

**HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN DAN KELINCAHAN TERHADAP
KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA SISWA USIA
14-15 TAHUN DI SEKOLAH SEPAKBOLA
BATURETNO BANTUL**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



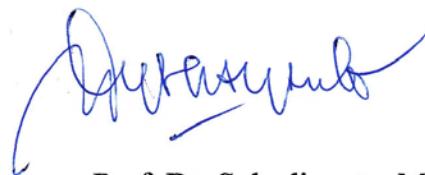
Oleh:
Agus Budianto
NIM.05602241052

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2012**

PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul “Hubungan Antara Kecepatan dan Kelincahan terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Usia 14-15 Tahun SSB Baturetno Bantul” yang disusun oleh Agus Budianto, NIM. 05602241052 telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, Februari 2012
Pembimbing



Prof. Dr. Sukadiyanto, M.Pd
NIP. 19611207 198702 1 001

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, Maret 2012

Yang Menyatakan,

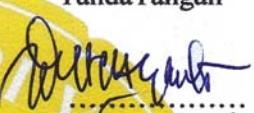


Agus Budianto
NIM. 05602241052

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul "Hubungan Antara Kecepatan dan Kelincahan terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Usia 14-15 Tahun SSB Baturetno Bantul" oleh Agus Budianto, NIM. 05602241052 telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, tanggal 5 April 2012 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Prof. Dr. Sukadiyanto	Ketua		29/4/12
Abdul Alim, M.Or	Sekretaris / Anggota II		29/4/12
Dr. FX. Sugiyanto	Anggota III		29/4/12
Subagyo Irianto, M.Pd	Anggota IV	

Yogyakarta, April 2012
Fakultas Ilmu Keolahragaan

Dekan,

Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.
NIP. 19600824 198601 1 001

MOTTO

- ❖ Hal mudah akan terasa sulit jika yang pertama dipikirkan adalah kata “SULIT”. Yakinlah bahwa kita memiliki kemampuan dan kekuatan untuk menjalaninya.
- ❖ Hidup adalah pilihan maka pilihlah jalan yang terbaik dan benar.
- ❖ Sukses tak akan datang bagi mereka yang hanya menunggu dan tak berbuat apa-apa, tapi sukses akan datang bagi mereka yang selalu berusaha mewujudkan mimpiinya.
- ❖ Seberat apapun kita rasa masalah yang kita hadapi, yakinlah bahwa semua diberikan sebatas kemampuan kita untuk menghadapinya. Dengan pemecahan yang bijaksana, kita akan mendapat pelajaran yang membuat kita lebih matang. Semua sebatas yang kita mampu.
- ❖ Ya Allah..., selama perjalanan hidupku tak jarang aku menjauh dari apa yang Engkau perintahkan. Satu yang hamba mohon, jangan pernah tinggalkan aku.

PERSEMBAHAN

Karya kecil ini kupersembahkan untuk:

- ❖ Kedua orang tuaku yang tercinta, yang dengan segenap jiwa raga selalu menyayangi, mencintai, mendo'akan, menjaga serta memberikan motivasi dan pengorbanan tak ternilai.
- ❖ Kakak-kakakku besertta suami dan istri terima kasih atas doa, kasih sayang dan dukungannya selama ini.
- ❖ Keponakan-Keponakanku tercinta, Guspa, Irwan, Lutfi, Riska, Tata, Nisa, Raul, Ibnu, Vicar, Sania, Faid, Aira semoga menjadi anak yang sholeh dan sholekhah dan berbakti kepada kedua orang tua.
- ❖ Segenap keluarga besar yang selalu memberikan motivasi, dukungan dan do'anya.
- ❖ Bunda Nia terima kasih atas motivasi dan kesabarannya yang selalu mendampingi dalam suka dan duka.
- ❖ Buat sahabatku Amri Hartanto, Agus Prayogi, Dudut Ariawan, Wanto, Edy, Hanif, Aswadi, Azizul, Andriawan M. Afifudin, Reza Irwansyah, Tri Haryanto, Hermawan dan semua sahabatku dimanapun kalian berada maaf tidak bisa disebutin nama satu persatu, terima kasih atas bantuannya selama ini, tanpa kalian aku tidak bisa seperti ini, maaf atas semua dosa yang disengaja ataupun tidak.
- ❖ Semua teman-temanku FIK PKO'05-08 dan teman-teman Tunas Muda terima kasih atas do'a dan dukungannya selama ini.
- ❖ Almamaterku PKO FIK UNY.

**HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN DAN KELINCAHAN TERHADAP
KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA SISWA USIA
14-15 TAHUN DI SEKOLAH SEPAKBOLA
BATURETNO BANTUL**

Oleh:
Agus Budianto
05602241052

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecepatan dan kelincahan terhadap keterampilan bermain sepakbola siswa usia 14-15 tahun di SSB Baturetno Bantul.

Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SSB Baturetno Bantul yang berjumlah 34 siswa. Sampel yang diambil dari hasil *purposive sampling* berjumlah 21 siswa. Instrumen yang digunakan adalah tes keterampilan bermain sepakbola dari David Lee yang dimodifikasi. Analisis data menggunakan uji regresi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara kecepatan dan kelincahan terhadap keterampilan bermain sepakbola pada siswa usia 14-15 tahun di SSB Baturetno Bantul. Hasil penelitian menunjukkan nilai r hitung sebesar 0.653 dengan nilai F hitung sebesar 6.696 lebih besar dari nilai F tabel dengan taraf signifikansi 5% dan derajat kebebasan 2;18 sebesar 3.555 maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecepatan dan kelincahan dengan keterampilan bermain sepakbola pada siswa usia 14-15 tahun di SSB Baturetno Bantul.

Kata kunci: siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno, keterampilan bermain sepakbola

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah s.w.t, karena atas kasih dan rahmat-Nya sehingga penyusunan Tugas Akhir Skripsi dengan judul “Hubungan Antara Kecepatan dan Kelincahan terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Usia 14-15 Tahun SSB Baturetno Bantul” dapat diselesaikan dengan lancar.

Selesainya penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini disampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk belajar di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Dra. Endang Rini Sukamti, M.S. selaku Ketua Jurusan PKL, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
4. Drs. Fauzi, M.Si. selaku Penasehat Akademik.
5. Prof. Dr. Sukadiyanto, M.Pd selaku Pembimbing skripsi, yang telah dengan ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Seluruh dosen dan staf jurusan PKO yang telah memberikan ilmu dan informasi yang bermanfaat.
7. Teman-teman PKO 2005, terima kasih kebersamaannya, maaf bila banyak salah.

8. Untuk almamaterku FIK UNY.
9. Kedua orang tuaku tercinta yang senantiasa mengirimkan doa untuk penulis.
10. Pelatih, pengurus dan atlet SSB Baturetno Bantul yang telah memberikan ijin dan telah membantu selama proses penelitian.
11. Semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Penulis menyadari bahwa Tugas Akhir ini masih sangat jauh dari sempurna, baik penyusunannya maupun penyajiannya disebabkan oleh keterbatasan pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki penulis. Oleh karena itu, segala bentuk masukan yang membangun sangat penulis harapkan baik itu dari segi metodologi maupun teori yang digunakan untuk perbaikan lebih lanjut. Semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya.

