**JURNAL**

**SURVEI TINGKAT KESEGARAAN JASMANI TERHADAP KEMAMPUAN MENGIRING BOLA PADA PERMAINAN FUTSAL 87 CLUB TANA TORAJA**

****

**WIRYANENGSI ALLOLAYUK**

**\**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

**UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR**

**2018**

**SURVEI TINGKAT KESEGARAN JASMANI TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA PERMAINAN FUTSAL 87 CLUB TANA TORAJA**

**OLEH**

**WIRYANENGSI ALLOLAYUK**

**ABSTRAK**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan dan mengungkapkan tingkat Kesegaran Jasmani pada pemain futsal 87 clubTana Toraja. Populasi dalam penelitian ini adalah tim Clubfutsal Tana Toraja yang berjumlah 30 orang dan sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah berjumlah 30 orang, sampel ini disebut sampel jenuh. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan teknik total *sampling* . Dalam penelitian ini yang menjadi fokus penelitian adalah bagaimana tingkat kesegaran jasmani pemain futsal 87 club Tana Toraja. Teknik Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah 5 item tes Kesegaran Jasmani yaitu tes lari cepat 50 meter, tes *pull up*, tes *sit up*, tes *vertical jump*, tes lari 1000 meter dan tes menggiring bola. Teknik analisis data dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakanstatistik deskriptif (tabulasi frekuensi) .

Dari hasil penelitian ini dapat ditarik kesimpulan bahwa, rata-rata tingkat Kesegaran Jasmani pada pemain futsal 87 clubTana Toraja berada pada kategori sedang sebanyak 11 orang (63,33 %), yang termasuk ke dalam kategori baik sekali tidak ada, yang memiliki kategori baik sebanyak 11 orang (36,67%), sedangkan yang termasuk ke dalam kategori kurang dan kurang sekali tidak ada. Berdasarkan dari hasil penelitian, kategori tingkat kemampuan menggiring bola pada permainan futsal di kategori baik, maka kesimpulan ada hubungan antara tingkat kesegaran jasmani dan data hasil kemampuan menggiring bola pada permainan futsal dengan kategori sedang dengan nilai (0,564).

**Kata kunci**: Tingkat Kesegaran Jasmani, Menggiring Bola .

**PENDAHULUAN**

Kesegaraan jasmani adalah suatu keadaan saat tubuh saat tubuh mampu menuaikan tugas harinya dengan efisien, tanpa kelelahan yang berarti , dan tubuh masih memiliki tenaga cadangan, baik untuk mengatasi keadaan darurat yang mendadak, maupun untuk menikmati waktu yang senggang dengan rekreasi yang aktif (Sudarno dalam Setyawan, 2010: 2-3). Kesegaraan jasmani sangat mutlak diperlukan untuk melakukan aktifitas olahraga. Juga disebutkan dalam undang-undang sistem keolahragaan Nasional. Keolahragaan Nasional bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaraan, prestasi, kualitas manusia, menanamakan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, displin, memperetat dan membina persatuan dan kesatuaan bangsa, memperokoh ketahaan nasional,serta mengangkat harkat, martabat, da kehormatan bangsa.

Ada banyak manfaat dari kesegaraan jasmani bagi tubuh. Manfaat kesegaraan jasmani bagi tubuh antar lain dapat mencegah berbagai penyakit seperti jantung, pembuluh darah, dan paru-paru sehingga meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan. Dengan kesegaraan jasmani, hidup menjadi semangat dan menyenangkan. Kesegaraan jasmani tidak hanya menggambarkan kesehatan,tetapi lebih merupakan cara mengukur individu melakukan kegiatan sehari-hari khususnya dalam belajar. Untuk dapat mengatahui dan menilai tingkat kesegaraan jasmani seseorang dapat dilakukan dengan melaksanakan pengukuran dan kesegaraan jasmani berhubungan dengan permainan futsal terutama dalam menggiring bola.

Maka dari itu dengan meningkatnya peminat olahraga futsal ini dikarenakan olahraga futsal sangatlah mudah dimainkan oleh siapa saja dan mudah ditemukannya sarana yang disediakan untuk olahraga tersebut. Permainan futsal sangat mewadah, dari orang tua, muda,anak-anak juga suka akan olahraga ini, tak hanya kalangan mahasiswa olahraga futsal juga mempengaruhi kalangan pelajar.

