

BAB I

PENDAHULUAN

1. 1. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Oleh karena itu, pelaksanaan pendidikan jasmani harus diarahkan pada pencapaian tujuan tersebut. Tujuan pendidikan jasmani bukan hanya mengembangkan ranah jasmani, tetapi juga mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui kegiatan aktivitas jasmani dan olahraga.

Sebagaimana tertuang dalam Undang-undang Republik Indonesia nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Pendidikan Olahraga Nasional Pasal 1 ayat 11 menyatakan Olahraga pendidikan adalah jasmani yang dilaksanakan sebagai bagian proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan dan kebugaran jasmani.

Di Indonesia sendiri menerapkan 3 program pendidikan, yaitu: intrakurikuler, ekstrakurikuler, dan kurikuler. Kegiatan intrakurikuler adalah program pengajaran yang tersusun berupa label mata pelajaran, penjatahan waktu, dan penyebaran disetiap kelas dan satuan pelajaran. Kegiatan kurikuler adalah kegiatan diluar jam pelajaran biasa, yang bertujuan agar

siswa lebih memperdalam dan lebih menghayati apa yang dipelajari pada kegiatan intrakurikuler.

Sedangkan kegiatan ekstrakurikuler dilaksanakan agar siswa dapat mengembangkan kepribadian, bakat, dan kemampuannya di berbagai bidang di luar bidang akademik. Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Bangun Purba merupakan salah satu sekolah yang menyelenggarakan ekstrakurikuler olahraga yang bertujuan untuk mengembangkan potensi siswa dan meningkatkan prestasi. Selain itu untuk membentuk kepribadian siswa, dan sebagai wadah penyaluran bakat, minat untuk mencapai prestasi.

Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Bangun Purba menyelenggarakan berbagai macam ekstrakurikuler olahraga salah satunya adalah sepakbola. Adanya kegiatan ekstrakurikuler maka akan terjadi pembinaan yang berkesinambungan dan bukan tidak mungkin bakat yang terpendam dari seorang siswa dapat tergalikan dalam kegiatan ekstrakurikuler.

Sepakbola merupakan salah satu ekstrakurikuler yang diminati siswa di SMP Negeri 1 Bangun Purba, terbukti yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola 30 anak yang terdiri atas kelas VII, VIII dan kelas IX. Kegiatan ekstrakurikuler dilaksanakan satu minggu satu kali yang dilaksanakan hari Sabtu pukul 15.00 WIB di lapangan SMP Negeri 1 Bangun Purba, akan tetapi kegiatan ekstrakurikuler sering terkendala, seperti kondisi lapangan yang tidak layak, bola yang dimiliki sekolah sejumlah 4 buah bola, con yang dimiliki sekolah 20 buah, pancang yang dimiliki sekolah 20 buah.

Sepakbola adalah cabang olahraga beregu, yang masing-masing tim terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya adalah seorang penjaga gawang. Cara bermain dari olahraga ini adalah memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mencegah lawan memasukkan bola ke gawang sendiri. Sepakbola merupakan permainan beregu yang paling populer didunia bahkan telah menjadi permainan Nasional bagi setiap negara di Eropa, Amerika Selatan, Asia, Afrika dan bahkan pada pada saat ini permainan itu digemari di Amerika Serikat”.

Pembinaan dan pelatihan teknik dasar bermain sepak bola merupakan salah satu faktor penting agar pemain sepakbola memiliki keterampilan bermain sepakbola. Karena keterampilan seorang pemain sepakbola atau kualitas sebuah tim sepakbola dapat dipengaruhi oleh tingkat penguasaan keterampilan bermain sepakbola pemainnya. *Skill* atau ketangkasan yang harus dikuasai dalam bermain sepakbola yaitu: *passing* atau operan, *heading* atau menyundul, *dribbling* atau menggiring bola, *shooting/kicking* atautendangan, *moves*, *trapping*, *receiving* dan kontrol.

Dribbling dalam permainan sepakbola didefenisikan sebagai penguasaan bola dengan kaki saat kami bergerak di lapangan permainan”. Menggiring bola dapat diartikan sebagai suatu gerakan lari menggunakan bagian kaki mendorong bola agar bergulir terus-menerus di tanah. Kegunaan teknik menggiring bola antara lain untuk melewati lawan dengan tepat, menahan bola tetap dalam penguasaan dan menyelamatkan bola,

apabila tidak terdapat kemungkinan atau kesempatan untuk segera mengoperkan bola kepada kawan.

Komponen fisik yang ikut berpengaruh dan menentukan terhadap kemampuan seseorang yaitu: kecepatan, kekuatan, daya ledak, kelincahan, koordinasi, keseimbangan, kelentukan, *power*, dan daya tahan aerobik dan anaerobik. Hal-hal yang meningkatkan kemampuan tubuh atau fisik pemain sepakbola terdiri dari: kekuatan (daya tahan kekuatan, daya eksploitasi, kekuatan maksimal), daya tahan (kemampuan gerak tubuh (*aerobic capacity*), kekuatan gerak tubuh (*aerobic power*), tenaga yang dihasilkan otot dengan laktat (*anaerobic alactic*), kecepatan (reaksi, kemampuan akselerasi (*acceleration*), kecepatan maksimal, daya tahan tubuh mempertahankan kecepatan, kemampuan merubah arah lari dengan cepat (*acyclic speed*), kelenturan dan mobilitas otot, koordinasi dan kelincahan, Kemampuan motorik dasar, daya tanggap dan kewaspadaan (*awareness*)”.

