

**KONTRIBUSI TINGGI BADAN KELINCAHAN DAN KEKUATAN OTOT
TUNGKAI TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA
PALAJAU JUNIOR FOOTBALL CLUB KABUPATEN
HULU SUNGAI TENGAH**



OLEH:

**ILHAM RAMADHONI
NIM. A1D1 14237**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Mendapatkan
Gelar Sarjana Pendidikan Pada Program Studi Pendidikan Jasmani

**KEMENTERIAN RISET TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
BANJARBARU
2019**

ABSTRAK

ILHAM RAMADHONI NIM A1D114237. “Kontribusi Tinggi Badan Kelincahan Dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Palajau Junior Football Club Kabupaten Hulu Sungai Tengah”. Skripsi. Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat. Pembimbing: (I) Drs. Perdinanto, M.Pd. (II) Drs. Athar, M.Kes.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: 1) Ada tidaknya kontribusi tinggi badan terhadap kemampuan menggiring bola pada palajau junior *football club* kabupaten hulu sungai tengah. 2) Ada tidaknya kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada palajau junior *football club* kabupaten hulu sungai tengah. 3) Ada tidaknya kontribusi kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola pada palajau junior *football club* kabupaten hulu sungai tengah.. 4) Ada tidaknya kontribusi tinggi badan kelincahan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola pada palajau junior *football club* kabupaten hulu sungai tengah..

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *Expost facto* dengan teknik pengambilan data melalui tes dan pengukuran.

Populasi dalam penelitian ini adalah pemain sepakbola palajau junior *football club* kabupaten hulu sungai tengah yang berjumlah 30 orang. Sehingga yang menjadi sampel berjumlah 30 orang dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling atau sampel jenuh.

Kesimpulan: 1) Ada kontribusi antara tinggi badan terhadap kemampuan menggiring bola pada palajau junior *football club* kabupaten hulu sungai tengah.. 2) Ada kontribusi antara kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada palajau junior *football club* kabupaten hulu sungai tengah. 3) Ada kontribusi antara kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola pada palajau junior *football club* kabupaten hulu sungai tengah. 4) Ada kontribusi antara tinggi badan, kelincahan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola pada palajau junior *football club* kabupaten hulu sungai tengah.

Kata Kunci: Kontribusi, Tinggi Badan, Kelincahan, Kekuatan Otot Tungkai Kemampuan Menggiring Bola.

ABSTRACT

ILHAM RAMADHONI, NIM A1D114237. “*Contribution Of Height Agility And Leg Muscle Strength To Ball Dribbling Ability At Palajau Junior Football Club, Hulu Sungai Tengah District* ”. Thesis. Department of Sports and Health Education, Teaching and Education Faculty, University of Lambung Mangkurat. Advisor: (One) Drs. Perdinanto, M.Pd. (Two) Drs. Athar, M.Kes.

This study aims to determine: 1) whether or not there is a contribution of height to the ability to the dribble at the club palajau junior football club, hulu sungai district. 2) whether or not there is a contribution of agility to the ability to the dribble at the club palajau junior football club, hulu sungai district . 3) whether or not there is a contribution of leg muscle strength to the ability to the dribble at the club palajau junior football club, hulu sungai district . 4). Whether or not there is a *contribution of height agility and leg muscle strength to ball dribbling ability at palajau junior football club, hulu sungai tengah district.*

Method of research used in this research is *Expost facto*, to collect the data the researcher use test and measurement.

The population in this study were soccer players palajau football club, hulu sungai district which were all 30 people. So that the sample amounted to 30 people with the sampling technique using total sampling technique or saturated sample.

Conslution: 1) There is a contribution between height to the ability to the dribble at the club palajau junior football club, hulu sungai district . 2) There is a contribution between the agility to the ability to the dribble at the club palajau junior football club, hulu sungai district . 3) There is a contribution between the strength of leg muscle strength to the ability to the dribble at the club palajau junior football club, hulu sungai district. 4) There is a contribution between *contribution of height agility and leg muscle strength to ball dribbling ability at palajau junior football club, hulu sungai tengah district.*

Keywords: Contribution of Height, Agility, Leg Muscle Strength, Dribbling Ability.

MOTTO

**Bisa Karna Terbiasa : Ustadz Haikal Hassan
(2018) .**

**Cara Menjadi Orang Sukses Adalah Jangan
Bekerja Sendiri : Raditya Dika (2017) .**

Karya ini didedikasikan kepada

- Ayahnda tercinta Taspudin Noor dan ibunda tersayang Hj. Fathul Jannah, karena beliau adalah peneliti bisa melangkah sejauh ini.
- Adinda tercinta Siti Khadijah Hidayati yang selalu memberikan dukungan kepada peneliti.
- Adinda tersayang dan tercinta Elsa Widia Wati S.Pd yang telah memberikan waktu, pikiran dan semangat kepada peneliti.
- Seluruh keluarga besar dan teman-teman seperjuangan

HALAMAN PERSETUJUAN

**KONTRIBUSI TINGGI BADAN KELINCAHAN DAN KEKUATATAN OTOT
TUNGKAI TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA
PALAJAU JUNIOR FOOTBALL CLUB KABUPATEN
HULU SUNGAI TENGAH**

Oleh:

**ILHAM RAMADHONI
NIM. A1D1 14237**

Pembimbing I,



**Drs. Perdinanto, M.Pd
NIP. 19630925 198803 1 002**

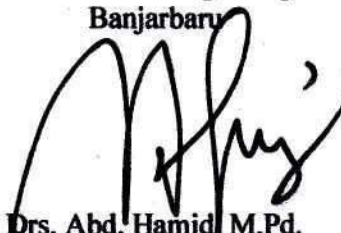
Pembimbing II,



**Drs. Athar, M.Kes
NIP. 19590227 198811 1 001**

Mengetahui:

**Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani
Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat
Banjarbaru**






**Drs. Abd. Hamid, M.Pd.
NIP. 19600507 198803 1 004**

HALAMAN PENGESAHAN

Telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani
Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat
Pada Tanggal 21 Desember 2018

Dewan Penguji:

- | | | |
|-----------------------------|--------------|---|
| 1. Drs. Perdinanto, M.Pd | (Ketua) |  |
| 2. Drs. Athar, M.Kes | (Sekretaris) |  |
| 3. Drs. Said Abdillah, M.Pd | (Anggota) |  |

Mengetahui:

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat
Banjarbaru,



Drs. H. Sarmidi, M. Kes.
NIP. 19580716 198803 1 001

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Ilham Ramadhoni
NIM : A1D1 14237
Program Studi : Pendidikan Jasmani (PSPJ)
Jurusan : Pendidikan Olahraga dan Kesehatan (JPOK)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP)
Universitas : Lambung Mangkurat (ULM)

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa **skripsi** yang saya tulis ini benar-benar tulisan saya, dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian atau seluruhnya.

Apabila di kemudian hari dapat dibuktikan bahwa **skripsi**, ini hasil plagiasi, baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi atau perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku

Banjarbaru, 9 November 2018

Yang membuat pernyataan,



Ilham Ramadhoni
NIM. A1D1 14237

KATA PENGANTAR

Puji syukur selalu Peneliti panjatkan kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang telah memberikan rahmat, hidayah serta inayah-Nya kepada Peneliti sehingga dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul *“Kontribusi Tinggi Badan Kelincahan Dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Klub Palajau Junior Football Club Kabupaten Hulu Sungai Tengah”*.

Dalam kesempatan ini Peneliti menyampaikan ucapan terimakasih yang tak terhingga kepada:

1. Prof. Dr. H. Sutarto Hadi, M.Si, M.Sc. Rektor ULM telah menerima peneliti sebagai mahasiswa pada PSPJ JPOK FKIP Banjarbaru.
2. Prof. Dr. H. Wahyu, M.S. Dekan FKIP Banjarmasin, yang telah menerima penelitian sebagai mahasiswa PSPJ JPOK FKIP ULM Banjarbaru.
3. Dr. H. Zulkifli, M.Pd. Wakil Dekan I FKIP ULM Banjarmasin, dosen yang bertugas dalam bidang Adminitrasi yang telah menerima penelitian sebagai mahasiswa PSPJ JPOK FKIP ULM Banjarbaru.
4. Dr. Chairil Faif Pasani, M.Si. Wakil Dekan II FKIP ULM Banjarmasin, dosen yang bertugas dalam bidang sarana dan prasarana yang telah menerima peneliti sebagai mahasiswa PSPJ JPOK FKIP ULM Banjarbaru.
5. Dr. Sunarno Basuki, Drs. M.Kes. Wakil Dekan III FKIP ULM Banjarmasin, dosen yang bertugas dalam bidang kemahasiswaan yang telah menerima peneliti sebagai mahasiswa PSPJ JPOK FKIP ULM Banjarbaru.

6. Drs. H. Sarmidi, M.Kes. Ketua JPOK ULM Banjarbaru, yang telah memberikan arahan kepada peneliti hingga selesainya penulisan skripsi ini.
7. Mita Erliana, S.Pd., M.Or. Sekretaris JPOK FKIP ULM Banjarbaru, yang telah memberikan arahan kepada peneliti hingga selesainya penulisan skripsi ini
8. Drs. Abd. Hamid, M.Pd. Ketua PSPJ JPOK FKIP ULM Banjarbaru, yang telah menerima peneliti sebagai mahasiswa PSPJ JPOK FKIP ULM Banjarbaru.
9. Drs. Perdinanto, M.Pd Dosen Pembimbing I yang telah memberikan arahan, bimbingan, sampai selesai penulisan skripsi serta pendidikan S1 PSPJ, JPOK, FKIP, ULM Banjarbaru
10. Drs. Athar, M.Kes. Dosen Pembimbing II yang telah memberikan waktu dan bimbingan selama penulisan skripsi ini.
11. Seluruh Dosen dan Staf Tata Usaha Jurusan PSPJ, JPOK, FKIP, ULM, Banjarbaru.
12. Camat Pendawan dan Kepala Desa Palajau. Pembina pemain Palajau *Junior Football Club* yang telah membantu dalam kelancaran pelaksanaan penelitian.
13. Seluruh pemain sepakbola Palajau *Junior Football Club* yang bersedia menjadi sampel sehingga penelitian ini berjalan dengan lancar.
14. Kedua orang tua tercinta, ayahnda Taspudin Noor dan ibunda Hj. Fathul Jannah yang telah mendidik dan membesarkan serta telah banyak memberikan bantuan berupa materi dan moral, adinda Siti Khadijah

Hidayati yang selalu tak pernah henti mendoakan, adinda Elsa Widia Wati S.Pd yang memberikan waktu, pikiran dan semangat sehingga peneliti dapat menyelesaikan pendidikan S1 PSPJ JPOK FKIP ULM Banjarbaru.

15. Sahabat-sahabatku kelas Reguler B1 2014 serta semua mahasiswa Jurusan PSPJ, PJOK, FKIP, ULM, Banjarbaru yang terlibat dalam penulisan skripsi.

Semoga ibadah mereka mendapat balasan dari Allah Subhanahu Wa Ta'ala. Amin.

Banjarbaru, 13 september 2018

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT.....	ii
MOTO.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
HALAMAN PENGERSAHAN.....	vi
PERYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Pembatasan Masalah.....	4
D. Perumusan Masalah.....	4
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Hasil Guna Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	8
A. Deskripsi Teoritis.....	8
1. Pengertian Kontribusi.....	8
2. Pengertian Tinggi Badan.....	8
3. Peran Tinggi Badan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola ...	9
4. Pengertian Kelincahan.....	10
5. Peran Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola.....	11
6. Pengertian Kekuatan Otot Tungkai.....	12
7. Peran Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Menggiring Bola.....	14
8. Pengertian Kemampuan Menggiring Bola.....	14
9. Peran Tinggi Badan Kelincahan Dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Menggiring Bola.....	15
10. Permainan Sepakbola,,.....	17
11. Profil Klub Sepakbola Palajau <i>Junior Football Club</i>	19
B. Penelitian Yang Relevan.....	22
C. Kerangka Berpikir.....	24
D. Hipotesis penelitian.....	25

BAB III METODELOGI PENELITIAN.....	26
A. Variabel penelitian	26
B. Definisi Konseptual dan Operasional	26
1. Definisi Konseptual.....	26
2. Definisi Operasional	27
C. Tempat dan Waktu Penelitian	27
D. Metode Penelitian.....	28
E. Populasi dan Sampel	29
F. Instrumen Penelitian.....	29
G. Teknik Pengumpulan Data	30
1. Tahap persiapan pengumpulan data	30
2. Tahap pelaksanaan data.....	30
H. Rancangan Analisis Data	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	38
A. Deskripsi Data	38
B. Persyaratan Analisis Data	41
C. Pengajuan Hipotesis	46
D. Pembahasan Hasil Penelitian	50
BAB V PENUTUP.....	55
A. Kesimpulan	55
B. Saran.....	55
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	58
RIWAYAT HIDUP.....	

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
4.1 Data Hasil Tes Tinggi Badan (X_1), Kelincahan (X_2) Dan Kekuatan Otot Tungkai (X_3) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y) Pemain Sepakbola Palajau Junior Football Club.....	38
4.2 Data Hasil Perhitungan Tscore Data Hasil Tes Tinggi Badan (X_1), Kelincahan (X_2) Dan Kekuatatan Otot Tungkai (X_3) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y) Pemain Sepakbola Palajau Junior Football Club.....	39
4.3 Uji Normalitas Tinggi Badan (X_1), Kelincahan (X_2) Kekuatan Otot Tungkai (X_3) Dan Kemampuan Menggiring Bola (Y) Pemain Sepakbola Palajau Junior Football Club	42
4.4 Hasil Uji Homogenitas Gabungan Dari empat Sampel	43
4.5 Uji linieritas antara X_1 terhadap Y	45
4.6 Uji linieritas antara X_2 terhadap Y	45
4.7 Uji linieritas antara X_3 terhadap Y	45
4.8 Uji keberartian antara Tinggi Badan (X_1) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y)	47
4.9 Uji keberartian antara Uji keberartian antara Kelincahan (X_2) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y)	47
4.10 Uji keberartian antara Kekuatan Otot Tungkai (X_3) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y)	48
4.11 Uji Keberartian Regresi Ganda Antara Tinggi Badan (X_1), Kelincahan (X_2) Kekuatan Otot Tungkai (X_3) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y)...	48
4.12 Tabel Uji Regresi Kontribusi Antara Tiga Variabel Bebas Terhadap Variabel Terikat	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar:	Halaman
2.1. Otot Tungkai	13
2.2. Lapangan Sepakbola Standar FIFA	18
2.3. Gawang Sepakbola Standar FIFA	19
2.4. Bola Standar FIFA	19
2.5. Piala Palajau Junior Football Club.....	21
2.6. Sekretariat Palajau Junior Football Club.....	21
2.7. Lapangan Sepakbola Bina Muda	22
3.1 Desain Rancangan Penelitian.....	28
3.2 Alat Tinggi Badan (<i>satdiometer</i>)	31
3.3 Lapangan Tes <i>Dogging Run</i>	32
3.4 Alat Ukur <i>Leg Dynamometer</i>	33
3.5 Lapangan Tes Menggiring Bola.....	35
1. Alat – Alat Yang Digunakan Untuk Penelitian.....	89
2. Sampel Penelitian.....	89
3. Peneliti Memimpin Do’a Bersama Kepada Seluruh Sampel	90
4. Peneliti Memberikan Pengarahan Kepada Seluruh Sampel.....	90
5. Peneliti Memberikan Kesempatan Untuk Sampel Bertanya.....	91
6. Peneliti Dan Sampel Penelitian.....	91
7. Petugas Pengambilan Data.....	92
8. Peneliti Memberikan Kesempatan Untuk Petugas Bertanya	92
9. Salah Satu Petugas Memimpin Pemanasan Bagian Punggung.....	93
10. Salah Satu Petugas Memimpin Pemanasan Bagian Kaki	93
11. Pos 1 Tempat Pengukuran Tinggi Badan.....	94
12. Petugas Penelitian Melakukan Pengukuran Pemain Sepakbola	94
13. Petugas Pos 1 Tinggi Badan.....	95
14. Tempat Pengukuran Tes Kelincahan	95
15. Sampel Melakukan Tes Kelincahan.....	96

16. Sampel Melakukan Tes Kelincahan.....	96
17. Petugas Tes Kelincahan Pos 2	97
18. Pos 3 Pengukuran Kekuatan Otot Tungkai	97
19. Sampel Melakukan Tes Kekuatan Otot Tungkai	98
20. Petugas Pos 3 Kekuatan Otot Tungkai.....	98
21. Pos 4 Tes Kemampuan Menggiring Bola	99
22. Petugas Mencontohkan Tes Kemampuan Menggiring Bola.....	99
23. Sampel Melakukan Tes Kemampuan Menggiring Bola	100
24. Peneliti Bersama Pembimbing Dan Bertugas	100

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran:	Halaman
1. Surat Penunjukan Dosen Pembimbing.....	59
2. Surat Permohonan Izin Penelitian Kepada Ketua Asosiasi PSSI Kabupaten Hulu Sungai Tengah.....	60
3. Surat Balasan Dari Ketua Asosiasi PSSI Kabupaten Hulu Sungai Tengah ..	61
4. Surat Permohonan Izin Penelitian Ketua Pengelola Lapangan Sepakbola Bina Muda.....	62
5. Surat Balasan Dari Kepala Pengelola Lapangan Sepakbola Bina Muda	63
6. Surat Permohonan Izin Penelitian Kepada Ketua Klub Palajau Junior <i>Football Club</i> Kabupaten Hulu Sungai Tengah.....	64
7. Surat Balasan Dari Ketua Klub Palajau Junior <i>Football Club</i> Kabupaten Hulu Sungai Tengah.....	65
8. Surat Permohonan Peminjaman Alat	66
9. Surat Hasil Pengujian <i>Stadiometer</i> Tinggi Badan.....	67
10. Surat Hasil Pengujian <i>Back & Leg Dynanometer</i>	68
11. Surat Undangan Penelitian Dosen Pembimbing I.....	69
12. Surat Undangan Penelitian Dosen Pembimbing II.....	70
13. Kartu Bimbingan Skripsi Pembimbing I.....	71
14. Lembar Bimbingan Skripsi Pembimbing I	72
15. Kartu Bimbingan Skripsi Pembimbing II	73
16. Lembar Bimbingan Skripsi Pembimbing II	74
17. Formulir Tes.....	75
18. Daftar Petugas Yang Membantu Pengambilan Data.....	76
19. Data Hasil Tes dan Pengukuran Tinggi Badan (X_1), Kelincahan (X_2) Dan Kekuatan Otot Tungkai(X_3) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y)...	77
20. Data Hasil Perhitungan T Score Tinggi Badan (X_1), Kelincahan (X_2) Dan Kekuatan Otot Tungkai (X_3) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y)..	78
21. Hasil Uji Normalitas Tinggi Badan (X_1), Kelincahan Dan Kekuatatan Otot Tungkai (X_3) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y)	79

22. Uji Homogenitas Menggunakan Uji Barlet Tinggi Badan (X_1), Kelincahan(X_2) Dan Kekuatan Otot Tungkai (X_3) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola	80
23. Uji Keberartian Regresi Tinggi Badan (X_1), Kelincahan (X_2), Dan Kekuatan Otot Tungkai (X_3) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola	81
24. Uji Lineartias dan Keberartian Regresi(X_1) Dengan (Y)	82
25. Uji Lineartiasi dan Keberartian Regresi (X_2) Dengan (Y)	83
26. Uji Lineartiasi dan Keberartian Regresi (X_3) Dengan (Y)	84
27. Hasil Uji Hipotesis Kontribusi Relatif dan Kontribusi Efektif Tinggi Badan (X_1), Kelincahan (X_2) Dan Kekuatatan Otot Tungkai (X_3) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola	85
28. Tabel Nilai Kritis L Untuk Uji Lillifors	86
29. Tabel Disribusi F	87
30. Tabel Distribusi X^2	88

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepakbola merupakan salah satu cabang olah raga yang sangat populer baik di Indonesia maupun di dunia. Olahraga sepakbola di Indonesia kini sudah berkembang dengan pesat. Sepakbola dimainkan oleh dua tim yang bertanding di mana masing-masing timnya terdiri dari 11 pemain termasuk 1 orang menjadi penjaga gawang. Tujuan bermain sepakbola adalah memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mencegah lawan memasukkan bola ke gawang sendiri. Bermain sepakbola memerlukan dukungan dari unsur-unsur kondisi fisik. Menurut Riadi (2010:8-10) unsur fisik yang dimaksud antara lain: kekuatan (*strength*), daya tahan (*endurance*), daya ledak (*power*), kecepatan (*speed*), kelenturan (*flexibility*), kelincahan (*ability*), koordinasi (*coordination*), keseimbangan (*balance*), ketepatan (*accuracy*), reaksi (*reaction*) dan postur tubuh (*body posture*). Maka dari itu, agar memiliki kemampuan bermain bola yang baik harus ditunjang dengan kondisi fisik diantaranya seperti tinggi badan, kelincahan dan kekuatan otot tungkai agar dapat memberikan kemampuan gerak lebih cepat dan menjaga tubuh agar tetap seimbang saat menguasai bola. Dengan memiliki tinggi badan yang ideal memberikan rasa percaya diri terhadap penampilan seseorang di dalam aktivitas olahraga yang dilakukannya terutama sepakbola. Kelincahan juga merupakan salah satu komponen fisik yang banyak digunakan dalam

olahraga sepakbola, dengan kemampuan kelincahan dapat merubah arah dan posisi tubuh secara cepat dan tepat. Kekuatan otot tungkai seseorang berperan penting dalam frekuensi langkah lari seseorang. Teknik-teknik dasar dalam permainan sepakbola ada beberapa macam, seperti: *passing* (mengumpan), *controlling ball* (mengontrolkan bola), *dribbling* (menggiring bola), *shooting* (menendang bola ke gawang), *heading* (menyundul bola), *throwing* (lemparan) dan *goalkeeper* (penjaga gawang).