Permainan olahraga ini mudah dimainkan oleh siapa saja, permainan ini bisa dilakukan di dalam dan di luar ruangan dengan membutuhkan lapangan tidak terlalu besar. Permainan futsal sejauh ini sangatlah berkembang dengan pesat dengan banyaknya event-event turnamen antara pelajar dan antara club futsal. Permaian olahraga futsal dimainkan oleh dua regu atau tim,olahraga ini sangat mirip dengan olahraga sepakbola dari segi teknik aturan pemain. pemain futsal harus dituntut mempunyai kondisi fisik yang baik dengan tingkat kebugaran yang tinggi agar dapat bermain futsal 2 × 20 menit. Pemain futsal juga bisa mengambil keuntungan yang positif dari permainan ini, yaitu dari segi social, hiburan, mental, dan emosional.

Karna futsal merupakancabang olahraga yang asal mulanya dari cabang olahraga sepakbola, maka teknik dasar permainan futsal hampir sama dengan teknik dasar sepakbola. Maka teknik dasar permainan futsal hampir sama dengan teknik dasar sepakbola.teknik dasar futsal yaitu: “mengumpang *(passing*), menahan bola *(control),* mengumpang lambung *(chipping*), menggiring bola *(dribbling),* dan menembak *( shooting).* Teknik dasar inilah yang menjadi karateristik cabang olahraga ini. Apabila dari kelima dari teknik dasar futsal diatas telah dikuasai,maka pemain dapat bermain futsal secara baik dan dapat mencapai prestasi yang maksimal. Untuk pencapaian prestasi maksimal, tidak hanya aspek teknik saja yang di latih. Namun diperlukan beberapa aspek yang wajib di berikan kepada pemain saat latihan seperti fisik,taktik,dan mental.

Salah satu teknik dasar yang perlu dikuasai oleh seoarang pemain futsal adalah kemampuan menggiring bola. Kemampuan menggiring bola dalam permaian futsal merupakan suatu kemampuan dasar yang harus bisa dikuasai oleh pemain futsal. Dengan demikian menggiring bola yang baik,seorang pemain dapat melewati lawan dengan mudah kemudian memberikan umpan atau melakukan tembakan ke gawang lawan sehingga peluang terciptanya gol akan semakin banyak. Hal ini berarti bahwa kemampuan menggiring bola dapat dilihat kelak seseorang tersebut masuk dalam posisi bagian yang berada dalam Tim.

Di Tana Toraja banyak pengemar futsal oleh kalangan masyarakat khususnya kalangan remaja. Hasil pengamatan peneliti banyak pemain futsal di Tana Toraja yang kurang teknik menggiring bola secara khusus pada kalangan pelajar. Apakah kurangnya tingkat kesegaraan jasmani sehingga cara menggiring bolanya kurang baik dan kondisi fisiknya sangat mudah kelelahan di lihat dari ketika melakukan suatu pertandingan, serangan balik hampir rata-rata pemain futsal pelajar di Tana Toraja kurang dalam menggiring bola.

**Rumusan Masalah**

1. Bagaimana tingkat kesegaran jasmani pada pemain futsal 87 club Tana Toraja ?
2. Bagaimana kemampuan menggiring bola pada pemain futsal 87 club Tana Toraja?
3. Bagaimanakah keterkaitan tingkat kesegaran jasmani terhadap kemampuan mengiring bola pada permainan futsal di club 87 futsal tana toraja ?

**Kesegaran Jasmani**

Ada beberapa pendapat tentang pengertian kesegaran jasmani. Kesegaran jasmani adalah kondisi tes jasmani yang bersangkut paut dengan kemampuan dan kesanggupannya berfungsi dalam pekerjaan secara optimal dan efisien. (Setyawan, 2010: 8).

