

ABSTRAK

AHMAD HARYANTO BATAU, 2018. *Kontribusi kecepatan lari, kelincahan, dan kekuatan tungkai terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Mahasiswa FIK UNM.* Skripsi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Kontribusi kecepatan lari, kelincahan, dan kekuatan tungkai terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada mahasiswa FIK UNM. Jenis Penelitian ini termasuk jenis penelitian deskriptif korelatif. Variabel penelitian terdiri atas variabel bebas yaitu kecepatan lari, kelincahan, dan kekuatan tungkai, sedangkan variabel terikatnya yaitu kemampuan menggiring bola. Populasi dalam penelitian ini adalah 50 Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan dengan sampel penelitian 30 orang. Teknik penentuan sampel adalah dengan pemilihan secara acak dengan cara undian (*simple random sampling*). Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi dan regresi dengan menggunakan sistem SPSS Versi 21.00 pada taraf signifikansi 95 % atau (α) = 0.05.

Bertolak dari hasil analisis data, maka penelitian ini menyimpulkan bahwa: **1).** Ada kontribusi kecepatan lari dan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Mahasiswa FIK UNM, terbukti dengan r hitung (r_o) = 0,973 ($P=0,000 < \alpha:0,05$) untuk nilai R kuadrat (koefisien determinasi)

0,946. Hal ini berarti kecepatan lari pada mahasiswa FIK UNM mempengaruhi 94,6% kemampuan menggiring bola; **2).** Ada kontribusi dan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada mahasiswa FIK UNM, terbukti dengan nilai r hitung 0,959 ($P=0,000 < \alpha:0,05$) untuk nilai R kuadrat (koefisien determinasi) 0,920. Hal ini berarti kelincahan pada mahasiswa FIK UNM mempengaruhi 92,0% kemampuan menggiring bola; **3).** Ada kontribusi kekuatan tungkai dan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada mahasiswa FIK UNM, terbukti dengan nilai r hitung (r_o) = 0,879 ($P=0,000 < \alpha:0,05$) untuk nilai R kuadrat (koefisien determinasi) 0,773. Hal ini berarti kekuatan otot tungkai pada mahasiswa FIK UNM mempengaruhi 32,9% kemampuan menggiring bola; **4)** Ada kontribusi kecepatan lari, kelincahan, kekuatan tungkai dan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada mahasiswa FIK UNM, terbukti dengan nilai r hitung (r_o) = 0,984 ($P=0,000 < \alpha:0,05$) untuk nilai R kuadrat (koefisien determinasi) 0,968. Hal ini berarti kecepatan lari, kelincahan, kekuatan tungkai pada mahasiswa FIK UNM mempengaruhi 96,8% kemampuan menggiring bola.

BAB I PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang paling banyak digemari oleh sebagian besar manusia yang ada di bumi ini. Demikian pula di negara kita tercinta Indonesia bahkan mendapat simpati di hati masyarakat. Sepakbola digemari oleh semua lapisan masyarakat baik di tingkat nasional, internasional maupun di kota-kota, kabupaten, daerah, kecamatan, desa, dan pelosok.

Perkembangan sepak bola di Indonesia semakin pesat sehingga orang dewasa, anak remaja dan anak-anak pun memperlakukan olahraga tersebut dan bahkan sekarang sepak bola juga di mainkan oleh kaum wanita. Di Indonesia dalam rangka memasyarakatkan olahraga dan

mengolahragakan masyarakat, sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang di prioritaskan untuk di bina.

Perkembangan sepak bola di Sulawesi Selatan pun turut berkembang pesat. Di Sulawesi Selatan, permainan sepak bola merupakan olahraga yang sangat populer dibanding dengan olahraga yang lain yang sudah ada. Dan juga akhir-akhir sekarang sepakbola yang ada di Sulawesi selatan sudah semakin maju, bisa kita melihat dari team PSM Makassar yang bisa bersaing dengan provinsi sumatra, jawa, kalimantan dan papua. Karna pencapaian dari team PSM Makassar sepakbola yang ada di Sulawesi selatan sudah bisa dikatakan maju.

