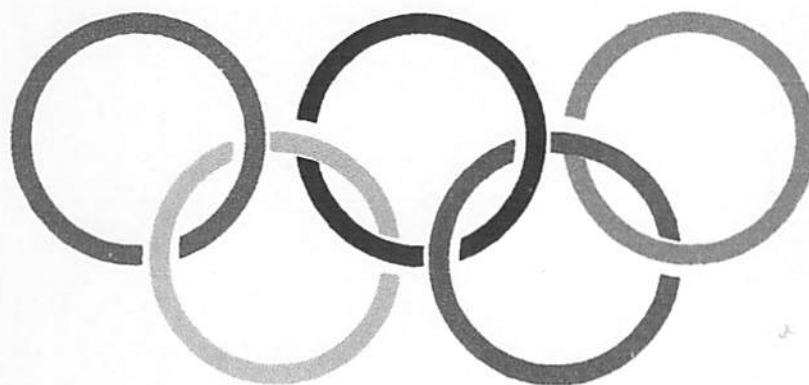


JURNAL

ILARA



Diterbitkan Oleh:

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

JIL	Volume VI	No. 1	Halaman 1-73	Makassar Januari-Juni 2015	ISSN 2086-4124
-----	-----------	-------	--------------	-------------------------------	-------------------

JIL

JURNAL ILARA

ISSN 2086-4124

Volume VI, Nomor 1, Januari – Juni 2015, hlm. 1-73

Terbit dua kali setahun pada bulan Januari-Juni, Juli-Desember. Berisi tulisan yang diangkat dari hasil Penelitian, Pengabdian pada Masyarakat, hasil Seminar, Kajian Kepustakaan, di bidang Ilmu Keolahragaan. Nomor: ISSN 2086-4124.

Ketua Penyunting

Rusli

Wakil Ketua Penyunting

Abdul Rahman

Penyunting Pelaksana

Sarifin G.

Mutmainnah

Andi Attsam Mappanyukki

Saharullah

Wahyudin

Arimbi

Pelaksana Tata Usaha

Etno Setyagraha

Alamat Penyunting dan Tata Usaha: Alamat : Jl. Wijaya Kusuma Raya No.14, Kampus Bantabantaeng Kode Pos 90222, Tlp. (0411) 872602 Fax. (0411) 872602 Kontak Person: 085230087060.
e-mail : ilmukeolahragaan_fikunm@rocketmail.com.

JURNAL ILARA diterbitkan sejak 24 Maret 2010 oleh Program Studi Ilmu Keolahragaan (ILARA) Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar.

Penyunting menerima sumbangan tulisan yang belum pernah diterbitkan dalam media lain. Naskah diketik di atas kertas HVS kuarto spasi ganda sepanjang lebih kurang 20 halaman, dengan format seperti tercantum pada halaman belakang ("Petunjuk bagi Calon Penulis JIL"). Naskah yang masuk dievaluasi dan disunting untuk keseragaman format, istilah, dan tata cara lainnya.

Ditetak di Percetakan FIK UNM Press. Isi di luar tanggung jawab Percetakan

HUBUNGAN KECEPATAN REAKSI KAKI, KESEIMBANGAN DAN KELENTUKAN DENGAN KEMAMPUAN PASSING BOLA DALAM PERMAINAN FUTSAL PADA SISWA SMA NEGERI 2 MAKASSAR

Herman

Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK Universitas Negeri Makassar Jln. Wijaya Kusuma Raya
No.14. e-mail: hermandody94@yahoo.co.id