Salah satu teknik dasar yang sering digunakan pada saat bermain bola yaitu menggiring bola. Menurut Danny Mielke (2007:1) “*Dribbling* atau menggiring bola adalah keterampilan dasar dalam sepakbola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau tembakan”. Maka dari itu menggiring bola harus benar-benar dikuasai secara baik dan benar karena termasuk komponen utama dalam permainan sepakbola. Dengan memiliki kemampuan menggiring bola dengan baik akan memudahkan dalam melakukan penyerangan terhadap tim lawan. Selain itu, mampu menguasai bola selama mungkin dan lawan akan mengalami kesulitan untuk dapat merebut bola serta menjadi lebih mudah memasukkan bola ke gawang lawan agar bisa memenangkan pertandingan.

Di Palajau Junior *Football Club* Kabupaten Hulu Sungai Tengah, ada beberapa masalah yang menjadi sorotan. Salah satunya yaitu pemain Palajau Junior *Football Club* belum mampu menguasai teknik menggiring bola dengan baik. Hal ini dilihat ketika tim sepakbola klub Palajau Junior *Football Club* di Turnamen Rindam Cup di Stadion Murakata yang dilaksanakan pada tanggal

20 November sampai dengan 5 Desember 2016. Terdapat pemain yang postur tubuhnya kurang ideal khususnya tinggi badan, sehingga kesulitan dalam mengatasi bola-bola tinggi dan berakibat pada kecepatan berlari kurang. Pemain kesulitan pada saat menggiring bola untuk melewati lawan karena kurangnya kelincahan dan juga kekuatan otot tungkai mereka tidak kuat ketika menguasai bola dan ketika terjadi kontak fisik dengan pemain lawan yang membuat mereka terjatuh sehingga bola berhasil direbut oleh pemain lawan. Dan akibatnya tim mengalami kesulitan dalam membangun serangan untuk memasukkan bola ke gawang lawan. Ini disebabkan karena mereka kurang memperhatikan kondisi fisik seperti postur tubuh yang ideal khususnya tinggi badan, kelincahan dan kekuatan otot tungkai. Untuk itu cara mengatasinya dengan pelatih harus membuat program latihan yang lebih berfokus untuk meningkatkan postur tubuh, kelincahan dan kekuatan otot tungkai. Selain itu, teknik menggiring bola juga harus disempurnakan agar tidak mudah kehilangan penguasaan bola.

Berdasarkan permasalahan di atas, dapat diketahui bahwa pemain sepakbola Palajau Junior *Football Club* Kabupaten Hulu Sungai Tengah belum mampu mengoptimalkan tinggi badan, kelincahan dan kekuatan otot tungkai pada saat menggiring bola. Untuk memecahkan masalah tersebut, pelatih harus menyusun program latihan yang berfokus untuk meningkatkan postur tubuh, kelincahan dan kekuatan otot tungkai serta kemampuan menggiring bola agar menjadi lebih baik. Pemain sepak bola Palajau Junior Football Club harus mengikuti program latihan yang dibuat oleh pelatih dan

juga porsi latihannya ditambah. Pengurus harus menyiapkan dana dan fasilitas yang memadai serta tim harus sering mengikuti kejuaraan-kejuaraan sepakbola.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut maka dapat diidentifikasi masalah dalam penelitian ini, yaitu:

1. Kurangnya tinggi badan pada kecepatan berlari kurang.
2. Kurangnya kelincahan pada saat menggiring bola.
3. Saat menggiring bola kekuatan otot tungkai tidak kuat sehingga mudah terjatuh dan bola dapat direbut oleh lawan.
4. Belum menguasai teknik dasar menggiring bola dengan benar.
5. Belum ada data tinggi badan, kelincahan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain sepakbola Palajau Junior Football Club Kabupaten Hulu Sungai Tengah.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas maka dapat dibatasi masalah penelitiannya yaitu: mengukur dan menganalisis tinggi badan, kelincahan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola sepakbola pada Palajau Junior Football Club.

D. Perumusan Masalah

Masalah pada penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut untuk mengetahui:

1. Apakah ada kontribusi tinggi badan terhadap kemampuan menggiring bola klub Palajau Junior Football Club Kabupaten Hulu Sungai Tengah?
2. Apakah ada kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola klub Palajau Junior Football Club Kabupaten Hulu Sungai Tengah?
3. Apakah ada kontribusi kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola klub Palajau Junior Football Club Kabupaten Hulu Sungai Tengah?
4. Apakah ada kontribusi tinggi badan, kelincahan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola pada Palajau Junior Football Club Kabupaten Hulu Sungai Tengah?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah, untuk mengetahui:

1. Ada tidaknya kontribusi tinggi badan terhadap kemampuan menggiring bola pada Palajau Junior Football Club Kabupaten Hulu Sungai Tengah.
2. Ada tidaknya kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada Palajau Junior Football Club Kabupaten Hulu Sungai Tengah.
3. Ada tidaknya kontribusi kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola pada Palajau Junior Football Club Kabupaten Hulu Sungai Tengah.

4. Ada tidaknya kontribusi postur tubuh, kelincahan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola pada Palajau Junior Football Club Kabupaten Hulu Sungai Tengah.

F. Hasil Guna Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian di atas, manfaat dan guna penelitian adalah sebagai berikut :

1. Secara Teoritis
 - a. Wahjoedi (2000:57) mengatakan bahwa “tinggi badan (*height*) diukur dalam posisi berdiri dengan sikap sempurna tanpa alas kaki dalam satuan ukuran inci”.
 - b. Ismaryanti (2011:41) mngatakan bahwa “Kelincahan adalah kemampuan mengubah arah atau posisi tubuh dengan cepat.
 - c. Ismaryanti (2011:111) mengatakan bahwa “ Kekuatan adalah tenaga kontraksi otot yang dicapai dalam sekali usaha maksimal. Usaha maksimal ini dilakukan oleh otot untuk mengatasi suatu tahanan”.
 - d. Robert Koger (2007: 51) mengatakan bahwa “Menggiring bola adalah menggerakkan bola dari satu titik ke titik lain dilapangan dengan menggunakan kaki”.
2. Secara Praktis
 - a. Bagi peserta didik hasil penelitian ini sebagai bekal pengetahuan yang didapat dari penelitian mengenai faktor pendukung dari kemampuan menggiring bola

- b. Bagi pelatih hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai pertimbangan dalam penyusunan program latihan dan menjadi acuan dalam pembinaan prestasi.
- c. Bagi peneliti lain hasil penelitian ini sebagai bahan penelitian yang relevan untuk penelitian selanjutnya.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teoritis

1. Pengertian Kontribusi

Pengertian kontribusi adalah sumbangan atau sebuah bentuk dari pemberian masukan terhadap suatu subjek atau objek tertentu atau sumbangan dari variabel ke variabel lainnya. Menurut Hadi (1983:41) pengertian subangan adalah dakam hal ini adalah:

Sumbangan relative predictor terhadap predeksi. Jika diinginkan, peyidik juga dapat menghitung besar sumbangan relative masing-masing terhadap prediksi, mengitung sumbangan relative tiap predictor menjadi tugas keempat dari tugas analisis regrisi. Hal tersebut dapat diketahui dari bahan-bahan yang telah diperoleh dari anasisi regresi.

Sumbangan ini masukan dari variabel bebas seperti tinggi badan, kelincahan dan kekuatan otot tungkai terhadap variabel terikat seperti keterampilan menggiring bola sepakbola.

2. Pengertian Tinggi Badan

Menurut Wahjoedi (2000:57) mengatakan bahwa “tinggi badan (*height*) diukur dalam posisi berdiri dengan sikap sempurna tanpa alas kaki dalam satuan ukuran inci”. Tinggi badan merupakan salah satuan yang utuh yang berkaitan langsung dengan postur tubuh atau bentuk fisik manusia berdasarkan struktur langsung dengan postur anatomi dan sistem rangka tubuh secara keseluruhan.

Menurut Nurhasan (2000:51) “tinggi badan adalah satuan jarak yang diukur dari lantai ke kepala, tanpa menggunakan alas kaki pada posisi berdiri tegak dengan menggunakan skala ukur”.

Menurut Ismaryati (2011:99) “dalam pengukuran tinggi badan, hanya dibutuhkan peralatan dan bahan yang berupa dataran yang permukaannya rata untuk berdiri testi, isolasi untuk memberikan tanda permukaan, dan benda yang mempunyai sudut siku-siku yang dapat ditempelkan di atas kepala testi”.

Memiliki postur tubuh yang ideal terutama tinggi badan memberikan rasa percaya diri terhadap penampilan seseorang di dalam aktivitas olahraga yang dilakukannya khususnya sepakbola.

Berdasarkan penjelasan di atas, pengertian tinggi badan dalam penelitian ini adalah ukuran panjang atau tinggi seseorang yang diukur dari atas kepala sampai batas telapak kaki.

3. Peranan Tinggi Badan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola

Setiap manusia pertumbuhannya dari anak menjadi dewasa berbeda-beda karena dipengaruhi faktor gizi, keturunan atau genetika dan lingkungan. Sepak bola membutuhkan tungkai agar dapat mengadakan permainan sepakbola dan berusaha menguasai bola dengan kemampuan teknik dan fisik yang dimiliki agar bola tidak mudah hilang dari penguasaan dan direbut lawan. Menurut Wahjoedi (2000:75) mengatakan bahwa “tipe badan bagi seseorang sebelum ia memilih pekerjaan adalah

penting agar dengan tipe badan yang ideal untuk pekerjaan jenis tertentu dapat meningkatkan capaian keberhasilan kerjanya”.

Seorang pemain sepakbola yang memiliki tinggi badan yang ideal maka akan mempunyai banyak keuntungan, pemain akan lebih mudah dalam melakukan penyergapan bola bawah, mudah dalam melakukan duel udara, dengan jangkauan kaki yang panjang bisa berlari dengan cepat, kuat dalam *duel body case* bola bawah atau bola diudara, menguasai dan menggiring bola dengan mudah tanpa bisa diganggu lawan karena postur tubuh yang mendukung dalam permainan sepakbola.

4 Pengertian Kelincahan

Kelincahan pada umumnya sering diartikan sebagai kemampuan mengubah arah secara efektif dan cepat. Menurut Ismaryati (2011:41) “Kelincahan merupakan salah satu komponen kesegaran jasmani yang sangat diperlukan pada semua aktivitas yang membutuhkan kecepatan perubahan posisi tubuh dan bagian-bagiannya”. Seseorang yang mampu merubah satu arah atau posisi tubuh kesuatu posisi yang berbeda, dengan kecepatan yang tinggi dan koordinasi gerakan yang baik, berarti kelincahannya cukup tinggi. Kelincahan biasanya dipergunakan pada saat sambil berlari kemudian tiba-tiba posisi tubuh berubah arah secara cepat. Dalam kutipan Ismaryati (2011:41): menurut (Kirkendall, Gruber, dan Johnson, 1987:122) “Kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara cepat dan tepat”. Menurut Widiastuti (2017:16) “Kelincahan adalah kemampuan mengubah arah atau

posisi tubuh dengan cepat yang dilakukan bersama-sama dengan gerakan lainnya”. Kelincahan juga merupakan salah satu komponen fisik yang banyak digunakan dalam aktivitas olahraga. Sedangkan menurut Wahjoedi (2001:87) “Kelincahan (*agility*) adalah kemampuan tubuh mengubah arah secara cepat tanpa adanya gangguan keseimbangan atau kehilangan keseimbangan”.

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

5. Peranan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola

Dalam permainan sepakbola kelincahan merupakan salah satu komponen fisik yang sangat diperlukan dalam aktivitas menggiring bola untuk melakukan perubahan posisi secara cepat guna menghindari lawan yang ingin merebut bola dan juga untuk melewati lawan. Disamping itu kelincahan juga merupakan prasyarat dalam mempelajari dan memperbaiki keterampilan gerak dan teknik sepakbola, terutama gerakan-gerakan yang memerlukan perubahan arah posisi tubuh secara cepat dan

terkoordinasi. Menurut Greg Gatz (2009:114) “Kelincahan adalah suatu kemampuan untuk bereaksi terhadap situasi dengan cepat serta memulai koordinasi secara cepat dan berhenti untuk membuat permainan di bawah kontrol”. Dalam permainan sepakbola pemain yang mampu melewati lawan dengan gerakan-gerakan yang memukau dapat dikatakan orang tersebut mempunyai kelincahan yang sangat tinggi. Kelincahan memainkan peran khusus terhadap mobalitas fisik, pada saat menggiring bola sangat penting memiliki kelincahan yang baik, karena akan mudah membelokan bola dan gerakan kemampuan yang dikehendaknya, kemampuan ini seperti dikejar pemain lawan dan merubah arah ketika membawa bola. Maka dari itu kelincahan dalam kemampuan menggiring bola sangat diperlukan untuk dapat menghindar dari lawan, melakukan terobosan dengan baik, melewati lawan yang menghadang sehingga pemain membawa bola dengan mudah maka pemain tersebut seketika gerakan merubah arah ketika posisi bebas dihalangi oleh lawan saat hendak menjemput bola umpan.

6. Pengertian Kekuatan Otot Tungkai

Kekuatan otot tungkai seseorang berperan penting dalam meningkatkan frekuensi langkah lari seseorang karena frekuensi langkah adalah perkalian antara kekuatan otot tungkai dan kecepatan otot dalam melangkah. Kekuatan otot tungkai ini digunakan saat lari menggiring bola dan menendang bola, dengan otot tungkai yang kuat maka tendangan akan semakin kuat. Menurut Ismaryanti (2011: 111) “Kekuatan memainkan

peran penting dalam komponen-komponen kemampuan fisik yang lain misalya power, kelincahan, kecepatan”. Dengan demikian kekuatan merupakan suatu faktor penting untuk menciptakan prestasi yang optimal. Menurut Kirnantoro (2017:151) “Semua otot tungkai melekat pada kaki dan jari-jari kaki dengan prantara tendon (urat-urat panjang) semua otot tungkai terikat didaerah pergelangan kaki”. Tungkai adalah salah satu anggota gerak tubuh bagian bawah yang dipergunakan untuk berjalan dan berlari.

Berdasarkan pendapat di atas dapat diketahui bahwa kekuatan memberikan tenaga, tegangan atau gaya dan gerak pada setiap akativitas untuk melakukan berbagai gerakkan, termasuk gerakan berlari dan menendang bola saat melakukan menggiring bola pada pemain sepakbola. Dari pengertian tersebut kekuatan otot tungkai di sini adalah untuk mengatasi tekanan atau beban yang diterima oleh tungkai yang dijalankan seperti halnya dorongan kaki pada bola saat sampel menggiring bola.



Gambar 2.1 Otot Tungkai

7. Peran Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Menggiring

Bola

Kekuatan otot tungkai merupakan aspek penting dalam setiap penampilan olahraga yang membutuhkan kerja dengan intensitas tinggi termasuk pada saat menggiring bola menurut Ismaryanti (2011: 111) “Kekuatan memainkan peran penting dalam komponen-komponen kemampuan fisik yang lain misalnya power, kelincahan, kecepatan”. Dengan demikian kekuatan merupakan suatu faktor penting untuk menciptakan prestasi yang optimal. Menurut Widiastuti, (2011 :76) “kekuatan merupakan unsur yang sangat penting dalam aktivitas olah raga, karena kekuatan merupakan daya penggerak’. Dari segi penunjang gerakan, apabila otot-otot tungkainya baik maka akan semakin baik gerakan menendang atau mendorong bola saat melakukan menggiring bola, otot-otot tungkai merupakan otot dominan dalam aktivitas permainan sepakbola.

Dengan demikian kekuatan merupakan faktor utama untuk menciptakan gerak dengan baik saat menggiring bola. Kekuatan otot-otot bagian tungkai untuk melakukan suatu tendangan sepakbola terutama dalam *passing*, yang mana diperlukan tendangan dengan baik agar sulit dipotong lawan saat melakukan *passing* sepakbola.

8. Pengertian Kemampuan Menggiring Bola

Salah satu teknik dasar dalam bermain sepakbola yaitu teknik menggiring bola atau. Menurut Danny Mielke (2007:1) “*Dribbling* atau

menggiring bola adalah keterampilan dasar dalam sepakbola karena semua pemain harus menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau tembakan”. Menurut Robert Koger (2007: 51) “Menggiring bola adalah menggerakkan bola dari satu titik ke titik lain dilapangan dengan menggunakan kaki”. Sedangkan menurut Winato Hidayat (2017:30) “Menggiring bola merupakan kegiatan mengontrol pergerakan bola dengan menggunakan kaki”. Banyak pemain sepakbola yang mempunyai keterampilan menggiring bola di atas rata-rata. Bahkan dengan kemampuan menggiring bola yang sangat bagus mereka menjadi lebih mudah melewati lawan saat membawa bola.

Berdasarkan pendapat di atas, kemampuan menggiring bola adalah kemampuan membawa bola dari satu tempat ke tempat lain dengan menggunakan kaki tanpa kehilangan kontrol terhadap pergerakan bola untuk mencari kesempatan memberikan operan kepada kawan atau melakukan tembakan ke gawang lawan.