Berdasarkan pada pendapat-pendapat di atas dan situasi pemain dalam menggiring bola disuatu pertandingan maka dapat disimpulkan ada beberapa komponen kondisi fisik yang berpengaruh terhadap kemampuan menggiring bola seseorang pemain pada permainan sepakbola. Komponen kondisi fisik tersebut antara lain: kecepatan, kekuatan, daya ledak, kelincahan, koordinasi, keseimbangan, kelenturan, *power*, dan daya tahan aerobik dan anaerobik. Dengan pertimbangan hal diatas maka peneliti merasa perlu membuktikan dengan mengadakan penelitian yang berjudul: Hubungan

Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan dengan Kemampuan Teknik Dasar Menggiring Bola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMP Negeri 1 Bangun Purba.

1.2. Identifikasi Masalah

1. Materi yang diberikan pelatih ekstrakurikuler belum memenuhi kriteria.
2. Latihan ekstrakurikuler masih banyak mengalami kendala pelatih yang sering tidak datang.
3. Masih belum optimalnya ekstrakurikuler sepakbola yang hanya dilaksanakan melalui kegiatan ekstrakurikuler pendidikan jasmani yang hanya dilaksanakan 4 kali pertemuan setiap semesternya.
4. Belum diketahui hubungan koordinasi mata-kaki dan kelincahan koordinasi dengan kemampuan teknik dasar menggiring bola.

1.3. Batasan Masalah

Agar masalah tidak meluas maka permasalahan perlu dibatasi. Penelitian hanya membahas masalah tentang Hubungan Koordinasi Mata-Kaki (X_1) dan Kelincahan (X_2) dengan Kemampuan Teknik Dasar Menggiring Bola (Y) Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMP Negeri 1 Bangun Purba.

1.4. Rumusan Masaalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan batasan masalah, maka dalam penelitian ini dapat dirumuskan permasalahannya, adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

- a. Adakah hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan teknik dasar menggiring bola ?
- b. Adakah hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan teknik dasar menggiring bola?
- c. Adakah hubungan antara koordinasi mata-kaki dan kelincahan secara bersama-sama dengan kemampuan teknik dasar menggiring bola?

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian tentang hubungan koordinasi mata-kaki dan kelincahan dengan kemampuan teknik dasar menggiring bola adalah sebagai berikut:

- a. Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan teknik dasar menggiring bola.
- b. Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan teknik dasar menggiring bola.
- c. Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara koordinasi mata-kaki dan kelincahan secara bersamaan dengan kemampuan teknik dasar menggiring bola.

1.6. Manfaat Penelitian

Tujuan dari penelitian tentang hubungan koordinasi mata kaki dan kelincahan terhadap kemampuan teknik dasar menggiring bola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Bangun Purba adalah sebagai berikut:

- a. Bagi Peneliti sebagai bahan perbandingan terhadap faktor-faktor yang berkaitan dengan peningkatan kemampuan teknik dasar menggiring bola.
- b. Bagi Siswa meningkatkan keterampilan sepakbola khususnya koordinasi mata-kaki dan kelincahan dalam menggiring bola.
- c. Bagi Pelatih Sepakbola maupun guru pendidikan jasmani dapat dipakai sebagai bahan kajian dalam pengembangan dan meningkatkan keterampilan sepakbola khususnya dalam menggiring bola.
- d. Bagi Sekolah Melihat potensi-potensi yang dimiliki siswa khususnya pada cabang bola voli.
- e. Bagi Dinas Pendidikan Untuk mengetahui potensi-potensi siswa yang ada di SMP Negeri 1 Bangun Purba khususnya di cabang olahraga sepak bola. Bagi Perpustakaan
- f. Sebagai tambahan referensi di bidang olahraga, sehingga bermanfaat bagi peneliti-peneliti berikutnya.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1. Landasan Teori

2.1.1. Hakekat Sepakbola

Permainan sepakbola telah diperkenalkan ribuan tahun yang lalu. Permainan yang berawal untuk merayakan kemenangan, meningkatkan kemampuan fisik prajurit perang, serta mengisi waktu senggang. Perubahan bentuk permainan kelompok dengan cara melakukan tendangan terhadap tengkorak kepala manusia, hingga benda dalam bentuk yang relatif bulat dari lambung binatang, yang akhirnya benda bulat yang terbuat dari usus atau kulit binatang bahan sintetis yang lebih ringan.

Permainan sepakbola merupakan pemain yang sering kita jumpai di Desa maupun di kota-kota besar. Permainan sepak bola ini merupakan permainan beregu karena dimainkan oleh 11 orang dari masing-masing regunya, dari anak-anak sampai orang-orang dewasa menggemari dan menyenangi permainan ini, karena untuk bermain sepakbola tidak harus mengeluarkan biaya dan dapat dilaksanakan di tempat-tempat terbuka sekalipun bukan lapangan sebenarnya. Dalam permainan sepakbola digunakan sebuah bola yang bagian luarnya terbuat dari kulit. Masing-masing regu menempati separuh lapangan. Permainan dipimpin oleh seorang wasit dan dibantu 2 orang asisten wasit sebagai penjaga garis.

Pelaksanaan permainan sepakbola dilakukan 2 babak selama 2 x 45 menit. Eric. C dalam Wahyudin (2011:17) mengatakan bahwa Sepakbola adalah sebuah permainan yang sederhana dan rahasia permainan sepakbola yang baik adalah melakukan hal-hal sederhana dengan sebaik-baiknya. Setiap cabang olahraga memiliki tujuan tertentu dalam permainannya, “tujuan permainan sepakbola adalah pemain memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawanya dan berusaha menjaga gawangnya sendiri, agar tidak kemasukkan. Sucipto dalam Pratama (2017:18) menyatakan Inti permainannya adalah berusaha memasukkan bola ke dalam gawang lawan dan mencegah lawan memasukkan bola ke gawang.

