

**KONTRIBUSI KELINCAHAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI DAN
KOORDINASI MATA KAKI TERHADAP KEMAMPUAN
MENGGIRING BOLA PADA PEMAIN SEPAKBOLA
SMA NEGERI 3 BANJARBARU**



OLEH:

**M. NOR IFANSYAH
NIM. A1D1 14221**

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 OLAH RAGA DAN KESEHATAN
BANJARBARU
2019**

ABSTRAK

M. NOR IFANSYAH. NIM. A1D1 14221. “*Kontribusi Kelincahan, Kekuatan Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Pemain Sepak Bola SMA Negeri 3 Banjarbaru*”. Skripsi. Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan (JPOK). Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Lambung Mangkurat (Unlam) Banjarbaru 2018. Dosen Pembimbing: (I) Drs. H. M. Mulhim, M.Pd. (II) Mita Erliana, S.Pd, M.Or.

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui: 1) Ada tidaknya kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain sepakbola SMA Negeri 3 Banjarbaru. 2) Ada tidaknya kontribusi kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain sepakbola SMA Negeri 3 Banjarbaru. 3) Ada tidaknya kontribusi koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain sepakbola SMA Negeri 3 Banjarbaru. 4) Ada tidaknya kontribusi kelincahan, kekuatan otot tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain sepakbola SMA Negeri 3 Banjarbaru.

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

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain sepakbola SMA Negeri 3 Banjarbaru yang berjumlah 20 orang, sedangkan yang digunakan sebagai sampel dalam penelitian ini adalah berjumlah 20 orang, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *sampel jenuh*.

Kesimpulan: 1) Ada Kontribusi Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Pemain Sepak Bola SMA Negeri 3 Banjarbaru. 2) Ada Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Pemain Sepak Bola SMA Negeri 3 Banjarbaru. 3) Ada Kontribusi Koordinasi Mata Kaki Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Pemain Sepak Bola SMA Negeri 3 Banjarbaru. 4) Ada Kontribusi Kelincahan, Kekuatan Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Pemain Sepak Bola SMA Negeri 3 Banjarbaru.

Kata Kunci: Kontribusi, Kelincahan, Kekuatan Otot Tungkai, Koordinasi Mata Kaki, Kemampuan Menggiring Bola, Pemain Sepak Bola SMA Negeri 3 Banjarbaru.

ABSTRACT

M. NOR IFANSYAH. NIM. A1D1 14221. "Agility Contributions, Leg Muscle Strength and Eye Coordination Against Ball Herding Ability in Banjarbaru Public High School 3 Soccer Players". Essay. Department of Sports and Health Education (JPOK). Teacher Training and Education Faculty (FKIP) University of Lambung Mangkurat (Unlam) Banjarbaru 2018. Supervisor: (I) Drs. H. M. Mulhim, M.Pd. (II) Mita Erliana, S.Pd, M.Or.

The aim of the study was to find out: 1) Whether or not there was a contribution of agility to the ability to dribble the ball to the Banjarbaru 3 High School football players. 2) Whether or not there is a contribution of leg muscle strength to the dribbling ability of the Banjarbaru SMA 3 soccer players. 3) Whether or not there is a contribution of ankle coordination to the ability to dribble the ball to the Banjarbaru Public High School 3 football players. 4) There is a contribution of agility, leg muscle strength and ankle coordination to the ability to dribble the ball in Banjarbaru Public High School 3 football players.

The method used in this study is the *expost facto* method, with measurement and test techniques.

The population in this study were all 20 Banjarbaru Public High School 3 football players, while 20 people were used as samples in this study, with sampling techniques using saturated samples.

Conclusions: 1) There is an Agility Contribution to the ability to herd the ball at Banjarbaru Public High School 3 Soccer Players. 2) There is a contribution of limb muscle strength to the ability to herd the ball in Banjarbaru 3 Public High School Soccer Players. 3) There is a contribution of ankle coordination to the ability to herd the ball to Banjarbaru 3 Public High School Soccer Players. 4) There is an Agility Contribution, Leg Muscle Strength and Eye Coordination Against the Ability of Dribbling Balls in Banjarbaru Public High School 3 Soccer Players.

