

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan bagian dari aktivitas sehari-hari manusia yang berguna untuk membentuk jasmani dan rohani yang sehat. Pada saat ini olahraga memberikan kontribusi yang positif dan nyata bagi peningkatan kesehatan masyarakat. Selain itu olahraga juga turut berperan dalam peningkatan kemampuan bangsa dalam melaksanakan sistem pembangunan yang berkelanjutan.

Olahraga telah menjadi kebutuhan bagi masyarakat untuk menjaga serta meningkatkan kondisi fisik agar tetap bersemangat dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari serta memiliki kemampuan untuk berprestasi. Hal ini sesuai dengan tujuan khusus dari aktivitas berolahraga yaitu: aktivitas olahraga yang bertujuan pendidikan, aktifitas olahraga yang bertujuan untuk rekreasi, aktifitas olahraga yang bertujuan untuk kesegaran jasmani, aktifitas olahraga yang bertujuan untuk prestasi.

Sepak bola merupakan olahraga paling populer di dunia dan permainan mendunia hampir semua negara di Eropa, Amerika selatan, Asia, dan Afrika. Sepak bola dikenal secara Internasional sebagai "*Soccer*", olahraga ini seakan telah menjadi bahasa persatuan bagi berbagai bangsa sedunia dengan berbagai latar belakang sejarah dan budaya, sebagai alat pemersatu dunia yang sanggup melampaui batas-batas perbedaan politik, etnik dan agama.

Daya tarik sepak bola secara umum sebenarnya bukan lantaran olahraga ini mudah dimainkan, tetapi karena sepak bola lebih banyak menuntut keterampilan pemain dibandingkan olahraga lain. Dengan keterampilan yang dimilikinya, seorang pemain dituntut bermain bagus, mampu menghadapi tekanan-tekanan yang terjadi dalam pertandingan di atas lapangan dengan waktu yang terbatas, belum kelelahan fisik dan lawan tanding yang tangguh. Pengetahuan tentang taktik dan strategi karena sangat penting.

Perkembangan olahraga sepak bola juga didukung sepenuhnya oleh masyarakat dan pemerintah, hal ini terbukti dengan adanya turnamen antar *club* yang diadakan oleh berbagai daerah maupun turnamen resmi lainnya. Sebagaimana dijelaskan dalam Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional Republik Indonesia Nomor: 3 Tahun 2005. Tentang pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi pada Pasal 27 Ayat: 4 yang menyatakan bahwa:

“Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuhkembangkan serta pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan”.

Guna meraih prestasi sepakbola yang baik, di samping usaha pembinaan dan pelatihan yang teratur, terarah dan berkelanjutan, hendaknya pembinaan tersebut diarahkan kepada pembinaan kondisi fisik sebagai faktor yang paling dominan terhadap keberhasilan dalam meraih prestasi puncak. Komponen kondisi fisik tersebut terdiri dari: Daya tahan, Kekuatan,

Kecepatan, Daya ledak, Kelentukan, Keseimbangan, Koordinasi, Kelincahan, Ketepatan dan Reaksi. Masing-masing komponen tersebut harus berada pada tingkat maksimal sesuai dengan tuntutan dari masing-masing cabang olahraga. Dalam cabang olahraga sepakbola hampir setiap kondisi fisik menjadi dominan dalam suatu pertandingan sepakbola.

Permainan sepak bola pada dasarnya bertujuan untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mempertahankan gawangnya agar lawan tidak mampu mencetak gol. Sepakbola merupakan permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing terdiri dari sebelas orang pemain, setiap regu berusaha memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mempertahankan gawangnya sendiri, untuk itu diperlukan kerjasama dan tolong-menolong di antara teman dalam satu regu. Permainan sepakbola memerlukan berbagai teknik untuk digunakan seperti *Dribbling*, *Passing*, *Controlling*, *Shooting*, *Heading*, dan teknik khusus penjaga gawang.

Ada 4 jenis teknik dasar menggiring bola yaitu: (1) menggiring bola dengan bagian samping atau dalam kaki, (2) menggiring bola dengan kura-kura bagian dalam kaki, (3) menggiring bola dengan kura-kura kaki, (4) menggiring bola dengan kura-kura bagian luar kaki. Menggiring bola tidak hanya membawa bola menyusuri permukaan tanah atau lapangan dan lurus kedepan melainkan rintangan menghadapi lawan yang jaraknya terlalu dekat, sehingga seorang pemain diharapkan memiliki kemampuan menggiring bola dengan baik. *Dribbling* atau menggiring merupakan keterampilan dasar dalam

sepak bola dan semua pemain harus mampu membawa bola saat sedang bergerak, berdiri atau bersiap melakukan operan atau tembakan.

Khusus dalam teknik *Dribbling* (menggiring bola) pemain harus menguasai teknik tersebut dengan baik. Teknik *Dribbling* sangat berpengaruh terhadap permainan para pemain sepak bola. Agar dalam menggiring bola berhasil dengan baik, pemain harus mempunyai kemampuan mengontrol bola, kemampuan melakukan gerak tipu, kemampuan mengubah arah, dan pemain harus selalu memperhatikan situasi atau posisi lawan maupun teman.

Permainan sepak bola merupakan permainan yang melibatkan kerjasama tim, setiap pemain harus memiliki kemampuan fisik yang baik untuk menunjang keterampilan bermain sepak bola. Tingkatan keterampilan pada cabang olahraga merupakan hal yang membedakan seorang dengan lainnya. Seperti pada cabang olahraga sepak bola semakin baik seseorang dalam menggiring, menembak, dan mengoper maka semakin besar kemungkinannya untuk menjadi seorang pemain yang handal.

Selain teknik *dribbling*, kelincahan dan kecepatan sebagai salah satu unsur fisik yang mendukung penguasaan teknik bermain sepak bola mempunyai peranan didalam pencapaian prestasi yang optimal. Siswa yang mempunyai kelincahan dan kecepatan lari yang baik tidak akan mengalami kesulitan dalam melakukan serangan maupun pertahanan dan mengecoh lawan. Untuk itu kelincahan dan kecepatan harus dimiliki oleh setiap siswa. Komponen teknik bermain yang berupa kelincahan dan kecepatan sangat

diperlukan dalam sepakbola sehingga penting untuk dilatihkan dan ditingkatkan melalui metode-metode yang tepat serta latihan yang teratur.