2.1.2. Kemampuan Menggiring Bola

Menurut Hughes dalam Supriadi (2015:4) menyatakan bahwa menggiring bola adalah kemampuan seseorang pemain penyerang menguasai bola untuk lewati lawan. Hal ini sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh Lawson dan Placek dalam Supriadi (2015:4) menyatakan bahwa menggiring bola adalah membawa bola sambil berlari yang mana bola dalam kontrol atau tetap dalam penguasaan.

Kegunaan menggiring bola sangat besar untuk membantu penyerangan untuk menembus pertahanan lawan. Menggiring bola berguna untuk mengontrol bola dan menguasanya sampai seorang rekan satu tim bebas dan memberikannya dalam posisi yang lebih baik. Menggiring bola merupakan salah satu teknik yang penting dalam permainan sepakbola dan

mutlak harus dikuasi oleh setiap pemain. Hal ini dapat diamati dalam suatu pertandingan sepakbola, jika terdapat dua kesebelasan yang sedang bertanding, maka kesebelasan yang pemainnya memiliki teknik menggiring bola lebih baik lebih berpeluang untuk memenangkan pertandingan. Seperti yang dikatakan Que dalam Supriadi (2015:4) menyatakan bahwa menggiring bola yang baik akan menyebabkan kehancuran pertahanan lawan.

Menurut Gilang dalam Iman (2013:2) menyatakan menggiring bola adalah mengubah arah dan kecepatan bola dengan sentuhan-sentuhan kaki yang cepat. Oleh sebab itu, dalam menggiring bola, kelincihan dan kecepatan sangat diperlukan. Terlebih lagi, menurut Sucipto, dkk dalam Supriadi (2015:5) menyatakan bahwa menggiring bola adalah menendang bola terputus-putus atau pelan-pelan, oleh karena itu bagian yang dipergunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang digunakan untuk menendang. Berdasarkan pernyataan tersebut, maka menggiring bola dapat dibedakan atas 3 jenis: (1) menggiring bola dengan menggunakan sisi kaki bagian dalam; (2) menggiring bola dengan menggunakan sisi kaki bagian luar dan (3) menggiring bola dengan menggunakan punggung kaki.

Dari beberapa pendapat yang telah dijelaskan dapat disimpulkan bahwa kemampuan menggiring bola adalah kemampuan dalam memindahkan bola dari satu tempat ke tempat yang lain, dengan cara

menyentuh bola dengan sisi kaki bagian dalam, luar dan depan secara berulang-ulang di permukaan tanah dan pandangan mata tidak selalu ke bola.

2.1.3. Hakekat Koordinasi (*coordination*) Mata-Kaki

Permainan sepak bola adalah olahraga yang sangat membutuhkan suatu tingkat organisasi yang tinggi, dimana di dalam permainan seorang pemain harus dapat menggabungkan beberapa unsur kemampuan gerak menjadi satu bentuk gerak yang halus dan efisien. Menurut Suharno dalam Pratama (2017:21) bahwa “Koordinasi adalah kemampuan atlet untuk merangkaikan gerak menjadi satu gerakan yang utuh dan selaras”. Bill Foran dalam Supriadi (2015:8) menyatakan bahwa koordinasi diakui sebagai kemampuan tubuh untuk menggabungkan dua atau lebih pola gerakan dalam mencapai tujuan tertentu. Koordinasi mempunyai kegunaan: mengkoordinasikan beberapa gerakan agar menjadi satu gerakan yang utuh dan serah, efisiensi dan efektif dalam penggunaan tenaga untuk menghindari terjadinya cedera, mempertajam berlatih, menguasai teknik, untuk dapat memperkaya teknik dalam bertanding, kesiapan mental atlet lebih mantap untuk menghadapi pertandingan.

Koordinasi yang dipergunakan dalam penelitian ini yaitu koordinasi mata-kaki. Jadi yang dimaksud dengan koordinasi mata-kaki dalam penelitian ini adalah koordinasi antara mata (penglihatan) dengan kaki pada saat pemain melakukan *dribble* atau kemampuan menggiring bola pada

permainan sepak bola. Dengan komponen koordinasi mata-kaki, seorang pemain sepakbola akan dapat melakukan menggiring bola dengan baik dan cepat, karena pemain tersebut akan dapat menggabungkan beberapa elemen gerak menggiring bola menjadi satu pola gerak menggiring bola yang halus, efisien dan harmonis. Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa koordinasi mata-kaki adalah kemampuan seseorang dalam melakukan ketepatan dan kesempurnaan gerak otot dari satu pola gerak ke pola gerak berikutnya dengan efisien gerak yang dilakukan melalui keterpaduan penglihatan dengan gerakan kaki.

2.1.4. Hakekat Kelincahan

Istilah kelincahan sering kali disamakan dengan koordinasi kemampuan gerakan, keterampilan, kemampuan menggerakkan otot-otot atau kecekatan. Defenisi kelincahan menurut Irianto dalam Pratama (2017:21) mengatakan “Kelincahan merupakan kemampuan biomotor dari unsur-unsur kemampuan fisik secara umum, yaitu keterampilan untuk mengubah arah gerakan tubuh bagian tubuh secara tiba-tiba. Sedangkan menurut Kirkendall dalam Pratama (2017:21) menyatakan bahwa “Kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara cepat dan tepat”. Moeloek dan Tjokro dalam Budi (2015:5) menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi kelincahan adalah tipe tubuh, usia, jenis kelamin, berat badan, kelelahan. Pemain yang lincah adalah pemain yang bergerak tanpa kehilangan keseimbangan dan

kesadaran akan posisi tubuhnya, demikian halnya dalam gerakan menggiring bola, seorang pemain yang lincah akan mampu lolos dari hadangan atau kawalan lawan.