Pengertian mengenai kesegaran jasmani juga dikemukakan oleh para ahli. Menurut Sumosardjono (dalam Rhestu, 2013:9) menyatakan bahwa: “Kesegaran jasmani adalah kemampuan seseorang untuk menunaikan tugasnya sehari-hari dengan gampang, tanpa merasa lelah yang berlebihan, dan masih mempunyai sisa atau cadangan tenaga untuk menikmati waktu senggangnya dan untuk keperluan yang mendadak”. Sedangkan menurut Iryanto (2004:2) mengemukakan pengertian kesegaran jasmani sebagai berikut: “Kesegaran jasmani adalah kemampuan seseorang melakukan kerja sehari-hari secara efisien tanpa menimbulkan kelelahan yang berlebihan sehingga masih dapat menikmati waktu luangnya.” Lebih lanjut Iskandar (dalam Setyawan, 2010:9) mengemukakan tentang pengertian kesegaran jasmani sebagai berikut: “Kesegaran jasmani disebut sebagai orang yang fit yaitu orang sehat yang mempunyai kemampuan untuk mengatasi pekerjaan sehari-hari dan masih mempunyai tenaga cadangan yang cukup tidak hanya untuk menghadapi keadaan darurat, tetapi untuk mengasi waktu terluang. Kesegaran jasmani merupakan kemampuan tubuh seseorang untuk melakukan tugas dan pekerjaan sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti, sehingga tubuh masih memiliki simpanan tenaga untuk mengatasi beban kerja tambahan”.

6

Hal yang sama dikemukakan oleh Soegiyono. Menurut Soegiyono (dalam Setyawan, 2010:9) kesegaran jasmani adalah sebagai berikut: “Kesegaran jasmani adalah kemampuan seseorang untuk mengerjakan sesuatu sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan dan sisa tenaganya masih dapat untuk menikmati waktu luang, serta siap untuk menghadapi kesukaran atau bahaya yang mungkin timbul dimana orang-orang yang tidak fit tidak akan mampu melakukan”.

Lebih jauh Dinata dalam Arridho (2011:7) menyatakan bahwa: “Kesegaran jasmani adalah kemampuan seseorang untuk melaksanakan tugas sehari-hari tanpa mengalami kelelahan yang berarti dan masih memiliki cadangan tenaga untuk melaksanakan kegiatan itu”.

Kesegaran jasmani sangat penting bagi segala sendi kehidupan manusia. Kesegaran jasmani mempunyai fungsi yang sangat penting dalam mensukseskan pembangunan. Menurut Priambodo (2013:15) kesegaran jasmani berfungsi sebagai berikut: “Mengembangkan kesanggupan kerja bagi siapapun, sehingga dapat menyelesaikan tugas dengan baik tanpa mengalami kelelahan”.

Berdasarkan pendapat di atas, sangat sulit mencapai prestasi yang baik tanpa disertai jasmani yang segar dalam semua aktivitas untuk mewujudkan suatu hasil yang memuaskan. Fungsi kesegaran jasmani dapat dikelompokkan menjadi dua golongan, (Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi dalam Setyawan, 2010: 10-11) yaitu: “1) Golongan yang dihubungkan dengan pekerjaan, yaitu : a) Kesegaran jasmani bagi olahragawan untuk meningkatkan prestasi, b) Kesegaran jasmani bagi karyawan atau pekerja untuk meningkatkan efisiensi dan produktivitas kerja, c) Kesegaran jasmani bagi pelajar dan para atlet untuk meningkatkan kemampuan belajar. 2) Golongan yang dihubungkan dengan keadaan, yaitu : a) Kesegaran jasmani untuk anak-anak untuk menjamin pertumbuhan dan perkembangan yang baik, b) Kesegaran jasmani bagi orang tua adalah untuk mempertahankan kondisi fisik terhadap serangan penyakit”. Agar seseorang dikatakan kesegaran jasmaninya baik, maka status setiap komponennya harus dalam keadaan baik. Menurut Sajoto dalam Rhestu (2013: 11-14) menyebutkan bahwa terdapat sepuluh macam komponen kesegaran jasmani, yaitu: “1) kekuatan, 2) daya tahan, 3) daya otot, 4) kecepatan, 5) daya lentur, 6) kelincahan, 7) koordinasi, 8) keseimbangan, 9) ketepatan, 10) reaksi”. Latihan kesegaran jasmani dilakukan secara tepat dan benar dapat memberikan manfaat bagi tubuh (Setyawan, 2010: 37) yaitu :