Keywords: Contributions, Agility, Leg Muscle Strength, Foot Coordination, Ball Skill Ability, Banjarbaru 3 High School Soccer Players.

HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto:

*“Kebanggaan Kita Yang Terbesar Adalah Bukan Tidak Pernah Gagal Tetapi
Bagkit Kembali Setiap Kali Kita Jatuh”*

*(M. Nor Ifansyah)
NIM A1D1 14221*

Persembahan:

- *Bapak Musahnan dan Ibu saya Sahliani serta adik saya Usmanul Hakim yang telah memberi dukungan moril maupun materi serta doa yang tiada henti untuk kesuksesan saya.*
- *Sahabat, teman, dan pacar tersayang, tanpa semangat dukungan dan bantuan kalian semua tak akan mungkin aku samoai disini, terima kasih untuk canda tawa, tangis, dan perjuangan yang kita nlewati bersama terimakasih untuk kenangan manis dan terimakasih untuk segalanya.*

HALAMAN PERSETUJUAN

**KONTRIBUSI KEKUATAN OTOT TUNGKAI, KELINCAHAN DAN
KESEIMBANGAN TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING
BOLA PADA PEMAIN SEPAKBOLA SMP NEGERI 8
BANJARBARU**

Oleh:

M. Nor Ifansyah
NIM. A1D1 14221

Pembimbing I,

Pembimbing II,

Drs. H. M. Mulhim, M.Pd.
NIP. 19610727 198812 1 002

Mita Erliana, S.Pd., M.Or.
NIP. 19800222 200604 2 007

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, 29 November 2018

Dewan Penguji:

1. Drs. H. M. Mulhim, M.Pd (Ketua)
2. Mita Erliana, S.Pd. M.Or. (Sekretaris)
3. Drs. Abd. Hamid, 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 dibawah ini:

Nama : M. Nor Ifansyah
NIM : A1D1 14221
Program Studi : Pendidikan Jasmani
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, November 2018
Yang membuat pernyataan,

Materai
6000

M. Nor Ifansyah
A1D1 14221

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kehadirat Allah Subhanahu Wa Ta' ala, Karena dengan limpahan rahmat dan inayah-Nya jualah peneliti dapat menyelesaikan proposal skripsi yang berjudul: *“Kontribusi Kelincahan, Kekuatan Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Pemain Sepak Bola SMA Negeri 3 Banjarbaru”*. Skripsi ini ditulis untuk menyelesaikan perkuliahan pada Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan (JPOK), Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP), Universitas Lambung Mangkurat (ULM) di Banjarbaru.

Pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah banyak membantu dalam penelitian dan penulisan skripsi ini, terutama ucapan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Sutarto Hadi, M.Si., M.Sc. Rektor Universitas Lambung Mangkurat (ULM) Banjarmasin.
2. Prof. Dr. H. Wahyu, MS. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) ULM di Banjarmasin.
3. Dr. H. Zulkifli, M.Pd. Wakil Dekan I Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) ULM di Banjarmasin.
4. Dr. Chairil Faif Pasani, M.Si. Wakil Dekan II Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) ULM di Banjarmasin.
5. Dr. Sunarno Basuki, Drs., M.Kes. Wakil Dekan III Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) ULM di Banjarmasin.

6. Drs. H. Sarmidi, M.Kes. Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan (JPOK) Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Lambung Mangkurat (ULM) Banjarbaru.
7. Mita Erliana, S.Pd., M.Or. Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan (JPOK) Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Lambung Mangkurat (ULM) Banjarbaru. sekaligus Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu, membimbing dan memberikan arahan selama penulisan skripsi ini
8. Drs. Abd. Hamid, M.Pd. Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani, JPOK FKIP ULM Banjarbaru, sekaligus Dosen Pembimbing I yang telah banyak membantu, membimbing dan memberikan arahan selama penulisan skripsi ini.
9. Drs. H. M. Mulhim, M.Pd. Dosen pembimbing I yang telah membimbing dan memberikan motivasi selama penulisan skripsi ini.
10. Mita Erliana, S.Pd., M.Or. Dosen pembimbing II yang telah membimbing dan memberikan motivasi selama penulisan skripsi ini.
11. Seluruh Dosen JPOK FKIP ULM yang telah banyak membantu dan memberikan informasi dalam pengumpulan data penelitian.
12. Mohammad Sofiani, M.Pd. Sebagai kepala sekolah SMA Negeri 3 Banjarbaru, yang telah memberikan ijin penelitian dan dukungan kepada peneliti untuk kuliah lanjut.
13. M. Tami Rosadi Ahwan, S.Pd. Sebagai guru SMA Negeri 3 Banjarbaru, yang telah memberikan ijin penelitian dan dukungan kepada peneliti dalam pengumpulan data.