Dari beberapa pendapat yang telah dijelaskan maka dapat disimpulkan bahwa kelincahan adalah kemampuan untuk merubah arah dan posisi tubuh secara cepat dan efektif tanpa ada gangguan keseimbangan. Dan faktor-faktor yang mempengaruhi kelincahan antara lain yaitu kecepatan, keseimbangan, kekuatan. Dari pendapat tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa seseorang yang mempunyai kordinasi yang baik, maka kelincahannya juga akan baik. Dengan demikian seseorang yang mempunyai kelincahannya kurang diberikan latihan koordinasi yang dapat meningkatkan kelincahannya.

2.1.5. Hakikat Ekstrakurikuler

Selain melakukan kegiatan pembelajaran dalam jam pelajaran sekolah, sekolah sebagai lembaga formal memiliki kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan ini bisa dilakukan didalam jam pelajaran maupun di luar jam pelajaran sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler diadakan untuk menambah kegiatan dan pengetahuan siswa di luar jam pelajaran tatap muka, dengan kegiatan ekstrakurikuler diharapkan dapat mengarahkan siswa untuk melakukan hal-hal positif yang bermanfaat bagi dirinya. Kegiatan ini biasa juga digunakan sebagai sarana atau wadah bagi para siswa yang aktif dalam berorganisasi atau memiliki keahlian dibidang olahraga, musik maupun

kegiatan lainnya. Pengertian ekstrakurikuler menurut kamus besar Bahasa Indonesia dalam Umam (2016:9) yaitu “Suatu kegiatan yang berada di luar program yang tertulis didalam kurikulum seperti latihan kepemimpinan dan pembinaan siswa.”

Sudjana dalam Umam (2016:9) menjelaskan definisi kegiatan ekstrakurikuler, bahwa: Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diadakan di luar jam sekolah yang dimaksudkan untuk lebih memantapkan pembentukan kepribadian, dan untuk lebih mengaitkan antara pengetahuan yang diperoleh dalam program kurikulum dan keadaan serta kebutuhan lingkungan. Menurut Usman dan Lilis Setiawati dalam Muhaimin (2012:28) ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran baik dilaksanakan di sekolah maupun di luar sekolah dengan maksud untuk lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimilikinya dari berbagai bidang studi. Sedangkan menurut Sunendar dalam Umam (2016:9) “Pembelajaran ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan untuk aktivitas yang dirancang.

Menurut Badan Pengembangan dan Penelitian Depdiknas dalam Umam (2016:10) mengenai visi kegiatan ekstrakurikuler menyebutkan bahwa “Visi kegiatan ekstrakurikuler adalah untuk berkembangnya potensi, bakat dan minat secara optimal, serta tumbuhnya kemandirian dan kebahagiaan peserta didik yang berguna untuk diri sendiri, keluarga dan masyarakat.” Sedangkan misi dari kegiatan ekstrakurikuler adalah untuk (a).

Menyediakan sejumlah kegiatan yang dapat dipilih oleh peserta didik sebagai kegiatan pengembangan diri di luar mata pelajaran, (b) Menyelenggarakan kegiatan di luar mata pelajaran dengan mengacu kepada kebutuhan, potensi, bakat dan minat peserta didik. (Balitbang Depdiknas, dalam Umam (2016:10). Sedangkan menurut Suryosubroto dalam Muhaimin (2012:28) tujuan ekstrakurikuler ditentukan dan diarahkan sesuai dengan tujuan institusional dari lembaga pendidikan yang bersangkutan. Dengan kata lain, kegiatan ekstrakurikuler harus sejalan dan menunjang kegiatan sekolah atau lembaga pendidikan yang bersangkutan.

Ekstrakurikuler adalah kegiatan diluar jam pelajaran sekolah biasa, yang dilakukan di sekolah atau di luar sekolah dengan tujuan untuk memperluas pengetahuan siswa, mengenai hubungan antara mata pelajaran, menyalurkan bakat dan minat, serta melengkapi pembinaan manusia seutuhnya. Kegiatan ini dilakukan berkala atau hanya dalam waktu-waktu tertentu dan ikut dinilai, Yudha M. Saputra dalam Akhmad Muhaimin (2012:29).

Berdasarkan penjelasan yang telah diuraikan pengertian dapat disimpulkan bahwa ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diadakan oleh pihak sekolah dengan tujuan untuk menambah pengetahuan, wawasan dan kegiatan yang bersifat positif baik untuk sekedar menyalurkan hobi atau untuk mengisi waktu luang dengan hal-hal positif diluar jam pelajaran. Terdapat beberapa jenis kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan di SMP

Negeri 1 Bangun Purba, yaitu ekstrakurikuler olahraga antara lain: sepakbola, bolabasket, dan bola voli. Disamping ekstrakurikuler olahraga terdapat ekstrakurikuler pramuka, musik, KIR, dan masih banyak lagi kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan di sekolah.