1. Memperkuat sendi *ligamen-ligamen.*
2. Meningkatkan kemampuan jantung dan paru-paru.
3. Memperkuat tekanan darah.
4. Mengurangi lemak tubuh.
5. Memperbaiki bentuk tubuh
6. Mengurangi kadar gula
7. Mengurangi resiko terhadap penyakit jantung *koroner*
8. Memperlancar pertukaran gas

**Permainan futsal**

Futsal merupakan satu diantara sekian banyak permainan yang di gemari oleh penduduk diseluruh belahan dunia. Ada keasyikan tersendiri yang di rasakan oleh mereka yang memainkan olahraga jenis bola besar ini. Selain menciptakan suasana kebersamaan antara individu dalam satu tim, olahraga ini mampu menciptakan Suasana kebersamaan antara individu dalam satu tim, olahraga ini mampu menciptakan suasana kompetisi antara tim yang bertanding.

Secara sederhana, futsal dapat diartikan sebagai suatu permainan olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang berbeda. Masing-masing tim beranggotakan lima orang pemain yang memainkan pertandingan dalam dua babak. Olahraga futsal ditujukan untuk membentuk perpaduan individu – individu pemain yang tergabung dalam sebuah tim demi mencapai kemenangan.kebersamaan dan kerjasama tim sangat diperlukan dalam mencapai tujuan tersebut.

Sebagai sebuah olahraga permainan, futsal di harapkan menjadi wadah bagi para pemainnya dalam meraih kesenangan yang di balut kompetisi dan persaingan, baik antara pemain maupun tim. Sehingga dengan permainan ini, akan tercipta suasana pertandingan yang lebih seru, fair play, dan sebagai sarana dalam memasyarakatakan olahraga permainan bola di seluruh dunia.

Burns (2003:6) mengemukakan bahwa futsal berasal dari bahasa portugis,*futebol de salao”*,dan bahasa spanyol, futbol sala, futebal berarti sepakbola, sedangkan sala (salon) berarti ruangan. Asal mula futsal ada pada tahun 1930 di montevido, Uruguay dan di perkenalkan oleh seorang pelatih sepak bola bernama juan carlos ceriani, awalnya ceriani hanya ingin memindahkan latihan kedalam ruangan karena kondisi lapangan yang licin setela diguyur hujan. Futsal berkembang pesat di Amerika Selatan khususnya brasil, dan terus menyebar keseluruh dunia. Bahkan menembus ke Eropa, Amerika selatan, Afrika, Asia dan Oseania.

Dribbling merupakan cara membawa bola dari satu tempat ke tempat lain dengan menggunakan kaki kita sebagai pengontrol. Lionel Messi saat ini disebut-sebut sebagai pemain dengan kemampuan dribbling luar biasa. Sikap tubuh saat pertandingan sangat menentukan permainan kita tak bisa memantau peluang yang sangat kecil jika tak mengarahkan pandangan ke sekitar. Peluang ruang yang terbuka,posisi lawan yang renggang dan rekan yang lowong , serta posisi kita sendiri, akan mudah terpantau dalam sikap look up (melihat ke atas).lakukan sebagaimana berikut:

Tri Septa Agung Pamugkas (2009:74) bahwa menggiring (dribbling) adalah teknik dan seni membawa dan menggiring bola yang membutuhkan keseimbangan dan penguasaan bola yang baik serta kepercayaan diriya yang besar. Menurut Benny Badaru (2017: 15) teknik dribbling merupakan keterampilan penting dan mutlak harus dikuasai oleh setiap pemain futsal.

