

**HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN DAN KESEIMBANGAN
DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA
PERMAINAN SEPAKBOLA MURID SDN 91
TIROANG KABUPATEN PINRANG**

Oleh : Muh. Ikhsan

Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar, 2019

ABSTRAK

Muh. Ikhsan. 2019. Hubungan antara Kelincahan dan Keseimbangan dengan Kemampuan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Murid SDN 91 Tiroang Kabupaten Pinrang. Skripsi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang hubungan antara kelincahan dan keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SDN 91 Tiroang Kabupaten Pinrang.

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan rancangan korelasional. Populasi terjangkau adalah murid kelas V dan VI SDN 91 Tiroang Kabupaten Pinrang. Penentuan sampel dengan menggunakan sampel jenuh. Sampel yang digunakan berjumlah 40 orang murid putra. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi tunggal (r) dan korelasi ganda (R) pada taraf signifikan 95%.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa (1) Ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SDN 91 Tiroang Kabupaten Pinrang, terbukti r hitung (r_o) = 0,809 ($p < 0,05$). (2) Ada hubungan yang signifikan antara keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SDN 91 Tiroang Kabupaten Pinrang, terbukti r hitung (r_o) = 0,643 ($p < 0,05$). (3) Ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dan keseimbangan secara bersama-sama dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SDN 91 Tiroang Kabupaten Pinrang terbukti R hitung (R_o) = 0,815 ($p < 0,05$)

PENDAHULUAN

Pemassalan dan pembinaan merupakan satu proses yang saling berkaitan dan saling menunjang, dengan tujuan untuk memperkuat dasar dan prestasi olahraga di Indonesia. Pemassalan dan pembinaan disini, bukanlah berarti banyaknya atau ramainya kegiatan sepakbola, akan tetapi kegiatan yang berkesinambungan secara terus menerus, sehingga tidak terjadi kevakuman akan bibit-bibit pemain dimasa yang akan datang. Sedangkan yang melaksanakan pembinaan pada cabang olahraga sepakbola adalah; mereka para pembina yang meliputi pelatih dan guru pendidikan jasmani di sekolah-sekolah. Dalam hubungannya, tugas sebagai seorang pelatih dan guru pendidikan jasmani adalah memperkaya diri dengan berbagai bentuk latihan atau metode mengajar yang telah dikuasainya, dengan tujuan untuk menyempurnakan metode lama yang tidak efisien lagi untuk dipergunakan. Kekeliruan yang dilakukan oleh para pelatih dan guru pendidikan jasmani dalam penyajian atau memilih bentuk-bentuk latihan, akan memberikan kesukaran dalam memperbaiki kebiasaan yang kurang tepat atau salah.

Dalam dunia pendidikan, pendidikan jasmani bersama-sama dengan mata pelajaran lain yang diajarkan di sekolah memiliki tujuan mendukung tercapainya tujuan pendidikan nasional, yaitu: mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia seutuhnya, yaitu manusia yang beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa, berbudi pekerti luhur, memiliki pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang baik dan mandiri,

serta rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan.

Salah satu dari tujuan pendidikan nasional tersebut adalah memiliki pengetahuan dan keterampilan. Dalam dunia olahraga keterampilan yang diharapkan adalah mengarah pada pengembangan prestasi olahraga, sehingga murid dapat mengembangkan bakat yang dimiliki untuk dapat berprestasi pada cabang olahraga yang digelutinya. Prestasi murid akan didapat melalui pembinaan prestasi yang dilakukan sedini mungkin, prestasi tidak akan datang dengan sendirinya melainkan dengan perencanaan yang matang dan membutuhkan waktu yang lama karena atlet itu tidak dilahirkan, melainkan harus dilatih sedini mungkin. Soekarman (1989:11) mengatakan bahwa salah satu pendapat yang salah dalam olahraga adalah kata-kata yang mengatakan bahwa atlet itu dilahirkan, ini merupakan suatu kesalahan, sebab atlet itu harus dibina dan ditempa sedini mungkin. Dalam mempersiapkan serta melatih para atlet diperlukan kerjasama dari berbagai pihak serta perencanaan yang matang dan pelaksanaan yang intensif. Selanjutnya Wiranto Arismunandar (1997:6) mengatakan bahwa olahragawan hendaknya memiliki ciri-ciri sebagai manusia yang mendapat manfaat dari setiap kegiatan olahraga. Oleh karena itu, para atlet harus mendapatkan pengetahuan yang cukup tentang makna dan manfaat dari setiap kegiatan yang dilakukan terutama dalam pelatihan dan pertandingan.