2.2. Penelitian yang Relevan

Beberapa penelitian yang relevan di bawah ini diharapkan bisa membantu memberikan arahan agar penelitian lebih fokus. Penelitian tersebut antara lain:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Farruk (2009), dengan judul Hubungan Kecepatan Dan Kelincahan Dengan Keterampilan Menggiring bola. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknis tes dan pengukuran. Sampel yang digunakan adalah siswa SMAN 1 Tanjungsari yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola yang berjumlah 29 orang. Hasil penelitian yang diperoleh adalah; (1) Ada hubungan antara kecepatan dengan keterampilan menggiring bola, hal ini ditunjukkan $r = 0,643$ dengan $p = 0,003$ (signifikan). (2) ada hubungan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola, hal ini ditunjukkan $r = 0,707$ dengan $p = 0,007$ (signifikan). (3) ada hubungan antara kecepatan dan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola, hal ini ditunjukkan $F = 8,705$ dengan $p = 0,003$ (signifikan).
2. Penelitian yang dilakukan oleh Aryanto (2006), dengan judul Hubungan Koordinasi dan Keseimbangan dengan kemampuan Mengontrol Bola. Metode yang digunakan adalah metode survei dengan teknis tes. Sampel yang digunakan adalah pemain sekolah sepakbola Bintang Muda Arum (SBB BMA) Sleman usia 14-16 tahun sebanyak 30 orang. Hasil penelitian untuk variabel koordinasi yaitu r (hitung) $0,365 > r$ (tabel) $0,361$. Sedangkan hasil untuk variabel keseimbangan yaitu r (hitungan) $0,379 > r$ (tabel) $0,361$. Kesimpulan menunjukkan adanya hubungan signifikan antara koordinasi dan keseimbangan dengan kemampuan mengontrol bola.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Siswoyo (2003) berjudul “Hubungan antara Kecepatan 50 M, Kelincahan, dan Penguasaan Bola terhadap Prestasi Menggiring Bola dalam Sepakbola”. Hasil Penelitian menunjukkan masing-masing peubah dengan kemampuan menggiring bola adalah lari 50 M = $0,688$, $p < 0,05$ (signifikan). Kelincahan = $0,620$, $p < 0,005$ (signifikan). Penguasaan bola = $0,637$, $p < 0,05$

(signifikan). Hubungan antara kecepatan lari 50 M, kelincahan, dan penguasaan bola terhadap prestasi menggiring bola $R_y(1, 2, 3) = 0,97$ dengan f Regresi = 15.070 < F tabel = 2,98 pada taraf 33 signifikansi 5% (signifikan). Sumbangan variabel lari 50 M = 23,13%, kelincahan = 19,79%, dan penguasaan bola 20,56%. Sumbangan dari ketiga variabel tersebut 63,5%

2.3. Kerangka Berpikir

SMP Negeri 1 Bangun Purba mempunyai prestasi yang kurang membanggakan dalam bidang olahraga khususnya sepakbola. Hal tersebut dibuktikan dengan gagalnya SMP Negeri 1 Bangun Purba menjadi yang terbaik dalam kejuaraan-kejuaraan yang diikutinya. Kegagalan tim sepakbola SMP Negeri 1 Bangun Purba dalam kejuaraan yang diikuti dapat disebabkan beberapa faktor. Salah satunya adalah faktor *skill* dan teknik yang dimiliki oleh para pemain itu sendiri. Untuk bisa bermain sepakbola dengan baik seorang pemain harus terlebih dahulu menguasai teknik-teknik dasar dalam sepakbola seperti *passing*, *dribbling*, dan *shooting*.

Dribbling merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi permainan sepakbola, *dribbling* sendiri dapat dipengaruhi oleh kelincahan dan memerlukan koordinasi yang bagus. Oleh karena itu *dribbling* harus diberikan porsi yang lebih dalam latihan ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Bangun Purba.

2.4. Hipotesis Penelitian

Hipotesa penelitian adalah jawaban sementara terhadap pertanyaan-pertanyaan penelitian. Jadi para peneliti akan membuat hipotesa dalam penelitiannya, yang bertujuan untuk menjadikannya sebagai acuan dalam

menentukan langkah selanjutnya agar dapat membuat kesimpulan-kesimpulan terhadap penelitian yang dilakukannya.

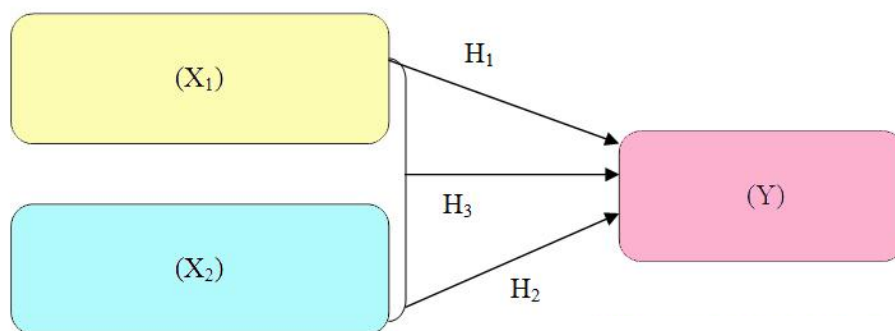
- a. Ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan teknik dasar menggiring bola.
- b. Ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan teknik dasar menggiring bola.
- c. Ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki dan kelincahan terhadap kemampuan teknik dasar menggiring bola.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1. Jenis Penelitian dan Desain Penelitian

Arikunto dalam Budi (2015:6) metode penelitian adalah cara yang digunakan penelitian dalam mengumpulkan data penelitian. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional, yang hendak menyelidiki ada tidaknya korelasi antara variabel bebas dan variabel terikat. Yang menjadi variabel bebas dalam penelitian ini adalah Koordinasi Mata-Kaki (X_1) dan Kelincahan (X_2) sedangkan variabel terikatnya adalah menggiring bola (Y). Teknik pengumpulan data menggunakan survei dengan teknik tes dan pengukuran. Adapun desain penelitian sebagai berikut:



Gambar 3.1. Desain Hubungan antara Variabel Bebas dan Variabel Terikat

Keterangan:

X_1 : Kordinasi mata-kaki (variabel bebas)

X_2 : Kelincahan (variabel bebas)

Y : Kemampuan kemampuan teknik dasar menggiring bola
(Variabel Terikat)

3.2. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 26 Januari 2019 penelitian ini bertempat di lapangan SMP Negeri 1 Bangun Purba.

