



**HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN DAN PANJANG
TUNGKAI DENGAN KECEPATAN MENGGIRING BOLA
DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA**

(Survei Pada Siswa Putra Kelas V, VI SD Negeri 6 Blingoh, Jepara)
(Tahun Pelajaran 2013/2014)

SKRIPSI

Diajukan dalam Rangka Penyelesaian Studi Strata 1
untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
pada Universitas Negeri Semarang

Oleh :

Yesaya Dwiyuda
6301408155

**JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2015**

ABSTRAK

Dwiyuda, Yesaya. 2014. Hubungan Antara Kelincahan Dan Panjang Tungkai Dengan Kecepatan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Putra Kelas V, Vi SD Negeri 6 Blingoh Donorojo Jepara Tahun Pelajaran 2013/2014. Skripsi Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang.

Pembimbing I : Tri Aji, M.Pd. Pembimbing II : Drs. Kriswantoro, M.Pd.117 halaman.

Kata Kunci : Kelincahan, Panjang Tungkai, dan Kecepatan Menggiring Bola.

Permasalahan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kelincahan dan panjang tungkai dengan kecepatan menggiring bola dalam permainan sepak bola. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara memakai subyek – subyek di dalam populasi yang jumlahnya 20 orang dengan usia rata – rata 10 – 11 tahun. Teknik total sampling yang dipergunakan dalam penelitian ini, terdiri dari semua siswa putra yang mengikuti seleksi PORSENI sebanyak 20 orang siswa kelas V, VI SD Negeri 6 Blingoh. Variabel dalam penelitian ini yaitu Kelincahan dan Panjang Tungkai sebagai variabel bebas. Sedangkan Kecepatan Menggiring Bola adalah sebagai variabel terikat. Metode pengumpulan data menggunakan survey dengan teknik tes dan pengukuran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa : 1) Hubungan antara kelincahan dengan kecepatan menggiring bola adalah hubungan yang positif sebesar 24,3%. 2) Hubungan antara panjang tungkai dengan kecepatan menggiring bola adalah hubungan yang negatif 0,6%. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan : 1) Ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kecepatan menggiring bola. 2) Tidak ada hubungan yang signifikan antara panjang tungkai dengan kecepatan menggiring bola. Akan tetapi potensi antropometri yang baik akan menunjang suatu penampilan sikap dan gerakan yang optimal dalam menggiring bola diposisi tertentu dan teknik khusus pada permainan sepak bola, sehingga potensi ini harus dikembangkan dalam pembinaan.

Saran, dalam Upaya mengajarkan dan meningkatkan kemampuan menggiring bola hendaknya diperlukan teknik khusus untuk menggiring bola dengan benar sehingga kemampuan menggiring bola lebih baik, Siswa perlu mengoptimalkan kelebihan dalam hal panjang tungkai sehingga dapat meningkatkan kecepatan atau kemampuan menggiring bola.

PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak (Plagiat) karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Bagian di dalam tulisan ini yang merupakan kutipan dari karya ahli atau orang lain, yang telah diberi penjelasan sumbernya sesuai dengan tata cara pengutipan. Apabila pernyataan saya ini tidak benar saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Negeri Semarang dan sanksi Hukum sesuai yang berlaku di wilayah Negara Republik Indonesia.

Peneliti, 2015



Yesaya Dwiyuda
NIM : 6301408155

PENGESAHAN

Skripsi atas nama Yesaya Dwiyuda NIM 6301408155 Program studi strata 1 dengan judul **HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN DAN PANJANG TUNGKAI DENGAN KECEPATAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA PUTRA KELAS V, VI SD NEGERI 6 BLINGOH DONOROJO JEPARA TAHUN PELAJARAN 2013/2014**. Telah dipertahankan di hadapan sidang panitia penguji skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang. Pada hari selasa, 07 April 2015.

Panitia Ujian



Ketua

Harry Pramono, M.Si
NIP. 195910191985031001

Sekretaris

Kumbul S. B. S.Pd, M. Kes
NIP. 197109091998021001

Dewan Penguji

1. Drs. Widi M. Pd
NIP. 196101141986011001

(Penguji Utama)

2. Triaji, M. Pd
NIP. 198011032006041010

(Anggota I)

3. Drs. Kriswanoro, M. Pd
NIP. 196106301967031003

(Anggota II)

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

- ❖ Jangan Menjadi kaum Apatis, Banyak saudara disekeliling kita yang mencintai dan menyayangi kita maka jadilah orang bijak.
(Yesaya Dwiyuda)
- ❖ Hidup adalah suatu anugerah maka isilah hari-hari dengan berusaha untuk menjadi yang terbaik dan lebih baik dari hari kemarin, supaya kita dapat menikmati dan menjalani hidup yang bermakna di dunia ini.
(Yesaya Dwiyuda).
- ❖ Rasakanlah dari hal yang terkecil terlebih dahulu dan barulah merasakan hal yang lebih besar, maka kita akan menemukan nilai dari kebahagiaan didalam hidup yang sesungguhnya. (Yesaya Dwiyuda)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Ayah dan ibu ku, Sudarminto dan Yudi Surtiyati tercinta yang selalu memberikan doa dan segalanya untuk penulis dalam menghadapi hidup ini.
2. Kakak ku Anggita Yuda Yanti dan adik ku Luisiana Nosa Yuda yang selalu memberikan doa dan memberi semangat untukku dan nenekku Sujati yang selalu memberikan kasih sayang untuk merawatku dikala sakit.
3. Bapak ku Kumbul Selamat dan Ibu Fatkurohmah yang menjaga dan membimbing penulis di Semarang dalam menempuh Studi. Adek ku Rifki, Nana, Sahid yang ku cintai.
4. Saudara – Saudari ku Keluarga Besar ku dan Keluarga Besar GITJ Kelet.
5. Teman – teman seperjuangan Tabah, Deni, Ariyo Budi, Yaniar Fahmi, Novian Ariwibowo, Arif dan Ganda dalam suka maupun duka, Susah senang bersama.
6. Teman-teman seperjuangan Pendidikan Kepelatihan Olahraga PKLO.
7. Almamaterku.

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi.

Keberhasilan penulis dalam menyusun skripsi ini atas bantuan dan dorongan dari berbagai pihak, sehingga pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar – besarnya kepada :

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan penulis menjadi mahasiswa UNNES Semarang.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga bapak Drs. Hermawan, M.Pd yang telah memberikan semangat dan dorongan kepada penulis untuk tetap berjuang dalam menyelesaikan studi dan skripsi.
4. Tri Aji, M.Pd, Selaku Dosen Pembimbing I yang telah sabar dalam memberikan petunjuk dan membimbing serta memberikan motivasi untuk tetap bersemangat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi.
5. Drs. Kriswantoro, M.Pd., Selaku Dosen Pembimbing II yang telah sabar dalam memberikan petunjuk dan membimbing serta memberikan motivasi untuk tetap bersemangat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi.
6. Bapak dan Ibu Dosen Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga (PKLO) FIK UNNES yang telah memberikan bekal ilmu dan pengetahuan kepada

penulis serta selalu memberikan motivasi untuk tetap bersemangat sehingga dapat menyelesaikan studi dan skripsi.

7. Kepala Sekolah SD Negeri 6 Blingoh, Donorojo, Jepara bapak Sudarminto, S.Pd., yang telah memberikan izin penulis untuk mengadakan penelitian.
8. Guru Penjas dan Seluruh Guru Pendidik di Sekolah SD Negeri 6 Blingoh, Donorojo, Jepara yang telah membantu dalam melaksanakan penelitian sehingga dapat tersusunnya skripsi.
9. Seluruh Siswa kelas V dan VI tahun ajaran 2013/2014 yang telah bersedia membantu dalam pelaksanaan penelitian.
10. Bulik Dra. Lilik, M.Pd yang memberi semangat, memberikan dorongan materil maupun non materil yang tidak ternilai sehingga terselesaikannya skripsi.
11. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian untuk penulisan skripsi.

Atas segala bantuannya dan pengorbanan yang telah diberikan kepada penulis dan penulis mendoakan semoga amal dan bantuan saudara mendapat berkah yang melimpah dari Tuhan Yang Maha Esa. Akhir kata penulis berharap skripsi ini bermanfaat bagi pembaca semua. Amin

Semarang, 2015
Penulis

Yesaya Dwiyuda

DARTAR ISI

	Halaman
JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
PERNYATAAN.....	iii
PENGESAHAN.....	iv
MOTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR / GRAFIK.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	7
1.3 Pembatasan Masalah.....	8
1.4 Rumusan Masalah.....	9
1.5 Tujuan Penelitian.....	9
1.6 Manfaat Penelitian.....	9
1.6.1 Manfaat Teoritis.....	10
1.6.2 Manfaat Bagi Peneliti.....	10
1.6.3 Manfaat Bagi Sekolah.....	10
1.6.4 Manfaat Bagi Guru.....	10
1.6.5 Manfaat Bagi Siswa.....	10
BAB II LANDASAN TEORI, KERANGKA BERFIKIR DAN HIPOTESIS	
2.1 Landasan Teori.....	11
2.1.1 Sepak Bola.....	11
2.1.2 Teknik Dasar Sepak Bola.....	15
2.1.3 Menggiring Bola.....	16
2.1.4 Kelincahan Gerak.....	20
2.1.4.1 Pengertian Kelincahan.....	20
2.1.4.2 Pengertian Gerak.....	21
2.1.4.3 Faktor – Faktor yang mempengaruhi Kelincahan Gerak.....	22
2.1.5 Kecepatan.....	22
2.1.6 Panjang Tungkai.....	23
2.2 Kerangka Berfikir.....	24
2.2.1 Hubungan antara kelincahan dengan kecepatan menggiring bola.....	25
2.2.2 Hubungan antara panjang tungkai dengan kecepatan menggiring bola.....	25
2.2.3 Hubungan antara kelincahan dan Panjang tungkai dengan kecepatan menggiring bola.....	25
2.3 HIPOTESIS.....	26
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Jenis dan Desain Penelitian.....	27

3.2 Variabel Penelitian.....	27
3.3 Pendekatan Penelitian.....	28
3.4 Tempat dan Waktu Penelitian.....	28
3.5 Populasi.....	28
3.6 Sampel dan Teknik Sampling.....	29
3.7 Instrumen Penelitian.....	30
3.7.1 Alat.....	30
3.7.2 Pengambilan data.....	32
3.7.2.1 Tes Doging Run.....	32
3.7.2.2 Pengukuran Panjang Tungkai.....	34
3.7.2.3 Tes Menggiring Bola	35
3.8 Faktor – faktor yang mempengaruhi hasil penelitian.....	36
3.9 Teknik Analisis Data Penelitian.....	36
3.9.1 Uji Normalitas Data.....	37
3.9.2 Uji Homogenitas Varians.....	37
3.9.3 Uji Linieritas	38
3.9.4 Uji Homogenitas.....	38
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian.....	40
4.1.1 Deskripsi Data.....	40
4.1.2 Uji Prasarat Analisis.....	41
4.1.3 Uji Hipotesis	43
4.2 Pembahasan.....	43
4.2.1 Hubungan Kelincahan dengan Kecepatan Menggiring Bola.....	47
4.2.2 Hubungan Panjang Tungkai dengan Kecepatan Menggiring Bola.....	48
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Simpulan	50
5.2 Saran	50
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN	52