9. Peran Tinggi Badan, Kelincahan dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Menggiring Bola

Seorang pemain sepakbola yang memiliki postur tubuh dan kondisi fisik yang tentunya dapat menunjang kualitas pemain sepakbola. Bagi seseorang pemain sepakbola memiliki tinggi badan yang ideal dapat memberikan efek percaya diri yang lebih. Terdapat berbagai macam teknik dasar yang harus dikuasai salah satunya adalah menggiring bola. Peran postur tubuh terhadap salah satu komponen fisik yang sangat penting. Pada

saat menggiring bola postur tubuh sangat diperlukan saat menggiring bola. Memiliki tinggi badan yang ideal tentunya berperan besar dalam permainan sepakbola selain dapat berduel bola-bola yang tinggi juga dapat membantu dalam menggiring bola, semakin tinggi badan seseorang semakin panjang tungkainya sehingga memudahkan seorang pemain dalam berlari mengejar maupun menggiring bola.

Selain tinggi badan faktor lain yang dapat memberikan kualitas yang baik bagi pemain sepakbola adalah kondisi fisik yang prima. Dalam permainan sepakbola khususnya menggiring bola, kelincuhan sangat diperlukan. Pemain mampu melewati lawan dengan gerakan-gerakan yang memukau dapat dikatakan orang tersebut memiliki kelincuhan yang sangat baik. Maka dari itu dalam menggiring bola kelincuhan sangat diperlukan dalam teknik menggiring bola untuk dapat melakukan terobosan dengan baik, menghindari dari lawan, melewati lawan yang menghadang sehingga pemain dapat membawa bola dengan aman.

Selain faktor tinggi badan dan kelincuhan faktor lain yang dapat memberikan kualitas yang baik bagi pemain sepakbola adalah kondisi fisik yang prima. Kekuatan otot tungkai juga sangat diperlukan. Kekuatan otot tungkai seseorang berperan penting dalam meningkatkan frekuensi langkah lari seseorang karena frekuensi langkah adalah perkalian antara kekuatan otot tungkai dan kecepatan otot dalam melangkah. Kekuatan otot tungkai ini digunakan saat lari menggiring bola dan menendang bola, dengan otot tungkai yang kuat maka tendangan akan semakin kuat.

Apabila otot-otot tungkainya baik maka akan semakin baik gerakan menendang atau mendorong bola saat melakukan menggiring bola, otot-otot tungkai merupakan otot dominan dalam aktivitas permainan sepakbola.

10. Sepakbola

a. Teknik Dasar Sepakbola

Penguasaan teknik dasar harus benar-benar dikuasai secara baik dan benar agar saat bermain mudah dalam memainkan bola. Menurut Danny Mielke (2007: 55) teknik dasar dalam permainan sepakbola dibagi menjadi 7 bagian yaitu: menendang, menghentikan bola, menggiring bola, menyundul bola, merampas bola, lemparan ke dalam, menjaga gawang.

Keberhasilan suatu tim dalam memenangkan pertandingan sangat dipengaruhi oleh kemampuan penguasaan teknik dasar, karena dengan penguasaan teknik dasar yang baik akan tercipta permainan yang bermutu dan berkualitas. Permainan sepakbola adalah permainan yang dimainkan secara beregu atau tim, jadi harus saling bekerja sama antar pemain agar mampu untuk menghasilkan gol ke gawang lawan yang ditunjang oleh skill dari masing-masing pemain.

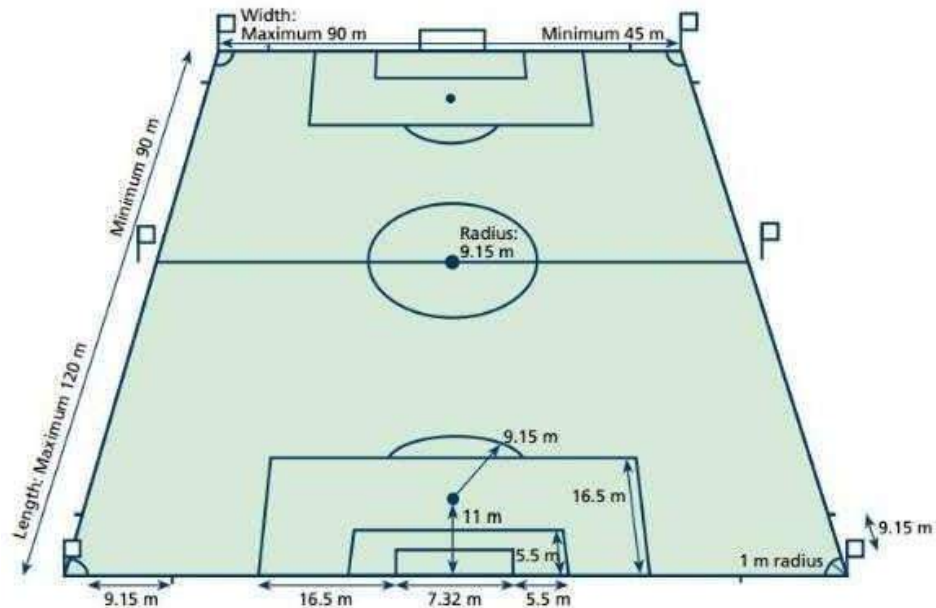
b. Sarana dan prasarana sepakbola

Ukuran-ukuran untuk lapangan, gawang dan bola yang digunakan dalam sepakbola adalah sebagai berikut:

1) Lapangan

Panjang lapangan harus berukuran antara 90 hingga 120 meter (100 hingga 110 meter untuk pertandingan resmi tingkat internasional), dan lebar lapangan antara 45 hingga 90 meter

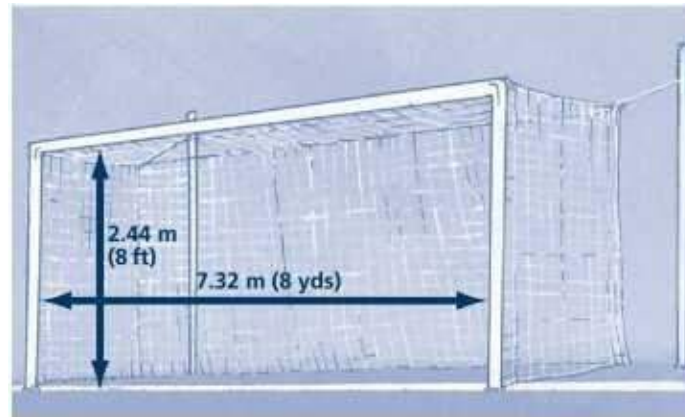
(64 dan 75 meter untuk pertandingan resmi tingkat internasional) dan harus berbentuk persegi panjang. Semua garis harus memiliki luas yang sama dan tidak melebihi 12 cm (5 inchi). Keempat sudut lapangan harus dibatasi oleh bendera sudut. Lingkaran pusat adalah istilah lain untuk garis melingkar dengan diameter 9.5 m (10 yard) di tengah area lapangan.



Gambar 2.2. Lapangan Sepakbola Standar FIFA

2) Gawang

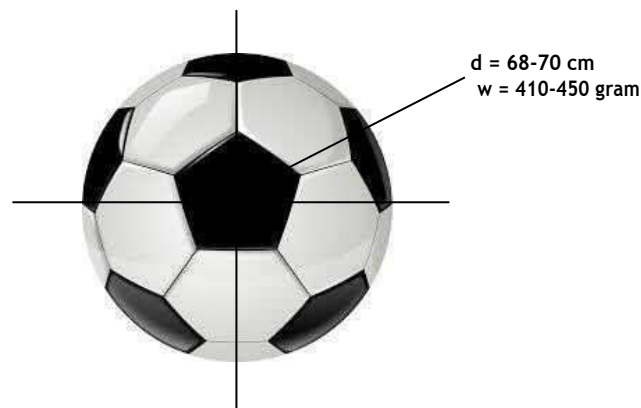
Ukuran tinggi gawang setinggi 2.44 m, sedangkan panjangnya 7.32 m. Ukuran panjang dan tinggi gawang dihitung dari sisi dalam tiang sebuah gawang dan mistar di atasnya. Nah, jaring pada gawang memiliki ukuran lubang yang lumayan renggang yaitu 10 cm. Ukuran tersebut sudah cukup untuk menjaring bola agar tidak melaju jauh keluar lintasan.



Gambar 2.3. Gawang Sepakbola Standar FIFA

3) Bola

Bola sepakbola berbentuk bulat dan terbuat dari kulit atau bahan yang disetujui. Bola fifa yang resmi berdiameter tidak boleh lebih dari 70 cm (28 inc) dan tidak kurang dari 68 cm (27 inc), beratnya tidak lebih dari 450 gram dan tidak kurang dari 410 gram. Tekanan isi bola sama dengan 0,6-1,1 dengan atmosfir ($600-1.100/cm^2$) pada permukaan laut.



Gambar 2.4. Bola Standar FIFA

11. Profil Klub Sepakbola Palajau Junior Football Club

Palajau Junior Football Club adalah salah satu klub usia dini yang ada di Kota Barabai Provinsi Kalimantan Selatan. Klub ini dibentuk pada tahun 2006. Ketua klub sepakbola Palajau Junior Football Club saat ini adalah M. Saidi Rahim dan wakil ketua adalah Haris.

Susunan Pengurus Klub Palajau Junior Football Club :

Dewan Pengurus : 1. Camat Pendawan
2. Kepala Desa Palajau

Ketua M. Saidi Rahim

Wakil Haris

Sekretaris Syahruji

Bandahara Zulfikar

Seksi Perlengkapan 1. Duha
2. Samsul

Seksi Pertandingan 1. Faisal
2. Thaibal

Pelatih 1. Sapuan Rifki
2. Rifky Aditia

Prestasi yang sudah pernah diraih Tim Sepakbola Palajau Junior Football Club adalah salah satunya ialah Juara 1 Turnamen Hut Rindam Cup ke 52 tahun 2018 di Lapangan Sepakbola Rindam Banjarbaru



Gambar 2.5 Piala Palajau Junior Football Club



Gambar 2.6. Seketariat Sepakbola Palajau Junior Football Club



Gambar 2.7. Lapangan Sepabola Bina Muda

B. Penelitian Yang Relevan

Penelitian yang relevan sangat dibutuhkan untuk mendukung kajian yang telah dikemukakan, sehingga kemudian dapat dipergunakan sebagai landasan untuk pengajuan hipotesis. Berikut termasuk penelitian yang relevan tersebut:

M. Rizky Firdaus, 2018. Kontribusi Tinggi Badan Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Tim Sepakbola SMK Negeri 1 Murung Pudak. Skripsi, Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lambung Mangkurat. Pembimbing: (I) Drs. Athar, M.Kes. (II) Drs. H. Sarmidi, M.Kes.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya: 1) Kontribusi tinggi badan terhadap kemampuan menggiring bola tim sepakbola SMK Negeri 1 Murung Pudak; 2) Kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola tim sepakbola SMK Negeri 1 Murung Pudak; 3) Kontribusi tinggi badan dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola tim sepakbola SMK Negeri 1 Murung Pudak.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *expost facto*, dengan teknik pengukuran dan tes.

Populasi dalam penelitian ini adalah pemain sepakbola SMK Negeri 1 Murung Pudak yang berjumlah 24 orang, sedangkan sampel berjumlah 24 orang dengan teknik sampling jenuh.

Kesimpulan hasil penelitian: 1) Ada kontribusi tinggi badan terhadap kemampuan menggiring bola tim sepakbola SMK Negeri 1 Murung Pudak; 2) Ada kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola tim sepakbola SMK Negeri 1 Murung Pudak; 3) Ada kontribusi tinggi badan dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola tim sepakbola SMK Negeri 1 Murung Pudak.

Wisnu Murti Pratomo, 2018. Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Pemain Sepak Bola SMP Negeri 4 Martapura. Jurnal fakultas keguruan dan ilmu pendidikan Universitas Lambung Mangkurat.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada : 1) Adanya atau tidak adanya kontribusi otot tungkai dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain sepak bola SMP Negeri 4 Martapura. 2) adanya atau tidaknya memberi kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain sepak bola SMP Negeri 4 Martapura. 3) Adanya atau tidaknya kontribusi kekuatan otot tungkai dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain sepak bola SMP Negeri 4 Martapura .

Penelitian ini menggunakan metode *expost facto* yaitu pengambilan data dengan teknik tes dan pengukuran.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMP Negeri 4 Martapura yang berjumlah 20 orang, sedangkan sampel penelitian berjumlah 20 orang, teknik penentuan sampel adalah dengan menggunakan teknik total sampling/sampel jenuh.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) Ada kontribusi kekuatan otot tungkai dengan kemampuan menggiring bola pada peserta ekstrakurikuler sepak bola SMPN 4 Martapura sebesar 45,2% 2) Ada kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada peserta ekstrakurikuler sepak bola SMPN 4 Martapura sebesar 54,8% . 3) Ada kontribusi kekuatan otot tungkai dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pemain sepak bola SMP Negeri 4 Martapura sebesar 44,3%.

C. Kerangka Berpikir

Dalam permainan sepakbola pemain juga harus memperhatikan kemampuan fisik, diantaranya adalah postur tubuh, kekuatan, kecepatan, kelincahan, daya tahan, kelentukan, daya ledak, koordinasi, ketepatan. Menggiring dapat diartikan sebagai kemampuan seorang pemain bola membawa bola dengan baik dari satu tempat ketempat lain secara berbelok-belok melawati lawan tanpa harus kehilangan bola.

Permainan ini berlangsung atas dua kesebalasan berlain dilapangan dengan menampilkan berbagai penampilan fisik yang baik dengan melibatkan berbagai unsur fisik pendukung, unsur fisik yang harus dimiliki setiap pemain sepakbola agar permainan berjalan sesuai keinginan setiap pemain harus memiliki postur tubuh, kelincahan, kekuatan otot tungkai, kemampuan menggiring bola, dan keakuratan dalam menendang bola.

Permainan sepakbola juga bertujuan untuk mempertahankan gawang sendiri dan tidak kebobolan dan kemudian pemainnya dapat mencetak gol ke gawang lawan. Karenanya untuk dapat terlaksana dengan baik permainan ini perlu ada penguasaan teknik dasar dalam permainan sepakbola seperti menendang bola, menggiring bola, berlari cepat, menyetop bola, menyundul, gerak tipu dengan bola, melakukan lemparan kedalam, adanya kerjasama tim dan latihan khusus.

Karena itu penting sekali bagi setiap pemain sepakbola selain memiliki teknik dasar yang baik harus memiliki kemampuan unsur fisik berupa tinggi badan yang ideal, kelincahan, kekuatan otot tungkai, kecepatan lari,

keseimbangan dan kelentukan yang semuanya penting untuk dimiliki agar dapat memenangkan suatu pertandingan.

D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan deskripsi teoritis, penelitian yang relevan dan kerangka berpikir, maka dapat diajukan hipotesis penelitian sebagai berikut:

1. Ada kontribusi tinggi badan terhadap kemampuan menggiring bola pada Palajau Junior *Football Club*.
2. Ada kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada Palajau Junior *Football Club*.
3. Ada kontribusi kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola pada Palajau Junior *Football Club*.
4. Ada kontribusi tinggi badan kelincahan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola pada Palajau Junior *Football Club*.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Variabel penelitian

Penelitian ini terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat, dengan variabel bebasnya adalah tinggi badan yang dilambangkan dengan (X_1) kelincahan yang dilambangkan dengan (X_2), kekuatan otot tungkai yang dilambangkan dengan (X_3), dan variabel terikatnya keterampilan menggiring bola yang di lambangkan dengan (Y).

B. Definisi Konseptual dan Operasional Variabel

1. Definisi Konseptual

- a. Tinggi badan adalah satuan jarak yang diukur dari lantai ke kepala, tanpa memakai alas kaki pada posisi berdiri tegak dengan membelakangi skala ukur. Nurhasan (2000:51)
- b. Kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara cepat dan tepat. Ismaryati (2011:41)
- c. Keseimbangan adalah kemampuan mempertahankan sikap dan posisi tubuh secara cepat pada saat berdiri (*static balance*) atau pada saat melakukan gerakan (*dynamic balance*). Widiastuti (2017:16)
- d. Menggiring bola adalah menggerakkan bola dari satu titik ke titik lain dilapangan dengan menggunakan kaki. Robert Koger (2007:51)

2. Definisi Operasional

- a. Yang dimaksud dengan tinggi badan dalam penelitian ini adalah setiap sampel berdiri di dataran yang permukaannya rata pengukurannya menggunakan alat *stadiometer*.
- b. Yang dimaksud dengan kelincahan dalam penelitian ini adalah gerakan setiap sampel berlari melewati rintangan dengan mengikuti petunjuk arah yang ditentukan yang pengukurannya menggunakan tes *dogging run*.
- c. Yang dimaksud kekuatan otot tungkai dalam penelitian ini adalah sikap setiap sampel dalam mempertahankan posisi tubuh baik dalam keadaan statis atau dinamis yang pengukurannya menggunakan tes *modified bass test of dynamic balance*.
- d. Yang dimaksud kemampuan menggiring bola dalam penelitian ini adalah kemampuan setiap sampel dalam berlari menggiring bola melewati rintangan yang sudah disediakan yang pengukurannya menggunakan tes menggiring bola.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di Lapangan Sepakbola Bina Muda setelah mendapat izin dari JPOK FKIP ULM Banjarbaru dan Instansi terkait.

Hari / Tanggal : Minggu/ 04 November 2018

Waktu : 08.00 WITA sampai selesai

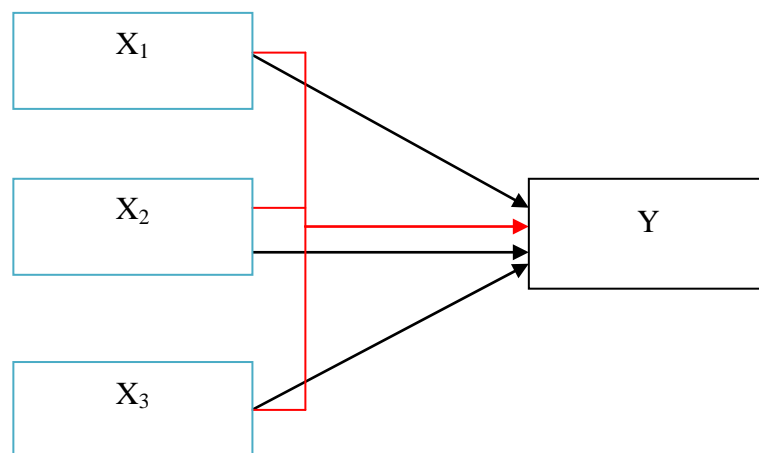
Tempat Pengambilan Data : Lapangan Bina Muda Plajau Kabupaten Hulu

Sungai Tengah

D. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *expost facto*, dengan teknik pengukuran dan tes.

Menurut Maksun (2013:13) penelitian *expost facto* merupakan penelitian yang bertujuan menemukan penyebab yang memungkinkan perubahan perilaku, gejala atau fenomena yang disebabkan oleh suatu peristiwa, perilaku atau hal-hal yang menyebabkan perubahan pada variabel bebas yang secara keseluruhan sudah terjadi.



Gambar 3.1. Rancangan Penelitian

Keterangan:

- X_1 : Tinggi Badan
- X_2 : Kelincahan
- X_3 : Kekuatan Otot Tungkai
- Y : Keterampilan Menggiring Bola
- $X_1 \rightarrow Y$: Kontribusi Tinggi Badan (X_1) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y)
- $X_2 \rightarrow Y$: Kontribusi Kelincahan (X_2) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y)

- $X_3 \rightarrow Y$: Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai (X_3) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y)
- $X_1X_2X_3 \rightarrow Y$: Kontribusi Tinggi Badan (X_1), Kelincahan (X_2) dan Kekuatan Otot Tungkai (X_3) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y)

E. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah pemain sepakbola pada klub Palajau Junior *Football Club* Kabupaten Hulu Sungai Tengah. yang berjumlah 30 orang, dan yang dijadikan sampel berjumlah 30 orang dengan teknik sampel jenuh.

Menurut Sugiyono (2017:124) “Sampel jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi dijadikan sampel”.

F. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu:

1. Instrumen untuk pengambilan data tinggi badan, yaitu dengan cara menggunakan tes pengukuran tinggi badan. Widiastuti (2015:59).
2. Instrumen untuk pengambilan data kelincahan, yaitu dengan cara menggunakan *tes dogging run*. Ismaryati (2011:44).
3. Instrumen untuk pengambilan data Kekuatan Otot Tungkai, yaitu dengan cara *tes Leg Dynamometer*. Ismaryati (2011: 164).
4. Instrumen untuk pengambil data kemampuan menggiring bola dengan tes menggiring bola. Nurhasan (2007:212)

G. Teknik Pengumpulan Data

Data yang diperlukan dalam penelitian ini adalah tinggi badan kelincahan, kekuatan otot tungkai dan kemampuan menggiring bola. Adapun teknik pengumpulan data yang akan dilakukan ditempuh dengan beberapa tahapan, yaitu:

1. Tahap Persiapan:
 - a. Permohonan surat penunjukan Dosen Pembimbing I dan II.
 - b. Permohonan surat izin penelitian JPOK FKIP ULM Banjarbaru.
 - c. Permohonan surat izin penelitian kepada Asosiasi Sepakbola Kabupaten Hulu Sungai Tengah.
 - d. Permohonan surat izin penelitian kepada Klub Palajau Junior Football Club Kabupaten Hulu Sungai Tengah.
 - e. Permohonan surat izin peminjaman alat pendukung penelitian.
 - f. Menyiapkan formulir tes dan pengukuran.
 - g. Mempersiapkan petugas tes.
 - h. Undangan penelitian kepada Pembimbing I dan II serta Pelatih.
2. Tahap Pelaksanaan:
 - a. Pengambilan data tinggi badan dengan menggunakan tes pengukuran tinggi badan. Widiastuti (2015:59)
 - 1) Persiapan alat dan Fasilitas.
 - a) *Stadiometer* atau pita ukur
 - b) Permukaan lantai yang dipergunakan rata dan padat
 - c) Formulir tes dan alat tulis
 - d) Alas tulis
 - 2) Petugas tes
 - a) Pengukur 1 orang
 - b) Pemanggil 1 orang
 - c) Pencatat hasil 1 orang

3) Prosuder Pelaksanaan

- a) Testee berdiri tegak tanpa alas kaki, tumit, pantat dan kedua bahu menekan pada stadiometer atau pita ukur.
- b) Kedua tumit sejajar dengan kedua lengan yang menggantung bebas di samping badan (dengan telapak tangan menghadap paha).
- c) Tester menempatkan kepala testee di belakang telinga agar tegak.
- d) Pandangan testee lurus kedepan sambil menarik napas panjang dan berdiri tegak, upayakan tumit testee tidak terangkat.
- e) Apabila pengukuran menggunakan stadiometer, turunkan Platform-nya sehingga dapat menyentuh bagian atas kepala. Apabila menggunakan pita ukur, letakan segitiga siku-siku tegak lurus pada pita pengukuran di atas kepala, kemudian turunkan kebawah sehingga meyentuh bagian atas kepala.
- f) Catatlah tinggi badan dalam posisi berdiri tersebut dengan ketelitian 0,1 cm.

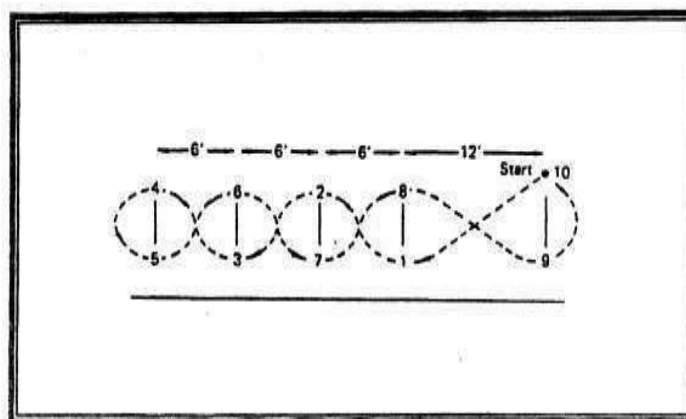


Gambar 3.2. *Stadiometer*

Widiastuti (2015:59)

- b. Pengambilan data kelincahan dengan menggunakan *tes Dogging Run*. Ismaryati (2011:44).
 - 1) Persiapan alat dan fasilitas.
 - a) Selotip
 - b) Serbuk kapur
 - c) Stopwatch
 - d) Cone

- e) Formulir tes dan alat tulis
 - f) Alas tulis
- 2) Petugas tes
- a) Juri keberangkatan 1 orang
 - b) Pengukur waktu 1 orang
 - c) Pemanggil/pencatat hasil 1 orang
- 3) Prosuder pelaksanaan
- a) Sebelum ada aba-aba “bersedia” testee telah siap untuk berlari pada garis start.
 - b) Pada saat ada aba-aba “siap” testee berdiri dibelakang garis start.
 - c) Pada aba-aba “ya” atau bunyi peluit testee berlari dengan start berdiri.
 - d) Dan pada saat aba-aba “ya” stopwatch mulai dinyalakan dan dengan sesegera mungkin testee berlari menuju arah yang telah ditentukan.
- 4) Penilaian
- a) Catat waktu yang ditempuh mulai dari *start* sampai dengan *finish*.
 - b) Tes dilakukan sebanyak 2 kali.



Gambar 3.3. *Dogging Run*

Ismaryati (2011:44).

- b. Pengumpulan data Kekuatan Otot Tungkai menggunakan *tes Leg Dynamometer*. Ismaryati (2011:115).
 - 1) alat dan fasilitas.

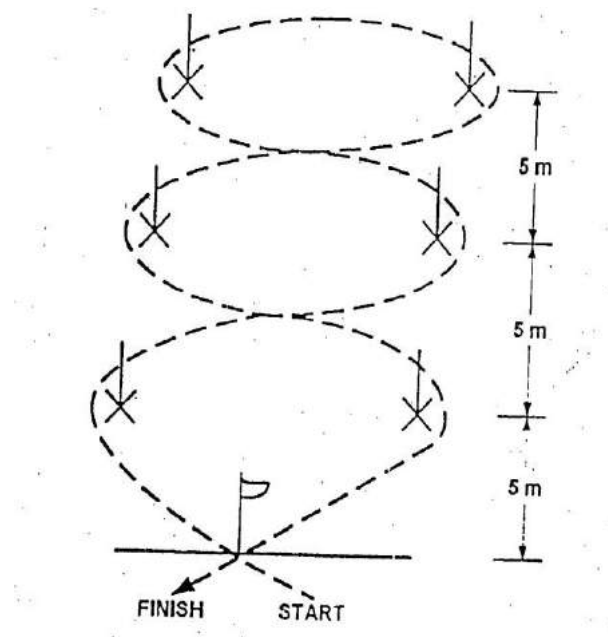
- a) Leg Dynamometer
 - b) Nomor Dada
 - c) Formulir dan alat tulis
 - d) Alas tulis.
- 2) Petugas tes
 - a) Pengukur 1 orang
 - b) Pemanggil merangkap sebagai pencatat hasil 1 orang.
 - 3) Prosedur pelaksanaan
 - a) *Testee* berdiri di atas *back and leg dynamometer*, tangan memegang handel, badan tegak, kaki ditekuk membentuk sudut kurang lebih 45°.
 - b) Panjang rantai disesuaikan dengan kebutuhan *testee*.
 - c) *Testee* menarik handel dengan cara meluruskan lutut sampai berdiri tegak.
 - d) Setelah *testee* itu meluruskan kedua tungkainya dengan maksimum, lalu kita lihat jarum alat-alat tersebut menunjukan angka berapa.
 - e) Angka tersebut menyatakan besarnya kekuatan otot tungkai *testee*.
 - f) Dilakukan 2 kali.



Gambar 3.4. *Leg Dynamometer*
Ismaryati (2011:115)

- c. Pengumpulan data kemampuan menggiring bola dengan tes menggiring bola. Nurhasan, (2007:212).
 - 1) Alat dan fasilitas
 - a) Bola
 - b) Stopwatch
 - c) 6 buang cone

- d) Tiang bendera start
 - e) Kapur
 - f) Formulir dan alat tulis
 - g) Alas tulis
- 2) Prosedur pelaksanaan:
- a) Pada aba-aba “Siap” testee berdiri di belakang garis start dengan bola dalam penguasaan kakinya.
 - b) Pada aba-aba “Ya” atau bunyi pluit testee mulai menggiring bola ke arah kaki melewati rintangan pertama dan menuju rintangan berikutnya sesuai dengan arah panah yang telah ditetapkan sampai ia melewati garis finish.
 - c) Pada aba-aba “Ya” atau bunyi pluit stopwatch mulai dinyalakan.
 - d) Salah arah dalam menggiring bola, ia harus memperbaikinya tanpa menggunakan anggota badan selain kaki dimana melakukan kesalahan dan selama itu pula stopwatch tetap jalan.
 - e) Menggiring bola dilakukan oleh kaki kanan dan kiri bergantian, atau minimal salah satu kaki pernah menyentuh bola satu kali sentuhan.
 - f) Gerakan tersebut dinyatakan gagal bila testee menggiring bola hanya menggunakan satu kaki saja, testee menggiring bola tidak sesuai dengan arah panah, testee menggunakan anggota badan selain kaki pada saat menggiring bola.
 - g) Waktu yang ditempuh oleh testee dari aba-aba “Ya” atau bunyi pluit sampai ia melewati garis finish, waktu dicatat sampai persepuluh detik.
- 3) Petugas tes
- a) Pengukur waktu 1 orang
 - b) Pemerhati dan pembantu petugas tes 2 orang
 - c) Pemanggil merangkap sebagai pencatat hasil 1 orang
- 4) Penilaian
- a) Catat waktu yang ditempuh mulai dari *start* sampai dengan *finish*.
 - b) Tes dilakukan sebanyak 2 kali.



Gambar 3.5. Lapangan Tes Menggiring Bola Nurhasan (2007:212).

H. Rancangan Analisis Data

Rancangan analisis data yang digunakan adalah sebagai berikut:

Analisis data yang digunakan adalah sebagai berikut:

1. Uji Normalitas data menggunakan uji *Lilliefors* Sudjana (2005: 466- 468)

$$L_o = (F_{zi} - S_{zi})$$

Keterangan :

F (Zi) : Peluang dari masing-masing angka baku

S (Zi) : Proporsi dari masing-masing angka baku

L_o : Harga mutlak dari perhitungan selisih antara F (Zi) dengan S (Zi)

2. Uji Homogenitas menggunakan uji *Bartlett* Sudjana (2005: 261-264).

$$S^2 = \frac{(n_1 - 1)(S_1)^2 + (n_2 - 1)(S_2)^2}{n + n_2 - 2}$$

$$B = (\text{Log } S^2) \cdot \sum (n_i - 1)$$

$$\chi^2 = (\text{Ln } 10) (B - \sum d_k \text{Log } S_i^2)$$

Keterangan :

- S^2 : Varian Gabungan
 n : Jumlah Sampel
 B : *Bartlett*
 χ^2 : Chi kuadrat perhitungan

3. Uji Linieritas menggunakan Analisis Variansi (ANOVA) Regresi Linear Sederhana Sudjana (2005:320).
4. Uji Hipotesis sumbangan dengan menguji hipotesis statistik Sudjana (2005:219).

Hipotesis:

- a. $H_0 : K_{x_1y} = 0$
 $H_i : K_{x_1y} \neq 0$
 b. $H_0 : K_{x_2y} = 0$
 $H_i : K_{x_2y} \neq 0$
 c. $H_0 : R_{x_1x_2y} = 0$
 $H_i : R_{x_1x_2y} \neq 0$

$$\text{Kontribusi } X_1 \text{ Y} = \frac{b_1 x_1 y}{b_1 x_1 y + b_2 x_2 y} \times R^2$$

$$\text{Kontribusi } X_2 \text{ Y} = \frac{b_2 x_2 y}{b_1 x_1 y + b_2 x_2 y} \times R^2$$

$$\text{Kontribusi } X_1 X_2 \text{ Y} = \frac{b_1 x_1 y + b_2 x_2 y}{b_1 x_1 y + b_2 x_2 y} \times R^2$$

Keterangan:

H_0	= Hipotesis nol
H_i	= Hipotesis alternative
X_1	= Variabel peratama (kelincahan)
X_2	= Variabel kedua (keterampilan <i>jugling</i>)
Y	= Variabel terikat (kemampuan menggiring)
K_{X_1-Y}	= Kontribusi X_1 terhadap Y
K_{X_2-Y}	= Kontribusi X_2 terhadap Y
$R_{X_1X_2-Y}$	= Kontribusi X_1, X_2 terhadap Y

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

Berdasarkan data dari hasil penelitian di lapangan didapat hasil tes dan pengukuran kontribusi tinggi badan, kelincahan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola pada palajau junior *football club* kabupaten hulu sungai tengah dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.1. Data Hasil Tes Tinggi Badan, Kelincahan dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Menggiring Bola

No.	Nama	Tinggi Badan (X ₁) cm	Kelincahan (X ₂) detik	K.ekuatan Otot Tungkai(X ₃) kg	Kemampuan Menggiring Bola (Y) detik
1	Akhmad Muzahid	163	10.87	68	18.30
2	Bharata K.H	167	11.15	43	22.50
3	Fikry Syarif	160	12.94	31	22.15
4	Gusri Rahman	160	11.57	49	17.84
5	Ikhfa Safawi N	173	11.15	50	18.89
6	Ilham Maulana	170	12.03	35	21.31
7	M. Dicky A.S	155	11.50	22	20.56
8	M. Dika	164	11.28	54	19.48
9	M. Fadillah	169	12.03	100	20.88
10	M. Fazrul Amin	145	11.88	19	22.84
11	M. Fikri	151	12.43	16	22.21
12	M. Hasfi	169	11.62	30	20.99
13	M. Ilham	165	11.13	70	17.19
14	M. Julian Syah	171	11.00	50	19.76
15	M. Khairul Ansyar	177	10.87	50	19.76
16	M. Nor Ridana	173	10.94	82	17.59
17	M. Rahman	162	11.58	47	18.20
18	M. Rajmianor	157	11.65	35	19.18
19	M. Rizki	152	12.03	30	18.21
20	M. Rizki Firdaus	160	10.53	86	17.12
21	M. Rizki R	166	12.00	50	20.55
22	M. Sultan	153	11.84	45	19.48

23	M. Syahdillah	156	10.50	91	16.05
24	M. Zainul Hadi	134	12.00	17	25.44
25	Novri	166	12.03	44	21.49
26	Raihan N	162	11.32	36	16.55
27	Riski Saputra	155	11.47	27	20.22
28	Sa'dillah	154	11.34	49	21.20
29	Saiful Lijan	169	11.25	49	16.11
30	Zulkifli Ardianto	168	11.96	46	19.97
	Jumlah	4846	346	1421	592
	Rata-rata	161.53	11.53	47.37	19.73
	Simpangan Baku	9.228	0.554	21.573	2.20
	Ragam	85.15	0.307	465.41	4.84
	Nilai Tertinggi	177	12.94	100	25.44
	Nilai Terendah	134	10.50	16	16.05

Tabel 4.2. Data Hasil Perhitungan Tscore Tinggi Badan, Kelincahan dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Menggiring Bola

No	Nama	Tinggi Badan (X1) cm		Kelincahan (X2) detik		Kekuatan Otot Tungkai (X3) kg		Kemampuan Menggiring Bola (Y) detik	
		X1	TS	X2	TS	X3	TS	X4	TS
1	Akhmad Muzahid	163	51.59	10.87	61.90	68	59.56	18.30	56.52
2	Bharata K.H	167	55.92	11.15	56.85	43	47.98	22.50	37.42
3	Fikry Syarif	160	48.34	12.94	24.55	31	42.41	22.15	39.02
4	Gusri Rahman	160	48.34	11.57	49.27	49	50.76	17.84	58.61
5	Ikhfa Safawi N	173	62.43	11.15	56.85	50	51.22	18.89	53.84
6	Ilham Maulana	170	59.18	12.03	40.97	35	44.27	21.31	42.83
7	M. Dicky A.S	155	42.92	11.50	50.54	22	38.24	20.56	46.24
8	M. Dika	164	52.67	11.28	54.51	54	53.07	19.48	51.15
9	M. Fadillah	169	58.09	12.03	40.97	100	74.40	20.88	44.79
10	M. Fazrul Amin	145	32.08	11.88	43.68	19	36.85	22.84	35.88
11	M. Fikri	151	38.59	12.43	33.75	16	35.46	22.21	38.74
12	M. Hasfi	169	58.09	11.62	48.37	30	41.95	20.99	44.29
13	M. Ilham	165	53.76	11.13	57.21	70	60.49	17.19	61.57
14	M. Julian Syah	171	60.26	11.00	59.56	50	51.22	19.76	49.88
15	M. Khairul Ansyar	177	66.76	10.87	61.90	50	51.22	19.76	49.88
16	M. Nor Ridana	173	62.43	10.94	60.64	82	66.05	17.59	59.75
17	M. Rahman	162	50.51	11.58	49.09	47	49.83	18.20	56.97
18	M. Rajmianor	157	45.09	11.65	47.83	35	44.27	19.18	52.52
19	M. Rizki	152	39.67	12.03	40.97	30	41.95	18.21	56.93

20	M. Rizki Firdaus	160	48.34	10.53	68.04	86	67.91	17.12	61.88
21	M. Rizki R	166	54.84	12.00	41.51	50	51.22	20.55	46.29
22	M. Sultan	153	40.75	11.84	44.40	45	48.90	19.48	51.15
23	M. Syahdillah	156	44.00	10.50	68.58	91	70.23	16.05	66.75
24	M. Zainul Hadi	134	20.16	12.00	41.51	17	35.92	25.44	24.06
25	Novri	166	54.84	12.03	40.97	44	48.44	21.49	42.02
26	Raihan N	162	50.51	11.32	53.78	36	44.73	16.55	64.48
27	Riski Saputra	155	42.92	11.47	51.08	27	40.56	20.22	47.79
28	Sa'dillah	154	41.84	11.34	53.42	49	50.76	21.20	43.33
29	Saiful Lijan	169	58.09	11.25	55.05	49	50.76	16.11	66.48
30	Zulkifli Ardianto	168	57.01	11.96	42.23	46	49.37	19.97	48.93
	Jumlah	4846	1500	345.8 9	1500	1421	1500	592.0 2	1500
	Rata-rata	161.5 3	50	11.53	50	47.37	50	19.73	50
	Simpangan Baku	9.23	10	0.55	10	21.57	10	2.199	10
	Ragam	85.15	100	0.31	100	465.4 1	100	4.837	100
	Nilai Tertinggi	177	66.76	12.94	68.58	100	74.40	25.44	66.75
	Nilai Terendah	134	20.16	10.50	24.55	16	35.46	16.05	24.06

Berdasarkan tabel di atas maka dapat di deskripsikan perhitungan hasil sebagai berikut ini :

1. Tinggi Badan

Variabel tinggi badan dalam penelitian ini dilambangkan dengan X_1 .

Berdasarkan hasil perhitungan yang tertera pada tabel di atas, diperoleh nilai rata-rata sebesar 161,53, Simpangan Baku sebesar 9,228, keseragaman sebesar 85,15 dengan nilai tertinggi sebesar 177 dan nilai terendah sebesar 132.

2. Kelincahan

Variabel kelincahan dalam penelitian ini dilambangkan dengan X_2 .

Berdasarkan hasil perhitungan yang tertera pada tabel di atas, diperoleh nilai rata-rata sebesar 11,53, Simpangan Baku sebesar 0,554, keseragaman sebesar 0,307, dengan nilai Tertinggi sebesar 12,94 dan nilai Terendah sebesar 10,50.