ABSTRAK: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecepatan reaksi kaki, keseimbangan dan kelentukan terhadap kemampuan passing bola dalam permainan futsal. Penelitian ini termasuk jenis penelitian deskriptif. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Negeri 2 Makassar dengan jumlah sampel penelitian 40 orang yang dipilih secara random sampling. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis korelasi dengan menggunakan sistem SPSS Versi 16.00 pada taraf signifikan 95% atau $\alpha_{0,05}$. Bertolak dari hasil analisis data, maka penelitian ini menyimpulkan bahwa: (1) Kecepatan reaksi kaki memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan passing bola dalam permainan futsal pada siswa SMA Negeri 2 Makassar sebesar 52%; (2) Keseimbangan memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan passing bola dalam permainan futsal pada siswa SMA Negeri 2 Makassar sebesar 43,2%; (3) Kelentukan memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan passing bola dalam permainan futsal pada siswa SMA Negeri 2 Makassar sebesar 37,5%; dan (4) Kecepatan reaksi kaki, keseimbangan dan kelentukan memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan passing bola dalam permainan futsal pada siswa SMA Negeri 2 Makassar sebesar 63%.

Kata kunci: kecepatan reaksi kaki, keseimbangan, kelentukan dan kemampuan passing permainan futsal

Untuk mempertegas peranan pendidikan jasmani sebagai bagian dari sistem pendidikan, yang bermuatan pendidikan intelektual, temuan studi Donally (1999) menunjukkan bahwa rangsangan melalui aktivitas fisik seperti olahraga atau bermain memperkuat persambungan sinap dalam celebral cortex. Artinya orang yang aktif memiliki kecenderungan dipengaruhi secara positif dalam hal pengembangan dan fungsi kognitifnya.

Dalam menganalisa dan melakukan aktivitas olahraga tidak lepas dari pembahasan kemampuan fisik. Untuk melakukan suatu gerakan olahraga unsur-unsur fisik merupakan pelaku utama dari kegiatan tersebut. Oleh karena itu kemampuan fisik merupakan salah satu faktor yang sangat menentukan untuk mencapai suatu prestasi. Dalam permainan futsal hampir semua anggota tubuh bereaksi dan bekerja, namun unsur-unsur yang paling dominan adalah kaki disamping itu kepala.

Passing bola dalam permainan futsal hal yang perlu banyak diperhatikan, passing bola

ditentukan oleh penguasaan bola dengan baik, yakni bola harus diarahkan tepat pada sasaran baik saat mempassing ke teman atau ke gawang. Untuk dapat meningkatkan kemampuan passing bola dalam permainan futsal, dibutuhkan kemampuan fisik yang relevan untuk dapat mengembangkan skill pemain, sehingga dalam melakukan gerakan passing bola tidak nampak kaku dan tidak terjadi pemborosan tenaga disamping itu perlu adanya koordinasi yang baik dalam anggota tubuh itu sendiri dalam upaya mengendalikan atau mengontrol. Pemain yang memiliki hal tersebut dan menguasai teknik passing itu sendiri, akan dapat mengatasi situasi.

Berkaitan dengan definisi olahraga futsal dapat jelaskan sebagai berikut :

Futsal adalah kata yang digunakan secara internasional untuk permainan futsal dalam ruangan. Kata itu berasal dari kata futbol atau futebol (dari bahasa Spanyol dan Portugal yang berarti permainan futsal) dan salon atau sela (dari bahasa Prancis atau Spanyol yang berarti ruangan).

