah yang

Siswa SSB Perseto belum terlalu memahami bahwa dengan latihan teknik-teknik dasar tersebut dapat mempengaruhi dalam suatu permainan sepak bola. Tidak mengherankan jika masih banyak terjadi kesalahan-kesalahan dasar seperti kesalahan pada saat melakukan passing,

kesalahan pada saat menghentikan bola, kesalahan pada saat menyundul bola, terutama banyak kesalahan yang dilakukan pada saat menggiring bola. Karena menggiring bola tidak hanya dipengaruhi oleh satu faktor saja namun banyak faktor yang mempengaruhi dalam menggiring bola seperti kecepatan, kelentukan, kelincuhan, koordinasi, keseimbangan dan lain-lain.

Asumsi peneliti bahwa dalam permainan sepakbola kemampuan *dribbling* sangatlah penting karena dengan *dribbling* yang baik dan cepat maka pemain akan mudah melewati lawan atau membuat peluang agar mencetak gol

## II. METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian deskriptif. Menurut (Sugiyono, 2010) mengatakan penelitian deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya. Didalam penelitian ini nantinya akan diungkapkan/digambarkan tentang analisis faktor fisik antara kecepatan, kelincuhan, kelentukan, koordinasi mata-kaki dan keseimbangan dalam menggiring bola pada siswa U-15 SSB Perseto Kab. Jombang. Data yang diperoleh oleh peneliti melalui tes dan pengukuran terhadap variable yang terdapat dalam penelitian berupa tes

kearah gawang lawan. Sehingga menciptakan suatu permainan yang indah serta menarik untuk ditonton. *Dribbling* dengan melewati satu, dua, hingga tiga pemain akan membuat pertandingan yang seru untuk disaksikan. Dengan ditambah komponen fisik kecepatan dan kelincuhan untuk dapat menunjang kemampuan *dribbling* yang baik. Melihat latar belakang ini, maka penelitian ini mengambil judul tersebut adalah “Analisis faktor fisik antara kecepatan, kelincuhan, kelentukan, koordinasi mata-kaki dan keseimbangan dalam menggiring bola pada siswa U-15 SSB Perseto Kab. Jombang”.

Kecepatan atau lari 30 meter, tes Kelincuhan atau *Dodging run test*, tes Kelentukan atau *Sit and reach*, tes Koordiasi mata-kaki, tes Keseimbangan dan Tes Menggiring Bola.

Dalam penelitian ini jumlah populasi relatif kecil, kurang dari 100 orang, atau peneliti yang ingin membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil. Istilah lain sampling jenuh adalah sensus, dimana semua anggota populasi dijadikan sampel (Sugiyono, 2014). Adapun sampel dari penelitian ini adalah pemain SSB Perseto Kab. Jombang yang berjumlah 25 pemain. Instrumen Penelitian dalam penelitian ini digunakan instrument test sebagai alat untuk mengumpulkan data. *Test* yang

digunakan yaitu: Tes kecepatan lari 50 meter, Tes kelincahan (*Dodging run test*), Tes Kelentukan, Tes Koordinasi Mata-

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab IV maka dapat disimpulkan sebagai berikut. Ada hubungan kecepatan terhadap kecepatan menggiring sepakbola pemain SSB perseto kab. jombang. Hal ini dibuktikan bahwa nilai  $r_{hitung} = 0,425$  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. Ada hubungan kelincahan terhadap terhadap kecepatan menggiring sepakbola pemain SSB Perseto kab. Jombang. Hal ini dibuktikan bahwa nilai  $r_{tabel}$  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. Ada hubungan kelentukan terhadap terhadap kecepatan menggiring sepakbola pemain SSB Perseto kab. Jombang. Hal ini dibuktikan bahwa nilai  $r_{hitung} = 0,490$  dengan  $r_{tabel}$  tingkat signifikan 5%  $N = 25$  sebesar 0,396. Jadi  $r_{hitung} > r_{tabel}$  dengan sig.  $0,159 > 0,05$ , maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak.

#### IV. PENUTUP

Secara teoritis bahwa penelitian ini ingin membuktikan bahwa ada hubungan antara kecepatan, kelincahan, kelentukan, koordinasi mata-kaki, dan keseimbangan

kaki, Tes Keseimbangan, Tes Menggiring Bola (*Soccer Dribble Test*).

#### III. HASIL DAN KESIMPULAN

Ada hubungan koordinasi mata-kaki terhadap terhadap kecepatan menggiring sepakbola pemain SSB Perseto kab. Jombang. Hal ini dibuktikan bahwa nilai  $r_{hitung} = 0,473$  dengan  $r_{tabel}$  tingkat signifikan 5%  $N = 25$  sebesar 0,396. Jadi  $r_{hitung} > r_{tabel}$  dengan sig.  $0,00 > 0,05$ , maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. 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. Ada hubungan kecepatan, kelincahan, kelentukan, koordinasi mata-kaki, dan keseimbangan terhadap terhadap kecepatan menggiring sepakbola pemain SSB Perseto kab. Jombang. Hal ini dibuktikan dari hasil uji-F pada  $F_{tabel}$  dengan df  $(25-5 = 20)$  diperoleh nilai  $F_{tabel}$  sebesar 2,71 (taraf signifikan 5%). Dari hasil uji-F diperoleh nilai  $F_{hitung} = 1,175 > F_{tabel} = 2,71$  dengan sig.  $0,358 > 0,05$ , maka  $H_1$  diterima dan  $H_0$  ditolak.

dengan kecepatan menggiring sepakbola pemain SSB Perseto kab. Jombang. Kecepatan menggiring bola dalam sepakbola diperlukan oleh setiap pemain

sepakbola untuk dapat menguasai pertandingan pada permainan sepakbola.

## V. DAFTAR PUSTAKA

- Husein, M, Akbar, A. (2020). Perbandingan profil antropometri dan kondisi fisik pemain sepakbola pada klub sepakbola wanita kota dan kabupaten kediri. *Indonesia Performance Journal*, 4(1), 23–35.
- Jeff, S. (2002). *Sepakbola Latihan dan Strategi Bermain*. Remaja Rosdakarya.
- Mielke, D. (2007). *Dasar-dasar Sepakbola*. Pakar Raya.
- Sucipto, dkk. (2000). *Sepakbola*. Departemen Pendidikan Nasional.
- Sugiyono. (2010). Metode Penelitian Kuantitatif & kualitatif. In *Journal of Experimental Psychology: General*.
- Sugiyono. (2014). Metode Penelitian Pendidikan pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. In *METODE PENELITIAN ILMIAH*.