Memajukan sepakbola disuatu daerah maka salah satunya

diperlukan pembinaan pemain-pemain sepakbola yang berbakat dengan membentuk sekolah-sekolah sepakbola, klub-klub sepakbola, atau Unit-unit pembinaan sepakbola dikalangan pelajar ataupun mahasiswa. Seperti halnya di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar FIK UNM, Dari adanya Kampus Olahraga FIK UNM dengan adanya atlet-atlet sepakbola disitu pula kita bisa mencari bibit muda yang berbakat, menyeleksi pemain-pemain tersebut, dan diproyeksikan untuk menjadi pemain profesional.

Dalam permainan sepakbola perlu memiliki kemampuan teknik dalam sepakbola, seperti kemampuan menggiring bola (*Dribbling*), menendang bola (*kicking*), mengoper bola (*passing*), mengontrol bola (*Control*), menyundul bola

(*heading*), dan merampas bola (*Tackling*). Dalam hal kemampuan menggiring bola, hal-hal yang diperlukan untuk menunjang kemampuan tersebut adalah diantaranya memiliki keterampilan kecepatan lari, keterampilan kelincahan, dan keterampilan kekuatan tungkai seorang pesepakbola.

Menggiring bola adalah salah satu cara untuk lolos dari hadangan lawan, mencari kesempatan dalam memberikan bola umpan kepada teman dengan tepat, menahan bola tetap dalam penguasaan yang biasa dilakukan oleh pemain sepak bola di lapangan, salah satu cara efektif akan tetapi sangat beresiko bagi pemain yang menggiring bola yang kemudian mencoba menerobos ataupun memaksa untuk lolos dari hadangan lawan.

Keterampilan kecepatan termasuk sebagai elemen terpenting dalam menggiring bola dalam permainan sepak bola, yang biasanya di pakai untuk mengeco gerakan dari hadangan lawan dalam berlari, keterampilan ini sangat baik, indahna permainan dan menangnya suatu pertandingan.

Keterampilan kelincahan sangat penting dalam hal menggiring bola dan kelincahan juga sangat berguna dalam hal mengecoh lawan ataupun gerak tubuh yang susah diikuti lawan.

Keterampilan kekuatan tungkai termasuk sesuatu terpenting dalam menggiring bola, karna pemain juga harus mempunyai kekuatan pada kaki ,bila tidak maka pemain tersebut akan mudah jatuh dalam menghadapi lawan.

Ketiga keterampilan ini

(kecepatan lari, kelincahan, dan kekuatan tungkai) sangat mempengaruhi bagaimana kualitas seorang pesepakbola dalam menggiring bola, sehingga akan dicapai hasil yang maksimal di dalam suatu pertandingan, sehingga di dalam pertandingan tersebut permainan akan sangat indah dan diperhitungkan oleh lawan.

Penjelasan yang di uraikan di atas merupakan hasil pemikiran penulis yang berasal dari buku-buku bacaan pada umumnya sebagai landasan pengetahuan atau dasar dalam menunjang proses penelitian selanjutnya untuk mencapai seberapa besar kemampuan pemain dalam bermain.Berdasarkan hasil akhir dari pemikiran penulis yang di atas dapat di kesimpulan bahwa keinginan penulis sangat besar untuk mengetahui Kontribusi Kecepatan

Lari, Kelincahan Dan Kekuatan Tungkai Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan bola pada Klub Aspura UNM; dengan judul penelitian **“KONTRIBUSI KECEPATAN LARI, KELINCAHAN DAN KEKUATAN TUNGKAI TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA MAHASISWA FIK UNM”**.