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang sangat populer dan digemari oleh seluruh lapisan masyarakat Indonesia, baik di kota-kota maupun di desa-desa. Perkembangan

sepakbola di Indonesia semakin pesat, sehingga tidak hanya laki-laki yang bermain sepakbola, bahkan sekarang sepakbola juga dimainkan oleh kaum wanita. Dalam rangka memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat, sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang diprioritaskan untuk dibina. Untuk mendukung kegiatan sepakbola, maka para ahli sepakbola sepakat bahwa faktor penting dan berpengaruh serta dibutuhkan dalam permainan sepakbola adalah teknik dasar bermain sepakbola, yang harus dikuasai oleh murid .

Teknik dasar permainan sepakbola menentukan sampai dimana seseorang murid dapat meningkatkan mutu permainannya. Penguasaan teknik dasar yang baik dan sempurna dapat mendukung murid dalam melaksanakan taktik permainan dengan mudah, sehingga murid tersebut mempunyai kepercayaan pada diri sendiri, dan setiap pengolahan bola yang dilakukan tidak banyak membuang tenaga, sehingga dapat dilakukan dengan efisien.

Sepakbola dimainkan oleh dua regu, dan setiap regu terdiri dari sebelas orang, sehingga dinamakan “keseblasan”. Kesebelasan dapat bermain dengan baik, jika setiap pemainnya memiliki keterampilan/kemampuan yang dapat menunjang keberhasilan bermain sepakbola, seperti penguasaan teknik dasar dan taktik permainan. Teknik dasar dalam permainan sepakbola meliputi teknik menendang, menggiring bola, teknik menyetop, teknik menyundul, teknik menangkap bola (sebagai penjaga gawang), teknik melempar (*throw-in*), dan teknik mengumpan. Dari berbagai elemen teknik dasar yang digunakan dalam permainan sepakbola, menggiring bola

adalah salah satu teknik yang sangat penting dalam permainan.

Pemain sepakbola harus mahir menggiring bola dengan berbagai macam cara, sebab menggiring bola merupakan keterampilan/kemampuan khas dalam permainan sepakbola. Menggiring bola merupakan salah satu aspek teknik penting dalam permainan sepakbola, hal ini tercermin dari peluang yang tercipta ke gawang lawan. Kemampuan menggiring bola yang secara terarah pada saat melakukan serangan sangat penting, artinya dalam permainan sepakbola apabila lawan bermain dengan sistem bertahan. Pola permainan bertahan tersebut dapat diterobos dengan kemampuan menggiring bola untuk melewati lawan dalam menciptakan satu peluang gol ke gawang lawan. Oleh karena itu, semua pemain, baik pemain depan, pemain tengah, dan pemain belakang harus mahir dalam hal menggiring bola dengan berbagai cara menurut kebutuhan.

Permainan sepakbola memerlukan kerjasama tim, namun keterampilan/kemampuan individu sangat dibutuhkan untuk bisa menguasai jalannya permainan. Pada saat menguasai bola, pemain harus dapat menggiring bola melewati pemain lawan atau mengoper bola. Menggiring bola memerlukan kelincahan dan keseimbangan, agar dapat meninggalkan lawan di belakang. Ketika seseorang menguasai bola, lawan selalu menghadap ke arah orang yang sedang menggiring bola, dan selalu berusaha untuk merebut bola tersebut, sehingga ruang dan waktu sangatlah sempit, dan bahkan hanya sepersekian detik untuk dapat melewati lawan, dalam waktu dan ruang terbatas itulah, pemain sepakbola harus mampu memanfaatkan kelincahan

dan keseimbangan dalam menggiring bola untuk membelokkan atau berbalik arah bersama bola, serta kemampuan untuk menaklukkan lawan atau mengumpan bola ke arah pemain setimnya.

Kondisi fisik yang prima akan menghasilkan kemampuan mobilitas gerak yang tinggi, sehingga murid dapat berlari dengan cepat. Kondisi fisik secara spesifik disesuaikan dengan tuntutan yang diperlukan untuk menampilkan keterampilan teknik-teknik bermain sepakbola, agar mampu melakukan gerakan-gerakan teknik secara maksimal dalam bermain sepakbola. Kelincahan dan keseimbangan adalah kondisi fisik yang menjadi kebutuhan utama untuk menampilkan gerak teknik dasar menggiring bola dalam permainan sepakbola. Pada saat menggiring bola, pemain senantiasa dituntut untuk memanfaatkan ruang dan waktu dengan memaksimalkan kelincahan dan keseimbangan agar dapat melewati lawan. Gerakan-gerakan yang dilakukan pada saat menggiring bola memerlukan kelincahan dan keseimbangan gerakan agar tidak mudah terjatuh.