JIL

JURNAL ILARA

ISSN 2086-4124

Volume VI; Nomor 1, Januari – Juni 2015, hlm. 1-73

DAFTAR ISI

- Hubungan Kecepatan Reaksi Kaki, Keseimbangan dan Kelentukan Dengan Kemampuan Passing Bola Dalam Permainan Futsal Pada Siswa SMA Negeri 2 Makassar
Herman (Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK UNM) 1-6
- Pengaruh Latihan Pliometrik Box Terhadap Kemampuan Smash Dalam Permainan Bolavoli Pada Siswa SMA Negeri 1 Selayar
Muhammad Ishak (Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK UNM) 7-14
- Kontribusi Power Lengan dan Kelentukan Togok Terhadap Pukulan Forehand Topspin Dalam Permainan Tennis Meja
Nurliati (Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK UNM) 15-18
- Profil Vo2max Ditinjau Dari Umur 20 -29 Tahun Atlet Bulutangkis Yanti Jaya Makassar
Ichsani (Program Studi Ilmu Keolahragaan FIK UNM) 19-26
- Perbandingan Tingkat Kelelahan Sistem Perhitungan Poin Dalam Permainan Bulutangkis (Rally Point dan Klasik) Pada Club Yanti Jaya Makassar
Jamal (Program Studi Penjaskesrek FKIP UNMUL) 27-31
- Survey Kemampuan Aerobik Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keolahragaan FIK UNM
Sarifin G. (Program Studi Ilmu Keolahragaan FIK UNM) 32-38
- Pengaruh Pemberian Madu Terhadap Daya Tahan Otot Pada Atlet PKPB Cabang Olahraga Futsal Bulukumba
Andi Atssam Mappanyukki (Program Studi Ilmu Keolahragaan FIK UNM) 39-45
- Hubungan Antara Lemak Tubuh Dengan Daya Tahan Kardiovaskular Pada Tim Bolabasket Wijaya Kusuma Club
Etno Setyagraha (Program Studi Ilmu Keolahragaan FIK UNM) 46-50
- Pengaruh Latihan Raket Tennis Berbeban Terhadap Keterampilan Servis Dalam Permainan Tennis Lapangan
Isyani (Jurusan Pendidikan Olahraga FPOK IKIP Mataram) 51-53
- Hubungan Kekuatan Lengan Dan Kelentukan Pergelangan Tangan Dengan Kemampuan Chest Pass Dalam Permainan Bolabasket Pada Mahasiswa FIK UNM
Nurliani (Jurusan Pendidikan Olahraga FIK UNM) 54-59

Sedangkan pelatih Tim Futsal Indonesia Lhaksana, Justinus. Dkk. (2005:4) mengatakan bahwa :

Futsal adalah permainan yang sangat cepat dan dinamis. Dari segi lapangan yang relatif kecil hampir tidak ada ruangan untuk membuat kesalahan. Maka dari itu diperlukan kerjasama antara pemain lewat passing yang akurat, bukan mencoba melewati lawan.

Tipe passing berdasarkan jarak terbagi dalam 3 jenis, yaitu:

1. Jarak pendek (short pass) antara 0 meter sampai 4 meter atau 10-12 feet.
2. Jarak menengah (medium pass) 4 meter sampai dengan 10 meter atau 10-30 feet.
3. Jarak jauh (long pass) di atas 10 meter atau lebih dari 30 feet.

Mengumpang adalah merupakan salah satu teknik dasar permainan futsal yang sangat dibutuhkan oleh setiap pemain, karena dengan adanya lapangan yang rata dan ukuran lapangan yang kecil dibutuhkan passing yang keras dan akurat karena bola yang meluncur sejajar dengan tumit pemain, sebab hampir sepanjang permainan futsal menggunakan passing. Berikut ini jalannya bola sesuai dengan lokasi yang dikenai:

1. Bola bergulir mendatar ke arah kanan penandang.
2. Bola bergulir mendatar lurus ke arah depan penandang.
3. Bola bergulir mendatar ke arah kiri penandang.
4. Tidak ada pergerakan bola.
5. Bola bergulir ke atas dengan putaran bola ke belakang apabila bola ditendang, bagian bawahnya bola akan melambung, bila bola ditendang pada bagian tengahnya maka bola akan berjalan mendatar dan apabila bola ditendang pada bagian sebelah kiri maka akan bergulir di sebelah kanan atau sebaliknya.

Menurut Harsono (1988:68) tentang pengertian kecepatan, sebagai berikut:

Kecepatan adalah kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan yang sejenisnya dalam waktu yang sesingkat-singkatnya, atau kemampuan untuk menempuh suatu jarak dalam waktu yang sesingkat-singkatnya.