B. RUMUSAN MASALAH

Sehubungan penjelasan penulis diatas di rumuskan dalam latar belakang, maka masalah dalam penelitian adalah sebagai berikut :

1. Apakah ada kontribusi kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Mahasiswa FIK UNM ?

2. Apakah ada kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Mahasiswa FIKUNM ?

3. Apakah ada kontribusi kekuatan tungkai terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Mahasiswa FIKUNM ?

4. Apakah ada kontribusi kecepatan lari, kelincahan, dan kekuatan tungkai terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Mahasiswa FIK UNM ?

BAB II TINJAUAN PUSTAKA, KERANGKA BERFIKIR DAN HIPOTESIS PENELITIAN

A. TINJAUAN PUSTAKA

1. Pengertian Sepakbola

Menurut Komaruddin (2011: 1), sepakbola merupakan olahraga paling populer di dunia yang sangat digemari oleh semua kalangan baik kaum laki-laki maupun perempuan dari anak-anak, orang dewasa sampai orang tua.

Menurut Sucipto, dkk (2000: 7), sepakbola merupakan permainan beregu dimana setiap regu terdiri dari sebelas pemain dan salah satunya adalah penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan menggunakan tungkai atau kaki, kecuali penjaga gawang yang boleh menggunakan lengan atau tangannya di daerah hukumannya. Dalam perkembangan permainan ini dapat dimainkan di lapangan dan di dalam ruangan tertutup.

Menurut Muhajir (2007: 22) sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak, yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dengan mempertahankan gawang tersebut agar tidak kemasukan bola.

2. Kecepatan Lari

Komponen kecepatan diperlukan oleh hampir semua cabang olahraga permainan yang dipertandingkan, termasuk di dalam pertandingan sepakbola. Pemanfaatan kecepatan lari dalam permainan sepakbola adalah pada saat bergerak berlari mengejar bola, mencari ruang, dan menggiring bola. Kecepatan merupakan kualitas yang memungkinkan seseorang olahragawan untuk bereaksi

secara cepat bila di rangsang dan untuk menampilkan atau melakukan gerakan secepat mungkin. Kecepatan termasuk salah satu komponen kondisi fisik yang banyak berpengaruh terhadap penampilan atlet. Kecepatan juga merupakan potensi tubuh yang merupakan modal dalam banyak hal yang berkontribusi dengan gerak.

Menurut sukadiyanto (2002: 108), kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk melakukan gerak secepat mungkin sebagai jawaban terhadap rangsang. Dengan kata lain kecepatan merupakan kemampuan seseorang untuk menjawab rangsang dengan bentuk gerak dalam waktu secepat mungkin.

Menurut ismaryati (2006:

57), kecepatan adalah kemampuan bergerak dengan kemungkinan kecepatan tercepat. Kecepatan merupakan gabungan dari tiga elemen, yakni waktu reaksi, frekuensi gerakan per unit waktu, kecepatan menempuh suatu jarak.

Menurut Djoko Pekik (2002: 73), kecepatan adalah perbedaan antara jarak dan waktu atau kemampuan untuk bergerak dalam waktu singkat.

Beberapa pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa kecepatan adalah kemampuan seseorang dalam melakukan gerak dalam waktu yang singkat, yang dicapai oleh pemain sepakbola. Gerakan-gerakan kecepatan dilakukan melawan perlawanan yang berbeda-beda (berat badan, air, dan lain-lain), dengan efek pengaruh kekuatan

juga menjadi faktor yang kuat. Karena gesekan-gesekan kecepatan dilakukan dalam waktu yang sesingkat mungkin, kecepatan secara langsung pada waktu yang ada dan pengaruh kekuatan.

Kecepatan lari juga sangatlah perlu bagi pemain sepakbola yang berada di Kampus FIK UNM, untuk dalam hal bermain sepakbola yang bagus dan indah dengan cara mendribbling bola menuju pertahanan lawan dengan kecepatan berlari membawa bola dengan menggunakan kaki, yang akan susah bagi lawan dalam hal mengejar pemain yang mempunyai kecepatan dalam menggiring bola.