Sekolah merupakan tempat murid dibimbing dan dilatih agar dapat memiliki mental, fisik yang kuat, terampil dan cekatan. Cabang olahraga sepakbola diperkenalkan sedini mungkin di sekolah-sekolah terutama di sekolah dasar untuk mengembangkan prestasi dimasa yang akan datang. Cabang olahraga sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang langsung menyentuh kepada masyarakat luas, olahraga sepakbola sangat digemari dan dijadikan olahraga idola oleh murid SDN 91 Tiroang Kabupaten Pinrang, khususnya murid laki-laki. Terbukti ketika murid-murid tersebut

di jam istirahat atau di pelajaran penjas dimulai, maka minat murid tersebut untuk bermain bola sangat tinggi, akan tetapi fakta yang ada di sekolah ini minim dalam prestasi pada cabang olahraga sepakbola, karena kemampuan menggiring bola sangat kurang, padahal sarana dan prasarana cukup mendukung.

TINJAUAN PUSTAKA

Tinjauan pustaka merupakan kerangka acuan atau sebagai landasan teori yang erat kaitannya dengan permasalahan dalam suatu penelitian. Teori-teori yang dikemukakan diharapkan dapat menunjang penyusunan kerangka berpikir yang merupakan dasar dalam merumuskan hipotesis sebagai jawaban sementara terhadap permasalahan dalam penelitian ini.

1. Kemampuan Menggiring bola pada Permainan Sepakbola

A. Sarumpaet, (1992: 5) mengatakan bahwa sepakbola merupakan permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari sebelas (11) orang pemain, yang lazim disebut kesebelasan. Masing-masing regu atau kesebelasan berusaha memasukan bola sebanyak-banyaknya ke dalam gawang lawan dan mempertahankan gawangnya sendiri agar tidak kemasukan. Agar peraturan-peraturan permainan ditaati oleh pemain pada saat permainan atau pertandingan berlangsung maka ada wasit dan hakim garis yang memimpin atau mengawasi pertandingan tersebut. Setiap pelanggaran yang dilakukan oleh pemain ada sanksinya (hukumnya), oleh karena itu, kedua kesebelasan diharapkan bermain sebaik mungkin serta memelihara sportifitas.

Permainan sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang dalam

pelaksanaannya memakan waktu satu setengah jam atau 2 x 45 menit. Selama waktu satu setengah jam itu pemain dituntut untuk senantiasa bergerak atau melakukan berbagai jenis gerakan seperti , berlari sambil menggiring bola, berlari kemudian berhenti tiba-tiba, berlari sambil berbelok arah, menendang bola, melompat, meluncur (*sleding*), beradu badan dan terkadang bertabrakan dengan pemain lawan dalam kecepatan tinggi.

Untuk itu, agar seseorang dapat bermain sepakbola dengan baik, maka disamping harus didukung dengan kemampuan fisiknya yang memadai, perlu pula mengenal dan menguasai teknik-teknik dasar permainan sepakbola itu sendiri.

Menurut Sukatamsi (1994:12). Permainan sepakbola adalah cabang olahraga permainan beregu atau permainan tim, maka suatu kesebelasan yang baik, kuat, tangguh adalah kesebelasan yang terdiri atas pemain-pemain yang mampu menyelenggarakan permainan yang kompak, artinya mempunyai kerja sama tim yang baik. Untuk mencapai kerja sama tim yang baik diperlukan pemain-pemain yang dapat menguasai semua bagian-bagian dan macam-macam teknik dasar dan keterampilan/kemampuan bermain sepakbola, sehingga dapat memainkan bola dalam segala posisi dan situasi dengan cepat, tepat dan cermat, artinya tidak membuang-buang energi atau waktu.

Teknik dasar merupakan salah satu pondasi bagi seseorang pemain untuk dapat bermain. Sepakbola. Menurut Sarumpaet (1992: 17) teknik dasar adalah semua kegiatan yang mendasari sehingga dengan modal sedemikian itu sudah dapat bermain sepakbola. Untuk meningkatkan mutu permainan ke arah prestasi, maka

masalah teknik dasar merupakan persyaratan yang menentukan. Dengan demikian seorang pemain sepakbola yang tidak menguasai teknik dasar dan keterampilan bermain sepakbola tidaklah mungkin akan menjadi pemain yang baik dan berkualitas. Semua pemain sepakbola harus menguasai teknik dasar dan keterampilan bermain sepakbola, karena orang akan menilai sampai dimana teknik dan keterampilan para murid.