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1. Populasi

Hadi dalam Deni Setya Budi (2015:6) Populasi adalah sejumlah penduduk atau individu yang paling sedikit mempunyai satu sifat yang sama. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Bangun Purba sebanyak 30 anak yang terdiri atas kelas VII, VIII, dan IX.

3.3.2. Sampel

Sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah jumlah populasi yang ada, yaitu sebanyak 30 anak yang terdiri atas kelas VII, VIII, dan IX.

3.4. Defenisi Operasional Penelitian

Untuk menghindari kesalah pahaman dalam menginterpretasikan istilah-istilah yang dipakai, maka ada istilah yang perlu dijelaskan sebagai berikut:

1. Kelincahan merupakan kemampuan biomotor dari unsur-unsur kemampuan fisik secara umum, yaitu keterampilan untuk mengubah arah gerakan tubuh bagian tubuh secara tiba-tiba.
2. Koordinasi adalah kemampuan atlet untuk merangkaikan gerak menjadi

satu gerakan yang utuh dan selaras.

3. Menggiring bola adalah mengubah arah dan kecepatan bola dengan sentuhan-sentuhan kaki yang cepat. Oleh sebab itu, dalam menggiring bola, kelincahan dan kecepatan sangat diperlukan
4. Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diadakan di luar jam sekolah yang dimaksudkan untuk lebih memantapkan pembentukan kepribadian, dan untuk lebih mengaitkan antara pengetahuan yang diperoleh dalam program kurikulum dan keadaan serta kebutuhan lingkungan.

3.5. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini teknik pengumpulan data yang digunakan adalah teknik tes dan pengukuran. Tes menggiring bola menggunakan *Zig Zag Test*, tes koordinasi mata-kaki menggunakan *Mitchell test*, dan tes kelincahan menggunakan *Dodging Run Test*. Pelaksanaan dan penilaian disesuaikan dengan pelaksanaan yang ada pada setiap tes untuk mencari hasil tes yang terbaik.

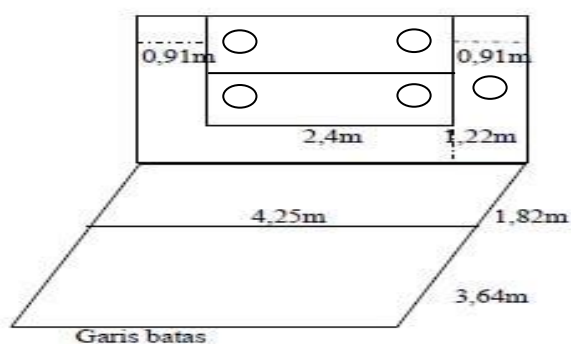
3.6. Instrumen Penelitian

Instrumen bisa disebut juga sebagai sebuah alat untuk mengumpulkan informasi suatu hal dan instrumen pengumpulan data yang sebenarnya yaitu alat evaluasi. Menurut Suharsimi Arikunto dalam Anwari (2016:36), secara garis besar alat evaluasi digolongkan menjadi dua macam yaitu tes dan non tes. Menurut Suharsimi Arikunto dalam Anwari (2016:36)

untuk mengukur ada atau tidak, serta besarnya kemampuan objek yang diteliti digunakan tes. Instrumen yang berupa tes ini dapat digunakan untuk mengukur kemampuan dasar, pencapaian atau prestasi. Instrumen yang digunakan dalam pengambilan data masing-masing variable sebagai berikut:

3.6.1 Tes Koordinasi Mata-Kaki

Untuk mengetahui koordinasi mata-kaki pemain, maka tes yang akan diuji menggunakan tes memantulkan bola ke sasaran. Tujuannya yaitu untuk kemampuan mengkoordinasikan antara mata-kaki pada saat melakukan tendangan pada sasaran. Hasil yang dicapai dalam melakukan sepakan dengan masuk sasaran selama 20 detik dihitung sebagai nilai tes koordinasi mata-kaki. Tes koordinasi mata-kaki dilakukan dengan menggunakan Mitchell Soccer Tes yang dikutip oleh Ngatman dalam Saputra (2016:46). Tujuan tes ini adalah untuk mengukur koordinasi mata-kaki. Berikut gambar pelaksanaan koordinasi Mata-Kaki (Mitchel JR Ngatman, dalam Saputra (2016:46).



Gambar 3.3. Pelaksanaan Tes Koordinasi Mata-Kaki (Mitchel JR Ngatman, Sumber: Rama Saputra (2016:46)

Tabel 3.2. Norma Tes Koordinasi Mata-Kaki

Putra	Klasifikasi
3-4	Sangat Kurang
5-6	Kurang
7-8	Sedang
9-10	Cukup
11-12	Baik
> 13	Baik Sekali

Sumber: Rama Saputra (2016:46)

Pelaksanaan tes :