3. Kelincahan

Menurut ismaryati (2006:

41), kelincahan adalah kemampuan untuk merubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara cepat dan tepat. “karakteristik kelincahan yaitu perubahan arah lari, perubahan posisi tubuh, dan perubahan arah bagian-bagian tubuh”. Kelincahan menuntut seseorang untuk bisa merubah arah dan posisi tubuh dengan cepat tanpa mengalami gangguan keseimbangan.

Mengubah arah gerakan tubuh secara berulang-ulang seperti halnya lari bolak-balik memerlukan konsentrasi secara bergantian pada kelompok otot tertentu.

Dari pendapat tersebut tentang kelincahan dapat ditarik pengertian bahwa kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk mengubah arah atau posisi

tubuh secara cepat dan efektif di area tertentu tanpa kehilangan keseimbangan.

Kelincahan biasanya dapat dilihat dari kemampuan bergerak dengan cepat, mengubah arah dan posisi, menghindari benturan antara pemain dan kemampuan berkelit dari pemain di lapangan. Kemampuan bergerak mengubah arah dan posisi tergantung pada situasi dan kondisi yang dihadapi dalam waktu yang relatif singkat dan cepat.

Kelincahan juga perlu dimiliki oleh seorang atlet sepakbola apabila mengikuti pertandingan permainan sepakbola, kelincahan juga sangat berpengaruh atau berkontribusi dalam menggiring bola (*dribbling*), jadi pemain sepakbola

juga perlu menguasai keterampilan kelincahan dalam menggiring bola kedepan untuk melewati lawan ataupun musuh. Dan juga terlebih bagi pemain sepakbola yang berada di Kampus FIK UNM yang berada di Sulawesi Selatan.

4. Kekuatan Tungkai

Menurut Sukadiyanto, (2002: 61), pengertian kekuatan secara umum adalah kemampuan otot atau sekelompok otot untuk mengatasi beban atau tahanan. Pengertian secara fisiologi, kekuatan adalah kemampuan *neuromuskuler* untuk mengatasi tahanan beban luar dan beban dalam. Tingkat kekuatan olahragawan diantaranya dipengaruhi oleh keadaan panjang pendeknya otot, besar kecilnya otot, jauh dekatnya titik beban

dengan titik tumpu, tingkat kelelahan, jenis otot merah atau putih, potensi otot, pemanfaatan potensi otot, teknik dan kemampuan kontraksi otot.

Kekuatan Tungkai merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam unjuk kerja dan sangat menentukan kualitas kondisi fisik seseorang dan sangat dibutuhkan di hampir semua cabang olahraga, kekuatan adalah kemampuan dari otot atau sekelompok otot untuk mengatasi tahanan atau beban dalam menjalankan aktivitasnya (Suharno HP, 1985: 24).

Salah satu faktor yang berperan dalam pencapaian kecepatan menggiring bola adalah faktor kondisi fisik kekuatan otot tungkai. Dengan kata lain untuk mencapai

kecepatan menggiring bola harus ada unsur kondisi fisik terutama kekuatan otot tungkai yang digunakan untuk mengangkat paha dan menolak pada saat lari menggiring bola.

Kekuatan tungkai seseorang berperan penting dalam meningkatkan frekuensi langkah lari seseorang, karena frekuensi langkah adalah perkalian antara kekuatan tungkai dan kecepatan dalam melangkah. Kekuatan tungkai ini digunakan saat lari menggiring bola. Seorang pemain sepakbola harus memiliki kaki yang kuat, pergelangan kaki yang kuat, lutut yang kuat dan tungkai yang kuat agar dapat memikul badan yang berat.

5. Menggiring Bola

Menggiring bola

merupakan salah satu kemampuan yang harus dikuasai dengan benar para pemain sepakbola, karena dalam menggiring bola dengan baik dapat dengan mudah melewati lawan, maka sangat penting untuk meningkatkan kemampuan menggiring dalam bermain sepakbola.