Menurut Abdul Kadir Ateng (1991:57) bahwa: "Kecepatan adalah kemampuan individu

untuk melakukan gerakan yang sama berulang-ulang dalam waktu yang sesingkat-singkatnya atau jumlah gerakan per unit waktu".

Nossek J. (1982:51) bahwa terdapat tiga jenis kecepatan, yaitu: "*Reaction speed, speed of on-cyclic movements, sprinting of frequency speed of cyclic movements*".

Moch. Sajoto (1988:58) tentang kemampuan menguasai letak titik berat badan yang lebih dikenal dengan istilah keseimbangan bahwa:

Keseimbangan atau balance adalah kemampuan seseorang mengendalikan organ-organ syaraf ototnya selama melakukan gerakan-gerakan yang cepat dengan perubahan letak titik berat badan yang cepat pula baik dalam keadaan statis maupun lebih-lebih dalam keadaan gerak dinamis.

Adapun keseimbangan terbagi dua jenis, menurut Moch. Sajoto (1988:54) yaitu:

1. Keseimbangan statis adalah kemampuan tubuh dalam mempertahankan keseimbangan dalam posisi tetap.
2. Keseimbangan dinamis adalah kemampuan tubuh mempertahankan keseimbangan pada waktu melakukan gerakan dari suatu posisi ke posisi yang lain.

Harsono, (1988:163) memberikan definisi sebagai berikut: "Kelentukan adalah kemampuan untuk melakukan gerakan dalam ruang gerak sendi, kecuali oleh ruang gerak sendi, kelentukan juga ditentukan oleh elastisitas tidaknya otot-otot, tendo dan ligament".

Sadoso Sumosardjono (1986:61) juga mengatakan bahwa: "Menambah kelentukan dan peregangan ada pula hubungannya dengan kenaikan kekuatan. Ada yang berpendapat bahwa dengan lebih banyak melakukan peregangan otot dan menjadi lebih kuat".

METODE

Metode merupakan tehnik dan alat yang dipergunakan untuk mencari pembuktian secara ilmiah yang dilakukan secara sistematis untuk mengungkapkan dan memberikan jawaban atas permasalahan yang dikemukakan dalam suatu penelitian. sehingga arah dan tujuan pengungkapan fakta atau kebenaran sesuai dengan apa yang ditemukan dalam penelitian dan sesuai dengan tujuan yang diharapkan.

Variabel Penelitian adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian (Suharsimi A, 1996:91). Variabel dalam penelitian ini terdiri atas dua jenis variable yaitu variabel bebas (prediktor) yang selanjutnya disimbolkan dengan X dan variabel terikat (kriterium) yang disimbolkan dengan Y. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau variabel penyebab (Suharsimi A, 1996:93). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah: Kecepatan reaksi kaki (X_1), Keseimbangan (X_2) Kelentukan (X_3). Variabel terikat (Y). Variabel terikat disebut juga dengan variabel tergantung, yaitu variabel yang dipengaruhi (Suharsimi Arikunto, 1996:93). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah: Kemampuan passing bola dalam permainan futsal (Y). Variabel-variabel yang terlibat dalam penelitian ini perlu didefinisikan secara operasional agar tidak menimbulkan pengertian yang meluas dan pelaksanaan pengumpulan data penelitian lebih terarah, maka definisi operasional variabel tersebut sebagai berikut:

Kecepatan reaksi kaki adalah kemampuan seseorang bertindak dengan kecepatan tinggi yang ditandai dengan pengambilan keputusan waktu yang tepat. Satuan yang dipergunakan dari hasil tes kecepatan reaksi kaki adalah centimeter.

Keseimbangan adalah kemampuan untuk mempertahankan posisi tubuh atau syaraf otot. Penilaian keseimbangan ini dilakukan dengan cara tes keseimbangan statis atau statis balance tes.