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Descriptive Statistics	40
2. One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test	41
3. ANOVA Kecepatan Menggiring Bola.....	42
4. Uji Linieritas Data <i>teknik analisis varians</i>	43
5. ANOVA^b Analisis Hubungan Kelincahan dengan Kecepatan Menggiring Bola	43
6. Persamaan regresi antara Kelincahan dengan Kecepatan Menggiring Bola Coefficients^a	44
7. Hasil Koefisien Determinasi antara Kelincahan dengan Kecepatan Menggiring Bola Model Summary	45
8. Hasil Analisis Hubungan Panjang Tungkai dengan Kecepatan Menggiring Bola ANOVA^b	45
9. Persamaan regresi antara Panjang Tungkai dengan Kecepatan Menggiring Bola Coefficients^a	46
10. Hasil Koefisien Determinasi antara Panjang Tungkai dengan Kecepatan Menggiring Bola Model Summary	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Permainan Sepak Bola.....	11
2. Menggiring Bola.....	16
3. Menggiring Bola dengan menggunakan bagian punggung kaki	18
4. Menggiring Bola dengan menggunakan bagian kura – kura dalam kaki	19
5. Menggiring Bola dengan menggunakan bagian kura – kura luar kaki	19
6. Menggiring Bola dengan menggunakan bagian ujung kaki	20
7. Panjang Tungkai.....	24
8. Siswa	29
9. Alat Tes Dodgling Run.....	30
10. Antropo Meter	31
11. Alat Tes Menggiring Bola..	32
12. Pola Test Dodgling Run.....	33
13. Tes Dodgling Run	33
14. Pengukuran Panjang Tungkai.....	34
15. Pola Test Dodgling Run.....	35
16. Tes Menggiring Bola.....	36

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN	Halaman
1. Laporan Hasil Penelitian.....	52
2. Tabulasi Data Penelitian.....	55
3. Surat Usulan Penetapan Dosen Pembimbing.....	56
4. Surat Pengesahan Dosen Pembimbing untuk penelitian ..	57
5. Surat Izin Penelitian	58
6. Surat Pengesahan SKRIPSI Dosen Pembimbing	59
7. Hasil Pengujian Data Penelitian.....	60
8. Dokumentasi Penelitian.....	65

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pada masa pembangunan nasional seperti sekarang ini, olahraga merupakan salah satu bagian dan suatu usaha untuk membangun manusia Indonesia yang seutuhnya yaitu manusia sebagai totalitas. Manusia seutuhnya diartikan sebagai manusia yang berkembang jiwa dan raganya tumbuh dan berkembang secara berimbang sehingga ia dapat tumbuh menjadi insan yang sehat jasmani dan rohani.

Perkembangan jaman yang semakin maju tersebut membawa dampak yang sangat positif terutama dengan munculnya alat – alat modern dan semakin meningkatnya bidang ilmu pengetahuan dan teknologi. Kemajuan teknologi yang semakin canggih telah banyak melahirkan mesin – mesin yang serba modern yang dapat menggantikan sebagian besar pekerjaan manusia.

Dengan kemajuan dibidang ilmu pengetahuan dan teknologi disamping membawa dampak yang positif tetapi juga membawa dampak yang negatif. Ini terbukti bahwa pada saat sekarang banyak orang tingkat kesehatannya semakin menurun karena segala sesuatunya dilakukan secara teknologi modern sehingga kesempatan untuk bergerak menjadi lebih berkurang.,

Pengalaman menunjukan bahwa orang yang teratur berolahraga dan melakukan aktifitas akan mendapatkan sesuatu yang berharga serta bermanfaat, sesuatu itu adalah kesehatan. Dijaman primitif olahraga yang dilakukan adalah untuk mencari nafkah, untuk bertahan hidup.

Namun olahraga yang dilakukan sekarang ini selain untuk mendapatkan suatu prestasi juga yang lebih penting yaitu untuk menjaga kesehatan dan kebugaran jasmani. Oleh karena itu olahraga merupakan kebutuhan hidup dari setiap manusia bahkan pemerintah Indonesia mempunyai konsep dasar tentang olahraga bangsa Indonesia yang terletak pada pengertian “Pembangunan manusia yang seutuhnya”, yang konsep operasionalnya adalah panji olahraga yaitu dengan memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat.

Mengingat begitu pentingnya arti serta kedudukan olahraga dan kesehatan dalam kehidupan manusia, masalah – masalah yang menyangkut kesehatan masyarakat perlu mendapatkan perhatian dan penanganan sedini mungkin. Sehubungan dengan persoalan tersebut, salah satu penanggulangan yang efektif dan efisien adalah meningkatkan dan menggalangkan kegiatan olahraga bagi lapisan masyarakat. Sehubungan dengan hal tersebut diatas dijelaskan dalam TAP MPR No. II/MPR/1993 tentang Garis – Garis Besar Haluan Negara (1993 : 110) sebagai berikut :

Pembinaan dan pengembangan olahraga yang merupakan bagian dari upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia diarahkan pada peningkatan kesehatan jasmani, mental dan rohani masyarakat. Serta bertujuan untuk pembentukan watak dan kepribadian, disiplin dan seportifitas yang tinggi serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebangsaan nasional.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat dimengerti betapa pentingnya olahraga pada masa sekarang ini. Untuk itu olahraga dipilih sebagai salah satu sarana penanggulangan berbagai masalah – masalah gangguan kesehatan. Karena dengan melakukan olahraga kebutuhan manusia akan kesehatan

terpenuhi dan daya tahan tubuh akan semakin bertambah. Karena selain itu olahraga dapat juga berfungsi sebagai sarana menghibur guna menghilangkan kejenuhan pikiran kita didalam menentukan pekerjaan sehari – hari.

Olahraga merupakan salah satu aktivitas untuk menjalani hidup sehat dan bugar. Dalam berolahraga tidak hanya sehat yang didapatkan, namun dengan aktivitas olahraga seseorang akan dapat memperoleh penghargaan atas prestasi cabang olahraga yang dicapai. Berolahraga dapat menimbulkan jiwa sportivitas yang berarti bersedia menerima kekalahan, *fair play*, dan menumbuhkan jiwa semangat yang tidak pernah menyerah untuk terus berlatih dalam meningkatkan kondisi fisik. Dari sekian banyak cabang olahraga yang ada, salah satunya yang dapat menunjang prestasi adalah olahraga sepak bola.

Dalam bukunya Muhyi Faruq (2008:17) permainan sepak bola merupakan bentuk kegiatan fisik yang memberikan manfaat pada kebugaran tubuh dan mental serta social, yakni prestasi. Pada kajian ini lebih menyoroti pada permainan dan olahraga sepak bola kaitannya dengan kebugaran tubuh. Permainan ini masuk dalam aktifitas gerak olahraga, karena bentuk aktifitas fisik yang terstruktur, terencana dan berkesinambungan dengan tujuan untuk kebugaran tubuh yang lebih baik.

Sepak bola adalah permainan beregu, namun penguasaan teknik – teknik dasar secara individu yang baik sangat diperlukan. Dengan dikuasainya teknik dasar dengan baik oleh setiap individu, taktik dan strategi permainan akan dapat dijalankan dengan baik. Seluruh kegiatan dalam permainan sepak bola dilakukan dengan gerakan-gerakan, baik gerakan dengan bola maupun gerakan tanpa bola. Dari gerakan yang beraneka ragam tersebut dapat diambil pengertian bahwa masalah teknik dasar semata-mata melibatkan orang (pemain) dan bola.

Pada saat permainan berlangsung, pemain yang mengolah bola hanya seorang sedangkan yang lainnya melakukan gerakan-gerakan, baik selaku penyerang maupun bertahan (Sucipto dkk, 2000:9).

Seperti halnya pada cabang – cabang olahraga yang lainnya sepak bola juga membutuhkan penguasaan teknik yang prima dari setiap pemain sehingga ia mampu memadukan semua unsur – unsur gerak.

Menurut Soendoro penguasaan ketrampilan sepak bola pada dasarnya ada dua :

1) Teknik Gerak Tanpa Bola.

Yaitu kemampuan (Ketrampilan) melakukan gerakan tanpa bola baik dalam bentuk lari, lompat, gerak tipu, dan lain sebagainya dengan tujuan membuka pertahanan lawan atau memberi kesempatan teman seregu untuk melakukan aksi individu dalam usaha mencetak goal.

2) Teknik Dengan Bola.

Yaitu ketrampilan individu untuk melakukan aksi dengan bola misalnya menggiring bola, menendang bola, mengontrol bola, menguasai bola, menyundul bola, menghalau bola, merampas bola dari lawan.

(Soendoro,1985 : 51)

Adapun M. Sajoto memberi definisi tentang kelincihan / Agility adalah:

“kemampuan seseorang untuk merubah posisi diarea tertentu. Seorang yang mampu untuk merubah posisi di arena tertentu. Seorang yang mampu merubah suatu posisi yang berbeda dalam kecepatan tinggi,berarti kelincihannya cukup baik (1995:9)”.

Berkaitan dengan itu ada kemungkinan bahwa makin seringnya latihan kelincihan dan kecepatan , maka kemungkinan akan dicapai hasil yang baik.

Disamping itu untuk meningkatkan prestasi cabang olahraga sepak bola perlu memperhatikan faktor – faktor lainnya, diantaranya :

1)Kondisi tubuh, 2)Postur tubuh, 3)Mental pemain, 4)Kesegaran jasmani dan kebugaran tubuh, 5)Kecakapan teknik, 6)Pengalaman Bertanding, 7)Kondisi lingkungan, 8)Kekuatan, 9)Ketahanan, 10)Bentuk otot.

Postur tubuh sangat berpengaruh pada kriteria teknik individu pemain sepak bola, terutama tinggi badan. Karena tinggi badan dapat menjadi kriteria pemain tersebut cocok diposisi mana dan kemampuan individu yang dimiliki. Tinggi badan dapat dipengaruhi dari bentuk anatomi kaki.

Panjang tungkai adalah jarak vertical antara telapak kaki sampai dengan pangkal paha yang di ukur dengan cara berdiri tegak. Panjang tungkai sebagai bagian dari postur tubuh. Panjang tungkai sebagai salah satu anggota gerak bawah memiliki peran penting dalam untuk kerja gerak dalam berolahraga. Sebagai anggota gerak bawah, panjang tungkai berfungsi sebagai penopang gerak anggota tubuh bagian atas, serta penentu gerakan baik dalam berjalan, berlari, lompat maupun menendang. Panjang tungkai melibatkan tulang-tulang dan otot-otot pembentuk tungkai baik tungkai bawah dan tungkai atas. Tulang pembentuk tungkai meliputi tulang kaki, tulang tibia dan fibula, serta tulang femur (Raven, 1981: 14).

Demikian pula perkembangan olahraga dilingkungan sekolahan, baik dari tingkat Taman Kanak – Kanak sampai tingkat Perguruan Tinggi. Semua telah menunjukkan perkembangan yang memuaskan dan cukup baik pula.

Kegiatan olahraga di sekolah – sekolah telah semakin nyata perkembangannya dan dapat dilihat dari berlangsungnya kegiatan olahraga yang

resmi dilakukan. Misalnya : Pekan Olahraga Pelajar Indonesia (POPSI), Pekan Olahraga dan Seni (PORSENI), juga Pekan Olahraga Mahasiswa Nasional, dan lain sebagainya. Semua itu merupakan bukti nyata betapa pentingnya olahraga khususnya dilingkungan para pelajar dan yang berlangsung secara umum di Indonesia, maka semua telah menunjukkan bahwa tingkat perkembangan yang mengagumkan dan ini terbukti dengan diraihnya beberapa prestasi yang bertaraf Nasional dan Internasional dari berbagai cabang olahraga yang ada.