Oleh karena itu, tanpa menguasai teknik dasar dan keterampilan bermain sepakbola dengan baik, maka untuk selanjutnya tidak akan dapat melakukan prinsip-prinsip bermain sepakbola, tidak dapat melakukan pola-pola permainan atau pengembangan taktik modern, dan tidak akan dapat pula membaca permainan lawan.

Menggiring bola merupakan salah satu dari beberapa teknik dasar yang terpenting dalam permainan sepakbola dan mutlak harus dikuasai oleh seorang pemain/murid. Hal ini dapat diamati dalam suatu pertandingan sepakbola, apabila terdapat dua kesebelasan yang sedang bertanding, maka kesebelasan yang pemainnya memiliki kemampuan menggiring bola yang baik akan memungkinkan untuk memenangkan pertandingan tersebut.

Menggiring bola atau membawa bola dapat diartikan sebagai mengolah bola dengan menggunakan kaki sambil berlari dengan bola tetap dalam penguasaan. Hal tersebut sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh Ilyas Haddade dan Ismail Tola (1991:50) bahwa: *Dribbling* atau menggiring bola adalah membawa bola didalam kontrol sambil berlari, bola tetap dalam penguasaan (bola selalu berada dekat kaki) dan dalam

penguasaan untuk dimainkan. Oleh karena itu, sehingga dapat dikatakan bahwa menggiring bola adalah merupakan suatu cara membawa bola dengan menggunakan kaki yang bertujuan agar bola yang akan ditendang ke gawang lawan lebih dekat.

Selanjutnya Remmy Muhtar (1992:42) mengemukakan bahwa: Menggiring bola dapat diartikan sebagai seni menggunakan kaki dalam menyentuh atau menggulingkan bola terus-menerus ditanah sambil berlari. Sedangkan Abd. Adib Rani (1992:27) mengatakan bahwa: Menggiring bola adalah istilah sepakbola untuk lari dengan bola.

Berdasarkan beberapa pengertian menggiring bola yang telah dikemukakan, maka dapat disimpulkan bahwa menggiring bola adalah membawa bola dengan menggunakan kaki secara berlari dengan berbagai macam teknik sentuhan kaki dengan bola yang bertujuan untuk melewati lawan atau untuk mendapatkan posisi yang tepat guna dapat melakukan gerakan selanjutnya, seperti passing atau menendang bola ke gawang lawan.

Menggiring bola hanya dilakukan pada saat-saat yang menguntungkan saja, yaitu bebas dari lawan. Aip Syarifuddin dan Muhadi (1992:151) mengatakan bahwa : Pada waktu menggiring bola setiap pemain harus dapat bertindak dengan cepat dan tepat, serta menggunakan berbagai variasi seperti mengubah arah, berhenti dengan tiba-tiba, maupun melakukan gerakan kecepatan secara baik-baik.

Kelincahan juga merupakan salah satu komponen kesegaran jasmani yang sangat diperlukan pada semua aktivitas yang membutuhkan kecepatan perubahan posisi tubuh dan bagian-bagiannya. Disamping itu, kelincahan merupakan

prasyarat untuk mempelajari dan memperbaiki keterampilan gerak dan teknik olahraga, terutama gerakan-gerakan yang membutuhkan koordinasi gerak. Atlet/murid yang memiliki kelincahan harus memiliki kemampuan bergerak secepatnya dari satu titik ketitik lainnya, kemudian secara tiba-tiba mengubah arah gerakan, menghindari atau mengelilingi objek secepatnya memerlukan kelincahan.

Sehubungan dengan hal tersebut di atas, Kirkendall, Gruber dan Johson (1987:41) mengemukakan bahwa:

Kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara cepat dan tepat, perubahan-perubahan tadi harus dikerjakan dengan tanpa kehilangan keseimbangan. Dari batasan ini terdapat tiga hal yang menjadi karakteristik kelincahan yaitu : perubahan arah lari, perubahan posisi tubuh dan perubahan arah bagian-bagian tubuhnya.

Menurut Rani (1992:43) mengemukakan beberapa faktor yang turut menentukan baiknya kelincahan antara lain:

1. *Speed of reaction* (kecepatan beraksi terhadap rangsangan)
2. Baik tidaknya beradaptasi terhadap kondisi yangberbedabeda
3. Kemampuan *self control* (koreksi diri sendiri)
4. Kemampuan berorientasi terhadap problem yang dihadapi
5. Kemampuan mengatur keseimbangan tubuh

6. Baik tidaknya pengaturan koordinasi gerakan-gerakan badan yang continue dan berganda rekannya
7. Kemampuan mengatasi rintangan-rintangan baik dari lawan maupun dari keadaan alam sekitarnya
8. Kecakapan yang bersifat menekan atau mengeram gerakan-gerakan motorik

Suharno (1985: 32) menyatakan kelincahan adalah kemampuan dari seseorang untuk merubah arah dan posisi secepat mungkin sesuai dengan situasi yang dihadapi dan dikehendaki. Sedangkan Harsono (1988: 172) berpendapat bahwa kelincahan merupakan kemampuan untuk merubah arah dan posisi tubuh dengan tepat pada waktu sedang bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya.