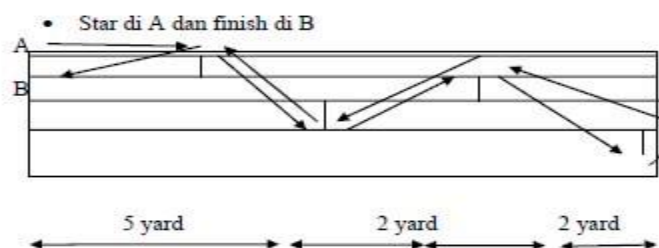
- 1) Testi menendang bola ke daerah sasaran setelah tanda atau aba-aba diberikan.
- 2) Bola pantul dikontrol, kemudian ditendang kembali secara terus menerus selama 20 detik.
- 3) Saat memantulkan bola dikontrol baik atau anggota bada yang lain diperbolehkan, kecuali lengan.
- 4) Jika bola mental jauh harus dikejar, kemudian di bawa ke belakang garis batas dengan mempergunakan
- 5) Kaki (harus di dribbling), kemudian ditendang lagi kesasaran untuk melanjutkan tes sampai waktunya habis.
- 6) Setiap bola yang menyentuh lengan, skornya dikurangi satu.
- 7) Dilakukan 3 kali dalam 20 detik (secara berurutan).
- 8) Skor akhir adalah jumlah skor dari 3 kali pengulangan dan diambil skor terbaik.
- 9) Reliabilitas
realibilitas sebesar 0,89.

10) validitas

validitas sebesar 0,76.

3.6.2 Tes Kelincahan

Untuk mengetahui kelincahan pemain, maka tes yang akan di uji menggunakan *Tes Dodging Run* (Ismaryanti, dalam Saputra (2016:48)). *Tes Dodging Run* untuk mengukur kemampuan mengubah arah berlari. Hasil tes dicatat waktu tercepat dari tiga kali kesempatan. Berikut gambar pelaksanaan *Dodging Run Test*:



Gambar 3.4. Pelaksanaan *Dodging Run Test*
Sumber: Ismaryanti, dalam Rama Saputra (2016:48)

Tabel 3.3. Norma Tes Kelincahan

Putra	Klasifikasi
8,04-9,04	Sangat Kurang
9,05-10,04	Kurang
10,05-11,04	Sedang
11,05-12,04	Cukup
12,05-13,04	Baik
> 13,05	Baik Sekali

Sumber: Rama Saputra (2016:48)

Pelaksanaan tes:

1. Tujuan

Untuk mengukur kelincahan seseorang.

2. Alat/perlengkapan

- a) Garis start sepanjang 1,83 meter. Rintangan pertama di depan garis start sejauh 3,66 meter. Rintangan kedua di depan rintangan pertama 1,83 meter. rintangan ketiga dan ke empat masing-masing sejauh 1,83 meter.
- b) *Stopwatch*.
- c) *Skoon*/marka.
- d) Pita warna atau lakban untuk membuat garis/tanda pada lapangan.
- e) Peluit.
- f) Formulir dan alat tulis

3. Pelaksanaan

- a) *Testee* berdiri pada garis start.
- b) Setelah aba-aba “ya” *testee* berlari secepatnya mengintari *scoon* yang sudah diatur letaknya sedemikian rupa dan berhenti/*finish* dekat tempat start semula.
- c) Waktu tempuh dicatat sebagai data kelincahan.
- d) *Testee* diberi kesempatan sebanyak 2 kali percobaan.

4. Penilaian

diambil nilai tes yang tercepat dari 2 kali kesempatan dan diambil hasil yang terbaik.

5. Reliabilitas

Reliabilitas tes ini 0,86.

3.6.3 Tes Menggiring Bola

Tes kemampuan menggiring bola dilakukan dengan menggiring bola Zig-zag dengan melewati 10 tiang pancang. Dengan jarak 2 meter untuk tiap pancang. Tes melakukan dengan menggiring bola melalui sela-sela pancang. Setelah sampai pada tiang pancang ke-10, bola harus digiring menuju start sepanjang 20 meter, Ngatman dalam Saputra (2016:46)

Pelaksanaan tes:

1. Tujuan

Untuk mengukur kemampuan menggiring bola

2. Alat/perlengkapan

- a) Lapangan
- b) 10 buah pancang ukuran 2 meter
- c) Stopwatch
- d) Bola
- e) Tali panjang 20 meter
- f) Meteran
- g) Kapur
- h) Formulir dan alat tulis

3. Pelaksanaan

- a) Aba-aba “siap” testee berdiri dibelakang garis start dengan bola siap untuk digiring.

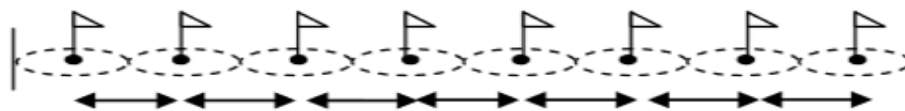
- b) Pada aba-aba “ya” *testee* mulai menggiring bola dengan melewati setiap pancang secara urut.
- c) Kalau terjadi kesalahan, maka harus diulang di mana kesalahan terjadi.
- d) Diperkenankan menggiring bola dengan salah satu kaki atau dengan kedua kaki bergantian.
- e) Pada aba-aba “ya” *stopwatch* dihidupkan dan diamati pada saat *testee* atau bolanya yang terakhir melewati garis finish.
- f) Setiap *testee* diberi 2 kali kesempatan.

4. Penilaian

Diambil nilai tes yang tercepat dari 2 kali kesempatan menggiring bola yang dicatat sampai persepuluh detik dan diambil skor terbaik.

5. Reliabilitas

Reliabilitas tes ini 0,963.