SD Negeri 6 Blingoh Donorojo Jepara terletak di Dukuh Guwo Rt.06, Rw.07 Desa Blingoh, Kecamatan Donorojo, Kabupaten Jepara. dengan jumlah siswa 120 orang siswa. SD Negeri 6 Blingoh Donorojo Jepara dalam tahun pelajaran 2013 / 2014 ikut ambil bagian dalam kegiatan PORSENI tingkat SD. Dalam pemberian teknik dan pemilihan pemain dalam tahap penyeleksian skill cabang sepak bola masih kurang maksimal. Penyeleksian tersebut di ikuti oleh 20 orang peserta siswa putra yang berumur rata- rata dengan usia 10 – 11 tahun dilihat dari teknik menggiring bola masih belum maksimal dan untuk mengatur menentukan posisi pemain yang pas dengan teknik yang membutuhkan kecepatan dalam menggiring bola masih kesulitan. Karena kecepatan menggiring bola sangatlah penting untuk membuka celah dari pertahanan lawan. Baik dari tengah pertahanan lawan dan menyisir dari pinggir lapangan pertahanan lawan untuk melakukan soloran dengan skill yang dimiliki atau melakukan crossing ke area kotak finalti dalam upaya mencetak gol. Banyak faktor – faktor yang mempengaruhi kecepatan menggiring bola diantaranya ialah kelincahan dan panjang tungkai. Diusia yang relatif masih muda dan masa pertumbuhan, tidak menuntut kemungkinan kemampuan setiap individu akan semakin meningkat dengan dilatih secara baik.

Berdasarkan dari analisa tersebut penulis ingin melakukan penelitian tentang teknik dasar sepak bola dalam hal menggiring bola dan adakah hubungan antara kelincahan serta panjang tungkai dalam kecepatan menggiring bola di SD Negeri 6 Blingoh Donorojo Jepara. Mengingat sejauh ini belum pernah dilakukan penelitian yang dapat memberikan informasi yang ilmiah dan berdasarkan uraian latar belakang masalah, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan mengambil judul **“HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN DAN PANJANG TUNGKAI DENGAN KECEPATAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA PUTRA KELAS V, VI SD NEGERI 6 BLINGOH DONOROJO JEPARA TAHUN PELAJARAN 2013/2014”**.

Adapun alasan pemilihan judul diatas sebagai berikut :

- 1) Apakah kelincahan ada hubungannya dengan kecepatan menggiring bola?
- 2) Apakah panjang tungkai ada hubungannya dengan kecepatan menggiring bola?
- 3) Karena menggiring bola sangat diperlukan pada posisi tertentu dalam usaha mencetak gol di permainan sepak bola.
- 4) Dapat membantu dalam peningkatan kualitas pelajaran pendidikan jasmani dan pemilihan dalam seleksi pemain PORSENI Tingkat SD.
- 5) Belum adanya penelitian yang serupa dilakukan di sekolah SD Negeri 6 Blingoh Donorojo Jepara tahun pelajaran 2013 / 2014.

1.2 Identifikasi Masalah

Dengan memahami latar belakang masalah tersebut, perlu dilakukan identifikasi masalah. Identifikasi masalah yang dimaksud meliputi :

1) Kelincahan, 2) Panjang tungkai, 3) Teknik, 4) Metode latihan, 5) Umur, 6) Faktor – Faktor lainnya yang mempengaruhi kecepatan menggiring bola. Sehingga dapat dipahami suatu masalah yang mana perlu adanya suatu pemecahan secara ilmiah. Maka dilakukan pembatasan masalah penelitian sehingga memudahkan pembahasan dan pengkajian.

1.3 Pembatasan Masalah

Banyak unsur yang berkaitan dengan kedua variabel tersebut, tetapi ada pembatasan permasalahan. Dengan menetapkan dua masalah tersebut diatas dengan harapan agar tidak terjadi kesalah pahaman dalam penafsiran terhadap masalah yang ada tersebut dapat perjelas sebagai berikut :

- 1) Unsur Kelincahan sebagai variabel yang mempengaruhi ,variabel tersebut disimbolkan dengan huruf X1 (kemudian dikatakan sebagai variabel bebas).
- 2) Unsur Panjang tungkai sebagai variabel yang mempengaruhi, variabel tersebut disimbolkan dengan huruf X2 (kemudian dikatakan sebagai variabel bebas).
- 3) Untuk kecepatan menggiring bola sebagai variabel yang dipengaruhi , Variabel itu dikonotasikan dengan huruf Y (kemudian dikatakan sebagai variabel terikat).

Sedangkan untuk memperoleh data dari kedua variabel tersebut digunakan dua macam bentuk tes yang antara lain :

- 1) Berapa rata – rata kelincahan para siswa putra kelas V dan VII SD Negeri 6 Blingoh Donorojo Jepara tahun pelajaran 2013/2014 ?
- 2) Berapa rata – rata panjang tungkai para siswa putra kelas V dan VI SD Negeri 6 Blingoh Donorojo Jepara tahun pelajaran 2014 / 2015 ?

- 3) Bagaimana kemampuan kecepatan menggiring bola pada cabang olahraga sepak bola para siswa putra kelas V, VI SD Negeri 6 Blingoh Donorojo Jepara tahun pelajaran 2013 / 2014 ?

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, rumusan masalah yang akan diungkap dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- 1) Adakah hubungan yang berarti antara kelincahan dengan kecepatan menggiring bola pada permainan sepak bola ?
- 2) Adakah hubungan yang berarti antara panjang tungkai dengan kecepatan menggiring bola pada permainan sepak bola ?
- 3) Adakah hubungan yang berarti antara kelincahan dan panjang tungkai dengan kecepatan menggiring bola pada permainan sepak bola ?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah di atas, maka dirumuskan tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Mendapatkan gambaran tentang keadaan secara umum tingkat kecepatan menggiring bola dari siswa putra kelas V dan VI SD Negeri 6 Blingoh Donorojo Jepara tahun pelajaran 2013/2014.
- 2) Mengetahui tentang hubungan antara kelincahan dengan kecepatan menggiring bola pada permainan sepak bola.
- 3) Mengetahui tentang hubungan antara panjang tungkai dengan kecepatan menggiring bola pada permainan sepak bola.

1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.6.1 Manfaat Teoritis

1) Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang Pendidikan Kepelatihan Olahraga. sebagai acuan untuk langkah – langkah pembinaan pada cabang olah raga sepak bola.

2) Sebagai bahan masukan dan pendukung untuk penelitian yang sejenis dalam usaha pengembangan penelitian lebih lanjut.

1.6.2 Manfaat Bagi Peneliti

Mengetahui hubungan antara kelincuhan dan panjang tungkai dengan kecepatan menggiring bola.

1.6.3 Manfaat Bagi Sekolah

1) Sebagai bahan masukan bagi pihak sekolah untuk mengoptimalkan dan meningkatkan efektivitas pembelajaran dibidang pelajaran pendidikan jasmani supaya kegiatan belajar dapat terlaksana dengan lebih baik dan tepat sasaran.

2) Mengintensifkan kegiatan ekstra kulikuler di sekolah.

3) Dapat membantu peningkatan kualitas pelajaran pendidikan jasmani dan pemilihan siswa dalam seleksi pemain PORSENI Tingkat SD.

1.6.4 Manfaat Bagi Guru

1) Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan dalam proses belajar, sehingga pembelajaran menjadi meningkat dan berkualitas yang nantinya akan berdampak pada tercapainya tujuan pembelajaran.

2) Usaha pencarian bakat dalam pembibitan pemilihan atlet berbakat.

1.6.5 Manfaat Bagi Siswa

1) Siswa memahami materi pembelajaran dan mendapatkan pengalaman dari proses seleksi mengikuti kegiatan PORSENI cabang sepak bola.

BAB II

LANDASAN TEORI , KERANGKA BERFIKIR DAN HIPOTESIS

Dalam bab ini akan dilakukan pembahasan yang menjadi landasan berfikir terhadap masalah – masalah sesuai kerangka yang menjadi sasaran penelitian, yaitu tentang :

2.1 LANDASAN TEORI

2.1.1 Sepak Bola.

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga di Indonesia yang paling digemari dan maju mundurnya prestasi sepak bola di Indonesia mendapat sorotan tajam dari seluruh masyarakat Indonesia.



Gambar : Permainan Sepak Bola
Sumber : [http:// PERSIJAP Jebara.com](http://PERSIJAP Jebara.com)

Sepak bola adalah suatu permainan yang enak untuk ditonton dan mereka yang mengamati akan terhanyut atau terbawa oleh irama permainan yang mengasyikan.

Permainan yang menyerupai sepak bola dimulai pada zaman pemerintahan kaisar *Cheng – Ti* (32 sebelum Masehi) sudah dikenal. Di dalam buku *Kong-Fu Confucius*, peninggalan tentara cina, tertera gambar-gambar tentang orang bermain sepak bola. Jenis permainan tersebut pada waktu itu disebut *Tsu-Chu* (*Tsu* = kaki, *Chu* = bola yang terbuat dari kulit/ dan di dalamnya berisi rumput). Permainan *Tsu-Chu* ini hanya dimainkan di halaman istana raja.

Di Negara Jepang permainan yang menyerupai sepak bola dikenal dengan sebutan *kemari* pada abad XIV. Permainan *kemari* biasa dimainkan oleh kaum ningrat Jepang, terutama di kota Nara. Para pemain *kemari* menggunakan kain sutra dan permainan *kemari* ini biasa dimainkan pada setiap bulan januari

Sepak bola modern mulai berkembang di negara Inggris dan menjadi olahraga yang sangat digemari. Dari tahun ke tahun perkembangan sepak bola di Inggris mengalami perubahan dan keragaman. Pada tahun 1250 sepak bola dimainkan di jalan-jalan raya dengan sebutan *Street Games*. Karena *Street Games* ini membahayakan, maka pada tahun 1389 Raja Edward II melarang permainan sepak bola.

Pada tanggal 26 Oktober 1863 didirikan badan resmi sepak bola dengan nama *The Football Association (FA)* di kota Cambridge Inggris. Sampai sekarang, setiap tanggal 26 oktober dikenang sebagai hari lahirnya *FA* dan biasanya dilaksanakan pertandingan besar antara kesebelasan Inggris dengan kesebelasan Sisa Dunia (*World Cup*).

Pada tanggal 8 Desember 1863, *FA* menyusun peraturan sepak bola untuk disebar keseluruh dunia dan pada tahun 1882 dibentuklah badan untuk mengembangkan peraturan permainan sepak bola, yaitu *The International Football Association Bord (IB)*.

Di Inggris raya dibentuk perkumpulan-perkumpulan sepak bola, yaitu Skotlandia (1873), Wales (1876), dan Irlandia (1880). Ketiga Negara tersebut masuk sebagai anggota *IB*.

Atas inisiatif Guirin dari Prancis, pada tanggal 21 Mei 1905 dibentuk *Federation International The Football Association (FIFA)*. Tujuh Negara sponsor dan sekaligus sebagai anggota pertamanya adalah Prancis, Belgia, Belanda, Denmark, Spanyol, Swedia, dan Swiss. Ketua FIFA pertama adalah Guirin dari Prancis. Pada tahun 1916 FIFA diterima sebagai anggota *IB*, Ketua beserta staf FIFA dipilih dalam masa jabatan 4 tahun.

Lambat laun permainan sepak bola berkembang di Negara-negara lainnya termasuk Indonesia yang dibawa oleh bangsa Belanda pada waktu menjajah Indonesia pada tahun 1920. Perkembangan pada awalnya, terbatas pada orang-orang Belanda saja, terutama di kota-kota besar. Lambat laun berkembang dan dimainkan oleh bangsa pribumi hingga ke kota-kota kecil.

Organisasi sepak bola yang pertama berdiri di Indonesia adalah *Nederlands Indische Voetbal Bond (NIVB)* yang didirikan oleh orang-orang Belanda. Perkumpulan-perkumpulan yang didirikan oleh orang-orang Indonesia sekitar tahun 1920 sampai tahun 1930, dimana pada saat itu sedang timbul semangat perjuangan melawan penjajah.

Sejalan dengan perjuangan bangsa untuk mencapai kemerdekaan, dibentuklah wadah-wadah pemuda melalui sepak bola untuk menggalang semangat kesatuan dan persatuan. Pada tanggal 19 April 1930 berkumpul utusan-utusan dari masing-masing Bond untuk mendirikan organisasi sepak bola seluruh Indonesia, maka berdirilah Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia (PSSI), dan yang menjadi ketua pertamanya adalah Ir. Suratni pada tahun 1931.