SMA N 1 Pagaran Tapah merupakan salah satu sekolah yang berada di pagaran tapah yang berdiri pada tahun 2009 yang dikepalai oleh Bapak Edel Zamri, S. Pd. Di sekolah tersebut ada beberapa kegiatan ekstrakurikuler dimana tujuan dari kegiatan ekstrakurikuler yaitu untuk mengembangkan bakat-bakat yang ada pada peserta didik. Adapun salah satu ekstrakurikuler yang ada di SMA tersebut yaitu yang cukup di gemari peserta didik adalah olahraga dalam cabang sepak bola. Tim sepakbola ini pada awalnya cukup berprestasi tetapi akhir-akhir ini prestasi pada tim ini cukup menurun.

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti di SMA N 1 Pagaran Tapah pada hari Sabtu, 8 Februari 2020 pukul 14.00 Wib. Terlihat pada saat latihan penguasaan teknik *dribbling* atau menggiring bola peserta yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola belum baik, misalnya pada saat melakukan *dribbling* perkenaan kaki terhadap bola masih salah. Penguasaan bola saat menggiring masih jauh dari jangkauan atau kaki, pandangan saat *dribbling* masih sering tertuju pada bola, dan kecepatan *dribbling* belum maksimal.

Oleh karena itu, Seorang pelatih sangat berperan penting untuk dapat memberikan berbagai macam bentuk-bentuk latihan yang dapat meningkatkan keterampilan teknik *Dribbling* pemain dalam bermain sepak bola. Pelatih diharapkan untuk dapat lebih kreatif dan inovatif dalam merancang setiap sesi latihan agar peserta ekstrakurikuler sepak bola tidak

mudah bosan saat mengikuti latihan serta lebih mudah memahami latihan yang diberikan.

Adapun faktor yang mempengaruhi kurangnya kemampuan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler SMA N 1 Pagaran Tapah yaitu faktor eksternal diantaranya program latihan tidak berjalan dengan baik, sarana dan prasarana dalam latihan masih kurang memadai. Sedangkan faktor internal di antaranya masih ada beberapa siswa penguasaan teknik dasar menggiring nya masih kurang baik terlihat pada saat latihan,

Pada saat latihan siswa lebih mengutamakan *skill* individu masing-masing pemainnya dalam melakukan serangan untuk menembus pertahanan team lawan, tetapi serangan yang dilakukan sering gagal, terutama pada saat menggiring bola yang mengakibatkan bola mudah direbut pemain lawan. Pada saat menggiring bola, kecepatan yang dimiliki oleh para pemain sangat kurang. Hal ini dilihat ketika menggiring bola, para pemain terlihat seperti sedang lari santai saja sehingga tidak bisa menjauhi lawan yang sedang mengejar.

Kurangnya kelincahan pada siswa terligat pada saat melewati lawan, usaha tersebut sering gagal karena gerakan pemain ketika akan mengecoh terlihat kaku atau tidak memiliki kelincahan yang baik sehingga serangan yang dilakukan sering mendapat kendala atau sering gagal, motivasi untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola pada siswa masih kurang, siswa hanya terfokus pada materi latihan yang didapat siswa tidak ada mencari cara latihan yang lain.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dijelaskan, maka masalah yang timbul dalam penelitian ini dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Program latihan tidak berjalan dengan baik.
2. Sarana dan prasarana dalam latihan masih kurang memadai.
3. Masih ada beberapa siswa kurang menguasai teknik dasar dalam permainan sepakbola seperti menggiring bola.
4. Pada saat latihan siswa lebih mengutamakan *skill* individu.
5. Kecepatan yang dimiliki oleh para pemain sangat kurang.
6. Kurangnya kelincahan pada siswa.
7. Kurangnya motivasi siswa untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola.

1.3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut, maka dapat dibatasi masalah yang diteliti diantaranya Kecepatan (X_1) dan Kelincahan (X_2) sebagai variabel bebas, sedangkan Kemampuan Menggiring Bola pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak bola SMA Negeri 1 Pagaran Tapah (Y) sebagai variabel terikat.

1.4. Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat hubungan Kecepatan dengan Kemampuan Menggiring Bola pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak bola SMA Negeri 1 Pagaran Tapah.

2. Apakah terdapat hubungan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak bola SMA Negeri 1 Pagaran Tapah.
3. Apakah terdapat hubungan Kecepatan dan Kelincahan secara bersama-sama dengan Kemampuan Menggiring Bola pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak bola SMA Negeri 1 Pagaran Tapah.

1.5. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui hubungan Kecepatan dengan Kemampuan Menggiring Bola pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak bola SMA Negeri 1 Pagaran Tapah.
2. Untuk mengetahui hubungan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak bola SMA Negeri 1 Pagaran Tapah.
3. Untuk mengetahui hubungan Kecepatan dan Kelincahan secara bersama-sama dengan Kemampuan Menggiring Bola pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak bola SMA Negeri 1 Pagaran Tapah.

1.6. Manfaat Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk memecahkan permasalahan yang dihadapi dan dapat memberikan manfaat, yaitu:

1. Bagi Penulis, sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi di Program Studi Pendidikan Olahraga Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian dan untuk memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1) Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.

2. Bagi Siswa, sebagai masukan dalam pembelajaran pada bidang Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan agar dapat meningkatkan prestasi pada cabang sepak bola.
3. Bagi Guru, sebagai salah satu sumber referensi guru untuk menambah wawasan dan meningkatkan pengetahuan dalam rangka mengembangkan potensi serta kemampuan mengajar di sekolah.
4. Bagi Pelatih, sebagai salah satu sumber referensi pelatih untuk meningkatkan dan mengembangkan kemampuan siswa khususnya di cabang sepak bola.
5. Bagi Sekolah, melihat potensi-potensi yang dimiliki siswa khususnya pada cabang sepak bola.
6. Bagi Dinas Pendidikan, untuk mengetahui potensi-potensi siswa yang ada di SMA Negeri 1 Pagaran Tapah khususnya dicabang sepak bola.
7. Bagi Perpustakaan, sebagai tambahan referensi di bidang olahraga, sehingga bermanfaat bagi peneliti-peneliti berikutnya.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Kajian Teori

2.1.1. Hakikat Sepa kbola

Luxbacher dalam Nurdin (2016:36) sepak bola merupakan permainan yang menantang secara fisik dan mental. Dapat melakukan gerakan yang terampil di bawah kondisi permainan yang waktunya terbatas, fisik dan mental yang yang lelah dan sambil menghadapi lawan. Sedangkan Sucipto, dkk dalam Pradipta (2014:1069) Sepak bola merupakan permainan beregu yang masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya penjaga gawang.