Gambar 3.2. Pelaksanaa Tes Menggiring Bola
Sumber: Rama Saputra (2016:46)

Tabel 3.1. Norma Tes Kemampuan Teknik Dasar Menggiring Bola

Putra	Klasifikasi
16,16-17,16	Sangat Kurang
17,17-18,16	Kurang
18,17-19,16	Sedang
19,17-20,16	Cukup
20,17-21,16	Baik
> 21,17	Baik Sekali

Sumber: Rama Saputra (2016:46)

3.7. Analisa Data

Sebelum melakukan uji hipotesis data dideskripsikan dengan rumus interval kelas yaitu dengan rumus sebagai berikut :

Sangat tinggi : $X \geq M + 1,5 \text{ SD}$

Tinggi : $M + 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 1,5 \text{ SD}$

Sedang : $M - 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 0,5 \text{ SD}$

Rendah : $M - 1,5 \text{ SD} \leq X < M - 0,5 \text{ SD}$

Sangat rendah : $X < M - 1,5 \text{ SD}$

Keterangan :

M = Mean

SD = Standar deviasi

Setelah semua data terkumpul dari seluruh responden atau sumber data lain, langkah selanjutnya adalah diuji prasyarat terlebih dahulu. Langkah selanjutnya analisis data, sehingga data tersebut dapat ditarik kesimpulan. Dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis Korelasi *Product* Momen dari Pearson untuk menjelaskan rerata (*mean*) dan simpangan baku, hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat.

3.7.1. Uji Persyaratan Analisis Data

Suatu data agar dapat dianalisis menggunakan statistik parametrik atau non parametrik, maka perlu dilakukan uji prasyarat terlebih dahulu. Uji prasyarat dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah data yang akan dianalisis sudah memenuhi syarat atau belum, sehingga dapat menentukan langkah berikutnya. Adapun uji prasyarat tersebut adalah uji normalitas dan uji hipotesis.

a. Uji Normalitas

Pengujian normalitas data dimaksudkan untuk menguji apakah sebaran data yang digunakan berasal distribusi normal atau tidak. Uji normalitas digunakan untuk mengetahui kepastian sebaran data yang diperoleh terhadap data yang bersangkutan. Jika ternyata asumsi yang diambil menyimpang bukan saja langkah yang diambil dalam penelitian tidak dapat dipertanggung jawabkan tetapi juga salah. Menguji normalitas dimaksudkan untuk menjamin dapat dipertanggung jawabkannya langkah-langkah statistik selanjutnya, sehingga kesimpulan yang diambil juga dapat dipertanggung jawabkan. Dalam penelitian ini untuk menguji normalitas data digunakan teknik menggunakan rumus *Lilliefors*. Uji *Lilliefors* dapat digunakan untuk keperluan pengujian normalitas. Dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

Pengujian normalitas menggunakan Uji *Lilliefors* dibantu dengan nilai signifikansi tiap-tiap variabel lebih besar dari berarti distribusi datanya normal

3.7.2. Uji Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian untuk membuktikan kebenaran hipotesis yang telah dikemukakan, maka dilakukan pengujian hipotesis. Uji hipotesis dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat baik secara sendiri-sendiri maupun bersama-sama. Untuk memperoleh gambaran mengenai hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat, dalam menguji hipotesis analisis yang digunakan yaitu analisis regresi ganda dan korelasi. Analisis regresi berganda dilakukan dengan memasukkan tiga buah variabel yang terdiri dari koordinasi mata-kaki (X1) dan kelincahan (X2) serta satu variabel terikat yaitu kemampuan menggiring bola (Y).

a. Menghitung Koefisien Korelasi Masing-Masing Prediktor

Adapun untuk menghitung koefisien korelasi masing-masing prediktor menggunakan rumus korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson. Adapun rumusan korelasi *Product Moment* . Sugiyono (2015:255) adalah sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{n\sum X_1 Y_i - (\sum X_1)(\sum Y_i)}{\sqrt{\{n\sum X_1^2 - (\sum X_1)^2\} \{n\sum Y_i^2 - (\sum Y_i)^2\}}}$$

Keterangan:

R_{xy} : Angka indek korelasi *r product moment*
 $\sum x$: Jumlah nilai data x
 $\sum y$: Jumlah nilai data y
 n : Banyak data
 $\sum xy$: Jumlah hasil perkalian antara skor x dan y

Pengujian lanjutan untuk menentukan apakah koefisien korelasi yang didapat bisa digunakan untuk generalisasi atau mewakili populasi, maka digunakan uji signifikansi dari uji t. Maka nilai r pearson yang didapat digunakan untuk menghitung nilai t hitung.

Berikut rumusnya:

$$t_{\text{hitung}} = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

Keterangan :

t : keber korelasi

r : koefisien korelasi

n : jumlah testi

Nilai t hitung yang di dapat nantinya kita bandingkan dengan nilai t tabel. Apabila t hitung > t tabel pada derajat kepercayaan tertentu, misal 95 % maka berarti signifikan atau bermakna.

b. Mencari Koefisien Korelasi Ganda

Korelasi ganda digunakan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi variabel X_1 dan X_2 secara bersama-sama terhadap variabel Y. Adapun rumusnya sebagai berikut.:

Koefisien korelasi ganda

$$R_{y1.2} = \frac{\sqrt{r^2_{y1} + r^2_{y2} - 2r_{y1}r_{y2}r_{12}}}{1 - (r^2_{12})}$$

Keterangan:

- R_y : Koefisien korelasi ganda
 r_{y1} : Koefisien korelasi antara x_1 dan y
 r_{y2} : Jumlah koefisien korelasi x_2 dan y
 $r_{1.2}$: Jumlah koefisien x_1 dan x_2

Uji signifikansi Koefisien korelasi ganda yang dikemukakan oleh sebagai berikut:

$$F_{\square} = \frac{R^2/k}{(1 - R^2)/(n - k - 1)}$$

Keterangan:

- R : Koefisien korelasi ganda
 k : Jumlah variabel independen
 n : Jumlah anggota sampel