**Profil 87 Club Futsal Tana Toraja**

Delapan Tujuh futsal club (87 FC) Tana Toraja merupakan salah satu club futsal di Tana Toraja yang di rintis dari kalangan pelajar saat itu kemudian terbentuklah Tim atas inisiatif beberapa pemain pendahulu club 87 yang dibawahi oleh Jepri Boro Padang S.Pd sekaligus pelatih, pada tanggal 19 Februari 2015. Nama club 87 itu sendiri diambil dari nama kelas pemain pada saat itu mereka duduk di kelas VII dan VIII di SMP. club ini mempunyai 2 Tim yang beranggota kurang lebih 30 orang yang di seleksi dari berbagai sekolah dari jenjang SMP hingga SMA di Kabupaten Tana Toraja. Tim ini telah meraih berbagai prestasi di berbagai kejuaraan futsal antar pelajar maupun umum yang diadakan oleh Kabupaten Tana Toraja seperti BRI Cup, Turnamen Telkomsel, Star Cup 1, JJM Cup 2017, Smansa Cup 3, Stigma Competation, Lebah Ganteng Cup 1,Competation Malango Utara Cup 1 dan telah mengikuti Turnamen tingkat umum dan berhasil sampai ke tahap delapan (8) Besar. Sebagian besar pemain dari tim ini telah memperkuat futsal Tana Toraja di ajang PRAPORDA 2017.

**METODOLOGI**

Variabel penelitian dalam skripsi ini yaitu: a) Variabel Bebas yaitu: Tingkat Kesegaran Jasmani; b) Variabel Terikat yaitu Kemampuan mengiring bola Variabel yang diteliti perlu didefenisikan dalam bentuk oprasional agar lebih pasti dan tidak membingungkan. Untuk maksud tersebut diberikan defenisi opersional variabel penelitian sebagai berikut:

1. Tingkat Kesegaran jasmani adalah suatu kesanggupan atau kemampuan tubuh seseorang untuk melakukan sesuatu pekerjaan dengan efisien dan efektif tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti bagi dirinya dan sesudahnya masih dapat menikmati waktu-waktu luangnya, tanpa memerlukan waktu istirahat yang terlalu lama. Adapun tes yang di gunakan untu mengukur tingkat kesegaran jasmani adalah: a) Kecepatan : Lari 50 meter, b) Daya Tahan Otot : Gantung angkat tubuh, 50 detik; c) Kekuatan Otot: Baring duduk , 50 detik; d) Daya Ledak: Loncat tegak (*Vertical Jump*) dan e) Daya Tahan Jantung : Lari menegah 1000 meter
2. Kemampuan mengiring bola dalam permainan futsal adalah salah satu teknik dasar dari permainan futsal dengan menggunakan punggung kaki dalam penguasaan bola secara baik,dicatat dalam satuan detik dan menit.

Populasi adalah keseluruhan individu yang menjadi obyek penelitian. Sebagaimana yang dikatakan oleh Sutrisno Hadi (1989:220) bahwa: Populasi adalah seluruh penduduk yang dimaksudkan untuk diselidiki disebut populasi atau universum. Sesuai dengan pengertian populasi di atas, maka sebagai populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain futsal 87 club Tana Toraja. Sampel adalah bagian dari populasi atau sebagai individu yang diwakili untuk mewakili populasi. Dalam memilih individu sebagai sampel harus menggunakan teknik tertentu sehingga betul-betul sesuai dengan karakteristik dari pada populasi, yang dapat terpenuhi melalui sampel. Populasi sekaligus sampel sebanyak 30 orang pemain futsal pada club bersangkutan.

**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

1. **Persentasi frekuensi klarifikasi hasil data lari 50 meter**

Berdasarkan hasil analisis dapat dikategorikan bahwa untuk lari 50 meter pemain futsal 87 club Tana Toraja, dari 30 sampel diketahui ada 2 sampel berada pada kategori baik sekali atau pada interval nilai s.d – 6,67 detik memperoleh nilai presentase sebesar 6,7%, 4 sampel berada pada kategori baik atau pada interval 6,8 - 7,6 detik memperoleh nilai presentase sebesar 13,33%, 11 sampel berada pada kategori sedang atau pada interval nilai 7,7 - 8,7 detik memperoleh nilai presentase sebesar 36,67%, 13 sampel berada pada kategori kurang atau pada interval nilai 8,8 - 10,3 detik memperoleh nilai presentase sebesar 43,33% dan tidak ada sampel yang berada pada kategori kurang sekali atau pada interval nilai 10,4 dst dan memperoleh nilai presentase sebesar 0%.