Yogyakarta, Januari 2012

Penulis,

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori	7
1. Hakikat Sepakbola	7
2. Kecepatan	11
3. Kelincahan	13
4. Keterampilan Sepakbola	20
5. Karakteristik Anak Usia 14-15 Tahun	21
6. Kondisi SSB Baturetno Bantul	24
B. Penelitian yang Relevan	26
C. Kerangka Berpikir	28
D. Hipotesis Penelitian	30

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian	31
B. Definisi Operasional Variabel	32
C. Populasi dan Sampel Penelitian	33

D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	34
E. Teknik Analisis Data	40
1. Uji Prasyarat	40
2. Uji Hipotesis.....	42

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	44
1. Kecepatan Lari 50 Meter	45
2. Kelincahan	46
3. Keterampilan Bermain Sepakbola	47
B. Hasil Analisis Data.....	48
1. Uji Prasyarat	48
2. Uji Hipotesis	50
C. Pembahasan	54

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	57
B. Implikasi Hasil Penelitian	57
C. Keterbatasan Penelitian	57
D. Saran	58

DAFTAR PUSTAKA	54
-----------------------------	----

LAMPIRAN	61
-----------------------	----

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Skala Penilaian	37
Tabel 2. Data Hasil Penelitian	44
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kecepatan Lari 50 Meter Siswa Usia 14-15 Tahun SSB Baturetno Bantul	45
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kelincahan Siswa Usia 14-15 Tahun SSB Baturetno Bantul.....	46
Tabel 5. Skala Penilaian Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Usia 14-15 Tahun SSB Baturetno Bantul	47
Tabel 6. Rangkuman Hasil Uji Normalitas	49
Tabel 7. Ringkasan Hasil Uji Linieritas Hubungan	49
Tabel 8. Koefisien Korelasi Variabel Kecepatan Lari 50 Meter dan Kelincahan terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola	50
Tabel 9. Koefisien Korelasi antara Kecepatan Lari 50 Meter dan Keterampilan Bermain Sepakbola	51
Tabel 10. Koefisien Korelasi antara Kelincahan dan Keterampilan Bermain Sepakbola.....	53

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Desain Penelitian	31
Gambar 2. Tes Keterampilan Bermain Sepakbola	34
Gambar 3. Tes Lari 50 meter	38
Gambar 4. Tes <i>Shuttle Run</i>	39
Gambar 5. Grafik Kecepatan Lari 50 Meter Siswa Usia 14-15 Tahun SSB Baturetno Bantul	45
Gambar 6. Grafik Kelincahan Siswa Usia 14-15 Tahun SSB Baturetno Bantul	46
Gambar 7. Grafik Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Usia 14-15 Tahun SSB Baturetno Bantul.....	48

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Lampiran Sertifikat Peneraan	62
Lampiran 2. Lampiran Sertifikat Kalibrasi	63
Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian dari Fakultas	64
Lampiran 4. Surat Ijin Penelitian dari SSB Baturetno Bantul	65
Lampiran 5. Deskripsi Data Penelitian	67
Lampiran 6. Deskripsi Statistik Data Penelitian	71
Lampiran 7. Uji Normalitas	74
Lampiran 8. Uji Linieritas	75
Lampiran 9. Uji Korelasi	76
Lampiran 10. Uji Regresi	77
Lampiran 11. Tabel r pada $\alpha 5\%$	79
Lampiran 12. Tabel Distribusi F untuk Alpha 5%	80
Lampiran 13. Biodata Siswa Usia 14-15 Tahun SSB Baturetno Bantul Tahun 2012.....	81
Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian di SSB Baturetno Bantul	82

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepakbola merupakan olahraga paling populer di dunia dan permainan mendunia hampir semua negara di Eropa, America selatan, Asia, dan Afrika. Dikenal secara internasional sebagai "Soccer", olahraga ini seakan telah menjadi bahasa persatuan bagi berbagai bangsa sedunia dengan berbagai latar belakang sejarah dan budaya, sebagai alat pemersatu dunia yang sanggup melampaui batas-batas perbedaan politik, etnik dan agama.