Dari batasan di atas menunjukkan kesamaan konseptual sehingga dapat diambil suatu pengertian tentang kelincahan. Adapun yang dimaksudkan dengan kelincahan adalah kemampuan untuk bergerak mengubah arah dan posisi dengan cepat dan tepat tanpa kehilangan keseimbangan sehingga memberikan kemungkinan seseorang untuk melakukan gerakan ke arah yang berlawanan dan mengatasi situasi yang dihadapi lebih cepat dan lebih efisien.

Kelincahan sangat penting terutama pada olahraga beregu dan memerlukan ketangkasan, khususnya sepakbola. Suharno (1985: 33) mengatakan kegunaan kelincahan adalah untuk mengkoordinasikan gerakan-gerakan berganda atau stimulan, mempermudah

penguasaan teknik-teknik tinggi, gerakan-gerakan efisien, efektif, dan ekonomis serta mempermudah orientasi terhadap lawan dan lingkungan.

Keseimbangan

Keseimbangan merupakan kemampuan seseorang mempertahankan sistem tubuh baik dalam posisi statis maupun dalam posisi bergerak dinamis, yang mana keseimbangan merupakan hal yang sangat penting didalam melakukan suatu gerakan, karena dengan keseimbangan yang baik, maka seseorang mampu mengkoordinasikan gerakan-gerakan dan dalam beberapa ketangkasan, seperti yang dikemukakan oleh Harsono (1988:224) bahwa “Keseimbangan berhubungan dengan koordinasi dari, dan dalam beberapa keterampilan, juga dengan agilitas”. Dengan demikian untuk menjaga keseimbangan dalam melakukan kegiatan jasmani, maka gerakan-gerakan yang dilakukan perlu dikordinasikan dengan baik sebagai usaha untuk mengontrol semua gerakan.

Menurut Sajoto (1988:58) tentang kemampuan menguasai letak titik berat badan yang lebih dikenal dengan istilah keseimbangan bahwa: keseimbangan atau *balance* adalah kemampuan seseorang mengendalikan organ-organ syaraf ototnya selama melakukan gerakan-gerakan yang cepat dengan perubahan letak titik berat badan yang cepat pula, baik dalam keadaan statis maupun dalam keadaan gerak dinamis. Lebih lanjut Harsono (1988:223) mengemukakan bahwa sistem *neuromuscular* kita dalam kondisi statis, atau mengontrol sistem *neuromuscular* tersebut dalam suatu posisi atau sikap yang efisien selagi kita bergerak.

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

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

Rahantoknam (1988:36) mendefinisikan keseimbangan atau *balance* diartikan sebagai kemampuan untuk mempertahankan sistem *neuromuscular* tubuh dalam kondisi statis, atau mengontrol sistem *neuromuscular* dalam suatu posisi atau sikap yang efisien sementara bergerak.

METODE PENELITIAN

Metode merupakan cara atau teknik yang dipergunakan untuk mencari pembuktian secara ilmiah yang dilakukan secara sistematis untuk mengungkapkan dan memberikan jawaban atas permasalahan yang dikemukakan dalam suatu penelitian. Arah dan tujuan pengungkapan fakta atau kebenaran disesuaikan dengan yang ditemukan dalam penelitian untuk mencapai tujuan yang diharapkan

Hal-hal yang dapat diketahui dari desain penelitian tersebut adalah memberikan gambaran bahwa pelaksanaan penelitian berbentuk deskriptif. Penelitian akan mengungkap hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola, hubungan antara keseimbangan

dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola, serta hubungan antara kelincahan dan keseimbangan secara bersama-sama dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

Defenisi Operasional Variabel

Agar lebih terarah pelaksanaan pengumpulan data penelitian, maka perlu diberi batasan atau defenisi operasional tiap variabel yang terlibat.