1. **Persentasi frekuensi klasifikasi hasil data gantung angkat tubuh 50 detik (*pull up*)**

Berdasarkan hasil analisis dapat dikategorikan bahwa untuk gantung angkat tubuh pemain futsal 87 club Tana Toraja, dari 30 sampel diketahui bahwa 9 sampel berada pada kategori baik sekali atau pada interval nilai 16 keatas memperoleh nilai presentase sebesar 30 %, 21 sampel berada pada kategori baik atau pada interval nilai 11 – 15 memperoleh nilai presentase sebesar 70%, tidak ada sampel berada pada kategori sedang atau pada interval nilai 6 – 10 memperoleh nilai presentase sebesar 0 %, tidak ada sampel berada pada kategori kurang atau pada interval nilai 2 – 5 memperoleh nilai presentase sebesar 0 % dan tidak ada sampel berada pada kategori kurang sekali atau pada interval nilai 0 – 1 memperoleh nilai presentase sebesar 0%.

1. **Persentasi frekuensi klasifikasi hasil data baring duduk 50 detik (*sit up*)**

Berdasarkan hasil analisis dapat dikategorikan bahwa untuk baring duduk 60 detik pemain futsal 87 club Tana Toraja, dari 30 sampel diketahui bahwa 15 sampel berada pada kategori baik sekali atau pada interval nilai 38 keatas memperoleh nilai presentase sebesar 50 %, 13 sampel berada pada kategori baik atau pada interval nilai 28 – 37 memperoleh nilai presentase sebesar 43,33%, 2 sampel berada pada kategori sedang atau pada interval nilai 19 – 27 memperoleh nilai presentase sebesar 6,67%, tidak ada sampel berada pada kategori kurang atau pada interval nilai 8 – 18 memperoleh nilai presentase sebesar 0% dan tidak ada sampel berada pada kategori kurang sekali atau pada interval nilai 0 – 7 memperoleh nilai presentase sebesar 0%.

1. **Persentasi frekuensi klasifikasi hasil data loncat tegak (*vertical jump*)**

Berdasarkan hasil dikategorikan bahwa untuk loncat tegak pemain futsal 87 club Tana Toraja, dari 30 sampel diketahui bahwa tidak ada sampel berada pada kategori baik sekali atau pada interval nilai 66 cm keatas memperoleh nilai presentase sebesar 0%, 8 sampel berada pada kategori baik atau pada interval nilai 53 – 65 cm memperoleh nilai presentase sebesar 26.7%, 18 sampel berada pada kategori sedang atau pada interval nilai 42 – 52 cm memperoleh nilai presentase sebesar 60%, 4 sampel berada pada kategori kurang atau pada interval nilai 31 – 41 cm memperoleh nilai presentase sebesar 13.3% dan tidak ada sampel berada pada kategori kurang sekali atau pada interval nilai dibawah 31 cm memperoleh nilai presentase sebesar 0%.

1. **Persentase frekuensi klasifikasi hasil data lari 1000 meter**

Berdasarkan hasil analisis dapat dikategorikan bahwa untuk lari 1000 meter pemain futsal 87 club Tana Toraja, dari 30 sampel diketahui bahwa tidak ada sampel berada pada kategori baik sekali atau pada interval nilai s.d. 3’04’’ memperoleh nilai presentase sebesar 0%, tidak ada sampel berada pada kategori baik atau pada interval 3’05’’ – 3’53’’ memperoleh nilai presentase sebesar 0%, 11 sampel berada pada kategori sedang atau pada interval 3’54’’ – 4’46’’ memperoleh nilai presentase sebesar 36.7%, 19 sampel berada pada kategori kurang atau pada interval 4’47’’– 6’04’’ memperoleh nilai presentase sebesar 63.3% dan tidak ada sampel berada pada kategori kurang sekali atau pada interval 6’04’’ dst. memperoleh nilai presentase sebesar 0%.