Daya tarik sepakbola secara umum sebenarnya bukan lantaran olahraga ini mudah dimainkan, tetapi karena sepakbola lebih banyak menuntut keterampilan pemain dibandingkan olahraga lain. Dengan keterampilan yang dimilikinya, seorang pemain dituntut bermain bagus, mampu menghadapi tekanan-tekanan yang terjadi dalam pertandingan di atas lapangan dengan waktu yang terbatas, belum kelelahan fisik dan lawan tanding yang tangguh. Pengetahuan tentang taktik dan strategi karena sangat penting. Kesigapan pemain dalam mengambil keputusan harusnya diuji terus-menerus karena pemain dituntut memiliki kepekaan yang tinggi terhadap perubahan-perubahan situasi yang amat sering terjadi sepanjang permainan. Meskipun dalam permainan sepak bola tidak ditentukan berat atau ukuran pemain secara khusus, semua pemain harus memiliki tingkat kebugaran yang tinggi. Di lapangan, pemain dituntut berlari terus-menerus selama pertandingan berlangsung. Tantangan fisik dan mental yang dihadapi pemain benar-benar

luar biasa, keberhasilan tim dan individu dalam bermain pada akhirnya bergantung sepenuhnya pada kemampuan pemain dalam menghadapi tantangan-tantangan yang ada kemampuan demikian tentunya sangat perlu dikembangkan.

Permainan sepakbola modern saat ini telah mengalami banyak kemajuan, perubahan serta perkembangan yang pesat, baik dari segi kondisi fisik, teknik, taktik permainan maupun mental pemain itu sendiri. Kemajuan dan perkembangan tersebut dapat dilihat dalam siaran langsung pertandingan perebutan Piala Eropa, penyisihan Piala Dunia oleh tim-tim kesebelasan Eropa maupun Amerika Latin. Bagaimana permainan cepat dan teknik yang baik yang didukung oleh kemampuan individu yang menonjol dan kondisi fisik yang prima serta seni gerak telah pula ditampilkan. Permainan yang cepat dan teknik serta kondisi fisik yang baik itulah yang perlu dicontoh oleh persepakbolaan Indonesia agar dapat maju dan berkembang dengan baik. Tentunya harus diawali dengan latihan yang bagus, baik sasaran, materi maupun tujuan latihan. Adapun sasaran dan tujuan latihan secara garis besar, antara lain: (a) meningkatkan kualitas fisik dasar secara umum dan menyeluruh, (b) mengembangkan dan meningkatkan potensi fisik yang khusus, (c) menambah dan menyempurnakan teknik, (d) mengembangkan dan menyempurnakan strategi, taktik, dan pola bermain, dan (e) meningkatkan kualitas dan kemampuan psikis olahragawan dalam bertanding (Sukadiyanto, 2005: 9)

Unsur-unsur kondisi fisik yang perlu dilatih dan ditingkatkan sesuai dengan cabang olahraga masing-masing sesuai dengan kebutuhannya dalam permainan maupun pertandingan. Selain harus menguasai teknik dasar bermain sepakbola yang benar, pemain juga harus mempunyai kondisi fisik yang baik. Komponen kondisi fisik yang diperlukan, meliputi: kekuatan, daya tahan, daya ledak, kecepatan, kelentukan, keseimbangan, koordinasi, kelincahan, ketepatan dan reaksi (Sajoto, 1988: 57-59). Tiap-tiap cabang olahraga mempunyai sifat tertentu dan pesertanya harus memenuhi syarat-syarat tertentu. Seseorang pemain sepak bola harus memiliki dan menguasai teknik bermain yang baik terutama teknik dengan bola, yang diperlukan saat menyerang dan menguasai bola.

Kecepatan dan kelincahan dibutuhkan oleh seseorang pemain sepak bola dalam menghadapi situasi tertentu dan kondisi pertandingan yang menuntut unsur kecepatan dan kelincahan dalam bergerak untuk menguasai bola maupun dalam bertahan untuk menghindari benturan yang mungkin terjadi. Kecepatan dan kelincahan dapat dilatih secara bersama-sama, baik dengan bola maupun tanpa bola. Bagi seorang pemain sepakbola situasi yang berbeda-beda selalu dihadapi dalam setiap pertandingan, juga seorang pemain sepak bola menghendaki gerakan yang indah dan cepat sering dilakukan unsur kecepatan dan kelincahan.