Menggiring bola (*dribbling*), dapat diartikan sebagai suatu teknik menggiring bola. Untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola, komponen yang perlu dilatih, seperti : kekuatan, kecepatan, kelentukan, kelincahan dan sebagainya (Danny Mielke, 2007: 3), *Dribbling* dapat dilatih secara bersama-sama, baik dengan bola maupun tanpa bola. Beberapa metode untuk peningkatan kemampuan

dribbling antara lain : lari bolak-balik, lari rintangan dan lari *ziq-zaq*. Menurut Robert Koger (2007: 51), menggiring bola adalah menggerakkan bola dari satu titik ke titik lain di lapangan dengan menggunakan kaki.

6. Prinsip-prinsip Menggiring Bola

Prinsip-prinsip menggiring bola merupakan yang bisa mempengaruhi keberhasilan pemain sepakbola dalam menggiring bola. Menurut Giffort, yang dikutip sunarta (2009: 11), menggiring bola harus menggunakan prinsip-prinsip sebagai berikut :

- a. Bola di dalam penguasaan pemain, tidak mudah direbut lawan dan bola selalu terkontrol.
- b. Di depan pemain terdapat

daerah kosong artinya bebas dari lawan.

c. Bola di giring dengan kaki kanan atau kiri, tiap langkah kaki kanan atau kaki kiri mendorong bola ke depan, jadi bola didorong bukan di tendang. Irama sentuhan pada bola tidak mengubah irama langkah kaki.

d. Pada waktu menggiring bola pandangan mata tidak boleh selalu pada bola saja, akan tetapi harus pula memperhatikan atau mengamati situasi sekitar dan lapangan atau posisi lawan maupun posisi kawan.

e. Badan agak condong kedepan, gerakan tangan bebas seperti pada waktu lari biasa.

7. Manfaat Menggiring Bola

Pada permainan sepakbola seperti yang diketahui bahwa teknik dasar dalam permainan sepakbola salah-satunya adalah menggiring bola, teknik menggiring bola pada permainan sepakbola dimaksudkan untuk tujuan menghindari lawan, mengecoh lawan dan memberikan umpan kepada teman satu team. Menurut Sucipto dkk (2000: 28), kegunaan teknik menggiring bola dalam permainan sepakbola, sangat penting untuk saat-saat memperoleh situasi yang sulit. Menggiring bola bertujuan antara lain untuk mendekati jarak kesasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan.

8. Teknik Menggiring Bola

a. Menggiring Bola Menggunakan Kaki

Bagian Dalam

langkah

Menggiring bola dengan kaki bagian dalam digunakan untuk melewati lawan adalah sebagai berikut :

6) Pada waktu menggiring bola kedua lutut sedikit ditekuk untuk mempermudah penguasaan bola

1) Sentuhlah bola dengan sisi kaki bagian dalam dan posisikan

7) Pertahankan kepala tetap tegak dan fokuskan pandangan mata kelapangan di depan.

2) Posisikan kaki secara tegak lurus terhadap bola

3) Tendanglah dengan pelan untuk mempertahankan kontrol bola

4) Pusatkan kekuatan tendangan pada bagian tengah bola sehingga memudahkan mengontrol bola

5) Pertahankan bola tetap dalam jarak satu

B. KERANGKA BERFIKIR

Permainan olahraga sepakbola adalah salah satu permainan yang sangat populer. Dalam permainan Olahraga sepakbola ada beberapa teknik dasar yang harus dimiliki seorang pemain sepakbola yaitu menggiring (*dribbling*), mengumpan (*passing*), menendang (*kicking*), mengontrol (*control*), menyundul (*heading*), merampas (*tackling*). Selain melatih pemain-

pemain sepakbola dengan teknik pelatih juga harus melatih pemain-pemainnya agar memiliki kemampuan fisik yang baik. Kemampuan fisik dibedakan menjadi 2 yaitu kemampuan fisik umum dan kemampuan fisik khusus. Menurut Suharno H. P. (1981: 13), komponen fisik umum meliputi kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelincuhan, dan kelentukan, sedangkan komponen fisik khusus meliputi daya ledak, reaksi, stamina, keseimbangan, koordinasi, ketepatan, dan perasaan.