Sarumpaet dalam Trukbua (2014:5) menyatakan sepak bola merupakan permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari sebelas orang pemain, yang lazim disebut kesebelasan. Masing-masing regu atau kesebelasan berusaha memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke dalam gawang lawan dan mempertahankan gawangnya sendiri agar tidak kemasukan. Dalam usaha-usaha unuk memasukkan atau mencetak gol dan mempertahankan untuk tidak kemasukan bola serta ada peraturan-peraturan permainan yang setiap pemain harus mentaati.

Dermawan dkk dalam Widodo (2018:249) menyatakan memainkan olahraga sepak bola ini, dibutuhkan keterampilan dasar antara lain terdiri dari keterampilan menggiring (*Dribbling*), mengumpan (*Passing*), menghentikan

bola (*Stoping*), menyundul bola (*Heading*), dan menembak (*Shooting*). Setiap pemain sepak bola, idealnya menguasai keterampilan-keterampilan dasar tersebut untuk dapat bermain sepak bola dengan baik.

Mielke dalam Nurdin (2016:36) Sepak bola adalah salah satu olahraga yang populer di dunia. Dalam pertandingan, olahraga ini dimainkan oleh dua kelompok yang berlawanan yang masing-masing berjuang memasukkan bola ke gawang kelompok lawan, dengan masing-masing regu terdiri dari 11 pemain. Dalam permainan sepak bola mengenai definisi dribbling seorang ahli memberi pengertian bahwa dribbling adalah keterampilan dasar dalam sepak bola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat bergerak, berdiri, atau persiap melakukan operan atau tembakan. Sedangkan menurut Menurut Soekarman dalam Sinurat (2016:54) sepak bola adalah olahraga yang memerlukan kecepatan, maka dari itu seorang pesepak bola diwajibkan menguasai teknik-teknik fisik dalam permainan sepakbola.

Batty dalam Kurniawan Dkk (2016:384) menyatakan sepak bola merupakan permainan sederhana yang bertujuan untuk memasukkan bola ke dalam gawang lawan, tanpa menggunakan gawang atau lengan dan tim yang paling banyak mencetak gol menang". Menurut Muhdhor Kurniawan Dkk (2016:384) sepak bola adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim dengan masing-masing beranggotakan 11 orang. Permainan sepak bola bertujuan untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya dengan menggunakan bola kulit berukuran 27- 28 inci".

Ganesha dalam Kurniawan Dkk (2016:384) menjelaskan bahwa sepak bola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan cara menyepak bola yang diperebutkan oleh para pemain dengan tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukan bola.



Gambar: 2.1 Ukuran Lapangan Sepak Bola

Sumber: Johansyah (2015:20)

Dari beberapa pendapat yang menjelaskan tentang hakikat sepak bola penulis dapat menyimpulkan bahwa sepak bola merupakan cabang olahraga yang dimainkan dengan cara menendang sebuah bola yang diperebutkan oleh para pemain dari dua kesebelasan yang berbeda dengan bermaksud memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri jangan sampai kemasukan bola. Selain itu permainan sepak bola merupakan permainan kelompok yang melibatkan banyak unsur, seperti fisik, teknik, taktik dan mental.

2.1.2. Kemampuan Menggiring Bola

Mielke dalam Wiradarma (2016:386) *Dribbling* atau menggiring adalah keterampilan dasar dalam sepak bola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri atau bersiap melakukan operan atau tembakan. Menggiring bola adalah menendang terputus-putus atau pelan-pelan. Oleh karena itu, bagian kaki yang dipergunakan sama dengan kaki yang dipergunakan untuk menendang bola. Adapun tujuan tujuan dari *dribbling* bola adalah untuk melewati lawan, mengarahkan bola ke ruang kosong, melepaskan diri dari kawalan lawan, membuka ruang untuk.

Soekatamsi dalam Effendi (2017:55) menyatakan menggiring bola adalah gerakan lari dengan menggunakan kaki mendorong bola agar tergulir terusmenerus di atas tanah. Selain itu menggiring diartikan juga sebagai seni dalam menggunakan beberapa kaki yang menyentuh atau menggulingkan bola terus-menerus di atas tanah sambil berlari.

Hadiqie dalam Aprianova (2016:64) mendefinisikan bahwa *Dribbling* adalah salah satu keterampilan sepakbola yang sangat dibutuhkan dan dikuasai". Macam-macam teknik menggiring bola ada tiga, yaitu (a) menggiring bola dengan menggunakan kaki bagian dalam, (b) menggiring bola dengan menggunakan kaki bagian luar, (c) menggiring bola menggunakan sisi kaki bagian kura-kura.



Gambar: 2.2 Menggiring Bola
Sumber: Wijianarko (2016:35)



Gambar: 2.3 Menggiring Bola
Sumber: Kurniawan (2015:19)

Menurut Joseph dalam Huda (2011:74) menggiring bola dalam permainan sepakbola memiliki fungsi yang sama dengan cabang olahraga bola basket yaitu memungkinkan kita untuk mempertahankan bola saat berlari melintasi lawan atau maju ke ruang yang terbuka. Gerakan-gerakan yang dilakukan untuk menggiring bola, bergerak sesuai arah bola atauantisipasi terhadap kecepatan gerak bola memerlukan kelincahan yang baik.

Keterlambatan mengantisipasi bola yang akan dikontrol dari kaki ke kaki dapat menyebabkan *dribble* kurang sempurna, tidak terarah, dan memudahkan lawan merebut bola yang sedang dikuasai. Menggiring bola dalam permainan sepakbola memerlukan kecepatan dan kelincahan yang baik, sehingga laju bola yang cepat tetap selalu berada dalam penguasaan.