3. Kekuatan Otot Tungkai

Variabel kekuatan otot tungkai dalam penelitian ini dilambangkan dengan X_2 . Berdasarkan hasil perhitungan yang tertera pada tabel di atas, diperoleh nilai rata-rata sebesar 47,37, Simpangan Baku sebesar 21,573, keseragaman sebesar 465,41, dengan nilai Tertinggi sebesar 100 dan nilai Terendah sebesar 16.

4. Kemampuan Menggiring Bola

Variabel kemampuan menggiring bola dalam penelitian ini dilambangkan dengan Y . Berdasarkan hasil perhitungan yang tertera pada tabel di atas, diperoleh nilai rata-rata sebesar 19,73, Simpangan Baku sebesar 2,20, keseragaman sebesar 4,84, dengan nilai Tertinggi sebesar 25,44, dan nilai Terendah sebesar 16,05.

B. Persyaratan Analisis Data

Sebelum menganalisis dengan menggunakan uji hipotesis untuk menguji apakah ada atau tidak adanya kontribusi tinggi badan, kelincahan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola pada klub palajau junior *football club* kabupaten hulu sungai tengah, terlebih dahulu dilakukan uji persyaratan yang meliputi uji normalitas, uji homogenitas dan uji linieritas.

1. Uji Normalitas

Untuk menguji apakah data populasi normal atau tidak digunakan uji normalitas dengan uji lilliefors, Pada uji normalitas akan menguji hipotesis nol (H_0), Untuk menerima atau menolak hipotesis nol akan membandingkan

harga mutlak dari perhitungan (L_o) dengan harga mutlak dari tabel (L_t) pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$ atau dengan kepercayaan 95%,

H_o : sampel berdistribusi normal

H_i : sampel tidak berdistribusi normal

Kriteria pengujian : Tolak H_o jika $L_o > L$ tabel ($\alpha = 0,05$ dan n)

Terima H_o jika $L_o < L$ tabel ($\alpha = 0,05$ dan n)

Atau

Kriteria Uji : Hipotesis nol ditolak apabila harga mutlak dari perhitungan (L_o) lebih besar atau sama dengan harga mutlak tabel dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$ dalam hal lain hipotesis diterima.

Hasil perhitungan Uji Normalitas dalam penelitian ini dapat dilihat pada halaman 79 dan tabel di bawah ini :

Tabel 4.3. Uji Normalitas Tinggi Badan (X_1), Kelincahan (X_2) Kekuatan Otot Tungkai (X_3) Terhadap Kemampuan Menggiring bola (Y).

Variabel	L_o	$L_{t(\alpha=0.05)(30)}$	Kesimpulan
X_1	0.001	0.161	Normal
X_2	0.005	0.161	Normal
X_3	0.073	0.161	Normal
Y	0.005	0.161	Normal

Keterangan:

X_1 : Variabel Tinggi Badan

X_2 : Variabel Kelincahan

X_3 : Variabel Kekuatan Otot Tungkai

Y : Variabel Terhadap Kemampuan Menggiring Bola

L_o : Harga mutlak

$L_{t(\alpha=0.05)}$: Harga mutlak pada table

Berdasarkan hasil perhitungan Uji Normalitas diatas pada Tinggi Badan X_1 , Kelincahan X_2 , Kekuatatn Otot Tungkai X_3 , Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Y , dapat disimpulkan uji normalitas dari

keempat variabel diatas berdistribusi normal karena harga mutlak $L_0 \leq$

$L_{t(\alpha=0.05)}$: Harga mutlak pada tabel.

Hasil Uji Normalitas dalam penelitian ini dirangkum dalam Tabel dan perhitungan dapat dilihat pada lampiran.

2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dalam penelitian ini adalah menguji homogenitas varians populasi, yaitu $H_0 : \sigma_{x_1}^2 = \sigma_{x_2}^2 = \sigma_{x_3}^2 = \sigma_y^2$. Untuk uji homogenitas gabungan varians populasi tersebut menggunakan Uji Bartlet dengan statistika chi-kuadrat (χ^2).

H_0 : sampel bersifat homogen

H_1 : sampel bersifat tidak homogen

Kriteria pengujian: “Tolak hipotesis H_0 jika $\chi^2 \geq \chi^2_{(1-\alpha)(k-1)}$, dimana $\chi^2_{(1-\alpha)(k-1)}$ didapat dari daftar distrelusi chi-kuadrat dengan peluang $(1-\alpha)$ dan dk $= (k-1)$, (Sudjana, 2005 : 263).

Hasil uji homogenitas gabungan varians dari tiga variabel bebas dan satu variabel terikat dapat dilihat pada halaman 80 dan tabel di bawah ini:

Tabel 4.4. Hasil Uji Homogenitas Gabungan Dari Empat Sampel pada penelitian kali ini tersaji dalam tabel di bawah ini:

Hipotesis	Dk	χ^2	$\chi^2_{(\alpha=0.05)(3)}$	Keputusan
$H_0 : \sigma_{x_1}^2 = \sigma_{x_2}^2 = \sigma_{x_3}^2 = \sigma_y^2$ $H_1 : \sigma_{x_1}^2 \neq \sigma_{x_2}^2 \neq \sigma_{x_3}^2 \neq \sigma_y^2$	3	0	7.81	Homogen

Keterangan,

H_0 : Hipotesis nol

H_1 : Hipotesis alternative

$\sigma_{X_1}^2$: varian populasi variabel Tinggi Badan (X_1)

$\sigma_{X_2}^2$: varian populasi variabel Kelincahan (X_2)

$\sigma_{X_3}^2$: varian populasi variabel Kekuatan Otot Tungkai (X_3)

σ_y^2 : varian populasi variabel Kemampuan Menggiring Bola (Y)

dk : derajat kebebasan

χ^2 : Chi kuadrat perhitungan

$\chi^2_{(\alpha=0.05)(3)}$: Chi-Kuadrat tabel

Berdasarkan hasil perhitungan uji homogenitas gabungan varians populasi tersebut menggunakan Uji Bartlet di atas, diperoleh nilai $\chi^2 = 0$ lebih kecil dari pada χ^2 tabel $(\alpha = 0.05)(3) = 7.81$ maka H_0 diterima dapat disimpulkan hasil uji homogenitas gabungan varian populasi variabel diatas adalah bersifat homogen.

3. Uji Linieritas

Uji Linieritas digunakan untuk mengetahui regresi yang terbentuk dari data yang linier atau tidak. Uji Linieritas pada penelitian ini dilakukan pada Tinggi Badan (X_1) terhadap kemampuan menggiring bola (Y), Kelincahan (X_2) terhadap kemampuan kemampuan menggiring bola (Y) dan Kekuatan Otot Tungkai (X_3) terhadap kemampuan kemampuan menggiring bola (Y).

Hipotesis awal yang diketahui yaitu bentuk regresi linier. Kriteria pengujiannya yaitu apabila nilai $p\text{ value} \geq \alpha$ tabel maka hipotesis awal

ditolak. Hasil Uji Linieritas dapat dilihat pada halaman 82 - 84 dan tabel di bawah ini:

Tabel 4.5. Uji linieritas antara X_1 terhadap Y

Persamaan Linieritas

$$Y = a + b X_1 \quad Y = 30,77 + 0.38 X_1$$

	<i>Coefficients</i>	<i>t Stat</i>	<i>p value</i>	\leq	Kesimpulan
Intercept	30,77	2,20	0.036	0.05	linier
Tinggi Badan (X_1)	0.38				

Berdasarkan hasil perhitungan uji linieritas di atas, diperoleh nilai *t Stat* sebesar 2,20 dengan *p value* sebesar $0.036 \leq \alpha 0.05$ maka H_0 diterima dapat disimpulkan bahwa bentuk regresi antara X_1 terhadap Y adalah linier.

Tabel 4.6. Uji linieritas antara X_2 terhadap Y

Persamaan Linieritas

$$Y = a + b X_2 \quad Y = 19,63 + 0.61 X_2$$

	<i>Coefficients</i>	<i>T Stat</i>	<i>p value</i>	\leq	Kesimpulan
Intercept	19,63	4,05	0.0004	0.05	linier
Kelincahan (X_2)	0.61				

Berdasarkan hasil perhitungan uji linieritas di atas, diperoleh nilai *t Stat* sebesar 4,05 dengan *p value* sebesar $0.0004 \leq \alpha 0.05$ maka H_0 diterima dapat disimpulkan bahwa bentuk regresi antara X_2 terhadap Y adalah linier.

Tabel 4.7. Uji linieritas antara X_3 terhadap Y

Persamaan Linieritas

$$Y = a + b X_3 \quad Y = 22,04 + 0.56 X_3$$

	<i>Coefficients</i>	<i>t Stat</i>	<i>p value</i>	\leq	Kesimpulan
Intercept	22,04	3.57	0.001	0.05	linier
Kekuatan Otot Tungkai (X_3)	0.56				

Berdasarkan hasil perhitungan uji linieritas di atas, diperoleh nilai t *Stat* sebesar 3.57 dengan p *value* sebesar $0.001 \leq \alpha 0.05$ maka H_0 diterima dapat disimpulkan bahwa bentuk regresi antara X_3 terhadap Y adalah linier.

C. Pengujian Hipotesis

1. Uji Keberartian Regresi

Untuk mempermudah dalam menarik kesimpulan, maka dilakukan perhitungan dengan cara statistik, yaitu dengan melakukan uji keberartian regresi sederhana dan uji keberartian regresi ganda.

Uji keberartian regresi sederhana dan uji keberartian regresi ganda digunakan untuk mengetahui regresi dari data yang berarti atau tidak berarti. Untuk menerima atau menolak hipotesis nol akan membandingkan harga dari F *hitung* dengan $\alpha = 0,05$ atau dengan kepercayaan 95%.

H_0 : Tidak Ada Kontribusi

H_1 : Ada Kontribusi

Kriteria Pengujian :

F *hitung* $\leq F$ *tabel* $\alpha 0.05$ maka H_0 diterima

F *hitung* $\geq F$ *tabel* $\alpha 0.05$ maka H_0 ditolak

Kriteria Uji : Hipotesis nol diterima apabila harga dari perhitungan F *hitung* lebih kecil atau sama dengan F *tabel* $\alpha = 0,05$ dalam hal lain hipotesis awal ditolak.

Tabel 4.8. Uji keberartian antara Tinggi Badan (X_1) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y)

<i>Anava</i>	<i>Df</i>	<i>F hitung</i>	<i>F table</i>	Kesimpulan
Regression	1	4,86	4.20	Berarti
Residual	28			
Total	29			

Berdasarkan hasil perhitungan uji keberartian regresi diatas, diperoleh nilai $F.hitung \geq F\ tabel$ $4,86 \geq 4.20$, maka H_0 ditolak dapat disimpulkan bahwa regresi yang terbentuk antara X_1 terhadap Y adalah Berarti.

Tabel 4.9. Uji keberartian antara Kelincahan (X_2) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y)

<i>Anava</i>	<i>Df</i>	<i>F hitung</i>	<i>F table</i>	Kesimpulan
Regression	1	16,38	4.20	Berarti
Residual	28			
Total	29			

Berdasarkan hasil perhitungan uji keberartian regresi diatas, diperoleh nilai $F.hitung \geq F\ tabel\ atau$ $16,38 \geq 4.20$ maka H_0 ditolak dapat disimpulkan bahwa regresi yang terbentuk antara X_2 terhadap Y adalah Berarti.

Tabel 4.10. Uji keberartian antara Kekuatan Otot Tungkai(X_3) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y)

<i>Anava</i>	<i>Df</i>	<i>F hitung</i>	<i>F table</i>	Kesimpulan
Regression	1	12,74	4.20	Berarti
Residual	28			
Total	29			

Berdasarkan hasil perhitungan uji keberartian regresi diatas, diperoleh nilai $F.hitung \geq F tabel$ atau $12,74 \geq 4.20$, maka H_0 ditolak dapat disimpulkan bahwa regresi yang terbentuk antara X_3 terhadap Y adalah Berarti.

Tabel 4.11. Uji Keberartian Regresi Ganda Antara Tinggi Badan (X_1), Kelincahan (X_2) Kekuatan Otot Tungkai (X_3) Dan Kemampuan Menggiring Bola (Y).

<i>Anava</i>	<i>Df</i>	<i>F hitung</i>	<i>F table</i>	Kesimpulan
Regression	3	7,13	2,98	Berarti
Residual	26			
Total	29			

Berdasarkan hasil perhitungan uji keberartian regresi di atas, diperoleh nilai $F.hitung \geq F tabel$ atau $7,13 \geq 2,98$ maka H_0 ditolak dapat disimpulkan bahwa regresi yang terbentuk antara X_1 X_2 dan X_3 terhadap Y adalah Berarti.

2. Regresi Kontribusi Variabel Bebas Terhadap Variabel Terikat

Untuk mengetahui seberapa besar sumbangan yang diberikan Tinggi Badan (X_1) Kelincahan (X_2) dan Kekuatan Otot Tungkai (X_3) sebagai variabel bebas terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y) sebagai variabel

terikat, dilihat pada lampiran analisis data halaman 40 dan 41 dapat dikemukakan sebagai berikut :

- a. Tinggi Badan (X_1) memberikan kontribusi relatif sebesar 11,31% dan kontribusi efektif sebesar 5,10% terhadap kemampuan menggiring bola (Y).
- b. Kelicahan (X_2) memberikan kontribusi relatif sebesar 56,10% dan kontribusi efektif sebesar 25,32% terhadap kemampuan menggiring bola (Y).
- c. Kekuatan Otot Tungkai (X_3) memberikan kontribusi relatif sebesar 32,59% dan kontribusi efektif sebesar 14,71% terhadap kemampuan menggiring bola (Y).
- d. Tinggi Badan (X_1) Kelincahan (X_2) dan Kekuatan Otot Tungkai (X_3) memberikan kontribusi relatif sebesar 100% dan kontribusi efektif sebesar 45,13% terhadap kemampuan menggiring bola (Y) sedangkan sisanya sebesar 54,87% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti.

Tabel 4.12: Tabel Uji Regresi Kontribusi Antara Tiga Variabel Bebas Terhadap Satu Variabel Terikat

<i>No</i>	<i>Variabel</i>	<i>F. hitung</i>	<i>F. tabel</i>	<i>K. E %</i>	<i>K. R %</i>
1	$X_1 - Y$	4,86	4.20	5,10%	11,31%
2	$X_2 - Y$	16,38	4.20	25,32%	56,10%
3	$X_3 - Y$	12,74	4.20	14,71%	32,59%
4	$X_1 X_2 \& X_3 - Y$	7,13	2,98	45,13%	100%

Keterangan:

X_1 : Variabel Tinggi Badan

X_2 : Variabel Kelincahan

X_3 : Variabel Kekuatan Otot Tungkai

Y : Variabel Kemampuan Menggiring Bola

F. hitung : F Keberartian regresi/ nilai F perhitungan

F. tabel : Nilai F perhitungan pada tabel

K E : Kontribusi Efektif

K R : Kontribusi Relatif

D. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hipotesis yang diajukan peneliti pada Bab II halaman 25 perhitungan analisis dengan uji hipotesis yang dilakukan maka dapat disimpulkan dari data-data penelitian yang telah dilakukan pengujian statistik ada kontribusi pada variabel tinggi badan (X_1) ada kontribusi kelincahan (X_2) dan ada kontribusi kekuatan otot tungkai (X_3) ada kontribusi sebagai variabel bebas terhadap kemampuan menggiring bola (Y) dan dalam hasil perhitungan statistic dapat dijelaskan sebagai berikut :

1. Ada Kontribusi Tinggi Badan (X_1) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y) Pada Palajau Junior Football Club Kabupaten Hulu Sungai Tengah

Berdasarkan hasil analisis uji keberartian regresi menyatakan tinggi badan memberikan kontribusi efektif sebesar 5,10 % dan kontribusi relatif sebesar 11,31 % terhadap kemampuan kemampuan menggiring bola dengan nilai $F_h \geq F_{t 0,05}$ atau $4,86 \geq 4.20$ dapat disimpulkan ada kontribusi yang

signifikan antara tinggi badan (X_1) terhadap kemampuan menggiring bola (Y).

Dengan memiliki postur tubuh yang ideal terutama tinggi memberikan rasa percaya diri terhadap penampilan seseorang di dalam aktivitas olahraga yang dilakukannya khususnya sepakbola. Peran postur tubuh terhadap salah satu komponen fisik yang sangat penting. Pada saat menggiring bola postur tubuh sangat diperlukan saat menggiring bola. Memiliki tinggi badan yang ideal tentunya berperan besar dalam permainan sepakbola selain dapat berduel bola-bola yang tinggi juga dapat membantu dalam menggiring bola, semakin tinggi badan seseorang semakin panjang tungkainya sehingga memudahkan seorang pemain dalam berlari mengejar maupun menggiring bola.

2. Ada Kontribusi Kelincahan (X_2) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y) Pada Palajau Junior Football Club Kabupaten Hulu Sungai Tengah

Berdasarkan hasil analisis Uji Keberartian regresi menyatakan kelincahan memberikan kontribusi efektif sebesar 25,32 % dan kontribusi relatif sebesar 56,10 % terhadap kemampuan menggiring bola dengan *nilai* $F_h \geq F_{t \ 0,05}$ atau $16,38 \geq 4.20$ dapat disimpulkan ada Kontribusi yang signifikan antara kelincahan (X_2) terhadap kemampuan menggiring bola (Y).

Dalam permainan sepakbola kelincahan merupakan salah satu komponen fisik yang sangat diperlukan dalam aktivitas menggiring bola

untuk melakukan perubahan posisi secara cepat guna menghindari lawan yang ingin merebut bola dan juga untuk melewati lawan. kelincahan juga merupakan prasyarat dalam mempelajari dan memperbaiki keterampilan gerak dan teknik sepakbola, terutama gerakan-gerakan yang memerlukan perubahan arah posisi tubuh secara cepat dan terkoordiniasi.

3. Ada Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai (X_3) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y) Pada Palajau Junior Football Club Kabupaten Hulu Sungai Tengah

Berdasarkan hasil analisis Uji Keberartian regresi menyatakan kekuatan otot tungkai memberikan kontribusi efektif sebesar 14,71 % dan kontribusi relatif sebesar 32,59 % terhadap kemampuan menggiring bola dengan nilai $F_h \geq F_{t 0,05}$ atau $12,74 \geq 4,20$ dapat disimpulkan ada Kontribusi yang signifikan antara kekuatan otot tungkai (X_3) terhadap kemampuan menggiring bola (Y).

Kekuatan otot tungkai seseorang berperan penting dalam meningkatkan frekuensi langkah lari seseorang karena frekuensi langkah adalah perkalian antara kekuatan otot tungkai dan kecepatan otot dalam melangkah. Kekuatan otot tungkai ini digunakan saat lari menggiring bola dan menendang bola, dengan otot tungkai yang kuat maka tendangan akan semakin kuat. Memiliki kekuatan otot tungkai yang baik maka akan memiliki keterampilan menggiring bola yang baik. Disamping itu, kekuatan otot tungkai penting dimiliki dan ditingkatkan oleh setiap pemain dalam meningkatkan kemampuan menggiring bola.

4. Ada Kontribusi Tinggi Badan (X_1) Kelincahan (X_2) dan Kekuatan Otot Tungkai (X_3) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y) Pada Klub Palajau Junior Football Club

Berdasarkan hasil analisis Uji Keberartian regresi menyatakan tinggi badan (X_1) kelincahan (X_2) dan kekuatan otot tungkai (X_3) memberikan kontribusi efektif sebesar 45,13 % dan kontribusi relatif sebesar 100 % terhadap kemampuan menggiring bola dengan *nilai* $F_h \geq F_t$ *atau* $7,13 \geq 2,98$ dapat disimpulkan ada Kontribusi yang signifikan antara tinggi badan (X_1) kelincahan (X_2) dan kekuatan otot tungkai (X_3) terhadap kemampuan menggiring bola (Y).