Sekolah Sepakbola Baturetno Bantul merupakan salah satu dari sekian banyak sekolah sepakbola yang ada di Yogyakarta. Dari pengamatan peneliti pada saat PPL di SSB Baturetno Bantul, peneliti melihat kecepatan dan

kelincahan siswa cukup bagus, khususnya siswa usia 14-15 tahun, kemampuan menggiring bola pun cukup lumayan. Hal ini juga ditunjukkan dengan banyaknya prestasi yang didapat pada setiap pertandingan sepakbola. Prestasi yang didapat seperti juara II liga SSB KU 14-15 tahun se Kabupaten Bantul, juara I kompetisi pengcab Bantul usia 12-14 tahun, juara II turnamen Gelora Cup se DIY tahun 2010, dan juara I piala walikota Mojokerto se Jawa-Bali tahun 2011.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka peneliti akan melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan antara kecepatan dan kelincahan dengan keterampilan bermain sepakbola siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul”.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah yang telah diuraikan dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Kecepatan dan kelincahan merupakan faktor yang mempengaruhi keterampilan bermain sepakbola.
2. Perlu mengetahui kecepatan lari pada siswa usia 14-15 tahun di SSB Baturetno Bantul.
3. Perlu mengetahui kelincahan pada siswa usia 14-15 tahun di SSB Baturetno Bantul.
4. Perlu mengetahui hubungan antara kecepatan dan kelincahan pada siswa usia 14-15 tahun di SSB Baturetno Bantul.

5. Perlu mengetahui keterampilan bermain sepakbola siswa usia 14-15 tahun di SSB Baturetno Bantul.

C. Batasan Masalah

Dari identifikasi masalah yang ada perlu diberi batasan sesuai dengan tujuan agar terhindar dari penafsiran yang keliru terhadap masalah yang akan diteliti. Dalam penelitian ini permasalahan dibatasi pada "hubungan antara kecepatan dan kelincahan terhadap keterampilan bermain sepakbola pada siswa usia 14-15 tahun di SSB Baturetno Bantul".

D. Rumusan Masalah

Atas dasar latar belakang masalah, identifikasi masalah, serta pembatasan masalah seperti tersebut di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Adakah hubungan antara kecepatan terhadap keterampilan bermain sepakbola pada siswa usia 14-15 tahun di SSB Baturetno Bantul?
2. Adakah hubungan antara kelincahan terhadap keterampilan bermain sepakbola pada siswa usia 14-15 tahun di SSB Baturetno Bantul?
3. Adakah hubungan antara kecepatan dan kelincahan terhadap keterampilan bermain sepakbola pada siswa usia 14-15 tahun di SSB Baturetno Bantul?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui hubungan antara kecepatan terhadap keterampilan bermain sepakbola pada siswa usia 14-15 tahun di SSB Baturetno Bantul.
2. Untuk mengetahui hubungan antara kelincahan terhadap keterampilan bermain sepakbola pada siswa usia 14-15 tahun di SSB Baturetno Bantul.
3. Untuk mengetahui hubungan antara kecepatan dan kelincahan terhadap keterampilan bermain sepakbola pada siswa usia 14-15 tahun di SSB Baturetno Bantul.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Hasil yang didapat dari penelitian ini, diharapkan dapat memberikan sumbangsih dan manfaat, baik untuk atlet, pelatih, maupun pihak-pihak yang berkompeten dalam cabang olahraga sepakbola.
2. Menambah khasanah pengetahuan dan pertumbuhan penelitian dalam cabang olahraga sepakbola.
3. Untuk sekolah sepakbola (SSB) sebagai bahan masukan untuk bacaan dalam memperkaya pengetahuan sepakbola guna meningkatkan prestasi sepakbola di sekolah sepakbola Baturetno Bantul khususnya.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Sepakbola

a. Pengertian Sepakbola

Perkembangan olahraga di Indonesia dewasa ini semakin meningkat, khususnya sepakbola. Hal ini tidak lepas dari peran serta masyarakat yang semakin sadar dan mengerti akan arti pentingnya olahraga. Sepakbola merupakan permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari sebelas orang pemain, yang lazim disebut kesebelasan. Masing-masing regu berusaha untuk memasukkan bola sebanyak-banyaknya kegawang lawan dan mempertahankan gawangnya sendiri agar tidak kemasukan (Sarumpaet dkk, 1992: 5).