Dari beberapa penjelasan tentang kemampuan menggiring bola penulis dapat menyimpulkan bahwa menggiring bola adalah bagian dari beberapa jenis teknik dasar dalam permainan sepakbola. Menggiring bola merupakan suatu teknik gerakan yang memerlukan kecepatan dan kelincahan kaki yang cepat dengan tetap menjaga keseimbangan tubuh agar tidak mudah terjatuh apabila diganggu atau dihalangi pihak lawan. Meskipun dalam permainan sepakbola tidak ditentukan berat atau ukuran pemain secara khusus, semua pemain dituntut berlari terus-menerus selama pertandingan berlangsung.

2.1.3. Hakikat Kecepatan

Menurut Scheunemann dalam Kurniawan dkk (2016:387) mengatakan bahwa kecepatan adalah kemampuan melakukan gerakan atau menempuh jarak tertentu dalam kurun waktu yang sesingkat mungkin. Kecepatan juga merupakan jarak tempuh persatuan waktu diukur dalam menit atau skala kuantitas; kecepatan adalah kemampuan melakukan gerakan dalam periode waktu yang pendek.

Menurut Suharno dalam Kurniawan dkk (2016:387) mengelompokkan kecepatan menjadi 3 macam yaitu: 1) Kecepatan *Sprint (Sprinting Speed)*,

yaitu kemampuan untuk bergerak ke depan dengan kekuatan dan kecepatan maksimal. Kecepatan *sprint* sangat dipengaruhi oleh kekuatan otot, panjang tungkai, frekuensi langkah dan teknik lari; 2) Kecepatan reaksi (*Reaction of Speed*), yaitu kemampuan suatu otot untuk beraksi dalam tempo yang singkat setelah mendapat suatu rangsang.

Kecepatan reaksi dipengaruhi oleh system susunan saraf, kemampuan berorientasi terhadap situasi, kemampuan panca indera dalam menerima rangsang, kecepatan lari dan gerak; 3) Kecepatan bergerak (*Speed of Movement*), yaitu kemampuan kecepatan kontraksi semaksimal mungkin sebuah otot atau sekelompok otot dalam satu gerakan yang tak terputus. Kecepatan bergerak dipengaruhi oleh kekuatan dan power otot, kemampuan koodinasi gerakan, kelincahan dan keseimbangan dan penguasaan teknik gerakan. Kecepatan adalah kemampuan untuk meningkatkan kecepatan gerakan dalam jumlah waktu minimal. Bompa dalam Putra (2016:21).

Menurut Sukadiyanto dalam Sinurat (2018:59) kecepatan adalah kemampuan otot atau sekelompok otot untuk menjawab rangsang dalam waktu secepat (sesingkat) mungkin. Kecepatan sebagai hasil perpaduan dari panjang ayunan tungkai dan jumlah langkah. Dimana gerakan panjang ayunan dan jumlah langkah merupakan serangkaian gerak yang sinkron dan kompleks dari sistem *neuromuscular*. Sedangkan menurut Sajoto dalam Sinurat (2018:59) Kecepatan (*speed*) adalah, kemampuan seseorang untuk mengerjakan gerakan berkesinambungan dalam bentuk yang sama dalam waktu yang sesingkat-singkatnya.

Seperti dalam lari cepat, pukulan dalam tinju, balap sepeda, panahan dan lain-lain. Kecepatan adalah kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan yang sejenis secara berturut-turut dalam waktu yang sesingkat-singkatnya, atau kemampuan untuk menempuh suatu jarak dalam waktu yang sesingkat-singkatnya Harsono dalam Sinurat (2018:59)

Menurut Bompa dalam Ihtiarini (2017:118) faktor-faktor yang mempengaruhi kecepatan antara lain ditentukan oleh: keturunan, waktu reaksi, kekuatan (kemampuan mengatasi beban pemberat), teknik, elastisitas otot, konsentrasi, kemauan. Dari beberapa penjelasan yang telah dipaparkan penulis dapat menyimpulkan kecepatan adalah kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan yang sejenisnya secara berturut-turut dalam waktu yang sesingkat-singkatnya, atau kemampuan untuk menempuh suatu jarak dalam waktu yang sesingkat-singkatnya.

2.1.4. Hakikat Kelincahan

Muhajir dalam Daryanto (2016:207) kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk dapat mengubah arah dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak tanpa kehilangan keseimbangan. Kelincahan berkaitan dengan tingkat kelentukan. Tanpa kelentukan yang baik seseorang tidak dapat bergerak dengan lincah. Selain itu faktor keseimbangan berpengaruh terhadap kemampuan kelincahan seseorang.

Holmberg dalam Diputra (2015:42) kelincahan (*agility*) dapat didefinisikan sebagai keterampilan fisik yang memungkinkan individu dengan cepat dan efisien mengubah arah, mempercepat, dan memperlambat

dalam upaya untuk bereaksi dengan tepat. Menurut Ismaryati dalam Rizhardi (2017:113) kelincahan merupakan salah satu komponen jasmani yang sangat diperlukan pada semua aktivitas yang membutuhkan kecepatan perubahan posisi tubuh dan bagian-bagiannya. Oleh karena itu kelincahan sangat dibutuhkan untuk mendapatkan hasil *dribbling* yang baik.

Dengan demikian kelincahan yang baik akan membantu pemain. Teknik yang bagus, fisik yang prima tetapi kalau tidak didukung oleh mental yang bagus juga tidak ada artinya. Teknik, fisik, dan mental bagus tetapi hanya sebahagian pemain saja yang dikondisikan untuk melakukan *dribbling*, *shooting* dan *passing* juga tidak ada artinya, karena seluruh pemain mempunyai kesempatan untuk melakukan berbagai teknik itu sendiri.