Dari penjelasan di atas bisa dijabarkan sebagai berikut: Peran postur tubuh terhadap salah satu komponen fisik yang sangat penting. Pada saat menggiring bola postur tubuh sangat diperlukan saat menggiring bola. Memiliki tinggi badan yang ideal tentunya berperan besar dalam permainan sepakbola selain dapat berduel bola-bola yang tinggi juga dapat membantu dalam menggiring bola.

Dalam permainan sepakbola kelincahan merupakan salah satu komponen fisik yang sangat diperlukan dalam aktivitas menggiring bola untuk melakukan perubahan posisi secara cepat guna menghindari lawan yang ingin merebut bola dan juga untuk melewati lawan. Kekuatan otot tungkai seseorang berperan penting dalam meningkatkan frekuensi langkah lari seseorang karena frekuensi langkah adalah perkalian antara kekuatan

otot tungkai dan kecepatan otot dalam melangkah. Kekuatan otot tungkai ini digunakan saat lari menggiring bola dan menendang bola, dengan otot tungkai yang kuat maka tendangan akan semakin kuat.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pengujian hipotesis dengan menggunakan uji statistika hasil penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Ada Kontribusi antara Tinggi Badan (X_1) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y).
2. Ada Kontribusi antara Kelincahan (X_2) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y).
3. Ada Kontribusi antara Kekuatan Otot Tungkai (X_3) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y).
4. Ada Kontribusi antara Tinggi Badan (X_1) Kelincahan (X_2) dan Kekuatan Otot Tungkai (X_3) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y).

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang dikemukakan sebelumnya, maka peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut :

1. Pelatih-pelatih dan Pembina cabang olahraga sepakbola sebagai bahan tertulis bagi peningkatan prestasi sepak bola di tingkat Nasional dan Internasional.
2. Atlet-atlet olahraga sepak bola sehingga dapat meningkatkan prestasi yang ingin dicapai baik dalam latihan maupun pertandingan.

LAMPIRAN



KEMENTERIAN RISET TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLARAHAGA DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
Alamat: Jln. Taruna Praja Raya Telp/Fax (0511) 4780532 Banjarbaru

**BERDASARAKAN
SURAT KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Nomor :Kep.1254 /UN8.1.2/KP/2018**

**TENTANG
DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
JPOK FKIP ULM
SEMESTER GANJIL 2018-2019**

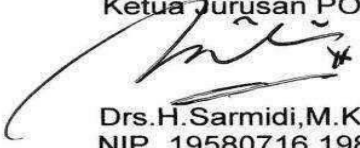
Sehubungan dengan pelaksanaan pendidikan dan pengajaran pada Program Studi/Jurusan di lingkungan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan perlu mengangkat dan menugaskan pembimbing skripsi mahasiswa.

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat, mengangkat dan menugaskan saudara:

No	Nama Mahasiswa	NIM	Pembimbing I	Pembimbing II
1	Ilham Ramadhoni	A1D114237	Drs.Perdinanto,M.Pd	Drs.Athar,M.Kes


Demikian surat ini diterbitkan dan disampaikan kepada yang bersangkutan untuk diketahui dan dilaksanakan.

Banjarbaru,23 Oktober 2018
Ketua Jurusan POK FKIP ULM


Drs.H. Sarmidi, M.Kes
NIP. 19580716 198803 1 001



Hulu Sungai Tengah

 KEMENTERIAN RISET TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
Alamat: Jln. Taruna Praja Raya Telp/Fax (0511) 4780532 Banjarbaru

SURAT PENGANTAR
839/UN8.1.2.4/PL/2018

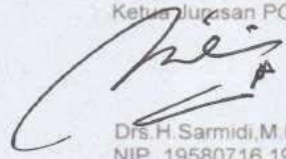
Kepada Yth.
Ketua Asosiasi PSSI Kabupaten Hulu Sungai Tengah


Di-Tempat

No	Nama Berkas	Jumlah	Keterangan
1	1. Fotokopi surat izin penelitian Atas nama : Ilham Ramadhoni Nomor : 837/UN8.1.2.4/PL.2018 Tanggal : 23 Oktoberr 2018 Tentang : Pengambilan Data Penelitian	1	Disampaikan dengan hormat untuk diberitahukan kepada yang bersangkutan.

Demikian surat pengantar ini dibuat,atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.

Banjarbaru, 23 Oktober 2018
Ketua Jurusan POK FKIP ULM


Drs. H. Sarmidi, M Kes
NIP. 19580716 198803 1 001


MENGESAHKAN SESUAI DENGAN ABLINYA
NOMOR
TANGGAL
SEKRETARIS JURUSAN POK FKIP ULM AM
Drs. H. Sarmidi, S.Pd, M.Or
NIP. 19580716 198803 1 001

Lampiran 3. Surat Balasan Dari Ketua Asosiasi PSSI Kabupaten Hulu Sungai Tengah



**ASOSIASI
PERSATUAN SEPAKBOLA SELURUH INDONESIA
(PSSI)
KABUPATEN HULU SUNGAI TENGAH**

Sekretariat : Jl. Guntur Barat X RT. 14 RW.07 Barabai Hulu Sungai Tengah

Nomor : 15/Askab-PSSI-HST/IX/2018
Lampiran : -
Perihal : Izin Penelitian

Barabai, 26 Oktober 2018

Kepada Yth,
Ketua Jurusan POK FKIP ULM

di- Tempat

Dengan hormat,

1. Sehubungan dengan surat permohonan Ketua Jurusan POK FKIP ULM Nomor : 837/UN8.1.2.4/PL/2018 Perihal Ijin Pengambilan Data Penelitian dalam rangka penyelesaian skripsi mahasiswa Reguler S1 Program Studi Pendidikan Jasmani Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan (JPOK) Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Lambung Mangkurat (ULM).
2. Pada prinsipnya Asosiasi Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia (PSSI) Kabupaten Hulu Sungai Tengah menyambut baik dan Memberikan ijin penelitian kepada :

Nama	: Ilham Ramadhoni
NIM	: A1D114237
Alamat	: Jl. Trikora Komp. Halim Permai Blok F 21 Rt. 05 Rw.05 Kota Banjarbaru
Judul Skripsi	: Kontribusi Tinggi Badan Kelincahan dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Klub Pelajau Junior Football Club Kabupaten Hulu Sungai Tengah
Tempat Pengambilan Data	: Lapangan Sepak Bola Bina Muda Kab.HST
Lama Pengambilan Data	: 1 Hari
Hari/Tanggal	: Minggu/04 November 2018
Pembimbing	: 1. Drs. Perdinanto, M.Pd 2. Drs. Athar, M.Kes


Demikian ijin penelitian ini diberikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

ASOSIASI PSSI
KABUPATEN HULU SUNGAI TENGAH
Sekretaris



ALAMSYAH MAPPAOMPO, S.Pd, M.Pd

Sepakbola Bina Muda



KEMENTERIAN RISET TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS LAMBUING MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
Alamat: Jln. Taruna Praja Raya Telp/Fax (0511) 4780532 Banjarbaru

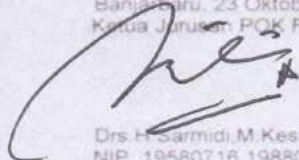
SURAT PENGANTAR
839/UN8.1.2.4/PL/2018

Kepada Yth,
Pengelola Lapangan Sepak Bola Bina Muda Palajau
Kec. Pandawan Kab. Hulu Sungai Tengah
Di- Tempat

No	Nama Berkas	Jumlah	Keterangan
1	1. Fotokopi surat izin penelitian Atas nama Ilham Ramadhoni Nomor 837/UN8.1.2.4/PL 2018 Tanggal 23 Oktober 2018 Tentang Pengambilan Data Penelitian	1	Disampaikan dengan hormat untuk diberitahukan kepada yang bersangkutan.


Demikian surat pengantar ini dibuat atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan
terimakasih.

Banjarbaru, 23 Oktober 2018
Ketua Jurusan POK FKIP ULM



Drs. H. Sarmidi, M. Kes
NIP. 19580716 198803 1 001

MEMERIKAKAN SESUAI DENGAN ABLIK
NOMOR
TANGGAL
KEPANTAUAN JURUSAN POK FKIP ULM



UNIVERSITAS LAMBUING MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
NIP. 19580716 198803 1 001

Barabai, 26 Oktober 2018

Dengan hormat,

Sehubungan dengan Surat Saudara atas nama :

Nama : Ilham Ramadhoni

NIM : A1D114237

Berkenaan dengan peminjaman Lapangan Sepak Bola Bina Muda Kec. Pandawan Kab. Hulu Sungai Tengah guna kepentingan penelitian dari kampus JPOK FKIP Banjarbaru, maka dengan ini pada dasarnya kami bersedia memberikan izin untuk keperluan penelitian tersebut sebagaimana surat saudara yang kami terima.

Demikian surat pemberitahuan ini kami sampaikan, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Barabai, 26 Oktober 2018
Pengelola Lap. Bina Muda



H. Kursani

Football Club Kabupatn Hulu Sungai Tengah



KEMENTERIAN RISET TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
 UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
 FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA DAN KESEHATAN
 PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
 Alamat: Jln. Taruna Praja Raya Telp/Fax (0511) 4780532 Banjarbaru

SURAT PENGANTAR
838/UN8.1.2.4/PL/2018

KepadaYth.
 Ketua Klub Palajau Junior Football Club Kab.HST

Di-Tempat

No	Nama Berkas	Jumlah	Keterangan
1	1. Fotokopi surat izin penelitian Atas nama : Ilham Ramadhoni Nomor : 837/UN8.1.2.4/PL 2018 Tanggal : 23 Oktober 2018 Tentang : Pengambilan Data Penelitian	1	Disampaikan dengan hormat untuk diberitahukan kepada yang bersangkutan.

Demikian surat pengantar ini dibuat,atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.

Banjarbaru, 23 Oktober 2018
 Ketua Jurusan POK FKIP ULM

Drs. H. Sarmidi, M. Kes
 NIP. 19580716 198803 1 001



Hulu Sungai Tengah

Barabai, 26 Oktober 2018

Kepada Yth,
Ketua Jurusan POK FKIP ULM
di-

Tempat

Dengan hormat,

Sehubungan dengan Surat Saudara Pemohon per/23 Oktober 2018/ Tuj.Penelitian/ atas

nama :

Nama : Ilham Ramadhoni
NIM : A1D114237
Alamat : Jalan Hevea No 132 RT 05 RW 05
Judul Skripsi : *Kontribusi Tinggi Badan Kelincahan Dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Klub Palajau Junior Football Club Kabupaten Hulu Sungai Tengah*
Tempat : Lapangan Sepak Bola Bina Muda
Sampel : Pemain Bola Palajau Junior Football Club

Pada prinsipnya setuju dengan kegiatan penelitian yang dilaksanakan dan memberikan izin terhadap penelitian saudara dalam rangka keperluan penelitian sebagaimana surat yang kami terima.

Demikian kami sampaikan surat pemberitahuan ini, agar dapat dipergunakan sebagaimana seharusnya. Atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Barabai, 26 Oktober 2018
Pelatih,



Sapuan Rifki

Perihal : **Permohonan Peminjaman Alat Sarana Prasarana**

Kepada. Yth Bapak Ketua Jurusan POK
FKIP ULM
di tempat

Dengan hormat,

Sehubungan dengan penelitian yang saya lakukan guna menyelesaikan Tugas Akhir / Skripsi, maka saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : ILHAM RAMADHONI
NIM : A1D114237
Kelas : Reg B1 2014
No. HP : 0813 708 731 26

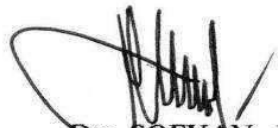
Bermaksud Meminjam Sarana dan Prasarana, Berupa :

: I. Nomor Dada 30 Lembar


Tanggal peminjaman : 02 November 2018 s/d 05 November 2018
Hari/Tanggal Penelitian : Minggu / 04 November 2018
Tempat Penelitian : Lapangan Sepak Bola Bina Muda

Demikian permohonan ini saya ajukan atas perhatian dan kerjasamanya saya sampaikan terimakasih.

Pengelola Fasilitas
Alat dan Sarana Prasarana
JPOK FKIP ULM


Drs. SOFYAN, M.Pd.
NIP. 19580301 198803 1 004

Banjarbaru, 23 Oktober 2018
Pemohon


ILHAM RAMADHONI
NIM. A1D114237



KEMENTERIAN RISET TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
 UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
 FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAHA DAN KESEHATAN
 Alamat: Jln. Taruna Praja Raya Telp/Fax (0511) 4780532 Banjarbaru

Merujuk dari surat Dinas Perindustrian Dan Perdagangan BPSMB (Balai Pengujian Dan Sertifikasi Mutu Barang) Pemerintah Provinsi Kalimantan Selatan menyatakan tentang sertifikasi dan kalibrasi alat tes dan pengukuran, Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan (POK) FKIP UNLAM menyalin SERTIFIKAT KALIBRASI, seri nomor / 612 / BPSMB/ VII/ 2012 yaitu :

No.Order : NA. 217
 Halaman : 1

IDENTITAS ALAT
Instrument identification

NAMA : Meteran Tinggi Badan
Name

MEREK PABRIK : BRAND
Manufacture

TYPE / NOMOR SERI : -
Type / Serial Number

Lain-lain : Kapasitas : 2 m
Other

IDENTITAS PEMILIK
Owner identification

NAMA : ILHAM RAMADHONI
Designation

ALAMAT : JL. Taruna Praja Raya, Banjarbaru
Address

Banjarbaru, 20 September 2018

Mengetahui,

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan
 Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
 Universitas Lambung Mangkurat
 Banjarbaru

Drs. H. Sarmidi, M.Kes
 NIP.19580716 198803 1 001

Pengelola Laboratorium.
 JPOK – FKIP UNLAM



Edwin Wahyu Dirgantoro, S.Or, M.Pd
 NIP. 19820623 201012 1 005



KEMENTERIAN RISET TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
 UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
 FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
 Alamat: Jln. Taruna Praja Raya Telp/Fax (0511) 4780532 Banjarbaru

Merujuk dari surat Dinas Perindustrian Dan Perdagangan BPSMB (Balai Pengujian Dan Sertifikasi Mutu Barang) Pemerintah Provinsi Kalimantan Selatan menyatakan tentang sertifikasi dan kalibrasi alat tes dan pengukuran, Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan (POK) FKIP ULM menyalin SERTIFIKAT KALIBRASI, seri nomor / 612 / BPSMB/ VII/ 2012 yaitu :

No.Order : NA. 217
 Halaman : 1

IDENTITAS ALAT

Instrument identification

NAMA : Back & Leg Dynamometer
Name

MEREK PABRIK : TTM
Manufacture

TYPE / NOMOR SERI : -
Type / Serial Number

Lain-lain : Kapasitas : 300 Kg
Other

IDENTITAS PEMILIK

Owner Identification

NAMA : ILHAM RAMADHONI
Designation


ALAMAT : JL. Taruna Praja Raya, Banjarbaru
Address

Banjarbaru, 20 September 2018

Mengetahui,

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan
 Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
 Universitas Lambung Mangkurat
 Banjarbaru

Pengelola Laboratorium.
 JPOK – FKIP ULM


 Drs. H. Sarmidi, M.Kes
 NIP.19580716 198803 1 001


 Edwin Wahyu Dirgantoro, S.Or, M.Pd
 NIP.19820623 201012 1 005

Banjarbaru, 1 November 2018

Nomor : Lepas

Lampiran : -

Perihal : Undangan Pengambilan Data Penelitian

Kepada

Bapak Drs. Perdinanto, M,Pd**(Dosen Pembimbing I)**

Di

Tempat

Dengan Hormat.

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	:	Ilham Ramadhoni
Nim	:	A1D114237
Mahasiswa	:	S1 JPOK FKIP ULM Banjarbaru
No. HP	:	081370873126

Dengan ini mengundang Bapak Sebagai Pembimbing untuk menghadiri kegiatan pengambilan data penelitian yang berjudul: ***“Kontribusi Tinggi Badan Kelincahan dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Menggiring Bola pada Klub Palajau Junior Football Club Kabupaten Hulu Sungai Tengah”*** : yang akan dilaksanakan pada :

Hari / Tanggal	:	Minggu, 4 November 2018
Jam	:	08.00 WITA Sampai selesai
Tempat	:	Lapangan Sepakbola Bina Muda Kab HST
Sampel	:	Klub Sepakbola Palajau Football Club

Besar harapan saya agar Bapak dapat menghadirinya Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Hormat saya
Pengundang

Ilham Ramadhoni
A1D114237

Banjarbaru, 1 November 2018

Nomor : Lepas
Lampiran : -
Perihal : Undangan Pengambilan Data Penelitian
Kepada

Bapak Drs. Athar, M.Kes

(Dosen Pembimbing II)

Di

Tempat

Dengan Hormat.

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ilham Ramadhoni
Nim : A1D114237
Mahasiswa : S1 JPOK FKIP ULM Banjarbaru
No. HP : 081370873126

Dengan ini mengundang Bapak Sebagai Pembimbing untuk menghadiri kegiatan pengambilan data penelitian yang berjudul: ***“Kontribusi Tinggi Badan Kelincahan dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Menggiring Bola pada Klub Palajau Junior Football Club Kabupaten Hulu Sungai Tengah”*** : yang akan dilaksanakan pada :

Hari / Tanggal : Minggu, 4 November 2018
Jam : 08.00 WITA Sampai selesai
Tempat : Lapangan Sepakbola Bina Muda Kab HST
Sampel : Klub Sepakbola Palajau Football Club

Besar harapan saya agar Bapak dapat menghadirinya Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Hormat saya
Pengundang

Ilham Ramadhoni
A1D114237



KEMENTERIAN RESET TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
Alamat: Jl. Taruna Praja Raya Telp/Fax (0511) 4774797 Banjarbaru

KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : Ilham Ramadhoni
NIM : A1D114237
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Judul Skripsi : Kontribusi Tinggi Badan Kelincahan Dan Kekuatan Otot
Tungkai Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Klub
Palajau Junior *Football Club* Kabupaten Hulu Sungai
Tengah
Pembimbing I : Drs. Perdinanto, M.Pd

Pembimbing I,

Drs. Perdinanto, M.Pd
NIP. 19630925 198803 1 002



KEMENTERIAN RESET TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
 UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
 FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
 Alamat: Jl. Taruna Praja Raya Telp/Fax (0511) 4774797 Banjarbaru

LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

No.	Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf Pembimbing
1	04 Juni 2018	Konsultasi judul proposal Skripsi	
2	02 Juli 2018	Konsultasi BAB I : - Latar Belakang Masalah - Identifikasi Masalah Konsultasi BAB II : Metode penelitian	
3	06 Agustus 2018	Konsultasi proposal BAB I s/d BAB III	
4	07 Agustus 2018	Konsultasi perbaikan penulisan proposal skripsi dan penulisan Daftar Pustaka	
5	25 September 2018	Proposal Skripsi disetujui	
6	12 Oktober 2018	Seminar Proposal Skripsi	
7	01 November 2018	Undangan Penelitian	
8	04 November 2018	Pengambilan Data Penelitian Skripsi	
9	04 Desember 2018	Konsultasi BAB IV	
10	05 Desember 2018	Perbaikan BAB IV dan Konsultasi BAB V	
11	05 Desember 2018	Dokumentasi Lampiran	
12	05 Desember 2018	Skripsi Disetujui	
13	13 Desember 2018	Ujian Kelayakan	
14	18 Desember 2018	Perbaikan	
15	21 Desember 2018	Ujian Skripsi	

Pembimbing I,

Drs. Perdinanto, M.Pd
 NIP. 19630925 198803 1 002



KEMENTERIAN RISET TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
Alamat: Jl. Taruna Praja Raya Telp/Fax (0511) 4774797 Banjarbaru

KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : Ilham Ramadhoni
NIM : A1D114237
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Judul Skripsi : Kontribusi Tinggi Badan Kelincahan Dan Kekuatan Otot
Tungkai Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Klub
Palajau Junior *Football Club* Kabupaten Hulu Sungai
Tengah
Pembimbing I : Drs. Athar, M.Kes

Pembimbing II,

Drs. Athar, M.Kes

NIP. 19590227 198811 1 001



KEMENTERIAN RESET TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
 UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
 FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA DAN KESEHATAN
 Alamat: Jl. Taruna Praja Raya Telp/Fax (0511) 4774797 Banjarbaru

LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

No.	Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf Pembimbing
1	04 Juni 2018	Konsultasi judul proposal Skripsi	
2	02 Juli 2018	Konsultasi BAB I : - Latar Belakang Masalah - Identifikasi Masalah Konsultasi BAB II : Metode penelitian	
3	06 Agustus 2018	Konsultasi proposal BAB I s/d BAB III	
4	07 Agustus 2018	Konsultasi perbaikan penulisan proposal skripsi dan penulisan Daftar Pustaka	
5	25 September 2018	Proposal Skripsi disetujui	
6	12 Oktober 2018	Seminar Proposal Skripsi	
7	01 November 2018	Undangan Penelitian	
8	04 November 2018	Pengambilan Data Penelitian Skripsi	
9	04 Desember 2018	Konsultasi BAB IV	
10	05 Desember 2018	Perbaikan BAB IV dan Konsultasi BAB V	
11	05 Desember 2018	Dokumentasi Lampiran	
12	05 Desember 2018	Skripsi Disetujui	
13	13 Desember 2018	Ujian Kelayakan	
14	18 Desember 2018	Perbaikan	
15	21 Desember 2018	Ujian Skripsi	

Pembimbing II,

Drs. Athar, M.Kes

NIP. 19590227 198811 1 001

FORMULIR TES

NO DADA :

NAMA :

NO	Jenis Tes	Pelaksanaan			Hasil	Paraf Petugas
		1	2	3		
1	Tinggi Badan (Stadiometer)			 cm	
2	Kelincahan (<i>Dogging Run</i>) (detik)			 detik	
3	Kekuatan Otot Tungkai (<i>Leg Dynamometer</i>) (kilogram)			 kg	
4	Tes Menggiring Bola (<i>Zig-Zag</i>) (detik)			 detik	

Barabai, 04 November 2018

Petugas Tes,

(.....)