1. Kontribusi antara Kecepatan terhadap Kemampuan Menggiring Bola

Kecepatan adalah merupakan kemampuan seseorang dalam melakukan gerak dalam waktu yang singkat. Pemain sepakbola yang memiliki kecepatan yang baik maka

akan mudah dan efektif dalam melakukan cara menggiring. Pemanfaatan kecepatan dalam permainan sepakbola adalah pada saat bergerak berlari mengejar bola, mencari ruang, dan menggiring bola mendekati ke gawang. Kecepatan termasuk salah satu komponen yang berpengaruh terhadap kemampuan menggiring bola.

Kecepatan lari dalam menggiring bola sangatlah berpengaruh bagi pemain sepakbola dan terutama bagi pemain sepakbola yang ada di Kampus FIK UNM Sulawesi Selatan, untuk mendapatkan pemain-pemain yang hebat.

2. Kontribusi antara Kelincuhan terhadap Kemampuan Menggiring Bola

Kelincuhan adalah kemampuan mengubah arah dengan

cepat dan efektif.

Kelincahan adalah bagian dari pada faktor kondisi terpenting dalam menunjang keterampilan menggiring bola pada permainan olahraga sepakbola.

Kelincahan terutama bermanfaat ketika pemain menggiring bola dan berusaha mengecoh lawan dengan merubah arah menggiring. Kelincahan juga bermanfaat ketika pemain berusaha melewati lawan dan menghindari terjadinya benturan fisik/ tabrakan antar pemain.

Kelincahan dalam menggiring bola bagi pemain sepakbola yang ada di FIK UNM dalam menggiring bola, hal tersebut juga perlu bagi pemain karna keterampilan kelincahan pun berpengaruh bagi pemain yang menggiring bola terutama bagi

pemain sepakbola yang berada di FIK UNM Sulawesi Selatan.

3. Kontribusi antara Kekuatan Otot Tungkai terhadap Kemampuan Menggiring Bola
Pengertian kekuatan secara umum adalah kemampuan otot atau sekelompok otot untuk mengatasi beban atau tahanan. Pemain sepakbola harus memiliki kekuatan tungkai yang baik. Dalam menggiring, tungkai harus bisa menahan berat tubuh dan gangguan atau desakan dari lawan. Kekuatan sangat berkaitan erat dengan keseimbangan dimana jika seorang pemain sepakbola memiliki kekuatan otot tungkai yang baik maka dalam menggiring bola akan lebih seimbang dan tidak mudah jatuh karena desakan lawan.

Pemain-pemain yang berada di Kampus FIK UNM juga harus

memiliki keterampilan kekuatan tungkai dalam sepakbola karna pemain yang hebat perlu kekuatan tungkai untuk bisa menahan berat badan dan tidak mudah terjatuh bila berhadapan dengan lawan pada saat bermain sepakbola.

4. Hubungan antara Kecepatan, Kelincahan, dan Kekuatan Otot Tungkai terhadap Kemampuan Menggiring Bola

Keterampilan-keterampilan dalam menggiring bola merupakan unsur yang penting dalam permainan sepakbola. Keterampilan menggiring bola pada pemain memberikan sumbangan yang besar dalam permainan sepakbola. Dalam melakukan dribbling pemain harus memiliki keterampilan yang baik agar dapat melakukan dribbling dengan baik pula, karena dalam

melakukan dribbling keterampilan seperti kelincahan, kecepatan, dan kekuatan tungkai sangat berperan penting dalam mendorong kualitas dribbling pemain. Semakin baik keterampilan bagi seseorang khususnya kecepatan, kelincahan, dan kekuatan tungkai diharapkan semakin baik pula kemampuan seseorang dalam menggiring bola pada saat bermain sepakbola.