Dalam bukunya Sucipto (2000:01) menyatakan permainan sepak bola tergolong kegiatan olahraga yang sebetulnya sudah tua usianya, walaupun masih dalam bentuk yang sederhana, akan tetapi sepak bola sudah dimainkan ribuan tahun yang lalu. Sampai saat ini belum ada kesatuan pendapat dari mana dan siapa pencipta permainan sepak bola itu.

Kemudian dalam bukunya Joseph A. Luxbacher (2004:01) permainan sepak bola dapat membangkitkan luapan keinginan dan emosi yang tidak sama dengan olahraga lainnya. Sepak bola merupakan sesuatu yang umum diantara orang-orang dengan latar belakang dan keturunan yang berbeda-beda, sebuah jembatan yang menghubungkan jenjang ekonomi, politik, kebudayaan, dan agama.

Dikenal sebagai “bola kaki” hampir di seluruh Negara di Asia, Afrika, Eropa, dan Amerika Selatan. Olahraga ini merupakan satu-satunya jenis permainan bola kaki yang dimainkan di olimpiade. Berjuta-juta orang lebih memilih untuk menyaksikan World Cup, pertandingan sepak bola internasional, dari pada menyaksikan Super Bowl dan World Series. Tanpa diragukan lagi, sepak bola merupakan olahraga yang paling terkenal.

Dalam masyarakat global yang dipisahkan oleh perbedaan fisik dan ideology, ketenaran sepak bola tidak terlihat oleh umur, jenis kelamin, agama, kebudayaan, atau batasan etnik. Gerakan pemain yang lancar dan terkontrol mengekspresikan individualitasnya dalam permainan beregu. Kecepatan, kekuatan, stamina, keterampilan dan pengetahuan mengenai taktik, semuanya merupakan aspek yang penting dari penampilan. Berbagai tantangan yang dihadapi oleh pemain mungkin menjadi daya tarik utama dari permainan ini.

Taktik permainan beregu telah mengalami berbagai perubahan dalam evolusi olahraga. Dulu, para pemain memegang peranan yang sangat spesifik.

Pemain depan diberi tugas untuk mencetak gol dan pemain belakang ditugaskan untuk mencegah lawan mencetak gol. Tanggung jawab terhadap posisi pemain semakin dipersempit dan terdapat sedikit perubahan peranan. Sepak bola saat ini memberikan tuntutan lebih banyak pada pemain untuk menyerang sekaligus bertahan, dengan pengecualian pada kiper.

Soekatamsi (1995 : 3) memberi definisi : “Sepak bola adalah Permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu masing – masing regunya terdiri dari sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang. Permainan boleh dilakukan dengan seluruh bagian badan kecuali dengan kedua lengannya(tangan). Hampir seluruh permainan dilakukan ketrampilan kaki, kecuali penjaga gawang dalam memainkan bola bebas menggunakan anggota badannya, dengan kaki maupun tangannya”.

2.1.2 Teknik Dasar Sepak Bola.

Teknik dasar merupakan salah satu fundasi bagi seseorang pemain untuk dapat bermain sepakbola. Menurut A. Sarumpaet (1992: 17) bahwa teknik dasar adalah semua kegiatan yang mendasari sehingga dengan modal sedemikian itu sudah dapat bermain sepakbola.

Untuk meningkatkan mutu permainan kearah prestasi maka masalah teknik dasar merupakan persyaratan yang menentukan. Dengan demikian seorang pemain sepakbola yang tidak menguasai teknik dasar dan keterampilan bermain sepakbola tidaklah mungkin akan menjadi pemain yang baik dan terkemuka. Semua pemain sepakbola harus menguasai teknik dasar dan keterampilan bermain sepakbola karena orang akan menilai sampai dimana teknik dan keterampilan para pemain.

Oleh karena itu tanpa menguasai dasar-dasar teknik dan keterampilan sepakbola dengan baik untuk selanjutnya tidak akan dapat melakukan prinsip-prinsip bermain sepakbola, tidak dapat melakukan pola-pola permainan atau pengembangan taktik modern dan tidak akan dapat pula membaca permainan.

Menurut Sukatamsi (1995 : 34) bahwa teknik dasar bermain sepakbola terdiri dari:

1) teknik tanpa bola, diantaranya adalah: a) lari, b) melompat, c) gerak tipu tanpa bola , d) gerakan khusus penjaga gawang.

2) teknik dengan bola, diantaranya adalah: a) menendang bola, b) menerima bola, c) menggiring bola, d) menyundul bola, e) melempar bola, f) gerak tipu dengan bola, g) Merampas atau merebut bola dan h) Teknik – Teknik khusus penjaga gawang.

2.1.3 Menggiring Bola



Gambar menggiring bola.
Sumber : [Http:// PERSIJAP Jepara. Com](http://PERSIJAP.Jepara.Com)

Dari penjelasan diatas bahwa menggiring bola merupakan salah satu teknik yang harus dikuasai oleh setiap pemain dalam permainan sepak bola.

Sedangkan salah satu variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah mengenai menggiring bola, dengan demikian akan dibahas mengenai menggiring bola yang mengacu dari beberapa pendapat para pelatih dan pendidik.

Menurut Timo Scheunemann (2005: 47) bahwa : “Memiliki *skill* menggiring bola memang penting, tapi pemain hendaknya tidak lupa bahwa menggiring bola sangat menguras tenaga dan sering kali memperlambat tempo permainan.”

Menurut Robert Koger (2007: 51) bahwa :, menggiring bola (*dribbling*) adalah metode menggerakkan bola dari satu titik ke titik lain di lapangan dengan menggunakan kaki.

Danny Mielke (2007: 2) menambahkan bahwa : “Menggiring bola adalah keterampilan dasar dalam permainan sepak bola kerana semua pemain harus mampu menguasai bola saat bergerak, berdiri atau bersiap melakukan operan atau tembakan”. Ketika pemain telah menguasai kemampuan *dribbling* secara efektif, sumbangan mereka di dalam pertandingan akan sangat besar. Dalam menggiring bola menurut Danny Mielke (2007: 2) bahwa ada beberapa prinsip yang harus diperhatikan antara lain : 1) Giring bola dekat kaki, 2) Giring bola dengan sisi luar bagian depan kaki sementara pinggul tetap mengarah lurus ke depan, 3) Pemain berlatih mengubah arah giringan, menambah atau mengurangi kecepatan dalam menggiring bola dan sewaktu-waktu menghentikan bola.

Pada hakikatnya menggiring bola (*dribbling*) dapat dilakukan dengan tiga cara, yakni : 1) Menggiring bola dengan kaki bagian dalam, 2) Menggiring bola dengan kaki bagian luar, 3) Menggiring bola dengan punggung kaki (Danny Mielke; 2007: 8-9)

Sedangkan definisi menggiring bola menurut Roji dalam bukunya yang berjudul Pendidikan Jasmani, menggiring adalah Cara yang biasa digunakan dalam membawa bola dengan menggunakan punggung kaki. Dengan kaki bagian dalam, dengan kaki bagian luar, dengan bagian kaki dalam kura – kura , dengan telapak kaki”.(1999 : 62).

1) Menggiring bola dengan menggunakan bagian punggung kaki :



Gambar : Menggiring bola
Sumber : Dokumentasi peneliti

- 2) Menggiring bola dengan menggunakan bagian kura – kura dalam kaki:



Gambar : Menggiring bola

Sumber : [http:// PERSIJAP Jejara.com](http://PERSIJAPJejara.com)

- 3) Menggiring bola dengan menggunakan bagian kura – kura luar kaki:



Gambar : Menggiring bola
Sumber : Dokumentasi peneliti

4) Menggiring bola dengan menggunakan bagian ujung kaki:



Gambar : Menggiring bola
Sumber : [http:// PERSIJAP Jebara.com](http://PERSIJAP Jebara.com)

Kesimpulan dari menggiring bola dalam permainan sepak bola adalah :

1)Menggiring adalah usaha membawa bola kearah depan. 2)Menggiring adalah usaha membawa bola dengan menggunakan kaki sebagai alatnya. 3)Secara umum menggiring adalah membawa bola dengan kaki. dalam usaha membuka pertahanan lawan dalam rangka mencetak gol.

Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Menggiring Bola : 1) Sarana dan Prasarana, 2) Bentuk kaki / Panjang tungkai, 2) Pembinaan, 3) Program latihan.

2.1.4 Kelincahan Gerak

2.1.4.1 Pengertian Kelincahan.

Kelincahan memang perlu dimiliki oleh setiap manusia agar dengan kelincahan manusia atau seseorang senantiasa selalu terampil dalam melakukan kehidupan sehari – hari. Kelincahan berasal dari kata lincah. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (1993 : 525) lincah berarti selalu bergerak, tidak dapat diam, tidak tenang, tidak tetap.

Sedangkan menurut Harsono (1993 : 14) orang yang lincah adalah orang yang mempunyai kemampuan untuk merubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya.

2.1.4.2 Pengertian Gerak

Lukman OT mengatakan : “Gerak adalah merupakan unsur utama pada semua cabang olahraga, karena itu adalah penting untuk mengetahui hukum – hukum yang menguasai atau yang menggambarkan suatu gerak jika pelatih atau pemain ingin memperoleh hasil yang efektif dan efisien dari gerak yang dapat dikembangkan. Agar mengetahui bagaimana gerak yang paling efektif, orang harus mengetahui sebab dari gerak itu” (1990 : 45).

Dalam setiap kegiatan olahraga, gerak merupakan unsur utama yang paling penting. Baik gerak tubuh keseluruhan dan gerak tanpa disadari / reflek, juga gerak anggota tubuh atau gerak suatu benda yang dikarenakan oleh tubuh.

1) Gerak lurus / linear.

Tentang gerak lurus Lukman OT dalam buku Biomekanika Olahraga disebutkan bahwa : “Gerak lurus adalah suatu gerak dalam gerak lurus dari suatu titik ketitik yang lain” (1990 : 55).

Ciri – cirri gerak lurus ini adalah dengan semua bagian – bagiannya suatu benda bergerak pada jarak sama, di dalam daerah yang sama dan dengan kecepatan yang sama pula.

2) Gerak berputar / rotasi.

Gerak berputar merupakan gerak dasar sebagai daya penggerak dalam semua gerakan manusia. Tubuh manusia dapat membuat gerakan lurus dan gerakan berputar sekaligus.

Tentang gerak berputar Lukman OT dalam buku Biomekanika Olahraga disebutkan bahwa : “Gerak berputar adalah gerak suatu benda mengelilingi sebuah pusat putaran. Perbedaannya dengan gerak lurus adalah bahwa pada gerak berputar suatu bagian dari obyek ialah sumbunya (axis) tetap tidak berubah terhadap bagian lain. Sedangkan pada gerak lurus setiap bagian dari obyek bergerak serentak pada jarak yang sama, bergerak dari suatu tempat ketempat yang lain (1990 : 55).

2.1.4.3 Faktor – Faktor yang mempengaruhi Kelincahan Gerak.

Banyak factor yang mendukung kelincahan seseorang diantaranya adalah unsur kecepatan reaksi. Untuk lebih jelasnya berikut ini pendapat dari sajoto, menyatakan bahwa : “Kelincahan juga tergantung pada koordinasi, keseimbangan, ketepatan, dan reaksi” (1995 : 21).

Dengan demikian kelincahan tersebut bukan merupakan unsur yang dapat berdiri sendiri akan tetapi kelincahan tersebut dipengaruhi pula oleh koordinasi, keseimbangan, ketepatan dan reaksi. Jika ditinjau secara lebih luas lagi maka bentuk yang meliputi tinggi badan, besar kecilnya tubuh, besar kecilnya anggota bentuk tubuh dan sebagainya juga dapat mempengaruhi tingkat kelincahan seseorang. Disamping itu juga perlu diketahui bahwa tingkat kelincahan pria dan wanita adalah tidak sama.