Kelentukan adalah kemampuan untuk melakukan pergerakan secara lumes tanpa adanya rasa ketegangan atau kaku yang berakibat fatal bagi organ tubuh. Kelentukan yang dilakukan pada penelitian adalah kelentukan togok ke depan.

Kemampuan passing bola dalam penelitian ini adalah suatu tingkat penguasaan pola gerak yang berupaya mengendalikan pola melalui sentuhan terhadap pola agar selalu dalam pengendalian. Pengumpulan data dilakukan untuk memperoleh data empiris sebagai bahan untuk menguji kebenaran hipotesis. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini meliputi: tes kecepatan reaksi kaki, tes keseimbangan, tes kelentukan

dan tes kemampuan passing bola pada permainan futsal

Tes kecepatan reaksi kaki (Nur Ichsan Halim, 2011).

Tujuan: untuk mengukur kemampuan seseorang bertindak dengan kecepatan yang tinggi ditandai pengambilan keputusan yang tepat.

Alat dan perlengkapan: Mistar, bangku dan formulir tes.

Pelaksanaan: Testee duduk di atas bangku yang telah disiapkan dan telapak kaki menghadap ke dinding dengan jarak lebih kurang 1 inci. Dengan aba-aba "ya" mistar dijatuhkan di antara telapak kaki di dinding kemudian telapak kaki khususnya pada bagian bola kaki (ball of the foot) berupaya secepat mungkin mistar tersebut. Penilaian: Nilai yang diambil dan di catat adalah nilai rata-rata dari 10 kali percobaan, 2 nilai terendah dan 2 nilai tertinggi dibuang.

Tes keseimbangan (Nur Ichsan Halim, 2004).

Tujuan: untuk mengukur keseimbangan statis.

Alat dan perlengkapan: *Stopwatch*, formulir tes dan alat tulis.

Pelaksanaan: Testee berdiri tegak, kemudian kaki kanan diangkat diletakkan pada lutut kaki kiri. Kedua tangan testee di letakkan pada pinggang (tolak pinggang). Selanjutnya testee berdiri dengan jinjit. Bersamaan dengan itu stopwatch dijalankan, dihentikan setelah testee melakukan kesalahan. Testee diberikan kesempatan 3 kali pelaksanaan.

Penilaian: Waktu yang lamanya untuk bertahan selama berdiri dengan posisi jinjit.

Dari tiga kali pelaksanaan adalah waktu yang paling lama diambil untuk dianalisis.

Tes kelentukan (Nur Ichsan Halim, 2011).

Tujuan: untuk mengukur kelentukan togok ke depan.

Ruangan yang rata, bangku pengukur kelentukan tubuh berskala cm dan inci, kapur halus (magnesium bikarbonat), dan formulir tes.

Pelaksanaan: Testee berdiri di atas bangku tanpa alas kaki. Testee membungkukkan badan, serta kedua lengan lurus ke bawah depan. Testee berusaha meraih skala meter sejauh mungkin. Kesempatan diberikan sebanyak 2 kali.

Penilaian: angka yang terbaik yang diraih oleh ujung jari testee pada skala meter dari dua kali kesempatan.

Tes kemampuan passing bola dalam permainan futsal

Tujuan: Untuk mengukur kemampuan menyepak dan menahan bola.

Alat dan perlengkapan: Bola futsal, stopwatch, meteran, latban, dan formulir tes.

Pelaksanaan: Testee berdiri dibelakang garis tembak yang berjarak 4 meter dari sasaran atau papan dengan posisi kaki kanan atau kaki kiri siap menembak sesuai dengan kebiasaan pemain. Pada aba-aba "ya" testee mulai menyepak bola ke sasaran, pantulannya ditahan kembali dengan kaki dibelakang garis tembak. Lakukan tugas ini secara bergantian dengan kaki kirir dan kanan selama 30 detik. Apabila bola keluar dari daerah sepak, maka testee menggunakan bola cadangan yang telah disediakan. Gerakan tersebut dinyatakan gagal apabila: bola ditahan atau disepak didepan garis sepak pada setiap kali tugas menyepak bola dan bola ditahan dan disepak hanya dengan satu kaki saja.