Mochamad dalam Muhammad (2018:3) kelincahan atau *agility* adalah kemampuan seseorang dalam merubah arah, dalam posisi-posisi diarena tertentu. Seorang yang mampu merubah satu posisi kesuatu posisi yang berbeda, dengan kecepatan tinggi, dan koordinasi gerak yang baik, berarti kelincahannya cukup tinggi. Menurut Harsono dalam Rohman (2015:3) 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. Kelincahan juga merupakan kemampuan dari seseorang untuk merubah posisi dan arah secepat mungkin sesuai dengan situasi yang dihadapi.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kelincahan menurut Dangsina Moeloek dan Arjadino Tjokro dalam Rohman (2015:3) adalah :

1. Tipe tubuh

Seperti telah dijelaskan dalam pengertian kelincuhan bahwa gerakan-gerakan kelincuhan menuntut terjadinya pengurangan dan pemacuan tubuh secara bergantian. Dimana momentum sama dengan masa dikalikan kecepatan. Dihubungkan dengan tipe tubuh, maka orang yang tergolong *mesomorfi* dan *mesoektomorfi* lebih tangkas dari *sektomorfi* dan *endomorf*.

2. Usia

Kelincuhan anak meningkat sampai kira-kira usia 12 tahun (memasuki pertumbuhan cepat). Selama periode tersebut (3 tahun) kelincuhan tidak meningkat, bahkan menurun. Setelah masa pertumbuhan berlalu, kelincuhan meningkat lagi secara mantap sampai anak mencapai maturitas dan setelah itu menurun kembali.

3. Jenis kelamin

Anak laki-laki menunjukkan kelincuhan sedikit lebih baik dari pada anak wanita sebelum mencapai pubertas. Setelah pubertas perbedaan tampak lebih mencolok.

4. Berat badan

Berat badan yang berlebihan secara langsung mengurangi kelincuhan.

5. Kelelahan

Kelelahan mengurangi ketangkasan terutama karena menurunnya koordinasi. Sehubungan dengan hal itu penting untuk memelihara daya tahan kardiovaskuler dan otot agar kelelahan tidak mudah timbul.

Dari beberapa penjelasan tentang kelincahan jadi penulis dapat menyimpulkan kelincahan adalah kemampuan seseorang dalam merubah posisi atau arah. Kelincahan menuntut seseorang untuk bisa merubah arah dan posisi tubuh dengan cepat tanpa mengalami gangguan keseimbangan, maka dari itu kelincahan juga tergantung pada keadaan tubuh seseorang, seperti tinggi badan, umur, berat badan, usia, kelelahan, dan jenis kelamin yang sangat berpengaruh pada keseimbangan.

2.2. Penelitian yang Relevan

1. Sutrisno (2016), dengan judul hubungan antara Kecepatan dan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak bola pada Siswa Ekstrakurikuler SMP Negeri 3 Kota Kediri. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 3 Kota Kediri sebanyak 40 siswa, sampel dalam penelitian ini diambil secara random *sampling* yaitu 30 siswa, Hasil penelitian untuk Kecepatan didapatkan hasil yaitu Nilai t hitung untuk Kecepatan (X1) sebesar 3,217 sehingga t hitung > t tabel ($3,217 > 1,703$), artinya ada hubungan antara Kecepatan dengan Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak bola pada Siswa Ekstrakurikuler SMP Negeri 3 Kota Kediri. Hasil analisis untuk Kelincahan. didapatkan hasil yaitu Nilai t hitung untuk kelincahan (X2) sebesar 3,872 sehingga t hitung > t tabel ($3,872 > 1,703$), artinya ada hubungan antara Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola pada Siswa Ekstrakurikuler SMP Negeri 3 Kota Kediri. Hasil analisis korelasi ganda dengan didapatkan nilai f hitung sebesar 39.465 sehingga f hitung > f tabel ($39.465 > 3,35$). Artinya terdapat hubungan antara Kecepatan dan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak bola pada Siswa Ekstrakurikuler SMP Negeri 3 Kota Kediri. Kecepatan dan Kelincahan, sebagai salah satu faktor yang penting dalam permainan sepak bola, untuk itu perlu mendapat perhatian dalam program pembinaan permainan Sepak bola.
2. Wijianarko (2016), dengan judul Hubungan antara Kecepatan, Kelincahan dan *Ball Feeling* dengan Kemampuan Menggiring Bola Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMP N 2 Godean, dengan jumlah sampel 30 siswa. Teknik pengambilan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes dan pengukuran, yaitu dengan instrumen tes lari 50 meter dari TKJI untuk mengukur kecepatan, *dodging run test* untuk mengukur kelincahan, dan tes menimang-nimang bola rendah selama 30 detik untuk mengukur *ball feeling*, serta tes menggiring bola, mengukur kemampuan menggiring bola. Dalam penelitian ini, pengujian data dilakukan melalui

dua tahap, yaitu uji prasyarat analisis dan uji hipotesis. Uji prasyarat analisis dalam penelitian ini terdiri dari Uji Normalitas dan Uji Linieritas sedangkan Uji hipotesis terdiri dari Korelasi *Product Moment* dan Regresi Ganda. Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa hipotesis alternatif atau H_a diterima, hasilnya yaitu : (1) Ada hubungan antara Kecepatan dengan Kemampuan Menggiring Bola Peserta Ekstrakurikuler Sepak bola SMP N 2 Godean. (2) Ada hubungan antara Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola peserta Ekstrakurikuler Sepak bola SMP N 2 Godean. (3) Ada hubungan antara *Ball Feeling* dengan Kemampuan Menggiring Bola Peserta Ekstrakurikuler Sepak bola SMP N 2 Godean. (4) Adanya hubungan antara Kecepatan, Kelincahan, dan *Ball Feeling* dengan Kemampuan Menggiring Bola Peserta Ekstrakurikuler Sepak bola SMP N 2 Godean Yogyakarta.