HIPOTESIS PENELITIAN

Husaini Usman (2008 :38), juga menyebutkan bahwa hipotesis ialah pernyataan atau jawaban sementara terhadap rumusan penelitian yang dikemukakan. Berdasarkan teori dan kerangka pikir yang dikemukakan di atas maka dapat dirumuskan hipotesis penelitian sebagai berikut :

1. Ada kontribusi kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola dalam

permainan bola pada Mahasiswa FIK UNM.

2. Ada kontribusi kelincuhan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan bola pada Mahasiswa FIK UNM.
3. Ada kontribusi kekuatan tungkai terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan bola pada Mahasiswa FIK UNM.
4. Ada kontribusi kecepatan lari, kelincuhan, kekuatan tungkai terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan bola pada Mahasiswa FIK UNM.

BAB III METODE PENELITIAN

A. METODE PENELITIAN

Metode penelitian pada dasarnya

merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan

data dengan tujuan tertentu. Dalam melakukan penelitian diperlukan pemilihan metode yang tepat sehingga dapat memberikan kemudahan untuk memecahkan masalah yang diteliti. Hal ini senada dengan Sugiyono (2011: 6) “Metode penelitian merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data yang valid dengan tujuan dapat ditemukan, dikembangkan, dan dibuktikan, suatu pengetahuan tertentu sehingga pada gilirannya dapat digunakan untuk memahami, memecahkan, dan mengantisipasi masalah”.

Penelitian ini merupakan korelasional dengan metode survey, dengan tiga variabel bebas prediktor, yaitu kecepatan, kelincuhan, kekuatan tungkai dan satu variabel terikat yaitu kemampuan menggiring

bola. Desain penelitian ini dibuat agar peneliti mampu menjawab pertanyaan penelitian dengan valid, objektif, dan Reliabel.

B. DEVENISI OPERASIONAL VARIABEL

Untuk memudahkan dalam mengkaji variabel penelitian agar lebih jelas dan tidak salah menafsirkan, maka masing-masing variabel tersebut perlu diberikan devenisi sebagai berikut :

1. Kecepatan Yang dimaksud kecepatan Lari dalam penelitian ini adalah kemampuan pemain sepakbola Mahasiswa FIK UNM untuk melakukan gerak atau serangkaian gerak secepat mungkin sebagai jawaban terhadap rangsang dalam waktu yang pendek/sesingkat-singkatnya. Kecepatan lari

pemain sepakbola Mahasiswa FIK UNM diukur dengan tes lari cepat 50 meter. Dengan seperdetik.

2. Kelincahan Yang dimaksud kelincahan dalam penelitian ini adalah kemampuan Pemain sepakbola Mahasiswa FIK UNM untuk merubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak tanpa kehilangan keseimbangan dan Kesadaran akan posisi tubuhnya, yang diukur menggunakan Tes Doding Run test.

3. Kekuatan Otot Tungkai Yang dimaksud kekuatan otot tungkai dalam penelitian Ini adalah kemampuan otot tungkai pemain sepakbola pada Mahasiswa FIK UNM untuk mengatasi beban atau tahanan. Adapun kekuatan

yang dimaksud adalah dengan melakukan tes kekuatan otot tungkai yang diukur dengan tes leg dynamometer. Diukur dengan satuan kilogram (kg).

4. Keterampilan Menggiring

Bola

Keterampilan menggiring bola yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan menggiring bola pemain sepakbola pada Mahasiswa FIK UNM dalam melewati beberapa rintangan dengan secepat-cepatnya. Pengukuran keterampilan menggiring bola dalam penelitian ini dilakukan dengan tes keterampilan menggiring bola. Diukur dengan satuan detik.