2.1.5 Kecepatan.

Menurut Bahrudin (2008:84) “Kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk menempuh suatu jarak dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Kecepatan bukan hanya berarti menggerakkan seluruh tubuh dengan cepat. Akan tetapi dapat pula terbatas pada gerakkan anggota tubuh dalam waktu yang sesingkat-singkatnya”.

Hal yang senada diungkapkan oleh Moh. Gilang, dkk (2007:162) mengatakan bahwa “Kecepatan adalah kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan yang sejenis secara berturut – turut dalam waktu yang sesingkat-singkat atau kemampuan untuk menempuh suatu jarak dalam waktu yang sesingkat-singkatnya”.

Ismaryati, (2006:57) menjelaskan lebih rinci tentang kecepatan adalah kemampuan gerak tercepat. “Ditinjau dari sistem gerak, kecepatan adalah kemampuan dasar mobilitas sistem saraf pusat dan perangkat otot untuk menampilkan gerakan-gerakan pada kecepatan tertentu. Dari sudut pandang mekanika, kecepatan diekspresikan sebagai rasio antara jarak dan waktu”.

2.1.6 Panjang Tungkai

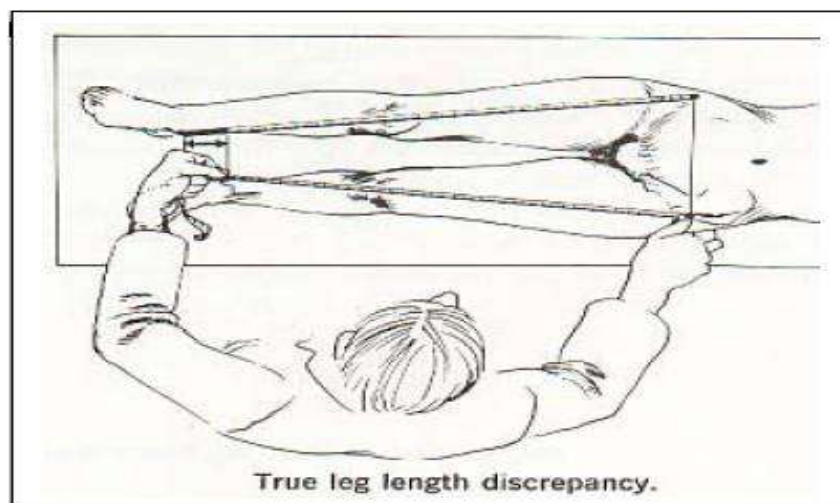
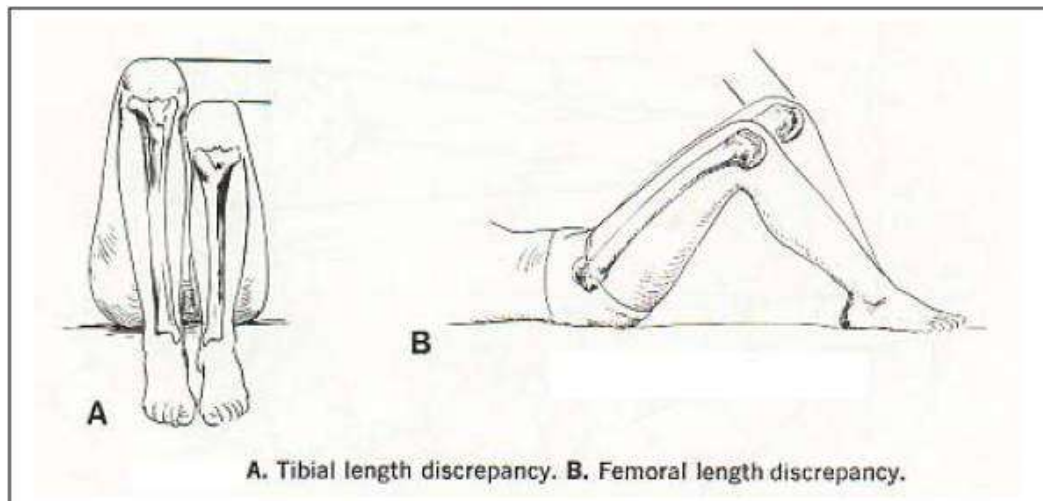
Postur tubuh sangat berpengaruh pada kriteria teknik individu pemain sepak bola, terutama tinggi badan. Baik dalam menggiring bola dan factor kelincahan pemain serta kecepatan yang dimiliki.

Karena tinggi badan dapat menjadi kriteria pemain tersebut cocok diposisi mana dan kemampuan individu yang dimiliki. Tinggi badan dapat dipengaruhi dari bentuk anatomi kaki.

Panjang tungkai adalah jarak vertical antara telapak kaki sampai dengan pangkal paha yang di ukur dengan cara berdiri tegak. Panjang tungkai sebagai bagian dari postur tubuh.

Panjang tungkai sebagai salah satu anggota gerak bawah memiliki peran penting dalam untuk kerja olahraga. Sebagai anggota gerak bawah, panjang tungkai berfungsi sebagai penopang gerak anggota tubuh bagian atas, serta penentu gerakan baik dalam berjalan, berlari, lompat maupun menendang. Panjang tungkai melibatkan tulang-tulang dan otot-otot pembentuk tungkai baik

tungkai bawah dan tungkai atas. Tulang pembentuk tungkai meliputi tulang kaki, tulang tibia dan fibula, serta tulang femur (Raven, 1981: 14).



Gambar : panjang tungkai.
Sumber [Http: / Google Gambar Panjang tungkai](http://Google.com)

2.2 KERANGKA BERFIKIR

Sesuai dengan rumusan masalah yang telah dijabarkan diatas maka anggapan atau asumsi – asumsi yang dijadikan titik tolak dasar pemikiran selanjutnya dan dapat dijadikan batasan dalam keseluruhan proses penelitian adalah sebagai berikut :

- 1) Para siswa tergabung dalam anggota sampel memiliki taraf kelincahan antara satu dengan yang lain saling berbeda.
- 2) Pengukuran panjang tungkai untuk mengetahui perbedaan individu mengenai kecepatan menggiring bola.
- 3) Para siswa tergabung dalam anggota sampel memiliki perbedaan individu mengenai kecepatan menggiring bola.
- 4) Alat ukur yang digunakan memiliki validasi juga reliabilitas dan obyektivitas yang memadai.
- 5) Semua data yang terkumpul dapat diolah dan dianalisis dengan menggunakan statistik.

2.2.1 Hubungan antara kelincahan dengan kecepatan menggiring bola

Seseorang yang mempunyai kelincahan yang cukup baik semakin bertambah baik kelincahan yang dimiliki, maka kecepatan menggiring bolanya semakin meningkat dan semakin cepat dan maksimal.

2.2.2 Hubungan antara panjang tungkai dengan kecepatan menggiring bola

seseorang yang mempunyai tungkai yang panjang, maka kecepatan menggiring bolanya semakin cepat dari orang yang memiliki tungkai lebih pendek. Atau malah sebaliknya seseorang yang mempunyai tungkai pendek yang memiliki kecepatan menggiring bola yang lebih cepat dari yang memiliki tungkai panjang.

2.2.3 Hubungan antara kelincahan dan panjang tungkai dengan kecepatan menggiring bola

Ada hubungan antara kelincahan dan bentuk panjang tungkai yang dimiliki seseorang dengan hasil kecepatan menggiring bola yang di peroleh.

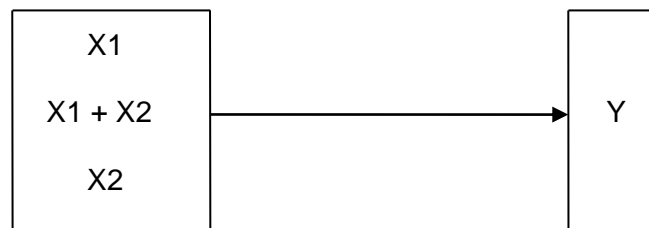
2.3 HIPOTESIS

Hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul (Arikunto, Suharsini 2006: 71).

Pokok pikiran kelincuhan dan panjang tungkai mempengaruhi dalam menggiring bola dapat digambarkan sebuah pola hubungan dari variabel bebas (X_1, X_2) dengan variabel terikat (Y).

Gambar Pola :

Pola hubungan variabel bebas dengan variabel terikat.



Keterangan : X_1, X_2 = Variabel bebas, Y = Variabel terikat

Berdasarkan pada kerangka berfikir diatas maka hipotesis dalam penelitian ini adalah :

- 1) "Ada hubungan yang positif antara kelincuhan seseorang dengan kecepatan menggiring bola pada cabang olahraga sepak bola".
- 2) "Ada hubungan yang positif antara panjang tungkai seseorang dengan kecepatan menggiring bola pada cabang olahraga sepak bola".

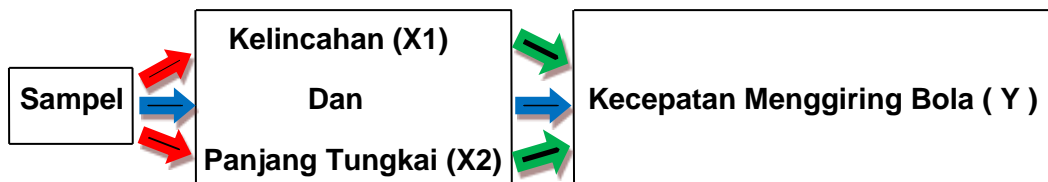
BAB III

METODE PENELITIAN

Suatu penelitian pada umumnya bertujuan menemukan, mengembangkan atau menguji kebenaran suatu pengetahuan (Sutrisno Hadi, 1987 : 3). Menemukan berarti berusaha mendapatkan sesuatu untuk mengisi kekosongan atau kekurangan. Mengembangkan berarti memperluas dan menggali lebih dalam yang sudah ada, sedangkan menguji kebenaran dilakukan bila apa yang sudah ada masih atau diragukan kebenarannya, sehingga hasil dari penelitian tersebut merupakan karya ilmu pengetahuan yang dapat dipertanggung jawabkan.

3.1 Jenis dan Desain Penelitian.

Jenis Penelitian ini adalah penelitian non eksperimen, dengan metode penelitiannya adalah survey tes / tes perbuatan. Dengan rancangan atau desain penelitian adalah desain korelasional.



Gambar Desain Penelitian Sumber : Suharsimi Arikunto (2006 : 112)

3.2 Variabel Penelitian.

Variabel penelitian adalah obyek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian (Suharsimi Arikunto, 2010 : 161). Tujuan penjabaran definisi operasional variabel adalah untuk menghindari kesalah pahaman pengertian tentang variabel yang menjadi kajian dalam penelitian ini. Variabel yang dimaksud dalam penelitian ini adalah :

A. Variabel Bebas (*Independent Variabele*)

- 1) Kelincahan.(X1)
- 2) Panjang Tungkai.(X2)

B. Variabel Terikat (*Dependent Variabele*)

- 1) Hasil dari Kecepatan Menggiring bola. (Y)

3.3 Pendekatan Penelitian.

Sesuai dengan masalah dan hipotesa yang dilakukan dimuka, maka penelitian dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan deskriptif analisis.

3.4 Tempat dan Waktu Penelitian.

Berdasarkan alasan pemilihan judul skripsi, berikut ini akan diuraikan tempat dan waktu penelitian skripsi.

1) Tempat Penelitian.

Tempat penelitian ini dilaksanakan di Lapangan Sepak Bola yang terletak di desa Blingoh kecamatan Donorojo kabupaten Jepara.

2) Waktu Penelitian.