3. Kosasih (2016), dengan judul Hubungan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring dalam Permainan Sepakbola Pada Tim SMAN 3 Singingi Hilir Kab. Kuantan Singingi. Jenis penelitian ini bersifat korelasional dengan jumlah sampel sebanyak 25 orang dengan menggunakan teknik total sampling. Data penelitian ini diperoleh dari hasil pengukuran kelincahan menggunakan tes *zig-zag run* dan tes kemampuan *dribbling*. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada pemain Tim SMAN 3 Singingi Hilir Kabupaten Kuantan Singingi didapat $r_{hitung} = 0,594$. Pada taraf signifikan 5% didapat $r_{tabel} = 0,396$. dengan demikian $r_{hitung} > r_{tabel}$ atau $0,594 > 0,396$ dan r_{hitung} termasuk kategori cukup kuat. Uji signifikansi dengan menggunakan rumus Signifikansi Uji t. Dari hasil perhitungan diketahui $t_{hitung} = 3,54$ sedangkan $t_{tabel} = 1,714$ jadi $t_{hitung} = 3,54 > t_{tabel} = 1,714$. Maka dapat ditarik suatu kesimpulan sebagai berikut : Terdapat hubungan yang signifikan antara Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Sepakbola pada Tim SMAN 3 Singingi Hilir Kabupaten Kuantan Singingi dengan kategori cukup kuat karena $r = 0,594$.

2.3. Kerangka Konseptual

Berdasarkan kajian teori yang telah diuraikan, maka dapat dijelaskan kerangka konseptualnya sebagai berikut: untuk dapat melakukan menggiring bola dengan baik diperlukan kondisi fisik yang prima. Kondisi fisik yang mendukung keberhasilan dalam melakukan menggiring bola pada permainan sepak bola untuk dapat berprestasi antara lain kecepatan dan kelincahan.

2.3.1. Hubungan Kecepatan dengan Kemampuan Menggiring Bola

Kecepatan merupakan unsur dasar setelah kekuatan dan daya tahan yang berguna untuk mencapai prestasi maksimal, sehingga kecepatan merupakan faktor penentu dalam keterampilan menggiring bola baik dalam kecepatan bergerak dan reaksi, misalnya seorang pemain sepak bola pada saat menggiring bola lalu mengumpan kepada kawan dan sesaat kemudian dikembalikan lagi kepadanya dan bola harus dikejar karena harus mendahului lawan yang akan datang.

Selain itu kecepatan lari dalam permainan sepak bola merupakan kemampuan seseorang untuk melakukan reaksi, dengan bergerak secepat-cepatnya ke arah sasaran yang telah ditetapkan dengan membawa bola. Kecepatan merupakan gabungan dari tiga elemen, yakni waktu reaksi, frekuensi gerakan per unit waktu dan kecepatan menempuh suatu jarak. Kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk melakukan reaksi, dengan bergerak secepat-cepatnya ke arah sasaran yang telah ditentukan. Kecepatan merupakan hal yang terpenting dalam menggiring bola. Tanpa adanya kecepatan dalam menggiring bola maka bola akan mudah untuk direbut pemain lawan.

2.3.2. Hubungan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola

Dalam permainan sepak bola sangat erat kaitannya dengan kelincahan karena kelincahan merupakan salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi suatu gerakan. Kelincahan merupakan salah satu dari

beberapa komponen gerakan yang harus dimiliki oleh seorang pemain sepak bola.

Dalam permainan sepak bola kelincahan sangat diperlukan karena dengan memiliki kelincahan yang baik maka seorang pemain dapat menghindari dari kawalan pemain, melewati lawan untuk memberikan operan bola kepada teman, pemain tidak mengalami kesulitan yang berarti ketika akan melewati dari hadangan-hadangan lawan dengan tujuan untuk mengecoh, menyerang dan menciptakan goal.

Semua tipe *dribble* yang baik terdiri dari beberapa komponen. Komponen tersebut mencakup perubahan kecepatan dan arah yang mendadak, gerak tipu tubuh dan kaki, dan kontrol bola yang rapat. Kelincahan merupakan kemampuan seseorang mengubah posisi di area tertentu. Seseorang yang mampu mengubah satu posisi yang berbeda dalam kecepatan tinggi dengan koordinasi yang baik, berarti kelincahan sangat menentukan koordinasi gerakan terutama pada keterampilan menggiring bola. Dalam menggiring bola sangat dibutuhkan kelincahan, terutama untuk melepaskan diri dari kawalan lawan atau untuk melewati hadangan pemain lawan. Semakin baik kondisi fisik seseorang khususnya kelincahan, diharapkan semakin baik pula kemampuan seseorang dalam menggiring bola.

2.3.3. Hubungan Kecepatan dan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola

Kondisi fisik dalam permainan sepak bola sangat penting karena merupakan suatu landasan yang baik pada saat bermain sepak bola. Kondisi fisik yang baik seperti kecepatan dan kelincahan sangat bermanfaat pada saat menggiring bola. Pemain sepak bola harus menguasai komponen fisik seperti kecepatan dan kelincahan dikarenakan agar pemain tersebut dapat bermain sepak bola dengan baik terutama pada saat menggiring bola.

Pemain yang mempunyai kecepatan dan kelincahan yang baik tidak akan mengalami kesulitan dalam melakukan serangan maupun pertahanan dan mengecoh lawan. Jadi hubungan antara kecepatan dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola sangatlah erat dikarenakan pada saat menggiring bola pemain harus memiliki komponen fisik tersebut agar pergerakan saat menggiring bola jauh lebih efektif serta melewati lawan dari sergapan dan mencetak gol.

Dalam permainan sepak bola seringkali pemain menggiring bola, tetapi bola masih dapat direbut oleh pemain lawan. Untuk memperbaiki kelemahan dalam menggiring bola maka diperlukan latihan yang banyak agar kemampuannya meningkat. Salah satu cara untuk meningkatkan kemampuan tersebut yaitu dengan melakukan beberapa bentuk latihan. Dengan melakukan latihan-latihan tertentu, diharapkan kontrol bola akan menjadi lebih baik lagi dan bola sulit untuk direbut oleh pemain lawan. Secara rasional dapat dikatakan bahwa, faktor kecepatan dan kelincahan berpengaruh terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan

sepakbola. Hubungan tersebut masih bersifat dugaan yang harus dibuktikan secara *Empiris* melalui penelitian.