1. Kelincahan yang dimaksud adalah kemampuan fisik seseorang di dalam melakukan kegiatan olahraga dengan gerakan-gerakan cepat dan mampu mengubah arah tanpa kehilangan keseimbangan. Tes yang digunakan dalam kelincahan adalah tes lari hilir mudik (*shuttle run test*) 4 x 10 meter.
2. Keseimbangan yang dimaksud adalah kemampuan tubuh mempertahankan keseimbangan sambil bergerak, melangkah dan sebelum melangkah harus mempertahankan keseimbangan selama lima detik dengan mengangkat salah satu kaki setinggi lutut (jinjit) melalui *modified bass test of dynamic balance*.
3. Kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola yang dimaksud adalah kemampuan seseorang dalam mengolah atau mengendalikan bola sambil berlari secepat mungkin dengan melalui atau melewati beberapa rintangan atau tiang yang telah ditentukan sebelumnya.

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan individu atau obyek yang ingin diteliti. Olehnya itu, yang menjadi populasi terjangkau dalam penelitian ini adalah murid putra kelas V dan VI SDN 91

Tiroang Kabupaten Pinrang yang berjumlah 40 orang putra.

2. Sampel

Suharsimi Arikunto (1996 : 177), bahwa: “sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti”. Alasan dari penggunaan sampel adalah keterbatasan waktu, tenaga, dan banyaknya populasi.

Berdasarkan pengertian tersebut, maka sampel yang diambil atau digunakan dalam penelitian ini adalah murid putra kelas V dan VI SDN 91 Tiroang Kabupaten Pinrang sebanyak 40 orang murid dengan menggunakan sampel populasi (sampel jenuh).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Dalam bagian ini akan dikemukakan penyajian hasil data dan pembahasan. Penyajian hasil data meliputi analisis statistik deskriptif dan inferensial. Kemudian dilakukan pembahasan hasil analisis dan kaitannya dengan teori yang mendasari penelitian ini untuk memberi interpretasi dari hasil analisis data.

1. Penyajian Hasil Analisis Data

Dalam hasil data kelincahan dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola murid SDN 91 Tiroang Kabupaten Pinrang akan dianalisis dengan teknik statistik deskriptif dan statistik inferensial. Analisis data secara deskriptif dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran umum dan meliputi rata-rata, standar deviasi, varians, data maksimum dan minimum, range, tabel frekuensi berupa grafik. Sedangkan untuk uji hipotesis menggunakan uji regresi. Secara terperinci akan dijelaskan sebagai berikut:

a. Analisis Deskriptif

Analisis data deskriptif dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran umum data penelitian. Analisis deskriptif dilakukan terhadap data kelincahan, dan keseimbangan dan kemampuan menggiring bola. Deskripsi data dimaksudkan untuk dapat menafsirkan dan memberi makna tentang data setiap variabel tersebut secara berturut-turut sebagai berikut ini :

Tabel 4.1. Rangkuman hasil analisis deskriptif

Variabel	N	Rata-rata	S.D	Range	Min	Max	Sum
Kelincahan	40	13,88	0,51	2	13,02	15,08	555,30
Keseimbangan	40	65,43	7,21	27	52	79	2617
Kemampuan menggiring bola.	40	21,27	3,09	13,56	16,45	30,01	850,85

b. Uji Normalitas Data

Peneliti dalam menguji normalitas data menggunakan uji Kolmogorov smirnov test. Hasil uji normalitas data dapat dilihat pada tabel 4.2 di bawah ini :

Tabel 4.2. Rangkuman hasil uji normalitas data.

Variabel	n	KS-Z	Prob	Sig	Ket
Kelincahan	40	0,659	0,777	0,000	Normal
Keseimbangan	40	0,832	0,493	0,000	Normal
Menggiring bola	40	0,876	0,427	0,000	Normal

c. Analisis Regresi

Berdasarkan pada desain penelitian ini pada bab tiga, bahwa akan mengungkap lebih dari satu variabel bebas, sehingga peneliti menggunakan analisis regresi. Dalam analisis ini juga akan dapat diketahui berapa nilai hubungan setiap variabel, yakni X dengan Y. Secara bertahap analisis regresi ganda ini akan dijelaskan secara terperinci.

PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

1. Hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola murid SDN 91 Tiroang Kabupaten Pinrang.

Dari hasil pengujian hipotesis pertama ditemukan bahwa kelincahan memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan menggiring bola. Berdasarkan hasil perhitungan nilai koefisien korelasi 0,809 yang dijelaskan melalui persamaan regresi $\hat{Y} = 4,272 + 0,916X_1$. Temuan ini memberikan makna bahwa semakin bagus kelincahan semakin baik pula kemampuan menggiring bola, sebaliknya semakin rendah kelincahan maka kemampuan menggiring bola juga kurang baik.