Lampiran 18. Daftar Petugas Yang Membantu Pengambilan Data

DAFTAR PETUGAS PELAKSANAAN DALAM PENGAMBILAN DATA

NO	TES	NAMA PETUGAS	KETERANGAN
1	Pengukuran Tinggi Badan	<ul style="list-style-type: none"> • Khairul Shadiqin • Muhammad Shaleh 	<ul style="list-style-type: none"> • Pengukur • Pencatat & Pemanggil
2	Tes Kelincahan	<ul style="list-style-type: none"> • Muhammad Dinor • Didi • Muhammad Rifki Rahman 	<ul style="list-style-type: none"> • Pencatat & Pemanggil • Timer • Petugas
3	Tes Kekuatan Otot Tungkai	<ul style="list-style-type: none"> • Muhammad Rifqi • Sam'ani • Muhammad Taufik Rahman 	<ul style="list-style-type: none"> • Pencatat • Pemanggil • Petugas
4	Tes Menggiring Bola	<ul style="list-style-type: none"> • Trisno Anjas Dwi Cahyo • Gunawan Apriyanto • Muhammad Roni • Adi 	<ul style="list-style-type: none"> • Petugas • Timer • Pencatat • Pemanggil
5		<ul style="list-style-type: none"> • Sandytia Hendiana Surya • Muhammad Ramadani 	<ul style="list-style-type: none"> • Dokumentasi • Dokumentasi

Data Hasil Tes dan Pengukuran Tinggi Badan (X_1), Kelincahan (X_2) Dan Kekuatan Otot Tungkai (X_3) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y) Pada Pemain Sepak Bola Palajau Junior *Football Club* Kabupaten Hulu Sungai Tengah

No.	Nama	Tinggi Badan (X_1) cm	Kelincahan (X_2) detik			Kekuatan Otot Tungkai (X_3) kg				Kemampuan Menggiring Bola (Y) detik		
			I	II	Hasil	I	II	III	Hasil	I	II	Hasil
1	Akhmad Muzahid	163	10.87	11.05	10.87	68	63	65	68	18.30	18.44	18.30
2	Bharata K.H	167	11.15	11.46	11.15	40	39	43	43	23.12	22.50	22.50
3	Fikry Syarif	160	13.04	12.94	12.94	31	27	25	31	22.20	22.15	22.15
4	Gusri Rahman	160	11.57	12.33	11.57	39	43	49	49	17.84	17.95	17.84
5	Ikhfa Safawi N	173	11.15	11.59	11.15	50	46	47	50	18.95	18.89	18.89
6	Ilham Maulana	170	12.67	12.03	12.03	35	30	32	35	21.42	21.31	21.31
7	M. Dicky A.S	155	11.50	12.20	11.50	20	19	22	22	20.56	21.15	20.56
8	M. Dika	164	11.50	11.28	11.28	54	52	49	54	19.60	19.48	19.48
9	M. Fadillah	169	12.26	12.03	12.03	98	100	95	100	20.88	21.03	20.88
10	M. Fazrul Amin	145	12.05	11.88	11.88	19	15	12	19	23.03	22.84	22.84
11	M. Fikri	151	12.43	12.55	12.43	11	14	16	16	22.21	23.25	22.21
12	M. Hasfi	169	11.62	11.80	11.62	25	30	27	30	21.36	20.99	20.99
13	M. Ilham	165	11.35	11.13	11.13	62	65	70	70	17.19	18.12	17.19
14	M. Julian Syah	171	11.32	11.00	11.00	50	45	47	50	20.20	19.76	19.76
15	M. Khairul Ansyar	177	11.12	10.87	10.87	44	50	48	50	19.76	20.14	19.76
16	M. Nor Ridana	173	12.07	10.94	10.94	82	79	75	82	18.40	17.59	17.59
17	M. Rahman	162	11.58	12.13	11.58	45	40	47	47	18.20	19.10	18.20
18	M. Rajmianor	157	11.80	11.65	11.65	35	30	32	35	19.68	19.18	19.18
19	M. Rizki	152	12.03	12.40	12.03	25	27	30	30	18.21	19.10	18.21
20	M. Rizki Firdaus	160	11.40	10.53	10.53	82	86	84	86	19.20	17.12	17.12
21	M. Rizki R	166	12.00	12.30	12.00	43	45	50	50	20.55	21.67	20.55
22	M. Sultan	153	12.10	11.84	11.84	45	42	39	45	20.32	19.48	19.48
23	M. Syahdillah	156	10.50	11.10	10.50	87	91	89	91	16.05	17.23	16.05
24	M. Zainul Hadi	134	12.23	12.00	12.00	15	17	12	17	26.20	25.44	25.44
25	Novri	166	12.03	12.20	12.03	40	44	42	44	21.49	22.32	21.49
26	Raihan N	162	11.49	11.32	11.32	36	31	33	36	16.55	16.70	16.55
27	Riski Saputra	155	11.47	11.62	11.47	24	22	27	27	20.22	21.32	20.22
28	Sa'dillah	154	11.50	11.34	11.34	49	45	44	49	22.32	21.20	21.20
29	Saiful Lijan	169	11.25	11.32	11.25	43	48	47	49	16.11	17.72	16.11
30	Zulkifli Ardianto	168	12.14	11.96	11.96	44	46	41	46	20.57	19.97	19.97

Data Perhitungan T Score Tinggi Badan (X_1), Kelincahan (X_2) Dan Kekuatan Otot Tungkai (X_3) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y) Pada Pemain Sepak Bola Palajau Junior *Football Club* Kabupaten Hulu Sungai Tengah

No.	Nama	Tinggi Badan (X_1) cm			Kelincahan (X_2) detik			Kekuatan Otot Tungkai(X_3) kg			Kemampuan Menggiring Bola (Y) detik		
		Hasil	Zscore	Tscore	Hasil	Zscore	Tscore	Hasil	Zscore	Tscore	Hasil	Zscore	Tscore
1	Akhmad Muzahid	163	0.159	51.59	10.87	1.190	61.90	68	0.956	59.56	18.30	0.652	56.52
2	Bharata K.H	167	0.592	55.92	11.15	0.685	56.85	43	-0.202	47.98	22.50	-1.258	37.42
3	Fikry Syarif	160	-0.166	48.34	12.94	-2.545	24.55	31	-0.759	42.41	22.15	-1.098	39.02
4	Gusri Rahman	160	-0.166	48.34	11.57	-0.073	49.27	49	0.076	50.76	17.84	0.861	58.61
5	Ikhfa Safawi N	173	1.243	62.43	11.15	0.685	56.85	50	0.122	51.22	18.89	0.384	53.84
6	Ilham Maulana	170	0.918	59.18	12.03	-0.903	40.97	35	-0.573	44.27	21.31	-0.717	42.83
7	M. Dicky A.S	155	-0.708	42.92	11.50	0.054	50.54	22	-1.176	38.24	20.56	-0.376	46.24
8	M. Dika	164	0.267	52.67	11.28	0.451	54.51	54	0.307	53.07	19.48	0.115	51.15
9	M. Fadillah	169	0.809	58.09	12.03	-0.903	40.97	100	2.440	74.40	20.88	-0.521	44.79
10	M. Fazrul Amin	145	-1.792	32.08	11.88	-0.632	43.68	19	-1.315	36.85	22.84	-1.412	35.88
11	M. Fikri	151	-1.141	38.59	12.43	-1.625	33.75	16	-1.454	35.46	22.21	-1.126	38.74
12	M. Hasfi	169	0.809	58.09	11.62	-0.163	48.37	30	-0.805	41.95	20.99	-0.571	44.29
13	M. Ilham	165	0.376	53.76	11.13	0.721	57.21	70	1.049	60.49	17.19	1.157	61.57
14	M. Julian Syah	171	1.026	60.26	11.00	0.956	59.56	50	0.122	51.22	19.76	-0.012	49.88
15	M. Khairul Ansyar	177	1.676	66.76	10.87	1.190	61.90	50	0.122	51.22	19.76	-0.012	49.88
16	M. Nor Ridana	173	1.243	62.43	10.94	1.064	60.64	82	1.605	66.05	17.59	0.975	59.75
17	M. Rahman	162	0.051	50.51	11.58	-0.091	49.09	47	-0.017	49.83	18.20	0.697	56.97
18	M. Rajmianor	157	-0.491	45.09	11.65	-0.217	47.83	35	-0.573	44.27	19.18	0.252	52.52
19	M. Rizki	152	-1.033	39.67	12.03	-0.903	40.97	30	-0.805	41.95	18.21	0.693	56.93
20	M. Rizki Firdaus	160	-0.166	48.34	10.53	1.804	68.04	86	1.791	67.91	17.12	1.188	61.88
21	M. Rizki R	166	0.484	54.84	12.00	-0.849	41.51	50	0.122	51.22	20.55	-0.371	46.29
22	M. Sultan	153	-0.925	40.75	11.84	-0.560	44.40	45	-0.110	48.90	19.48	0.115	51.15
23	M. Syahdillah	156	-0.600	44.00	10.50	1.858	68.58	91	2.023	70.23	16.05	1.675	66.75
24	M. Zainul Hadi	134	-2.984	20.16	12.00	-0.849	41.51	17	-1.408	35.92	25.44	-2.594	24.06
25	Novri	166	0.484	54.84	12.03	-0.903	40.97	44	-0.156	48.44	21.49	-0.798	42.02
26	Raihan N	162	0.051	50.51	11.32	0.378	53.78	36	-0.527	44.73	16.55	1.448	64.48
27	Riski Saputra	155	-0.708	42.92	11.47	0.108	51.08	27	-0.944	40.56	20.22	-0.221	47.79
28	Sa'dillah	154	-0.816	41.84	11.34	0.342	53.42	49	0.076	50.76	21.20	-0.667	43.33
29	Saiful Lijan	169	0.809	58.09	11.25	0.505	55.05	49	0.076	50.76	16.11	1.648	66.48
30	Zulkifli Ardianto	168	0.701	57.01	11.96	-0.777	42.23	46	-0.063	49.37	19.97	-0.107	48.93
	Jumlah	4846		1500	345.89		1500	1421		1500	592.02		1500
	Rata-rata	161.53		50	11.53		50	47.37		50	19.73		50
	Simpanan Baku	9.23		10	0.55		10	21.57		10	2.199		10
	Ragam	85.15		100	0.31		100	465.41		100	4.837		100
	Nilai Tertinggi	177		66.76	12.94		68.58	100		74.40	25.44		66.75
	Nilai Terendah	134		20.16	10.50		24.55	16		35.46	16.05		24.06

Lampiran 21. Hasil Uji Normalitas

Hasil Uji Normalitas Tinggi Badan (X_1), Kelincahan (X_2) Dan Kekuatan Otot Tungkai (X_3) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y)

Pada Pemain Sepak Bola Palajau Junior *Football Club* Kabupaten Hulu Sungai Tengah

No.	Nama	X_1	No.	Nama	X_2	No.	Nama	X_3	No.	Nama	Y
1	M. Zainul Hadi	20.16	1	Fikry Syarif	24.55	1	M. Fikri	35.46	1	M. Zainul Hadi	24.06
2	M. Fazrul Amin	32.08	2	M. Fikri	33.75	2	M. Zainul Hadi	35.92	2	M. Fazrul Amin	35.88
3	M. Fikri	38.59	3	Ilham Maulana	40.97	3	M. Fazrul Amin	36.85	3	Bharata K.H	37.42
4	M. Rizki	39.67	4	M. Fadillah	40.97	4	M. Dicky A.S	38.24	4	M. Fikri	38.74
5	M. Sultan	40.75	5	M. Rizki	40.97	5	Riski Saputra	40.56	5	Fikry Syarif	39.02
6	Sa'dillah	41.84	6	Novri	40.97	6	M. Hasfi	41.95	6	Novri	42.02
7	M. Dicky A.S	42.92	7	M. Rizki R	41.51	7	M. Rizki	41.95	7	Ilham Maulana	42.83
8	Riski Saputra	42.92	8	M. Zainul Hadi	41.51	8	Fikry Syarif	42.41	8	Sa'dillah	43.33
9	M. Syahdillah	44.00	9	Zulkifli Ardianto	42.23	9	Ilham Maulana	44.27	9	M. Hasfi	44.29
10	M. Rajmianor	45.09	10	M. Fazrul Amin	43.68	10	M. Rajmianor	44.27	10	M. Fadillah	44.79
11	Fikry Syarif	48.34	11	M. Sultan	44.40	11	Raihan N	44.73	11	M. Dicky A.S	46.24
12	Gusri Rahman	48.34	12	M. Rajmianor	47.83	12	Bharata K.H	47.98	12	M. Rizki R	46.29
13	M. Rizki Firdaus	48.34	13	M. Hasfi	48.37	13	Novri	48.44	13	Riski Saputra	47.79
14	M. Rahman	50.51	14	M. Rahman	49.09	14	M. Sultan	48.90	14	Zulkifli Ardianto	48.93
15	Raihan N	50.51	15	Gusri Rahman	49.27	15	Zulkifli Ardianto	49.37	15	M. Julian Syah	49.88
16	Akhmad Muzahid	51.59	16	M. Dicky A.S	50.54	16	M. Rahman	49.83	16	M. Khairul Ansyar	49.88
17	M. Dika	52.67	17	Riski Saputra	51.08	17	Gusri Rahman	50.76	17	M. Dika	51.15
18	M. Ilham	53.76	18	Sa'dillah	53.42	18	Sa'dillah	50.76	18	M. Sultan	51.15
19	M. Rizki R	54.84	19	Raihan N	53.78	19	Saiful Lijan	50.76	19	M. Rajmianor	52.52
20	Novri	54.84	20	M. Dika	54.51	20	Ikhfa Safawi N	51.22	20	Ikhfa Safawi N	53.84
21	Bharata K.H	55.92	21	Saiful Lijan	55.05	21	M. Julian Syah	51.22	21	Akhmad Muzahid	56.52
22	Zulkifli Ardianto	57.01	22	Bharata K.H	56.85	22	M. Khairul Ansyar	51.22	22	M. Rizki	56.93
23	M. Fadillah	58.09	23	Ikhfa Safawi N	56.85	23	M. Rizki R	51.22	23	M. Rahman	56.97
24	M. Hasfi	58.09	24	M. Ilham	57.21	24	M. Dika	53.07	24	Gusri Rahman	58.61
25	Saiful Lijan	58.09	25	M. Julian Syah	59.56	25	Akhmad Muzahid	59.56	25	M. Nor Ridana	59.75
26	Ilham Maulana	59.18	26	M. Nor Ridana	60.64	26	M. Ilham	60.49	26	M. Ilham	61.57
27	M. Julian Syah	60.26	27	Akhmad Muzahid	61.90	27	M. Nor Ridana	66.05	27	M. Rizki Firdaus	61.88
28	Ikhfa Safawi N	62.43	28	M. Khairul Ansyar	61.90	28	M. Rizki Firdaus	67.91	28	Raihan N	64.48
29	M. Nor Ridana	62.43	29	M. Rizki Firdaus	68.04	29	M. Syahdillah	70.23	29	Saiful Lijan	66.48
30	M. Khairul Ansyar	66.76	30	M. Syahdillah	68.58	30	M. Fadillah	74.40	30	M. Syahdillah	66.75
	Jumlah	1500		Jumlah	1500		Jumlah	1500		Jumlah	1500
	Rata-rata	50		Rata-rata	50		Rata-rata	50		Rata-rata	50
	Simpangan baku	10		Simpangan baku	10		Simpangan baku	10		Simpangan baku	10
	Lo Maximal	0.001		Lo Maximal	0.005		Lo Maximal	0.073		Lo Maximal	0.005
	Lo Tabel	0.161		Lo Tabel	0.161		Lo Tabel	0.161		Lo Tabel	0.161

Uji Homogenitas menggunakan Uji Bartlet Tinggi Badan (X_1), Kelincahan (X_2) Dan Kekuatan Otot Tungkai (X_3) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y) Pada Pemain Sepak Bola Palajau Junior *Football Club* Kabupaten Hulu Sungai Tengah