2.4. Hipotesis Penelitian

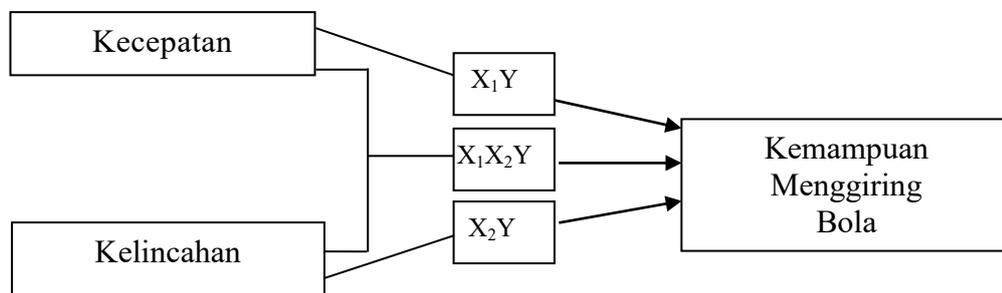
Berdasarkan pada kajian teoritis yang telah diuraikan sebelumnya, maka hipotesis penelitian ini adalah:

1. Terdapat hubungan Kecepatan dengan Kemampuan Menggiring Bola pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak bola SMA Negeri 1 Pagaran Tapah.
2. Terdapat hubungan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak bola SMA Negeri 1 Pagaran Tapah.
3. Terdapat hubungan Kecepatan dan Kelincahan secara bersama-sama dengan Kemampuan Menggiring Bola pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak bola SMA Negeri 1 Pagaran Tapah.

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

3.1. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan Kecepatan dan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak bola SMA Negeri 1 Pagaran Tapah. Penelitian ini menggunakan 3 variabel, terdiri dari 2 variabel bebas dan 1 variabel terikat. Variabel bebas tersebut adalah Kecepatan (X_1) dan Kelincahan (X_2), sedangkan variabel terikatnya adalah Kemampuan Menggiring Bola (Y). Adapun desain penelitian disajikan, seperti berikut ini.



Gambar 3.1 Desain Hubungan Antara Variabel X_1X_2 dan Y

Keterangan :

- X_1 : Kecepatan
- X_2 : Kelincahan
- Y : Kemampuan Menggiring Bola
- X_1Y : Hubungan Kecepatan dengan Kemampuan Menggiring Bola
- X_2Y : Hubungan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola
- X_1X_2Y : Hubungan Kecepatan dan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola

3.2. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di lapangan SMA Negeri 1 Pagaran Tapah pada tanggal 21 Juli 2021 di mulai pukul 16.00 wib sampai dengan selesai.

3.3. Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Sugiyono (2015:79) mengatakan populasi adalah wilayah atau generalisasi yang terdiri dari obyek atau subjek yang mempunyai kualitas dan krateristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta Ekstrakurikuler Sepak bola SMA Negeri 1 Pagaran Tapah yang berjumlah 15 orang.

3.3.2 Sampel

Sugiyono (2015:80) mengatakan sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Teknik pemilihan sampel pada penelitian ini yaitu teknik *Total Sampling* yang artinya keseluruhan dari populasi dijadikan sampel. Jadi sampel dalam penelitian ini adalah Siswa Ekstrakurikuler Sepak bola SMA Negeri 1 Pagaran Tapah yang berjumlah 15 orang.

3.4. Definisi Operasional

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

1. Kecepatan merupakan kemampuan seseorang untuk melakukan gerak atau serangkaian gerak secepat mungkin sebagai jawaban terhadap rangsang. Dalam menjawab rangsang dapat dengan bentuk gerak atau serangkaian gerak yang di lakukan secepat mungkin.
2. Kelincahan (*Agility*) adalah kemampuan seseorang berlari dan bergerak sambil mengubah arah dengan cepat dan efektif, sambil berlari dan bergerak dalam kecepatan penuh.
3. Kemampuan menggiring bola (*dribbling*) merupakan salah satu teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepakbola. Karena dengan kemampuan ini seorang pemain dapat mendekati jarak sasaran, melewati lawan dan menghambat pemain.

3.5. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan pengukuran terhadap variabel-variabel yang terdapat dalam penelitian ini, adapun instrumen yang digunakan sebagai berikut:

- a. Tes Kecepatan dapat dilakukan dengan tes lari 50 meter dengan hasil Reabilitas 0,75 dan Validitas sebesar 0,79 Apriansyah (2014:28).
- b. Tes Kelincahan dapat dilakukan dengan *Dodging Run* dengan hasil Reabilitas 0,86 dan Validitas sebesar 0,84 Arsil dalam Apriansyah (2014:27).
- c. Tes Menggiring Bola dengan hasil Reabilitas 0,61 dan Validitas sebesar 0,72 Arsil dalam Apriansyah (2014:30).

3.6. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian adalah dalam bentuk tes dan pengukuran. Tes dan pengukuran ini dilakukan untuk memperoleh data-data yang sesuai, data-data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah hasil dari Kecepatan dan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola pada Siswa Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Pagaran Tapah

1. Tes Kecepatan

Tes atau pengukuran Kecepatan dapat dilakukan dengan tes lari 50 meter. Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Jakarta dalam Apriansyah (2014:28) proses pengambilan data tes Kecepatan ada tahapan dan prosedurnya. Prosedur untuk melaksanakan tes Kecepatan dengan menggunakan tes lari 50 meter adalah sebagai berikut:

- a. Perlengkapan: lapangan yang datar, meteran, *stopwatch*, patok, alat tulis
- b. Pelaksanaan: testee siap berdiri di belakang garis star, dengan aba-aba “siap” testee siap berlari dengan star berdiri, dengan aba-aba “ya” testee berlari secepat-cepatnya dengan menempuh jarak 50 meter sampai melewati garis akhir, pencatatan waktu dilakukan sampai dengan memungkinkan persepuluh detik (0,1 detik), bila memungkinkan dicatat sampai dengan perseratus detik (0,01 detik), *test* dilakukan tiga kali, pelari melakukan *test* berikutnya setelah berselang minimal satu pelari. Kecepatan lari yang terbaik yang dihitung, testee dinyatakan gagal apabila melewati atau menyebrangi lintasan lainnya.