14. Kedua orang tua yang tercinta yang telah membimbing serta, membesarkan, mendidik. Saudara peneliti yang selalu memberikan motivasi bagi peneliti sampai menyelesaikan pendidikan S-1 JPOK FKIP ULM Banjarbaru.

Semoga ibadah yang telah diberikan mendapat balasan dari Allah Subhanahu wata'ala. Amin.

Banjarbaru, November
2018

Peneliti,

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT.....	iii
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
SURAT PERNYATAAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
DAFTAR LAINNYA	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	4
D. Perumusan Masalah.....	4
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Hasil Guna Penelitian	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Teoritis	7
1. Pengertian kontribusi	7
2. Komponen Unsur Kondisi Fisik	7
3. Pengertian Kelincahan	8
4. Peran Kelincahan Terhadap Menggiring Bola.....	9
5. Pengertian Kekuatan Otot Tungkai.....	10
6. Peran Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Menggiring Bola	11
7. Pengertian Koordinasi Mata Kaki.....	12
8. Peran Koordinasi Mata Kaki Terhadap Kemampuan Menggiring Bola	13
9. Hakikat Sepakbola	13
10. Pengertian Menggiring (<i>Dribbling</i>) Dalam Sepakbola.....	15
11. Profil Sekolah.....	17
B. Penelitian Relevan	19
C. Kerangka Berpikir	21
D. Hipotesis Penelitian	23

BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Variabel Penelitian	24
B. Definisi Konseptual Dan Operasional	24
1. Definisi Konseptual	24
2. Definisi Operasional	25
C. Tempat dan Waktu Penelitian	26
D. Metode Penelitian	26
E. Populasi dan Sampel	27
F. Instrumen Penelitian	27
G. Teknik Pengumpulan Data	28
H. Rancangan Analisis Data	32
 BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Diskripsi Data	34
B. Pengujian Persyaratan Analisis	37
C. Pengujian Hepotesis	41
D. Pembahasan Hasil Penelitian	45
 BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	51
B. Saran	51
 DAFTAR PUSTAKA	 53
LAMPIRAN-LAMPIRAN	55
DOKUMENTASI PENELITIAN	94

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
4.1. Data hasil tes dan pengukuran X_1, X_2, X_3 dan Y	34
4.2. Perhitungan T-Score X_1, X_2, X_3 dan Y	36
4.3. Uji Normalitas data X_1, X_2, X_3 dan Y	38
4.4. Hasil uji homogenitas data X_1, X_2, X_3 dan Y	39
4.5. Uji Linearitas data X_1, X_2, X_3 dan Y	40
4.6. Ringkasan hasil regresi X_1, X_2, X_3 dan Y	41
4.7. Hasil Uji Hepotesis Kontribusi $X_1, X_2,$ dan Y	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1. Otot dan Tungkai Manusia	12
2.2. Menggiring Bola Dengan Kaki Bagian Dalam	17
2.3 SMA Negeri 3 Banjarbaru	19
3.1. Rancangan Penelitian Kontribusi	26
3.2. <i>Illinois Agility Run</i>	29
3.3. <i>Back leg dynamometer</i>	30
3.4. Gambar Koordinasi Mata Kaki	31
3.5. Diagram Lapangan Tes Menggiring Bola	32