Penilaian: Hasil tes adalah jumlah menyepak dan menahan bola secara sah selama 30 detik. Hitungan 1, diperoleh dari satu kali kegiatan menendang dan menahan bola

Analisis secara inferensial digunakan untuk menguji hipotesis-hipotesis penelitian dengan menggunakan uji korelasi dan regresi. Jadi keseleruhan analisis data statistic yang digunakan pada umumnya menggunakan analisis komputer pada program SPSS versi 15,00 dengan taraf signifikan 95 % atau $\alpha = 0.5$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Ada hubungan kecepatan reaksi kaki dengan kemampuan passing bola dalam permainan futsal pada siswa SMA Negeri 2 Makassar. Berdasarkan hasil pengujian analisis korelasi dan regresi data antara kecepatan reaksi kaki dengan kemampuan passing bola dalam permainan futsal pada siswa SMA Negeri 2 Makassar. Diperoleh nilai korelasi dan regresi -0,721 dengan tingkat probabilitas $(0,000) < \alpha_{0,05}$, untuk nilai R Square (koefisien determinasi) 0,520. Hal ini berarti 52,0% kemampuan passing bola dalam permainan futsal dijelaskan oleh kecepatan reaksi kaki. Dari uji Anova atau F

test, didapat F hitung adalah 41,204 dengan tingkat signifikansi 0,000. Oleh karena probabilitas $(0,000)$ jauh lebih kecil dari $\alpha_{0,05}$, maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi kemampuan passing bola dalam permainan futsal (dapat diberlakukan untuk populasi dimana sampel diambil). Dari uji t diperoleh -6,419 dengan tingkat signifikansi 0,000. Oleh karena probabilitas $(0,000)$ jauh lebih kecil dari $\alpha_{0,05}$. Maka H_0 ditolak dan H_1 diterima atau koefisien regresi signifikan, atau kecepatan reaksi kaki benar-benar berhubungan secara signifikan dengan kemampuan passing bola dalam permainan futsal. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan kecepatan reaksi kaki dengan kemampuan passing bola dalam permainan futsal pada siswa SMA Negeri 2 Makassar terbukti nilai korelasi dan regresi -0,721 dengan tingkat probabilitas $(0,000) < \alpha_{0,05}$.

Ada hubungan keseimbangan dengan kemampuan passing bola dalam permainan futsal pada siswa SMA Negeri 2 Makassar. Berdasarkan hasil pengujian analisis korelasi dan regresi data antara keseimbangan dengan kemampuan passing bola dalam permainan futsal pada siswa SMA Negeri 2 Makassar. Diperoleh nilai korelasi dan regresi 0,658 dengan tingkat probabilitas $(0,000) < \alpha_{0,05}$, untuk nilai R Square (koefisien determinasi) 0,432. Hal ini berarti 43,2% kemampuan passing bola dalam permainan futsal dijelaskan oleh keseimbangan. Dari uji Anova atau F test, didapat F hitung adalah 28,948 dengan tingkat signifikansi 0,000. Oleh karena probabilitas $(0,000)$ jauh lebih kecil dari $\alpha_{0,05}$, maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi kemampuan passing bola dalam permainan futsal (dapat diberlakukan untuk populasi dimana sampel diambil). Dari uji t diperoleh 5,380 dengan tingkat signifikansi 0,000. Oleh karena probabilitas $(0,000)$ jauh lebih kecil dari $\alpha_{0,05}$. Maka H_0 ditolak dan H_1 diterima atau koefisien regresi signifikan, atau keseimbangan benar-benar berhubungan secara signifikan dengan kemampuan passing bola dalam permainan futsal.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan keseimbangan dengan kemampuan passing bola dalam permainan futsal pada siswa SMA Negeri 2 Makassar terbukti nilai

korelasi dan regresi 0,658 dengan tingkat probabilitas $(0,000) < \alpha 0,05$.