Kelincahan adalah kemampuan untuk bergerak mengubah arah dan posisi dengan cepat dan tepat sehingga memberikan kemungkinan seseorang untuk melakukan gerakan ke arah yang berlawanan, dan mengatasi situasi yang dihadapi lebih cepat dan lebih efisien dalam hal perubahan arah lari, perubahan posisi tubuh tanpa kehilangan keseimbangan.

Kelincahan dibutuhkan bagi murid yang sedang menggiring bola, yaitu agar murid sanggup merubah arah berkelok-kelok atau berbalik untuk menghindari lawan yang berusaha merebut bola. Untuk itu, pemain yang menggiring bola dituntut menggunakan kelincahannya untuk menghindari lawan atau mengamankan bola ataupun melewati pemain lawan. Kelincahan juga sangat dibutuhkan oleh pemain sepakbola dalam menggiring bola, karena dalam bermain sepakbola gerakan-gerakannya banyak membutuhkan gerakan

merubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat.

2. Hubungan antara keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola murid SDN 91 Tiroang Kabupaten Pinrang.

Dari hasil pengujian hipotesis kedua ditemukan bahwa keseimbangan memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan menggiring bola. Berdasarkan hasil perhitungan nilai koefisien korelasi sebesar 0,643 yang dijelaskan melalui persamaan regresi $\hat{Y} = 90,643 + 0,810X_2$. Temuan ini memberikan makna bahwa semakin baik keseimbangan semakin baik pula kemampuan menggiring bola, sebaliknya semakin rendah keseimbangan maka kemampuan menggiring bola juga kurang baik.

Keseimbangan adalah kemampuan seseorang mengendalikan organ-organ syaraf ototnya selama melakukan gerakan-gerakan cepat dengan perubahan letak titik berat badan baik dalam posisi statis maupun dalam posisi dinamis.

Keseimbangan dibutuhkan pada saat pemain melakukan gerakan cepat seperti menggiring bola sambil berlari, berbalik dan berkelok-kelok melewati lawan agar tidak mudah terjatuh apabila diganggu oleh lawan.

3. Hubungan antara kelincahan dan keseimbangan secara bersama-sama dengan kemampuan menggiring bola murid SDN 91 Tiroang Kabupaten Pinrang.

Dari hasil pengujian hipotesis ketiga ditemukan bahwa kelincahan dan keseimbangan secara bersama-sama

memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan menggiring bola. Berdasarkan hasil perhitungan nilai koefisien korelasi sebesar 0,815 yang dijelaskan melalui persamaan regresi $\hat{Y} = 18,025 + 0,790X_1 - 0,148 X_2$. Hasil ini semakin memperkuat hasil pengujian hipotesis pertama dan kedua. Dengan demikian kelincahan dan keseimbangan dapat menjadi prediktor yang baik bagi kemampuan menggiring bola. Artinya bahwa semakin baik kelincahan dan keseimbangan semakin baik pula kemampuan menggiring bola, sebaliknya semakin rendah kelincahan dan keseimbangan, maka kemampuan menggiring bola juga kurang baik.

Rangkaian gerak yang terkoordinasi diperlukan jika seorang melakukan *dribbling* sambil berlari dalam permainan sepakbola sehingga harus melakukan gerakan spesifik yang berkelanjutan dengan cepat. Gerak harus seirama dan berurutan supaya terkoordinasi.

Kelincahan adalah kemampuan untuk bergerak mengubah arah dan posisi dengan cepat dan tepat sehingga memberikan kemungkinan seseorang untuk melakukan gerakan ke arah yang berlawanan, dan mengatasi situasi yang dihadapi lebih cepat dan lebih efisien dalam hal perubahan arah lari, perubahan posisi tubuh tanpa kehilangan keseimbangan.

Kelincahan dibutuhkan bagi murid yang sedang menggiring bola, yaitu agar pemain sanggup merubah arah berkelok-kelok atau berbalik untuk menghindari lawan yang berusaha merebut bola. Untuk itu, pemain yang menggiring bola dituntut menggunakan kelincahannya untuk

menghindari lawan atau mengamankan bola ataupun melewati pemain lawan. Kelincahan juga sangat dibutuhkan oleh pemain sepakbola dalam menggiring bola, karena dalam bermain sepakbola gerakan-geraknya banyak membutuhkan gerakan merubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat.