Penelitian di Laksanakan jam 15.00 WIB sesuai dengan jadwal kurikulum ekstra kulikuler SD Negeri 6 Blingoh dan sesuai jadwal seleksi PORSENI.

3.5 Populasi.

Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian (Arikunto, Suharsini 2006:130). Bila seorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka semua elemen penelitian itu adalah populasi penelitian

Dalam penelitian ini subyek populasinya adalah seluruh siswa putra yang mengikuti seleksi PORSENI sebanyak 20 orang dengan usia rata – rata 10 – 11 tahun.

3.6 Sampel dan Teknik Sampling.

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Arikunto, Suharsini 2006:131).

Sampel yang dipergunakan dalam penelitian ini terdiri dari semua siswa putra yang mengikuti seleksi PORSENI sebanyak 20 orang siswa kelas V, VI SD Negeri 6 Blingoh. Sedangkan teknik pengambilan sampel yang dipakai adalah teknik total sampling.

Teknik total sampling ini dalam pengambilan sampel dilakukan dengan cara memakai keseluruhan subyek – subyek didalam populasi yang jumlahnya 20 orang siswa putra. Dengan demikian diberi hak yang sama kepada setiap subyek untuk dipilih menjadi sampel.



Gambar : Siswa Putra SD Negeri 6 Blingoh

Sumber : Dokumentasi Peneliti

3.7 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih

baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah (Suharsimi Arikunto, 2010 : 203).

1) Alat

Alat yang dipakai dalam penelitian ini sudah melalui standart validasi yang sesuai untuk pengambilan data dalam penelitian dari Universitas Negeri Semarang.

1) Pengambilan data Test *Dodgling Run* : Lapangan, *Timer* / Pencatat waktu , Meteran, *Cone*, Bola Sepak, Pluit, Blangko pencatat data.



Alat pengambilan data *Test Dodgling Run*
Sumber : Dokumentasi Peneliti.

2) Pengukuran Tinggi Badan dan Panjang Tungkai dalam pelaksanaan pengambilan data dilakukan dengan penggunaan alat Antropo Meter.



Gambar : Antropo Meter, alat pengambilan data Pengukuran Panjang Tungkai.
Sumber : Dokumentasi Peneliti

3) Test Menggiring bola.

Karena nanti akan melakukan penelitian data tentang kecepatan menggiring bola, jadi bola dalam pengambilan data penelitian yang dipakai atau digunakan untuk anak usia 10-11 tahun adalah ukuran no 4 standart FIFA dengan spesifikasi sebagai berikut :

Bola berbentuk bulatan sempurna; Lapisan bola berbahan atau bahan lainnya yang sesuai untuk itu (dalam pertandingan Internasional, bahan bola yang berbulu tidak diizinkan). Keliling bola minimal 55 centimeter dan maksimal 60 centimeter. Berat bola tidak kurang dari 350 gram dan tidak lebih dari 400 gram (ukuran ini berlaku pada saat awal permainan dimulai). Tekanan isi bola sama dengan 0,4-0,6 dengan atmosfir (400-600/cm²) pada permukaan laut. Tidak boleh melambung kurang 50 *centimeter* dari permukaan lapangan serta ketika dijatuhkan dari ketinggian di atas 2 meter tidak boleh melambung lebih dari 65 *centimeter*.



Gambar : Bola Sepak ukuran no 4 standar FIFA usia 10-11 tahun
Sumber : [Http://Bola Adidas.com](http://Bola Adidas.com)

2) Pengambilan data

Pengambilan data dilakukan dengan test kelincahan dan mengukur panjang tungkai dan test kecepatan menggiring bola.

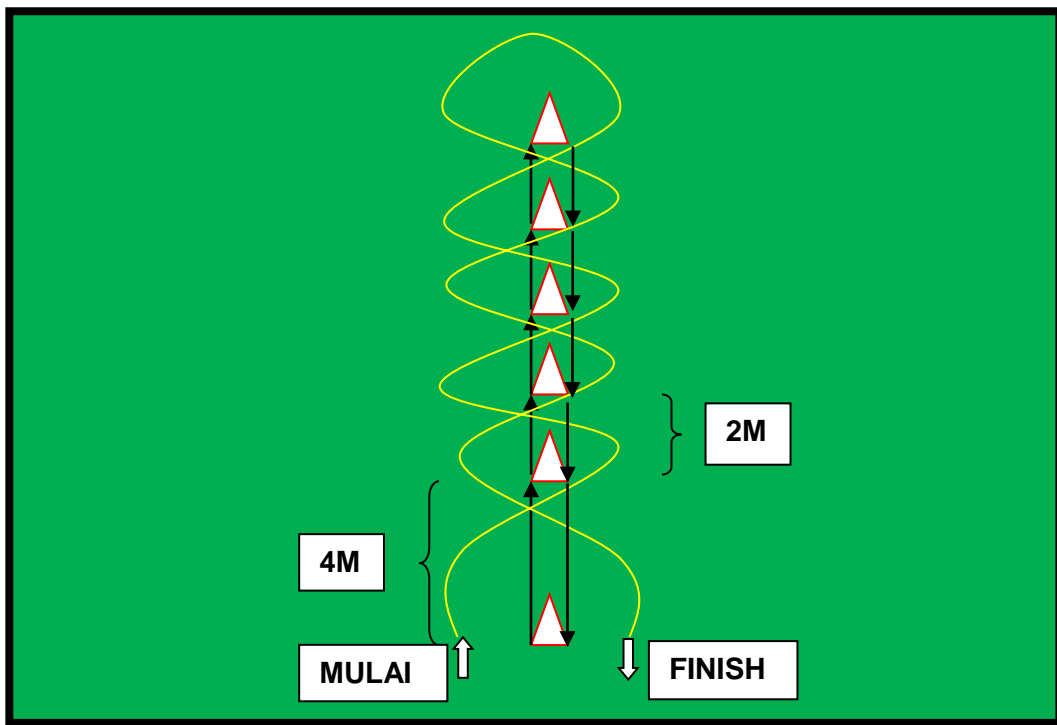
3.7.2.1 Tes Doging Run

menurut Ismaryati (2006:44) *Dodging run* bertujuan untuk mengukur kemampuan mengubah arah lari dan posisi tubuh. Dengan kata lain, *Dodging run* bertujuan untuk mengukur kelincahan seseorang..

Prosedur pelaksanaan Test Dodging Run :

- 1) siswa bersiap berlari dari garis start.
- 2) siswa menunggu aba – aba bunyi pluit dari peneliti.
- 3) setelah aba – aba pluit berbunyi :
 - *. Peneliti memulai pewaktuan pada alat stopwatch.
 - *. Siswa berlari zigzag melewati *cone* lalu putar balik dan berlari kembali ketempat awal / finish.
- 4) .sampai difinis peneliti menghitung waktu yang diperoleh dan mencatatnya.

Pola Test *Dodging Run*.



Gambar : Pola Test *Dodging Run*.
Sumber : Ismaryati (2006:44).

Pelaksanaan Test *Dodging Run* pada saat penelitian.



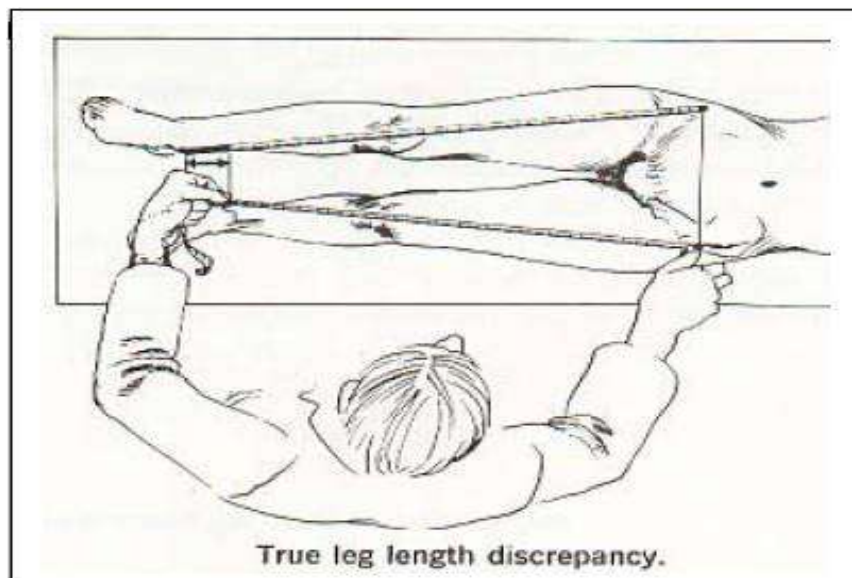
Gambar : Test *Dodging Run*.
Sumber : Dokumentasi Peneliti

3.7.2.2 Pengukuran Panjang Tungkai.

Pengukuran dilakukan dari Tungkai Kaki bagian bawah sampai Poros pangkal bagian pinggul / paha kaki.



Gambar : pengukuran panjang tungkai.
Sumber : Dokumentasi Peneliti



Gambar : pengukuran panjang tungkai.
Sumber : [Http:// Google](http://Google) Pengukuran panjang tungkai.

3.7.2.3 Test Menggiring Bola untuk mengetahui kecepatan menggiring bola.

Test dilakukan memakai 6 *cone* dengan menggiring bola melewati 5 *cone* secara zigzag. Pola test sama seperti dengan test *Dodging Run* karena peneliti ingin mengetahui hubungan dari kelincahan dan kecepatan menggiring bola dengan hasil yang diperoleh pada jarak yang sama dan pola yang sama.

Prosedur pelaksanaan Test Menggiring Bola :

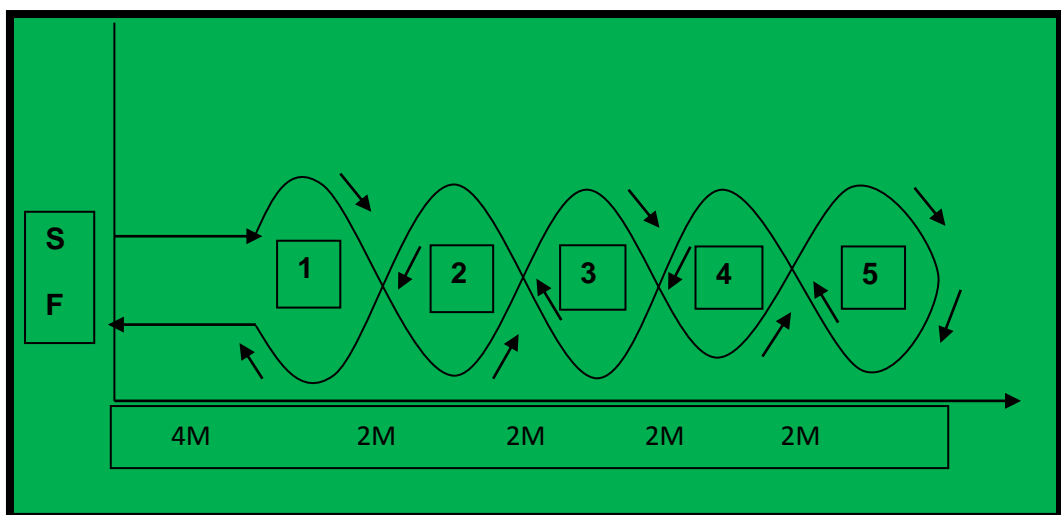
- 1) siswa bersiap menggiring bola dari garis start.
- 2) siswa menunggu aba – aba bunyi pluit dari peneliti.
- 3) setelah aba – aba pluit berbunyi :

*.peneliti memulai pewaktuan pada alat stopwatch.

*.Siswa menggiring bola zigzag melewati *cone* lalu putar balik dan menggiring bola kembali ketempat awal / finish.

- 4) sampai difinis peneliti menghitung waktu yang diperoleh dan mencatatnya.