Ada hubungan kelentukan dengan kemampuan passing bola dalam permainan futsal pada siswa SMA Negeri 2 Makassar. Berdasarkan hasil pengujian analisis korelasi dan regresi data antara kelentukan dengan kemampuan passing bola dalam permainan futsal pada siswa SMA Negeri 2 Makassar. Diperoleh nilai korelasi dan regresi 0,612 dengan tingkat probabilitas $(0,000) < \alpha_{0,05}$, untuk nilai R Square (koefisien determinasi) 0,375. Hal ini berarti 37,5% kemampuan passing bola dalam permainan futsal dijelaskan oleh kelentukan. Dari uji Anova atau F test, didapat F hitung adalah 22,774 dengan tingkat signifikansi 0,000. Oleh karena probabilitas $(0,000)$ jauh lebih kecil dari $\alpha_{0,05}$, maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi kemampuan passing bola dalam permainan futsal (dapat diberlakukan untuk populasi dimana sampel diambil). Dari uji t diperoleh 4,772 dengan tingkat signifikansi 0,000. Oleh karena probabilitas $(0,000)$ jauh lebih kecil dari $\alpha_{0,05}$. Maka H_0 ditolak dan H_1 diterima atau koefisien regresi signifikan, atau kelentukan benar-benar berhubungan secara signifikan dengan kemampuan passing bola dalam permainan futsal.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan kelentukan dengan kemampuan passing bola dalam permainan futsal pada siswa SMA Negeri 2 Makassar terbukti nilai korelasi dan regresi 0,612 dengan tingkat probabilitas $(0,000) < \alpha_{0,05}$

kemampuan passing bola dalam permainan futsal pada siswa SMA Negeri 2 Makassar. Berdasarkan hasil pengujian analisis regresi data antara kecepatan reaksi kaki, keseimbangan dan kelentukan dengan kemampuan passing bola dalam permainan futsal pada siswa SMA Negeri 2 Makassar. Diperoleh nilai regresi 0,793 dengan tingkat probabilitas $(0,000) < \alpha_{0,05}$, untuk nilai R Square (koefisien determinasi) 0,630. Hal ini berarti 63% kemampuan passing bola dalam permainan futsal dijelaskan oleh kecepatan reaksi kaki, keseimbangan dan kelentukan. Dari uji Anova atau F test, didapat F hitung adalah 20,394 dengan tingkat signifikansi 0,000. Oleh karena probabilitas $(0,000)$ jauh lebih kecil dari $\alpha_{0,05}$, maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi kemampuan passing

bola dalam permainan futsal (dapat diberlakukan untuk populasi dimana sampel diambil). Dari uji t diperoleh 2,930 dengan tingkat signifikansi 0,000. Oleh karena probabilitas $(0,000)$ jauh lebih kecil dari $\alpha_{0,05}$. Maka H_0 ditolak dan H_1 diterima atau koefisien regresi signifikan, atau kecepatan reaksi kaki, keseimbangan dan kelentukan benar-benar berhubungan secara signifikan dengan kemampuan passing bola dalam permainan futsal.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan kecepatan reaksi kaki, keseimbangan dan kelentukan dengan kemampuan passing bola dalam permainan futsal pada siswa SMA Negeri 2 Makassar terbukti nilai regresi 0,793 dengan tingkat probabilitas $(0,000) < \alpha_{0,05}$.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Adapun kesimpulan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut: (1). Kecepatan reaksi kaki memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan passing bola dalam permainan futsal pada siswa SMA Negeri 2 Makassar. (2). Keseimbangan memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan passing bola dalam permainan futsal pada siswa SMA Negeri 2 Makassar. (3). Kelentukan memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan passing bola dalam permainan futsal pada siswa SMA Negeri 2 Makassar.