1. **Persentasi Frekuensi Data Hasil Tes Tingkat Kesegaran Jasmani**

Berdasarkan hasil analisis dapat dikategorikan bahwa untuk tingkat kesegaran jasmani pemain futsal 87 club Tana Toraja, dari 30 sampel diketahui bahwa tidak ada sampel berada pada kategori baik sekali atau pada interval nilai 22-25 memperoleh nilai presentase sebesar 0%, 11 sampel berada pada kategori baik atau pada interval nilai 18 - 21 memperoleh nilai presentase sebesar 36,67%, 19 sampel berada pada kategori sedang atau pada interval nilai 14 - 17 memperoleh nilai presentase sebesar 63,33%, tidak ada sampel berada pada kategori kurang atau pada interval nilai 10-13 memperoleh nilai presentase sebesar 0% dan tidak ada sampel berada pada kategori kurang sekali atau pada interval 5 - 9 memperoleh nilai presentase sebesar 0%.

1. **Uji hopotesis Tingkat Kesegaran Jasmani Terhadap Kemampuan Menggiring Bola pada Permainan Futsal**

Untuk menerima dan menolak H0 dengan bantuan nilai signifikan, jika nilai sig kurang 5% maka Ho ditolak, sebaliknya diterima. Dari tabel output diatas terlihat sig. = 0,001 kurang dari 0,05 berarti H0 ditolak dan H1 menerima. Jadi ada korelasi atau hubungan antara tingkat kesegaran jasmani dan kemampuan menggiring bola pada permainan futsal.

Dengan melihat nilai korelasi kedua variabel tersebut r = 0,564. Hal ini menunjukkan tingkat hubungan yang sedang. Jadi, ada hubungan antara antara data hasil tingkat kesegaran jasmani dan data hasil kemampuan menggiring bola pada permainan futsal dengan kategori sedang.

**PENUTUP**

1. Tingkat Kesegaran Jasmani pemain Futsal 87 club Tana Toraja berada dalam kategori Sedang dengan jumlah pemain sebanyak 19 orang (63,33 %).
2. Kemampuan Menggiring Bola pemain Futsal 87 club Tana Toraja berada dalam kategori Baik dengan nilai (14,60)
3. Ada Keterkaitan Tingkat Kesegaran Jasmani terhadap Kemampuan Menggiring Bola pemain Futsal 87 club Tana Toraja dengan kategori sedang dengan nilai (0,564)

**DAFTAR PUSTAKA**

Badaru,Benny, 2017. *Latihan Taktik Beyb Bermain Futsal Modern*. Kota Bekasi: Penerbit Cakrawala cendekia

Iriyanto, Djoko Pekik. 2004. *Pedoman Praktis Berolahraga untuk Kebugaraan dan Kesehatan*. Yogyakarta: Andi Offeset

Mulyon, Asriady, 2014. *Buku Pintar Panduan Futsal*. Kota Jakarta: Penerbit laksar Aksara.

Pamungkas, Asriady, 2009. *Kamus Pintar Sepak Bola.* Malang, DIOMA. 2017/04.www.landasan

Pamungkas Agung Septa Tri.2009. Kamus Pintar sepakbola.DIOMA edisi.

Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi.2000, *Tes Kesegaraan Indonesia Untuk Remaja Umur 16-19 Tahun*.Jakarta: Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi

Rhestu, Huta Hen. 2013. *Hubungan Kesegaraan Jasmani Terhadap Hasil Belajar Atlet Putra Kelas VIII SMP Negeri 3 Temanggung Tahun 2013.( Skripsi: Pendidikan Kepelatihan Olahraga*, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang

Setyawan, Beny. 2010.*Survey Tingkat Kesegaraan Jasmani Atlet SD Putra Kelas IV dan V Gugus Kartika UPTD Kecamatan Bawen Kabupaten Semarang Tahun Pelajaran 2009/2010*. (Skripsi: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang)

Sucipto dkk. 2000. Sepak Bola. Jakarta. Depdiknas. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah. 2017/04.www.landasan teori/2017/04/pengertian-menggiring-bola-zig-zug.html?m=1 (diaskes 13 Februari 2018).

Sugiyono. 2007. Statistika Untuk Penelitian.Bandung:Alfabeta.