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat penunjukan dosen pembimbing	55
2. Surat izin pengambilan data penelitian dari JPOK FKIP ULM	56
3. Surat pengantar ke Dinas Pendidikan Provinsi Kalimantan Selatan	57
4. Surat izin penelitian dari Dinas Pendidikan	58
5. Surat pengantar ke sekolah SMA Negeri 3 Banjarbaru	59
6. Surat pernyataan dari sekolah SMA Negeri 3 Banjarbaru	60
7. Surat Pernyataan.....	61
8. Surat peminjaman alat I.....	62
9. Surat peminjaman alat II	63
10. Surat Tera alat <i>Bag & Leg Dynamometer</i>	64
11. Surat undangan penelitian dosen pembimbing I	65
12. Surat undangan penelitian dosen pembimbing II.....	66
13. Kartu bimbingan skripsi pembimbing I	67
14. Lembar bimbingan skripsi pembimbing I	68
15. Kartu bimbingan skripsi pembimbing II	69
16. Lembar Bimbingan Skripsi Pembimbing II	70
17. Formulir tes & pengukuran	71
18. Nama-nama petugas pelaksanaan penelitian	72
19. Data hasil tes dan pengukuran X_1 , X_2 , X_3 , dan Y	73
20. Perhitungan <i>Z-Score</i> dan <i>T-Score</i> X_1 , X_2 , X_3 , dan Y	77
21. Uji Normalitas	75
22. Uji Homogenitas	78
23. Uji Linearitas.....	81
24. Uji keberartian regresi X_1 - Y	85
25. Uji keberartian regresi X_2 - Y	86
26. Uji keberartian regresi X_3 - Y	87
27. Uji keberartian regresi X_{123} - Y	88
28. Data-data yang diperlukan untuk kontribusi	89
29. Tabel <i>Chi-Kuadrat</i> (X^2)	91
30. Tabel Distribusi F.....	92

DOKUMENTASI PENELITIAN

Gambar	Halaman
1. Alat Yang Digunakan Dalam Penelitian	94
2. Peneliti Dengan Seluruh Petugas Penelitian.....	94
3. Peneliti Memberi Pengarahan Kepada Petugas Penelitian	95
4. Peneliti Berdoa Bersama Petugas Penelitian	95
5. Seluruh Sampel Penelitian.....	96
6. Peneliti Dengan Seluruh Sampel Penelitian	96
7. Peneliti Memberi Pengarahan Kepada Sampel Penelitian	97
8. Peneliti Berdoa Bersama Sampel Penelitian	97
9. Petugas Penelitian Memimpin Pemanasan (Bagian Kepala).....	98
10. Petugas Penelitian Memimpin Pemanasan (Bagian Tangan).....	98
11. Petugas Penelitian Memimpin Pemanasan (Bagian Pinggang).....	99
12. Petugas Penelitian Memimpin Pemanasan (Bagian Kaki)	99
13. Pos 1 Tes Kelincahan	100
14. Sampel Bersiap Melakukan Tes Kelincahan	100
15. Sampel Bersiap Melakukan Tes Kelincahan	101
16. Sampel Melakukan Tes Kelincahan	101
17. Pos 2. Sampel Bersiap Melakukan Tes Kekuatan Otot Tungkai.....	102
18. Sampel Melakukan Tes Kekuatan Otot Tungkai.....	102
19. Sampel Melakukan Tes Kekuatan Otot Tungkai.....	103
20. Sampel Melakukan Tes Kekuatan Otot Tungkai.....	103
21. Sampel Melakukan Tes Kekuatan Otot Tungkai.....	104
22. Petugas Mencatat Hasil Tes Kekekuatan Otot Tungkai	104
23. Pos 3 Pengambilan Tes Koordinasi Mata Kaki.....	105
24. Sampel Melakukan Tes Koordinasi Mata Kaki.....	105
25. Sampel Melakukan Tes Koordinasi Mata Kaki.....	106
26. Sampel Bersiap Melakukan Tes Menggiring Bola.....	106
27. Sampel Melakukan Tes Menggiring Bola.....	107
28. Sampel Melakukan Tes Menggiring Bola.....	107
29. Sampel Melakukan Tes Menggiring Bola.....	108
30. Sampel Melakukan Tes Menggiring Bola.....	108
31. Sampel Melakukan Tes Menggiring Bola.....	109
32. Petugas Pencatat Hasil Menggiring Bola	109
33. Peneliti Bersama Seluruh Petugas Penelitian Serta Sampel Penelitian.....	110