Dalam permainan sepakbola tim yang mencetak lebih banyak gol adalah sang pemenang (biasanya dalam jangka waktu 90 menit, tetapi ada cara lainnya untuk menentukan pemenang jika hasilnya seri). akan diadakan pertambahan waktu 2x15 menit dan apabila dalam pertambahan waktu hasilnya masih seri akan diadakan adu penalti yang setiap timnya akan diberikan lima kali kesempatan untuk menendang bola ke arah gawang dari titik penalti yang berada di dalam daerah kiper hingga hasilnya bisa ditentukan. Peraturan terpenting dalam mencapai tujuan ini

adalah para pemain (kecuali penjaga gawang) tidak boleh menyentuh bola dengan tangan mereka selama masih dalam permainan.

Menurut Muhajir (2004: 22) Sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak bola, yang mempunyai tujuan untuk memasukan bola kegawang lawan dan mempertahankan gawang tersebut agar tidak kemasukan bola, didalam memainkan bola setiap pemain diperbolehkan menggunakan seluruh anggota badan kecuali tangan dan lengan, hanya penjaga gawang diperbolehkan memainkan bola dengan kaki dan tangan.

Dari beberapa sumber di atas tentang penjelasan sepakbola maka dapat disimpulkan bahwa sepakbola adalah suatu permainan beregu yang dimainkan masing-masing regunya terdiri dari sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang yang dimainkan dengan kaki kecuali pejaga gawang diperbolehkan menggunakan tangan di area kotak penalti.

b. Teknik-teknik Dasar Sepakbola

Drs. Sucipto dkk (2000: 17) Teknik dasar dalam sepakbola meliputi:(1) Menendang (*kicking*), (2) Menghentikan (*stopping*), (3) Menggiring (*dribbling*), (4) Menyundul (*heading*), (5) Merampas (*tackling*), (6) Lemparan ke dalam (*throw-in*), (7) Dan menjaga gawang(*goal keeping*).

Menurut Muhajir (2004: 25-29) Teknik permainan sepakbola dapat di bedakan sebagai berikut:

- 1) Teknik tanpa bola (teknik badan)
Teknik badan adalah cara pemain menguasai gerak tubuhnya dalam permainan, yang menyangkut cara berlari, cara melompat, dan cara gerak tipu badan.
- 2) Teknik dengan bola
Teknik dengan bola diantaranya: (a) Teknik menendang bola, (b) Teknik menahan bola, (c) Teknik menggiring bola, (d) Teknik gerak tipu dengan bola, (e) Teknik menyundul bola, (f) Teknik merampas bola, (g) Teknik melempar bola kedalam, (h) Teknik menjaga gawang.

Menurut Herwin (2006: 21-25) Permainan sepakbola mencakup 2 (dua) kemampuan dasar gerak atau teknik yang harus dimiliki dan dikuasai oleh pemain meliputi:

- a) Gerak atau teknik tanpa bola
Selama dalam sebuah permainan sepakbola seorang pemain harus mampu berlari dengan langkah pendek maupun panjang, karena harus merubah kecepatan lari. Gerakan lainnya seperti: berjalan, berjingkat, melompat, meloncat, berguling, berputar, berbelok, dan berhenti tiba-tiba.
- b) Gerak atau teknik dengan bola
Kemampuan gerak atau teknik dengan bola meliputi: (a) Pengenalan bola dengan bagian tubuh (*ball feeling*) bola (*passing*), (b) Menendang bola ke gawang (*shooting*), (c) Menggiring bola (*dribbling*), (d) Menerima bola dan menguasai bola (*receiveing and controlling the ball*), (e) Menyundul bola (*heading*), (f) Gerak tipu (*feinting*), (g) Merebut bola (*sliding tackle-shielding*), (h) Melempar bola ke dalam (*throw-in*), (i) Menjaga gawang (*goal keeping*).

c. Taktik Permainan

Taktik adalah strategi yang digunakan dalam permainan. Formasi adalah susunan atau barisan pemain dalam sepakbola, sebagai berikut: (1) 4-4-2 (klasik: empat skipper), (2) 4-4-2 (dengan dua sayap), (3) 4-4-1-1, (4) 4-2-4, (5) 4-3-2-1, (6) 4-3-1-2, (7) 4-5-1, (8) 4-3-3, (9) 4-2-3-1, (10) 4-

3-3, (11) 4-1-4-1, (12) 3-4-3, (13) 3-5-2 dengan libero, (14) 3-5-2 tanpa libero, (15) 3-6-1, (16) 5-4-1, Taktik yang dipakai oleh sebuah tim selalu berubah tergantung dari kondisi yang terjadi selama permainan berlangsung. Pada intinya ada tiga taktik yang digunakan, yaitu bertahan, menyerang, dan normal (<http://id.wikipedia.org/windex.php?title=Sepakbola&action=edit>. Diunduh pada tanggal 23 Januari 2012).

d. Komponen Biomotor dalam Sepakbola

Permainan sepakbola merupakan permainan kelompok/tim yang melibatkan unsur fisik, teknik, taktik dan mental. Permainan sepakbola yang memerlukan gerakan pemain yang kompleks memerlukan perhatian khusus dalam peningkatannya melalui proses latihan yang lama. Komponen fisik sebagai dasar untuk dilatihkan dalam proses permainan bersama-sama teknik perlu dilatihkan secara terprogram sesuai dengan prinsip-prinsip dasar latihan.

Menurut Sukadiyanto (2005: 54) Biomotor adalah kemampuan gerak manusia yang dipengaruhi oleh kondisi sistem-sistem organ dalam. Organ dalam yang dimaksud diantaranya adalah sistem neorumuskuler, pernapasan, pencernaan, peredaran darah, energi, tulang, dan persendian. Dengan demikian komponen biomotor adalah kesatuan dari kondisi fisik olahragawan.

Menurut Bompa dalam Sukadiyanto (2005: 54) komponen dasar biomotor meliputi: kekuatan, daya tahan, kecepatan, koordinasi dan fleksibilitas.

2. Kecepatan

Kecepatan merupakan komponen fisik yang esensial. Kecepatan menjadi faktor penentu di dalam cabang-cabang olahraga seperti nomor-nomor sprint, tinju, anggar, beberapa cabang olahraga permainan, dan sebagainya. Kecepatan adalah kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan yang sejenis secara berturut-turut dalam waktu yang sesingkat-singkatnya atau kemampuan untuk menempuh suatu jarak yang sesingkat-singkatnya (Harsono 1988: 216).

Secara umum kecepatan mengandung pengertian seseorang untuk melakukan gerak secepat mungkin sebagai jawaban terhadap rangsang. Kemampuan ini membuat jarak yang lebih pendek untuk memindahkan tubuh. Kecepatan bukan hanya berarti menggerakkan seluruh tubuh dengan cepat, akan tetapi dapat pula menggerakkan anggota-anggota tubuh dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Dalam lari *sprint* kecepatan larinya ditentukan oleh gerakan berturut-turut dari kaki yang dilakukan secara cepat, kecepatan menendang bola ditentukan oleh singkat tidaknya tungkai dalam menempuh jarak gerak tendang.