Keseimbangan adalah kemampuan seseorang mengendalikan organ-organ syaraf ototnya selama melakukan gerakan-gerakan cepat dengan perubahan letak titik berat badan baik dalam posisi statis maupun dalam posisi dinamis. Keseimbangan dibutuhkan pada saat pemain melakukan gerakan cepat seperti menggiring bola sambil berlari, berbalik dan berkelok-kelok melewati lawan agar tidak mudah terjatuh apabila diganggu oleh lawan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

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

1. Ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola murid SDN 91 Tiroang Kabupaten Pinrang.
2. Ada hubungan yang signifikan antara keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola murid SDN 91 Tiroang Kabupaten Pinrang.
3. Ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dan keseimbangan secara bersama-sama dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan

sepakbola murid SDN 91 Tiroang Kabupaten Pinrang.

Saran - saran

1. Diharapkan kepada pelatih, pembina dan guru penjas dapat mengetahui peranan komponen kondisi fisik dalam hal ini kelincahan dan keseimbangan guna mendapat perhatian dalam melatih/mengajar kemampuan gerak khususnya gerakan menggiring bola dalam permainan sepakbola .
2. Diharapkan agar dalam proses belajar/latihan menggiring bola murid SDN 91 Tiroang Kabupaten Pinrang, kiranya memperhatikan dan meningkatkan kemampuan komponen kondisi fisik yakni kelincahan dan keseimbangan secara optimal, selain latihan teknik gerakan menggiring bola.
3. Diharapkan pada penelitian yang akan datang, khususnya penelitian yang relevan dengan penelitian ini, disarankan menggunakan sampel yang lebih besar untuk kesempurnaan, agar hasil yang dicapai lebih akurat lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- A Sarumpaet. Dkk. 1992. *Permainan Besar*. Jakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Dirjen Pendidikan Tinggi.
- Arikunto Suharmi, 1992. *Prosedur Penelitian; Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Ateng Abdulkadir. 1992. *Asas dan Landasarn Pendidikan Jasmani*. Jakarta Dirjen Dikti.
- Bompa . Tudor O. 1983. *Theory and Methodology of Training*. Dubuque, Iowa: Kendall/ Hunt Publishing.
- Haddade Ilyas dan Ismail Tola. 1991. *Penuntun Mengajar dan Melatih Sepakbola*. Ujung Pandang; FPOK IKIP.
- Halim Nur Ichsan. 1992. *Tes dan Pengukuran Kesegaran Jasmani*. Badan Penerbit UNM Makassar.
- Harsono. 1998. *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologi dalam Coaching*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti.
- Johnson, B.L dan J.K Nelson. 1986. *Practical Measurement For Evaluation In Physical Education*. New York: Macmillan Publishing Company.
- Kirkendall Don R., Grubber Joseph J., dan Jhonson Robert E., *Measurement and Evaluation For Physical Education*. Iowa: Wm. C. Brown Comp., Pub, 1980.
- Muchtar Remmy. 1992. *Olahraga Pilihan Sepakbola*. Jakarta: Depdikbud. Dirjen. Dikti P2LPTK
- Moeloek Dangsina dalam Suharjana Fredericus, *Proceeding Seminar Olahraga Nasional III dalam Rangka Dies Natalis FIK UNY*, 2010.

Rahantoknam. BE. 1988. *Belajar Motorik*. Jakarta: Depdikbud. Dirjen. Dikti.

Rani Adib. 1992. *Materi dan Evaluasi Mengajar Sepakbola*. Ujung Pandang: FPOK IKIP Ujung Pandang.

Rotella. Pate, dan McClenanghan, *Dasar-Dasar Ilmiah Kepeleatihan*, Terjemahan Kasiyo Dwijowinoto Semarang: IKIP Semarang Press, 1993.

Sajoto Mochamad. 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Jakarta: Depdikbud Dirjen. Dikti P2LPTK.

Soebroto Moch. 1979. *Tuntunan Mengajar Atletik*. Jakarta; Proyek Pemassalan dan Penerbitan Olahraga.

Soeharno, H.P. 1985. *Ilmu Kepeleatihan Olahraga*. Yogyakarta: Yayasan STO

Soekarman. 1987. *Dasar-Dasar Olahraga untuk Pembinaan Pelatih dan Atlet*. Jakarta: Intidayu Press.

Sudjana Nana. 1992. *Teknik Analisis Regresi dan Korelasi*. Jakarta: Tarsito.

Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.

Sukatamsi. 1994. *Materi Pokok Permainan Besar I (Sepakbola)*. Jakarta : Depdikbud.

Syarifuddin Aip. 1992. *Atletik*. Jakarta : Depdikbud. Dirjen. Dikti.

Usman. H dan Akbar. S. 1998. *Metodologi Penelitian Sosial*. Jakarta: Bumi Aksara.

<https://www.pakguruolahraga.blogspot.co.id>