Kecepatan reaksi kaki, keseimbangan dan kelentukan memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan passing bola dalam permainan futsal pada siswa SMA Negeri 2 Makassar.

Saran

Saran yang dikemukakan dalam penelitian ini yaitu 1). Guru Olahraga, agar di dalam memilih teknik pemain futsal yang ingin dikembangkan perlu memperhatikan komponen fisik yang dimiliki seperti kecepatan reaksi kaki, keseimbangan badan dan kelentukan. (2). Bagi pemain futsal, diharapkan agar supaya melakukan aktivitas olahraga dengan bentuk-

bentuk latihan yang disesuaikan dengan kebutuhan agar komponen fisik yang dimiliki tidak mempegaruhi struktur tubuh yang berakibat fatal atau merugikan. (3). Fakultas Ilmu Keolahragaan merupakan suatu wadah untuk memperoleh ilmu keolahragaan, sehingga diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan masukan dan ilmu yang berguna bagi Mahasiswa Olahraga.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 1992. *Prosedur penelitian; suatu pendekatan praktek*. Jakarta : Penerbit Rineka Cipta.
- Ateng, Abdul Kadir. 1992. *Asas dan landasan pendidikan jasmani*. Jakarta : Depdikbud Dirjen Dikti.
- Barry L. Johnson and Nelson K. 1986. *Practical measurement for evaluation in physical education*. Mc. Millian Publishing.
- Bompa. 1983. *Theory and Methodology Of Training The Key To Athletic Performance*. Iowa Kendall/Hunt Publishing Company.
- Donally. 1999. *Phisycal Education for Elementary School Children*. New York. Macmillan Publishing Company.
- Fox. 1984. *The Physiological Basic Of Physical Education And Athletic*. Toronto : Sounders College Publishing.
- Halim, Sahda. 2009. *1 Hari Pintar Main Futsal*. Yogyakarta: Buku Kita
- Halim, Nur Ichsan. 1991. *Tes dan pengukuran dalam olahraga*. Ujung Pandang : Diktat Mata kuliah FPOK IKIP.
- Harsono. 1988. *coaching dan aspek-aspek psikologi dalam coaching*. Jakarta: Penerbit Departemen Pendidikan dan kebudayaan Proyek Pengembangan Pendidikan Tinggi.
- M.F Siregar. 1975. *Ilmu pengetahuan melatih*. Jakarta : Proyek pembinaan prestasi olahraga.
- Murhananto. 2006. *Dasar-dasar Permainan Futsal, (sesuai dengan peraturan FIFA)*. Jakarta: AgroMedia Pustaka.
- Nurhasan. 1986. *Tes dan Pengukuran olahraga*. Bandung : FPOK IKIP.
- Nossek. 1982. *General theory of training*. Penerbit PAN African Press Ltd Longus.
- Rani, Abd. Adib. 1992. *Materi dan evaluasi mengajar permainan futsal*. Ujung Pandang : FPOK IKIP.
- Sajoto Moch. 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti PPTK.
- Siedentop, D. (1994). *Introduction to Physical Education, Fitness and Sport*, Mountain View: Mayfield Publishing Company.
- Sireger M. F. 1975. *Ilmu Pengetahuan Melatih*. Jakarta: Prosey Pembinaan Organisasi dan Kativitas Olahraga Massal.
- Soebroto, Moch. 1979. *Tuntunan Mengajar Atletik*. Jakarta: Proyek Permasalahan dan Penerbitan Olahraga.
- Soekarman. 1987. *Dasar Olahraga untuk Pembina, Pelatih, dan Atlet*. Bandung : Tarsito.
- Sudjana, Nana. 1988. *Dasar-dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Penerbitan Sinar Mas.
- Sugiyono. 2004. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Surahman, Winarno. 1982. *Pengantar interaksi belajar mengajar*. Bandung : Penerbit Tarsito.