Pola Test Menggiring bola.



Gambar : pola test Menggiring bola

Sumber : Indra Iman Mahasiswa UNTAN 2013



Gambar : Test Menggiring Bola.
Sumber : Dokumentasi Peneliti

3.8 Faktor – faktor yang mempengaruhi hasil penelitian

Guna menghindari adanya kemungkinan – kemungkinan kesalahan selama penelitian, maka penulis akan mengemukakan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi hasil penelitian dan usaha – usaha menghindari kesalahan tersebut. Faktor – faktor yang mempengaruhi penelitian ini adalah :

1)Faktor kesungguhan hati, 2)Faktor kedisiplinan, 3)Faktor kesehatan, 4)Faktor kondisi fisik, 5)Faktor cedera, 6)Faktor pemberian materi, 7)Faktor kemampuan sampel, 8)Faktor pengambilan data,9)Faktor Kegiatan sampel diluar penelitian, 10)Faktor dari luar penelitian.

3.9 Teknik Analisis Data Penelitian

Dalam suatu penelitian, seseorang dapat menggunakan dua jenis analisis data yaitu analisis statistik dan analisis non statistik. Analisis statistik adalah cara – cara ilmiah yang diterapkan untuk menganalisa, mengumpulkan, menyusun, dan menyajikan data penyelidikan yang berwujud angka – angka untuk menjawab hipotesis penelitian (Sutrisno Hadi, 1987 : 221).

Dalam penelitian ini digunakan analisis data secara statistik untuk pengujian hipotesis penelitian. Adapun teknik analisis data yang digunakan adalah analisis dengan teknik regresi. Namun sebelum melakukan uji analisis dengan rumus regresi terlebih dahulu dilakukan sejumlah uji persyaratan untuk mengetahui kelayakan data.

Adapun uji persyaratan tersebut meliputi : 1) uji normalitas data dengan rumus *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*, 2) uji homogenitas varians data dengan rumus ANOVA, 3) uji linieritas dengan teknik *analisis varians*, 4) Keberatan model regresi dengan uji t. Untuk keperluan perhitungan tersebut digunakan program bantu SPSS *windows release 12* (Singgih Santoso, 2002 ; 125). Berikut ini adalah penjelasan dari uji persyaratan kelayakan data.

3.9.1 Uji Normalitas Data

Uji normalitas data dilakukan untuk mengetahui normal tidaknya data yang akan dianalisis. Adapun uji normalitas menggunakan rumus *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*. Kriteria uji jika signifikan $> 0,05$ data yang dinyatakan normal, sebaliknya jika signifikan $< 0,05$ data dinyatakan tidak normal.

3.9.2 Uji Homogenitas Varians

Uji Homogenitas Varians digunakan untuk mengetahui seragam tidaknya variasi sampel – sampel yang diambil dari populasi yang sama dalam penelitian. Uji homogenitas varians dihitung dengan menggunakan uji rumus ANOVA. Kriteria uji signifikan jika $> 0,05$ data yang dinyatakan homogen, sebaliknya jika signifikan $< 0,05$ data dinyatakan tidak homogen.

3.9.3 Uji Linieritas

Uji linieritas untuk menguji apakah data yang diperoleh linear atau tidak. Jika data linier maka dapat dilanjutkan dengan uji parametrik dengan regresi linier dan jika tidak linier dilanjutkan dengan teknik regresi non linier. Uji linieritas menggunakan teknik analisis varians regresi atau dengan uji F yang kriteria pengujiannya yaitu jika signifikan $< 0,05$ data yang dinyatakan linier, dan jika signifikansi $> 0,05$ data dinyatakan tidak linier.

3.9.4 Uji Homogenitas

Uji hepotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi linier tunggal dan analisis regresi linier ganda. Analisis regresi linier tunggal untuk mencari sumbangan masing – masing variabel bebas terhadap variabel terikat dan analisis regresi linier ganda untuk mencari sumbangan secara bersama – sama dari variabel bebas terhadap variabel terikat. Analisis data menggunakan bantuan program komputer SPSS Release 12 yang digunakan untuk mencari besarnya nilai koefisien regresi dan determinasi, keberartian dan koefisien determinasi tersebut diuji dengan menggunakan uji signifikansi nilai F dan uji signifikansi nilai t. Langkah selanjutnya mencari persamaan regresi dari tiap – tiap variabel bebas terhadap variabel terikat. Setelah menemukan persamaan regresi maka bisa digunakan untuk menemukan besarnya hasil dari kecepatan menggiring bola saat variabel bebas mengalami kenaikan dan penurunan hubungan dari kelincahan dan panjang tungkai.

menganalisis data penelitian ini, dipergunakan langkah – langkah sebagai berikut :

- 1) Mengetahui kecenderungan rata – rata tingkat kelincahan yang digunakan rumus sebagai berikut :

$$X1 = \frac{\sum X}{n}$$

Keterangan :

X = Nilai variabel X

n= jumlah sampel (Sujana, 1984 : 66)

- 2) Mengukur kecenderungan rata – rata tingkat Panjang Tungkai yang digunakan rumus sebagai berikut :

$$X2 = \frac{\sum X}{n}$$

Keterangan :

X = Nilai variabel X

n= jumlah sampel (Sujana, 1984 : 66)

- 3) Mengetahui rata – rata kecepatan menggiring digunakan rumus sebagai berikut :

$$Y = \frac{\sum Y}{n}$$

Keterangan :

Y = Nilai variabel Y

n = jumlah sampel (Sujana, 1984 : 66)

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.3 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dalam skripsi ini, maka dapat disimpulkan :

1) Ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kecepatan menggiring bola pada siswa putra kelas V, VI SD Negeri 6 Blingoh Donorojo Jepara Tahun Pelajaran 2013/2014.

2) Tidak ada hubungan yang signifikan antara Panjang Tungkai dengan kecepatan menggiring bola pada siswa putra kelas V, VI SD Negeri 6 Blingoh Donorojo Jepara Tahun Pelajaran 2013/2014

5.4 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan dari penelitian ini, maka peneliti mengajukan saran-saran sebagai berikut :

1) Upaya mengajarkan dan meningkatkan kemampuan menggiring bola hendaknya diperlukan terknik khusus untuk menggiring bola denga benar sehingga kemampuan menggiring bola lebih baik.

2) Siswa perlu mengoptimalkan kelebihan dalam hal panjang tungkai sehingga dapat meningkatkan kecepatan atau kemampuan menggiring bola.

3) Agar diadakan penelitian lanjutan yang meneliti variabel bebas lainnya yang berkaitan dengan kemampuan dalam kecepatan menggiring bola.

Terimakasih

DAFTAR PUSTAKA

- Bahrudin, 2008, Pendidikan Belajar dan Gerak, Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Danny Mielke, 2007, Coaching Foot Ball, Jakarta : PT. Sindo Globe.
- Dr. H. Harry Pramono, M.Si, 2013, Pedoman Penulisan Skripsi FIK UNNES 2013, Semarang :UNNES Semarang.
- Ina Hasanah,2002, Sepak Bola, Bandung : PT INDAH JAYA Adipratama.
- Indra Iman, 2013, Skripsi Kelincahan dan Panjang Tungkai, Tanjung Pura: Untan
- Ismaryati, 2006, Anatomi Fisiolgi, Solo : UNS.
- Lukman OT, 1990, Biomekanika, Surabaya : KOSGORO Surabaya.
- Moh. Gilang,dkk, 2007, Penjasorkes SMA, Jakarta : Ganeca Exact.
- Poerwodarminto WJS, 1984, Buku Kamus Umum Bahasa Indonesia, Jakarta : Balai pustaka.
- Raven, 1981, Atlas Kinisiologi, Semarang : Dahara.
- Roji, 1999, Buku Pendidikan Jasmani, Penjas Orkes, Jakarta : Erlangga.
- Sajoto, 1995, Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik, Yogyakarta : Lumbung Pustaka UNY
- Sarumpaet, 1992, Keterampilan Bermain Sepak Bola, Jakarta : Roket Mail.
- Sekretariat Negara, 1993, TAP MPR No. II/MPR/1993 tentang Garis – Garis Besar Haluan Negara (GBHN), Jakarta : Sekretariat Negara.
- Sucipto, dkk, 2000, Teknik dan Tatik Bermain Sepak Bola, Surakarta : Tiga Serangkai .
- Soekatamsi, 1995, Teknik Dasar Bermain Sepak Bola, Yokyakarta : Lumbung Pustaka UNY Tiga Serangkai.
- Soendoro,1985, Sepak Bola Indonesia, Bandung : Novan Media Research.
- Suharsimi Arikunto, 2010, Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek Edisi Revisi, Jakarta : Rinieka Cipta.
- Sutrisno, Hadi, 1987, Analisis Regresi, Yogyakarta : Yayasan Penerbit Fakultas Psikologi UGM.

Lampiran I

LAPORAN HASIL PENELITIAN PADA SISWA KELAS V, VI

SD NEGERI 6 BLINGOH.

Waktu yang diperoleh dari hasil Test (Detik):

NO.	NAMA	<i>Dodging Run</i>	Menggiring Bola	Jumlah
1.	Abraham pujiono	11,25	15,15	26.40
2.	Andika putra	11,00	15,45	26.45
3.	Anggi Subagyo	10,50	16,50	77.00
4.	Ari Widiyanto	10,25	19,10	29.35
5.	Arie Effendhi	9,45	13,20	22.65
6.	Beni Wijaya	9,25	12,00	21.25
7.	Jumari	8,50	12,35	20.85
8.	Mohammad Afif	11,45	14,45	25.90
9.	Mohammad Saifuddin Z	11,30	12,25	22.55
10.	Nur Ahmad Sodikin	8,57	11,47	20.44
11.	Naga Siregar	10,20	15,30	25.50
12.	Ngasiran	10,35	15,00	25.35
13.	Riko Setiyawan	8,30	13,00	21.30
14.	Rendy Hanata Findhika	8,15	13,00	31.15
15.	Setiyono Bodhi Cahyono	9,15	13,45	22.60
16.	Slamet Warsito	10,5	12,55	23.00
17.	Suberi	9,50	14,35	24.25
18.	Suyipto	11,10	15,00	26.10
19.	Timotius Daniel	8,45	13,10	21.55
20.	Wawan Raharjo	9,00	13,15	22.15

Waktu yang diperoleh dari hasil Test (Detik):

NO.	NAMA	<i>Dodging Run</i>	Menggiring Bola	Selisih
1.	Abraham pujiono	11,25	15,15	3.90
2.	Andika putra	11,00	15,45	4.45
3.	Anggi Subagyo	10,50	16,50	6.00
4.	Ari Widiyanto	10,25	19,10	8.85
5.	Arie Effendhi	9,45	13,20	3.75
6.	Beni Wijaya	9,25	12,00	2.75
7.	Jumari	8,50	12,35	3.85
8.	Mohammad Afif	11,45	14,45	3.00
9.	Mohammad Saifuddin Z	11,30	12,25	0.95
10	Nur Ahmad Sodikin	8,57	11,47	2.90
11	Naga Siregar	10,20	15,30	5.10
12	Ngasiran	10,35	15,00	4.65
13	Riko Setiyawan	8,30	13,00	4.70
14	Rendy Hanata Findhika	8,15	13,00	4.85
15	Setiyono Bodhi Cahyono	9,15	13,45	4.30
16	Slamet Warsito	10,05	12,55	2.50
17	Suberi	9,50	14,35	4.85
18	Suyipto	11,10	15,00	3.90
19	Timotius Daniel	8,45	13,10	4.65
20	Wawan Raharjo	9,00	13,15	4.15