2. Tes Kelincahan

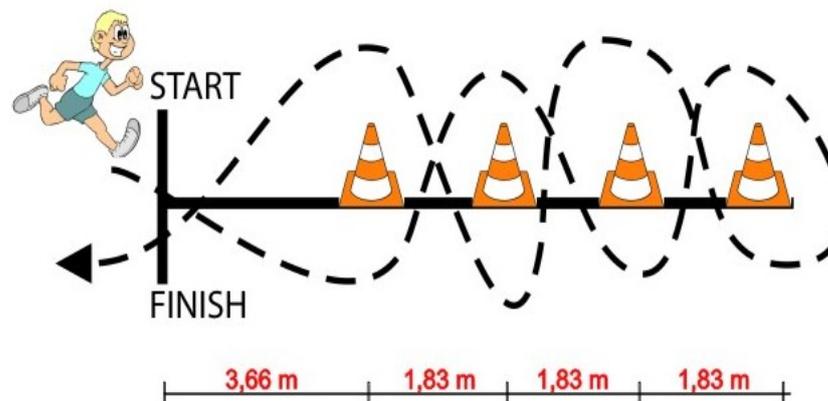
Tes atau pengukuran Kelincahan dapat dilakukan dengan *Dodging Run Test* Arsil dalam Apriansyah (2014:28) proses pengambilan data tes Kelincahan ada tahapan prosedurnya. Prosedur untuk melaksanakan tes Kelincahan dengan menggunakan tes *Dodging Run Test* adalah sebagai berikut :

a. Perlengkapan

- 1) Lapangan yang datar/ rata seluas kurang lebih 12 x 4 meter
- 2) Patok
- 3) Pita atau lakban untuk membuat garis/tanda pada lapangan
- 4) *Stopwatch*
- 5) Alat tulis

b. Pelaksanaan

- 1) *Testee* berdiri pada tempat *Sart*.
- 2) Setelah aba-aba “ya” anak coba (*testee*) berlari secepatnya mengitari patok-patok yang sudah diatur letaknya sedemikian rupa, dan berhenti/*finish* dekat tempat *start* semula.
- 3) Waktu tempuh dicatat sebagai data kelincahan.
- 4) *Testee* diberi kesempatan sebanyak 3x percobaan dan diambil hasil yang terbaik.



Gambar 3.2 Lintasan *Dodging Run Test*
Ismaryati dalam Wijianarko (2016:45)

3. Tes Menggiring Bola

Irianto dalam Wijianarko (2016:48) untuk mengukur kemampuan menggiring bola dengan *zig-zag*.

a) Alat-alat

1. Bola kaki
2. *Stopwatch*
3. Lapangan sepak bola
4. 8 Buah pancang ukuran 1,5 m
5. Meteran panjang
6. Blanko dan alat tulis

b) Petugas : Seorang *starter* merangkap pencatat waktu. Seorang penghitung hasil, merangkap pencatat hasil.

c) Lapangan tes :

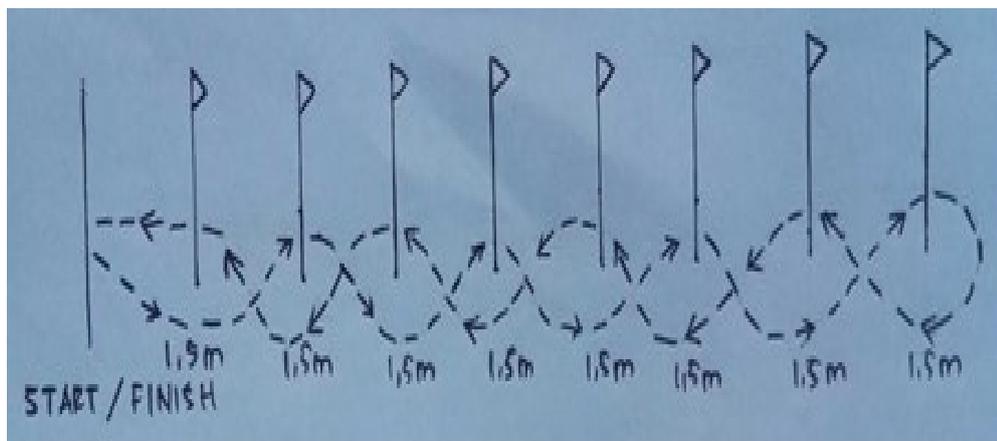
1. Dari pancang pertama disusun pancang berikutnya sebanyak delapan pancang dalam satu garis jarak antara pancang 1,5 m.

2. Di depan pancang pertama dengan jarak 1,5 m dibuat garis batas sepanjang 1 m sebagai garis *start* dan *finish*.

d) Pelaksanaan tes:

1. Pada aba-aba “siap”, *testi* berdiri dibelakang garis *start* dengan bola siap untuk digiring.
2. Pada aba-aba “ya”, *testi* mulai menggiring bola dengan melewati setiap pancang secara berurutan.
3. Jika ada kesalahan (ada pancang belum dilewati) maka harus diulang dimana kesalahan itu terjadi, sehingga *testi* menggiring bola dengan melewati pancang secara berurutan dan dilakukan pulang pergi.
4. Diperkenankan menggiring bola dengan salah satu kaki atau dengan kedua kaki bergantian. *Stopwatch* dihidupkan pada saat aba-aba “ya”, dimatikan pada saat *testi* atau bolanya yang terakhir melewati garis *finish*.
5. Setiap *testi* diberi kesempatan dua kali dengan selang waktu maksimal 5 menit.

- e) Penilaian : Nilai tes adalah waktu terbaik yang dicapai dari dua kali kesempatan menggiring bola.



Gambar 3.3 Lapangan Tes Menggiring Bola
Irianto dalam Wijianarko (2016:50)

3.7 Teknik Analisis Data

Setelah data terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data. Dalam penelitian ini analisis data yang digunakan yaitu uji normalitas data dan uji hipotesis.

1. Uji Normalitas Data

Uji ini digunakan untuk mengetahui apakah sampel penelitian dari populasi distribusi normal atau tidak, untuk menguji normalitas ini digunakan uji *lilliefors*.

2. Uji Hipotesis

Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan analisis *product moment* dan korelasi ganda bertujuan untuk melihat Hubungan Kecepatan dan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak bola SMA Negeri 1 Pagaran Tapah. Adapun model analisis dari penelitian ini menggunakan rumus yang ditetapkan oleh Sugiyono (2015:276).

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

Keterangan:

- r_{xy} : Angka indeks 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 Signifikan koefisien korelasi melalui distribusi t:

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

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

Sugiyono (2015:266) sebagai berikut:

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

Keterangan:

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