No.	Nama	X_1	X_2	X_3	Y
1	Akhmad Muzahid	51.59	61.90	59.56	56.52
2	Bharata K.H	55.92	56.85	47.98	37.42
3	Fikry Syarif	48.34	24.55	42.41	39.02
4	Gusri Rahman	48.34	49.27	50.76	58.61
5	Ikhfa Safawi N	62.43	56.85	51.22	53.84
6	Ilham Maulana	59.18	40.97	44.27	42.83
7	M. Dicky A.S	42.92	50.54	38.24	46.24
8	M. Dika	52.67	54.51	53.07	51.15
9	M. Fadillah	58.09	40.97	74.40	44.79
10	M. Fazrul Amin	32.08	43.68	36.85	35.88
11	M. Fikri	38.59	33.75	35.46	38.74
12	M. Hasfi	58.09	48.37	41.95	44.29
13	M. Ilham	53.76	57.21	60.49	61.57
14	M. Julian Syah	60.26	59.56	51.22	49.88
15	M. Khairul Ansyar	66.76	61.90	51.22	49.88
16	M. Nor Ridana	62.43	60.64	66.05	59.75
17	M. Rahman	50.51	49.09	49.83	56.97
18	M. Rajmianor	45.09	47.83	44.27	52.52
19	M. Rizki	39.67	40.97	41.95	56.93
20	M. Rizki Firdaus	48.34	68.04	67.91	61.88
21	M. Rizki R	54.84	41.51	51.22	46.29
22	M. Sultan	40.75	44.40	48.90	51.15
23	M. Syahdillah	44.00	68.58	70.23	66.75
24	M. Zainul Hadi	20.16	41.51	35.92	24.06
25	Novri	54.84	40.97	48.44	42.02
26	Raihan N	50.51	53.78	44.73	64.48
27	Riski Saputra	42.92	51.08	40.56	47.79
28	Sa'dillah	41.84	53.42	50.76	43.33
29	Saiful Lijan	58.09	55.05	50.76	66.48
30	Zulkifli Ardianto	57.01	42.23	49.37	48.93
n - 1		29	29	29	29
Varians (S^2)		100	100	100	100
$S^2 =$	100	=====> $S^2 = \frac{(n_i - 1)(S_1)^2 + (n_i - 1)(S_2)^2}{n + n - 2}$			
Log $S^2 =$	2				
B =	232				
Ln 10 =	2.303	=====> Rumus : $B = (\text{Log } S^2) \cdot \sum(n_i - 1)$			
$\sum dk \cdot \text{Log } S_i^2 =$	232				
$\chi^2 =$	0	=====> $\chi^2 = (\text{Ln } 10) (B - \sum dk \cdot \text{Log } S_i^2)$			
$\chi^2 \text{ tabel} =$	7.81				

Uji Keberartian Regresi Tinggi Badan (X_1), Kelincahan (X_2) Dan Kekuatan Otot Tungkai (X_3) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y) Pada Pemain Sepak Bola Palajau Junior *Football Club* Kabupaten Hulu Sungai Tengah

<i>Regression Statistics</i>	
Multiple R	0.67177593
R Square	0.4513
Adjusted R Square	0.38796938
Standard Error	7.82323857
Observations	30

ANOVA					
	<i>df</i>	<i>SS</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>Significance F</i>
Regression	3	1308.720397	436.2401	7.13	0.0012
Residual	26	1591.279603	61.20306		
Total	29	2900			

	<i>Coefficients</i>	<i>Standard Error</i>	<i>t Stat</i>	<i>P-value</i>	<i>Lower 95%</i>	<i>Upper 95%</i>	<i>Lower 95.0%</i>	<i>Upper 95.0%</i>
Intercept	9.376344	9.308250	1.007316	0.323066	-9.757037	28.509725	-9.757037	28.509725
Tinggi Badan X_1	0.132706	0.163765	0.810344	0.425098	-0.203918	0.469331	-0.203918	0.469331
Kelincahan X_2	0.416756	0.176700	2.358548	0.026144	0.053543	0.779969	0.053543	0.779969
Kekuatan Otot Tungkai X_3	0.263011	0.188344	1.396440	0.174391	-0.124135	0.650157	-0.124135	0.650157

Hasil Uji Linieritas dan Uji Keberartian Regresi Tinggi Badan (X_1) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y) Pada Pemain Sepak Bola Palajau Junior *Football Club* Kabupaten Hulu Sungai Tengah

<i>Regression Statistics</i>	
Multiple R	0.38459176
R Square	0.14791082
Adjusted R Square	0.11747906
Standard Error	9.39425855
Observations	30

ANOVA					
	<i>df</i>	<i>SS</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>Significance F</i>
Regression	1	428.9413761	428.9414	4.86	0.0359
Residual	28	2471.058624	88.25209		
Total	29	2900			

	<i>Coefficients</i>	<i>Standard Error</i>	<i>t Stat</i>	<i>P-value</i>	<i>Lower 95%</i>	<i>Upper 95%</i>	<i>Lower 95.0%</i>	<i>Upper 95.0%</i>
Intercept	30.77	8.889382857	3.461479	0.00174	12.56133683	48.9794875	12.56133683	48.97948749
Tinggi Badan X_1	0.38	0.174447002	2.20	0.036	0.027253272	0.74193024	0.027253272	0.741930241

Hasil Uji Linieritas dan Uji Keberartian Regresi Kelincahan (X_2) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y) Pada Pemain Sepak Bola Palajau Junior *Football Club* Kabupaten Hulu Sungai Tengah

<i>Regression Statistics</i>	
Multiple R	0.60748336
R Square	0.36903603
Adjusted R Square	0.3465016
Standard Error	8.08392477
Observations	30

ANOVA					
	<i>df</i>	<i>SS</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>Significance F</i>
Regression	1	1070.204491	1070.204491	16.38	0.000
Residual	28	1829.795509	65.34983961		
Total	29	2900			

	<i>Coefficients</i>	<i>Standard Error</i>	<i>t Stat</i>	<i>P-value</i>	<i>Lower 95%</i>	<i>Upper 95%</i>	<i>Lower 95.0%</i>	<i>Upper 95.0%</i>
Intercept	19.63	7.649470349	2.565645876	0.0159418	3.956602361	35.2950617	3.956602361	35.29506175
Kelincahan X_2	0.61	0.150114714	4.05	0.0004	0.299987306	0.91497941	0.299987306	0.914979412

Hasil Uji Linieritas dan Uji Keberartian Regresi Kekuatan Otot Tungkai (X_3) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y) Pada Pemain Sepak Bola Palajau Junior *Football Club* Kabupaten Hulu Sungai Tengah

<i>Regression Statistics</i>	
Multiple R	0.55918919
R Square	0.31269255
Adjusted R Square	0.28814586
Standard Error	8.4371449
Observations	30

ANOVA					
	<i>Df</i>	<i>SS</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>Significance F</i>
Regression	1	906.8084073	906.8084073	12.74	0.001
Residual	28	1993.191593	71.18541403		
Total	29	2900			

	<i>Coefficients</i>	<i>Standard Error</i>	<i>t Stat</i>	<i>P-value</i>	<i>Lower 95%</i>	<i>Upper 95%</i>	<i>Lower 95.0%</i>	<i>Upper 95.0%</i>
Intercept	22.04	7.98370737	2.76068	0.010061	5.68665712	38.394423	5.68665712	38.3944235
Kekuatan Otot Tungkai X_3	0.56	0.15667384	3.57	0.001	0.23825736	0.8801210	0.23825736	0.88012102

Hasil Uji Hipotesis Kontribusi Relatif dan Kontribusi Efektif Tinggi Badan (X_1), Kelincahan (X_2) Dan Kekuatan Otot Tungkai (X_3) Sebagai Variabel Bebas Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y) Pada Pemain Sepak Bola Palajau Junior *Football Club* Kabupaten Hulu Sungai Tengah Sebagai Variabel Terikat

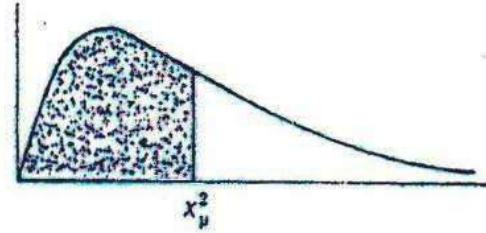
Uji Hipotesis Kontribusi Relatif dan Kontribusi Efektif								
	X_1	Y	$X_1 - Y$	$X_2 - Y$	$X_3 - Y$	Y^2	N (jumlah Sampel)	R^2
Σ	1500	1500	76115	76762	76622	77900	30	0.4513
$Y = a_1 X_1 + a_2 X_2 + a_3 X_3$								
$b_1 x_1 y$		0.133	148.0	$\frac{\Sigma X_1 Y - (\Sigma X_1)(\Sigma Y)}{n} a_1 X_1$				
$b_2 x_2 y$		0.417	734.2					
$b_3 x_3 y$		0.263	426.5					
Harga Mutlak			1308.7					
<i>Kontribusi Relatif</i>								
$X_1 Y =$	$\frac{b_1 x_1 y}{b_1 x_1 y + b_2 x_2 y + b_3 x_3 y} \times 100$	$\frac{148.009}{1308.720} \times 100 = 11.31 \%$						
$X_2 Y =$	$\frac{b_2 x_2 y}{b_1 x_1 y + b_2 x_2 y + b_3 x_3 y} \times 100$	$\frac{734.200}{1308.720} \times 100 = 56.10 \%$						
$X_3 Y =$	$\frac{b_3 x_3 y}{b_1 x_1 y + b_2 x_2 y + b_3 x_3 y} \times 100$	$\frac{426.511}{1308.720} \times 100 = 32.59 \%$						
$X_1 X_2 X_3 Y =$	$\frac{b_1 x_1 y + b_2 x_2 y + b_3 x_3 y}{b_1 x_1 y + b_2 x_2 y + b_3 x_3 y} \times 100 =$	$\frac{1308.720}{1308.720} \times 100 = 100 \%$						
<i>Kontribusi Efektif</i>								
$X_1 Y =$	$\frac{b_1 x_1 y}{b_1 x_1 y + b_2 x_2 y + b_3 x_3 y} \times R^2 \times 100 =$	$\frac{148.01}{1308.72} \times 0.4513 \times 100 = 5.10 \%$						
$X_2 Y =$	$\frac{b_2 x_2 y}{b_1 x_1 y + b_2 x_2 y + b_3 x_3 y} \times R^2 \times 100 =$	$\frac{734.200}{1308.720} \times 0.4513 \times 100 = 25.32 \%$						
$X_3 Y =$	$\frac{b_3 x_3 y}{b_1 x_1 y + b_2 x_2 y + b_3 x_3 y} \times R^2 \times 100 =$	$\frac{426.511}{1308.720} \times 0.4513 \times 100 = 14.71 \%$						
$X_1 X_2 X_3 Y =$	$\frac{b_1 x_1 y + b_2 x_2 y + b_3 x_3 y}{b_1 x_1 y + b_2 x_2 y + b_3 x_3 y} \times R^2 \times 100 =$	$\frac{1308.720}{1308.720} \times 0.4513 \times 100 = 45.13 \%$						

NILAI KRITIS L UNTUK UJI LILLIEFORS

Ukuran Sampel	Tarf Nyata (α)				
	0,01	0,05	0,10	0,15	0,20
n = 4	0,417	0,381	0,352	0,319	0,300
5	0,405	0,337	0,315	0,299	0,285
6	0,364	0,319	0,294	0,277	0,265
7	0,348	0,300	0,276	0,258	0,247
8	0,331	0,285	0,261	0,244	0,233
9	0,311	0,271	0,249	0,233	0,223
10	0,294	0,258	0,239	0,224	0,215
11	0,284	0,249	0,230	0,217	0,206
12	0,275	0,242	0,223	0,212	0,199
13	0,268	0,234	0,214	0,202	0,190
14	0,261	0,227	0,207	0,194	0,183
15	0,257	0,220	0,201	0,187	0,177
16	0,250	0,213	0,195	0,182	0,173
17	0,245	0,206	0,189	0,177	0,169
18	0,239	0,200	0,184	0,173	0,166
19	0,235	0,195	0,179	0,169	0,163
20	0,231	0,190	0,174	0,166	0,160
25	0,200	0,173	0,158	0,147	0,142
30	0,187	0,161	0,144	0,136	0,131
n > 30	$\frac{1,031}{\sqrt{n}}$	$\frac{0,886}{\sqrt{n}}$	$\frac{0,805}{\sqrt{n}}$	$\frac{0,768}{\sqrt{n}}$	$\frac{0,736}{\sqrt{n}}$

Sumber: Conover, W.J., Practical Nonparametric Statistics, John Wiley & Sons, Inc., 1973.

Nilai Persentil
Untuk Distribusi χ^2
 $\nu = dk$
(Bilangan Dalam Badan Daftar
Menyatakan χ^2_p)



ν	$\chi^2_{0.995}$	$\chi^2_{0.99}$	$\chi^2_{0.975}$	$\chi^2_{0.95}$	$\chi^2_{0.90}$	$\chi^2_{0.75}$	$\chi^2_{0.50}$	$\chi^2_{0.25}$	$\chi^2_{0.10}$	$\chi^2_{0.05}$	$\chi^2_{0.025}$	$\chi^2_{0.01}$	$\chi^2_{0.005}$
1	7.88	6.63	5.02	3.84	2.71	1.32	0.455	0.102	0.016	0.004	0.001	0.0002	0.000
2	10.6	9.21	7.38	5.99	4.61	2.77	1.39	0.575	0.211	0.103	0.051	0.0201	0.010
3	12.8	11.3	9.35	7.81	6.25	4.11	2.37	1.21	0.584	0.352	0.216	0.115	0.072
4	14.8	13.3	11.1	9.49	7.78	5.39	3.36	1.92	1.06	0.711	0.484	0.207	0.207
5	16.7	15.1	12.8	11.1	9.24	6.63	4.35	2.67	1.61	1.15	0.831	0.554	0.412
6	18.5	16.8	14.4	12.6	10.6	7.84	5.35	3.45	2.20	1.64	1.24	0.872	0.676
7	20.3	18.5	16.0	14.1	12.0	9.04	6.35	4.25	2.83	2.17	1.60	1.24	0.989
8	22.0	20.1	17.5	15.5	13.4	10.2	7.34	5.07	3.49	2.73	2.18	1.65	1.34
9	23.6	21.7	19.0	16.9	14.7	11.4	8.34	5.90	4.17	3.33	2.70	2.09	1.73
10	25.2	23.2	20.5	18.3	16.0	12.6	9.34	6.74	4.87	3.94	3.25	2.56	2.16
11	26.8	24.7	21.9	19.7	17.3	13.7	10.3	7.58	5.58	4.57	3.82	3.05	2.60
12	28.3	26.2	23.3	21.0	18.5	14.8	11.3	8.44	6.30	5.23	4.40	3.57	3.07
13	29.8	27.7	24.7	22.4	19.8	16.0	12.3	9.30	7.04	5.89	5.01	4.11	3.57
14	31.3	29.1	26.1	23.7	21.1	17.1	13.3	10.2	7.79	6.57	5.63	4.56	4.07
15	32.8	30.6	27.5	25.0	22.3	18.2	14.3	11.0	8.55	7.26	6.26	5.23	4.60
16	34.3	32.0	28.8	26.3	23.5	19.4	15.3	11.9	9.31	7.96	6.91	5.81	5.14
17	35.7	33.4	30.2	27.6	24.8	20.5	16.3	12.8	10.1	8.67	7.56	6.41	5.70
18	37.2	34.8	31.5	28.9	26.0	21.6	17.3	13.7	10.9	9.39	8.23	7.01	6.26
19	38.6	36.2	32.9	30.1	27.2	22.7	18.3	14.6	11.7	10.1	8.91	7.63	6.84
20	40.0	37.6	34.2	31.4	28.4	23.8	19.3	15.5	12.4	10.9	9.59	8.26	7.43
21	41.4	38.9	35.5	32.7	29.6	24.9	20.3	16.3	13.2	11.6	10.3	8.90	8.03
22	42.8	40.3	36.8	33.9	30.8	26.0	21.3	17.2	14.0	12.3	11.0	9.54	8.64
23	44.3	41.6	38.1	35.2	32.0	27.1	22.3	18.1	14.8	13.1	11.7	10.2	9.26
24	45.6	42.9	39.4	36.4	33.2	28.2	23.3	19.0	15.7	13.8	12.4	10.9	9.89
25	46.9	44.3	40.6	37.7	34.4	29.3	24.3	19.9	16.5	14.6	13.1	11.5	10.5
26	48.3	45.6	41.9	38.9	35.6	30.4	25.3	20.8	17.3	15.4	13.8	12.2	11.2
27	49.6	47.0	43.2	40.1	36.7	31.5	26.3	21.7	18.1	16.2	14.6	12.9	11.8
28	51.0	48.3	44.5	41.3	37.9	32.6	27.3	22.7	18.9	16.9	15.3	13.6	12.5
29	52.3	49.6	45.7	42.6	39.1	33.7	28.3	23.6	19.8	17.7	16.0	14.3	13.1
30	53.7	50.9	47.0	43.8	40.3	34.8	29.3	24.5	20.6	18.5	16.8	15.0	13.8
40	66.8	63.7	59.3	55.8	51.3	45.6	39.3	33.7	29.1	26.5	24.4	22.2	20.7
50	79.5	76.2	71.4	67.5	63.2	56.3	49.3	42.9	37.7	34.8	32.4	29.7	28.0
60	92.0	88.4	83.3	79.1	74.4	67.0	59.3	52.3	46.5	43.2	40.5	37.5	35.5
70	104.2	100.4	95.0	90.5	85.5	77.6	69.3	61.7	55.3	51.7	48.8	45.4	43.3
80	116.3	112.3	106.6	101.9	96.6	88.1	79.3	71.1	64.3	60.4	57.2	53.5	51.2
90	128.3	124.1	118.1	113.1	107.6	98.6	89.3	80.6	73.3	69.1	65.6	61.3	59.2
100	140.2	135.8	129.6	124.3	118.5	109.1	99.3	90.1	82.4	77.9	74.2	70.1	67.3

Sumber : Table of Percentage Points of the χ^2 Distribution, Thompson, C.M., Biometrika, Vol.32 (1941).

DOKUMENTASI



Gambar 1. Alat – Alat Yang Digunakan Untuk Penelitian



Gambar 2. Sampel Penelitian



Gambar 3. Peneliti Memimpin Do'a Bersama Kepada Seluruh Sampel



Gambar 4. Peneliti Memberikan Pengarahan Kepada Seluruh Sampel Penelitian



Gambar 5. Penelitian Memberikan Kesempatan Untuk Sampel Bertanya



Gambar 6. Peneliti Dan Sampel Penelitian



Gambar 7. Petugas Pengambilan Data



Gambar 8. Peneliti Memberikan Kesempatan Untuk Petugas Bertanya



Gambar 9. Salah Satu Petugas Memimpin Pemanasan Bagian Punggung



Gambar 10. Salah Satu Petugas Memimpin Pemanasan Bagian Kaki



Gambar 11. Pos 1 Tempat Pengukuran Tinggi Badan (*Stadiometer*)



Gambar 12. Petugas Penelitian Melakukan Pengukuran Kepada Pemain



Gambar 13. Petugas Tinggi Badan (*Stadiometer*) Pos 1



Gambar 14. Pos 2 Tempat Pengukuran Tes Kelincahan



Gambar 15. Sampel Melakukan Tes Kelincahan



Gambar 16. Sampel Melakukan Tes Kelincahan



Gambar 17. Petugas Tes Kelincahan Pos 2



Gambar 18. Pos 3 Pengukuran Kekuatan Otot Tungkai (*Leg Dynamometer*)



Gambar 19. Sampel Melakukan Tes Kekuatan Otot Tungkai (*Leg Dynamometer*)



Gambar 20. Petugas Pos 3 Kekuatan Otot Tungkai (*Leg Dynamometer*)



Gambar 21. Pos 4 Tes Kemampuan Menggiring Bola (*Zig-Zag*)



Gambar 22. Petugas Mencontohkan Tes Kemampuan Menggiring Bola (*Zig-Zag*)



Gambar 23. Sampel Melakukan Tes Kemampuan Menggiring Bola (*Zig-Zag*)



Gambar 24. Peneliti Bersama Pembimbing Dan Bertugas

RIWAYAT HIDUP PENULIS



Ilham Ramadhoni dilahirkan di Barabai, 05 Februari 1996. Anak pertama dari dua bersaudara, pasangan Taspudin Noor dan Hj Fathul Jannah. Lulus TK Linda Barabai tahun 2002 tamat SD Negeri 1 Barabai Timur tahun 2008 kemudian melanjutkan sekolah ke SMP Negeri 1 Barabai tamat pada tahun 2011 dan SMA Negeri 1 Barabai tahun 2014.

Pendidikan berikutnya ditempuh di Program Pendidikan Olahraga dan Kesehatan FKIP ULM Banjarbaru tahun 2014 sampai 2019.