**Hasil Pengukuran Tinggi Badan dan Panjang Tungkai Pada Siswa Kelas V,
VI**

SD Negeri 6 Blingoh

NO.	Nama Siswa	Tinggi Badan	Panjang Tungkai
1.	Abraham pujiono	150Cm	68 cm
2.	Andika putra	145Cm	64 cm
3.	Anggi Subagyo	145Cm	58 cm
4.	Ari Widiyanto	152Cm	77 cm
5.	Arie Effendhi	147Cm	64 cm
6.	Beni Wijaya	148Cm	67 cm
7.	Jumari	155Cm	80 cm
8.	Mohammad Afif	153Cm	78 cm
9.	Mohammad Saifuddin Zuhri	150Cm	71 cm
10.	Nur Ahmad Sodikin	152Cm	77 cm
11.	Naga Siregar	150Cm	70 cm
12.	Ngasiran	157Cm	82 cm
13.	Riko Setiyawan	150Cm	75 cm
14.	Rendy Hanata Findhika	148Cm	65 cm
15.	Setiyono Bodhi Cahyono	147Cm	66 cm
16.	Slamet Warsito	145Cm	62 cm
17.	Suberi	150Cm	75 cm
18.	Suyipto	147Cm	64cm
19.	Timotius Daniel	152Cm	78 cm
20.	Wawan Raharjo	152Cm	78 cm

Hari : RABU , 2 JULI 2014

Mengetahui :

Kepala sekolah

Mahasiswa Peneliti

Sudarminto . S.Pd.
NIP.19620823 198304 1 002

Yesaya Dwiwuda
NIM.6301408155

Lampiran II

Tabulasi Data Penelitian

No	NAMA	Kelincahan (X1)	Panjang Tungkai (X2)	Menggiring Bola (Y)
1.	Abraham pujiono	11,25	68	15,15
2.	Andika putra	11	64	15,45
3.	Anggi Subagyo	10,5	58	16,5
4.	Ari Widiyanto	10,25	77	19,1
5.	Arie Effendhi	9,45	64	13,2
6.	Beni Wijaya	9,25	67	12
7.	Jumari	8,5	80	12,35
8.	Mohammad Afif	11,45	78	14,45
9.	Mohammad S . Z	11,3	71	12,25
10.	Nur Ahmad Sodikin	8,57	77	11,47
11.	Naga Siregar	10,2	70	15,3
12.	Ngasiran	10,35	82	15
13.	Riko Setiyawan	8,3	75	13
14.	Rendy Hanata . F	8,15	65	13
15.	Setiyono Bodhi . C	9,15	66	13,45
16.	Slamet Warsito	10,5	62	12,55
17.	Suberi	9,5	75	14,35
18.	Suyipto	11,1	64	15
19.	Timotius Daniel	8,45	78	13,1
20.	Wawan Raharjo	9	78	13,15



**KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
Nomor : 256 /PK /2013**

**Tentang
PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI/TUGAS AKHIR SEMESTER GASAL/GENAP
TAHUN AKADEMIK 2012/2013**

- Menimbang** : Bahwa untuk memperlancar mahasiswa Jurusan/Prodi Pendidikan Keolahragaan/Pendidikan Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan membuat Skripsi/Tugas Akhir, maka perlu menetapkan Dosen-dosen Jurusan/Prodi Pendidikan Keolahragaan/Pendidikan Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan UNNES untuk menjadi pembimbing.
- Mengingat** : 1. SK Rektor UNNES No. 164/O/2004 tentang Pedoman penyusunan Skripsi/Tugas Akhir Mahasiswa Strata Satu (S1) UNNES;
2. SK Rektor UNNES No. 162/O/2004 tentang penyelenggaraan Pendidikan UNNES;
3. Undang-undang No.20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Tambahan Lembaran Negara RI No.4301, penjelasan atas Lembaran Negara RI Tahun 2003, Nomor 78)
- Memperhatikan** : Usulan Ketua Jurusan/Prodi Pendidikan Keolahragaan/Pendidikan Keolahragaan Tanggal 05 Maret 2013.

MEMUTUSKAN

- Menetapkan
PERTAMA** : Menunjuk dan menugaskan kepada :
- | | |
|---|---|
| 1. Nama | : TRI AJI, M.Pd. |
| NIP | : 198011032006041010 |
| Pangkat/Golongan | : III/b - Penata Muda Tk. I |
| Jabatan Akademik | : >Lektor |
| Sebagai Pembimbing I | |
| 2. Nama | : Drs. Kriswanto, M.Pd. |
| NIP | : 196106301967031003 |
| Pangkat/Golongan | : III/c - Penata |
| Jabatan Akademik | : >Lektor |
| Sebagai Pembimbing II | |
| Untuk membimbing mahasiswa penyusun skripsi/Tugas Akhir : | |
| Nama | : YESAYA DWIYUDA |
| NIM | : 6301408155 |
| Jurusan/Prodi | : Pendidikan Keolahragaan/Pendidikan Keolahragaan |
| Topik | : TEKNIK DASAR BERMAIN SEPAK BOLA |

KEDUA : Keputusan ini mulai berlaku sejak tanggal ditetapkan.

DITETAPKAN DI : SEMARANG
PADA TANGGAL : 15 MARET 2013
DEKAN

Drs. Harry Pramono, M.Si
NIP. 196810191985031001

- Tembusan**
1. Pembantu Dekan Bidang Akademik
 2. Ketua Jurusan
 3. Dosen Pembimbing
 4. Peringgal



HALAMAN PENGESAHAN

Proposal skripsi yang berjudul "HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN DAN PANJANG TUNGKAI DENGAN KECEPATAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA PUTRA KELAS V, VI SD NEGERI 6 BLINGOH DONOROJO JEPARA TAHUN PELAJARAN 2013/2014" ini telah disetujui oleh pembimbing.

Yang disusun oleh:

Nama : Yesaya Dwiyuda

NIM : 6301408155

Program Studi : Pendidikan Keperawatan Olahraga, S1

Telah disahkan pada:

Hari : **Jumat**

Tanggal : **22 Agustus 2014**

Untuk diteruskan dalam bentuk penelitian dalam rangka menyelesaikan program studi Pendidikan Keperawatan Olahraga, S1.

Pembimbing I



Triaji, M.Pd

NIP 1980 1103200604 1010

Pembimbing II

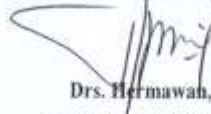


Drs. Kriswutoro, M.Pd.

NIP 1961 0630198703 1003

Mengetahui,

Ketua Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga



Drs. Hermawah, M.Pd

NIP. 1959 0401198803 1002



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
 UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
 FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
 Gedung F1 Lt. 2, Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang 50229
 Telepon: 024-8508007
 Laman: <http://fik.unnes.ac.id>, surel: fik.unnes@telkom.net

Nomor : 3949/UNNSJ.1-6/27/2014
 Lamp. :
 Hal : Ijin Penelitian

Kepada
 Yth. Kepala SD Negeri 6 Blingoh, Donorejo Kab. Jepara
 di Kab. Jepara

Dengan Hormat,
 Bersama ini, kami mohon ijin pelaksanaan penelitian untuk menyusun skripsi/tugas akhir oleh mahasiswa sebagai berikut:

Nama : YESAYA DWIYUDA
 NIM : 6301408155
 Program Studi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, S1
 Topik : TEKNIK DASAR BERMAIN SEPAK BOLA

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



Semarang, 22 Agustus 2014

Dekan

Dr. H. Harry Pramono, M.Si.
 NIP. 195910191985031001

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diajukan ke sidang panitia ujian skripsi Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada:

Hari : Sabtu

Tanggal : 28 Februari 2015

Pembimbing I



Triaji, M.Pd

NIP 1980 1103200604 1010

Pembimbing II



Drs. Kriswantoro, M.Pd

NIP 1961 0630198703 1003

Mengetahui,

Ketua Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga



Drs. Hermawati, M.Pd

NIP 1959 0401198803 1002

Lampiran VI

HASIL PENGUJIAN DATA PENELITIAN

Statistik Deskriptif

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kelincahan	20	8,2	11,5	9,811	1,1103
Panjang_Tungkai	20	58,0	82,0	70,950	7,0223
Kecepatan_Menggiring Bola	20	11,5	19,1	13,991	1,8131
Valid N (listwise)	20				

Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Kelincahan	Panjang_Tungkai	Kecepatan MenggiringBola
N		20	20	20
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	9,811	70,950	13,991
	Std. Deviation	1,1103	7,0223	1,8131
	Most Extreme Differences			
	Absolute	,137	,168	,169
	Positive	,118	,113	,169
	Negative	-,137	-,168	-,086
Kolmogorov-Smirnov Z		,613	,751	,754
Asymp. Sig. (2-tailed)		,847	,625	,620

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Uji Homogenitas

ANOVA

Kecepatan_MenggiringBola

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	54,661	18	3,037	,389	,874
Within Groups	7,801	1	7,801		
Total	62,462	19			

ANOVA

Kecepatan_MenggiringBola

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	28,435	13	2,187	,386	,929
Within Groups	34,026	6	5,671		
Total	62,462	19			

Uji Linieritas

ANOVA Table

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecepatan_ Between (Combined)	54,661	18	3,037	,389	,874
Menggiring Groups Linearity	15,188	1	15,188	1,947	,396
Bola * Deviation from	39,472	17	2,322	,298	,916
Kelincahan Linearity					
Within Groups	7,801	1	7,801		
Total	62,462	19			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecepatan_MenggiringBola*	Between Groups	(Combined) Linearity	28,435	13	2,187	,386	,929
		Deviation from Linearity	,391	1	,391	,069	,802
Panjang_Tungkaik			28,044	12	2,337	,412	,910
	Within Groups		34,026	6	5,671		
	Total		62,462	19			

Uji Hipotesis

X1 terhadap Y

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Kelincahan ^a	.	Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable:

Kecepatan_MenggiringBola

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,493 ^a	,243	,201	1,6206

a. Predictors: (Constant), Kelincahan

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	15,188	1	15,188	5,783	,027 ^a
	Residual	47,274	18	2,626		
	Total	62,462	19			

a. Predictors: (Constant), Kelincahan

b. Dependent Variable: Kecepatan_MenggiringBola

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	6,091	3,305		1,843	,082
	Kelincahan	,805	,335	,493	2,405	,027

a. Dependent Variable: Kecepatan_MenggiringBola

X2 terhadap Y**Variables Entered/Removed^b**

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Panjang_Tu ngkai	.	Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable:

Kecepatan_MenggiringBola

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,079 ^a	,006	-,049	1,8570

a. Predictors: (Constant), Panjang_Tungkai

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	,391	1	,391	,113	,740 ^a
	Residual	62,071	18	3,448		
	Total	62,462	19			

a. Predictors: (Constant), Panjang_Tungkai

b. Dependent Variable: Kecepatan_MenggiringBola

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	15,440	4,324		3,571	,002
Panjang_Tungkai	-,020	,061	-,079	-,337	,740

a. Dependent Variable: Kecepatan_MenggiringBola

Lampiran VII

Gambar 1 : SD Negeri 6 Blingoh
Sumber : Dokumentasi Peneliti



Gambar 2 : Siswa dan Guru SD Negeri 6 Blingoh dalam kegiatan sekolah
Sumber : Dokumentasi Peneliti



Gambar 3 : Pelaksanaan Penelitian
Sumber : Dokumentasi Peneliti



Gambar 4 : Siswa kelas V, VII SD Negeri 6 Blingoh Pelaksanaan Penelitian
Sumber : Dokumentasi Peneliti



Gambar 5 : Pelaksanaan Penelitian Test Dodgling Run
Sumber : Dokumentasi Peneliti



Gambar 6 : Pelaksanaan Penelitian Test Menggiring Bola
Sumber : Dokumentasi Peneliti



Gambar 7 : Pengukuran panjang tungkai dalam penelitian
Sumber : Dokumentasi Peneliti.



Gambar 8 : Siswa kelas V, VII SD Negeri 6 Blingoh Pelaksanaan Penelitian
Sumber : Dokumentasi Peneliti