C. POPULASI DAN SAMPEL

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah

keseluruhan gejala objek penelitian. Terkait tentang hal ini Sugiyono (2010: 117), mengatakan bahwa: populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh penelitian untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Berdasarkan pengertian populasi diatas, maka yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa FIK UNM yang berada di Fakultas Ilmu Keolahragaan Sulawesi Selatan yang berjumlah 50 orang.

2. Sampel Penelitian

Menurut Tiro (2008) Sampel adalah sejumlah anggota yang dipilih/diambil dari suatu

populasi. Berdasarkan jumlah subyek penelitian tersebut, merujuk bahwa pentingnya penggunaan teknik penentuan sampel penelitian.

Dengan demikian sample yang akan di gunakan adalah Atlet sepakbola Mahasiswa FIK UNM sebanyak 30 orang yang diperoleh melalui teknik pengambilan dengan cara *random sampling* (acak).

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dua data penelitian yang dilakukan, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Ada kontribusi yang signifikan kecepatan lari terhadap kemampuan menggiring bola

dalam permainan sepakbola pada mahasiswa FIK UNM.

2. Ada kontribusi yang signifikan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Mahasiswa FIK UNM.
3. Ada kontribusi yang signifikan kekuatan tungkai terhadap kemar menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Mahasiswa FIK UNM.
4. Ada kontribusi yang signifikan antara kecepatan lari, kelincahan, dan kekuatan tungkai terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Mahasiswa FIK UNM.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. (Edisi Revisi). Jakarta: Rineka Cipta.
- A.Sarumpaet, dkk (1992). *Permainan Besar*. Jakarta: Dirjen Dikti Proyek Pembinaan Tenaga Kependudukan.
- Herwin. (2004). *Diktat Pembelajaran Keterampilan Sepakbola Dasar*. FIK: UNY.
- Ismaryati. (2006). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Sebelas Maret University Press.
- Komaruddin. (2011). *Dasar Gerak Sepakbola, Diktat*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Kogar, Robert. (2007). *Latihan Dasar Andal Sepakbola Remaja*. Terjemah. Bandung: PT. Saka Mitra Kompetensi.
- Kolmogrov-Smirnov
- Muhajir. (2007). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Erlangga.
- Mielke, Danny (2007). *Dasar-dasar Sepakbola*. Terjemah. Bandung: Pakar Raya.
- Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani Kementerian Pendidikan Nasional Tentang Tes Kesegaran Jasmani Indonesia tahun 2010 Untuk Usia 16-19 Tahun.
- Pekik, Djoko. (2002). *Dasar Kepeleatihan*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sucipto, dkk. (2000). *Sepakbola*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sukadiyanto. (2002). *Teori dan Metodologi Melatih Fisik Petenis*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sunarta. (2009). *Hubungan Antara Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola pada Siswa Kelas IV Putra SDN Sentolo 1 Kulonprogo Tahun Pelajaran 2007/2008*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Suharno, H.P. (1981). *Metodik Melatih Permainan Bola Volley*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Suharno H.P. (1985). *Ilmu Kepeleatihan Olahraga*. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta.

Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif kualitatif dan RND*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, dan R dan D*. Bandung.

Santosa, Giriwijoyo. (1992). *Fisiologo Olahraga*. FPOK UPI. Bandung.

Subagyo, Irianto. (1995). *Penyusunan Tes Keterampilan Bermain Sepakbola bagi siswa Sekolah Sepakbola Puspor IKIP Yogyakarta*. Yogyakarta: FPOK IKIP.

Tiro, M.A. (2008). *Dasar-dasar Statistika*. Edisi Ketiga. Makassar. Andira Publisher.

Usman, Husaini (2008). *Manajemen: Teori, Praktik, dan Riset Pendidikan – Ed.2, Cet.1 – Jakarta: Bumi Aksara*.