Kecepatan anggota tubuh seperti lengan atau tungkai adalah penting pula guna memberikan akselerasi kepada objek-objek eksternal seperti

sepakbola, bola softball, tenis lapangan, cakram, bola voli, dan sebagainya.

Kecepatan tergantung dari beberapa faktor yang mempengaruhinya, yaitu *strength*, waktu reaksi, dan fleksibilitas (Harsono 1988: 216).

Secara umum kecepatan mengandung pengertian kemampuan seseorang untuk melakukan gerak atau serangkaian gerak secepat mungkin sebagai jawaban terhadap rangsang. Dalam menjawab rangsang dapat dengan bentuk gerak atau serangkaian gerak yang dilakukan secepat mungkin.

Untuk itu ada dua macam kecepatan, yaitu kecepatan reaksi dan kecepatan gerak.

a. Kecepatan reaksi

Kecepatan reaksi adalah kemampuan seseorang dalam menjawab suatu rangsang dalam waktu sesingkat mungkin. Contohnya pada pemain sepakbola saat menyambut umpan, pemain tersebut langsung dengan sigap menyambutnya.

b. Kecepatan gerak

Kecepatan bergerak adalah kemampuan seseorang melakukan gerak atau serangkaian gerak dalam waktu secepat mungkin. (Sukadiyanto 2005: 106).

Di antara tipe kecepatan tersebut di atas dua tipe kecepatan, yaitu kecepatan reaksi dan kecepatan bergerak sangat diperlukan dalam kegiatan olahraga sepak bola, misalnya seorang pemain sepakbola pada saat menggiring bola lalu mengoper kepada kawan dan sesaat kemudian

dikembalikan lagi ke depannya dan bola harus dikejar, artinya pemain tersebut sudah malakukan gerakan dengan gerakan secara cepat, karena harus mendahului lawan yang akan datang. Dalam permainan sepakbola kedua tipe kecepatan di atas banyak digunakan mulai dari menggiring bola, memberi umpan kepada kawan, saat menendang bola bahkan saat melakukan gerakan tanpa bolapun seorang pemain harus sesering mungkin melakukan gerakan.

Bertolak dari teori yang telah dikemukakan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kecepatan merupakan kemampuan seseorang untuk melakukan reaksi, dengan bergerak secepat-cepatnya ke arah sasaran yang telah ditetapkan adanya respon.

3. Kelincahan

Kelincahan merupakan salah satu komponen fisik yang banyak dipergunakan dalam olahraga. Kelincahan pada umumnya didefinisikan sebagai kemampuan mengubah arah dengan cepat dan efektif, sambil bergerak atau berlari hamper dalam kecepatan penuh. Analisis telah menunjukkan bahwa kelincahan terjadi karena gerakan kekuatan atau tenaga yang meledak. Diketahui bahwa besarnya tenaga ditentukan oleh kekuatan dan kecepatan kontraksi serabut otot. Kecepatan kontraksi serabut otot, tergantung pada daya rekat serabu-serabu otot dan kecepatan transmisi impuls syaraf. Kedua hal ini merupakan pembawaan atau bersifat genetis, Atlet tidak mungkin mengubahnya (Baley, James A, 1986: 198).

Mendefinisikan kelincahan sebagai kemampuan untuk mengubah arah dalam posisi di arena tertentu. Seseorang yang mampu mengubah arah dari posisi kenposisi yang berbeda dalam kecepatan tinggi dengan koordinasi gerak yang baik berarti kelincahannya cukup tinggi. Kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk mengubah arah dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak tanpa mengurangi keseimbangan. (<http://ge-blogbahantugaskuliah.blogspot.com/2009/02/komponenlatihan-fisik.html>. diunduh pada tanggal 27 April 2012).

. Mengubah arah gerakan tubuh secara berulang-ulang seperti misalnya dalam lari melintasi rintangan (tes standar untuk kelincahan), memerlukan kontraksi *konsentris* dan *eksentris* secara bergantian pada kelompok-kelompok otot tertentu. Sebagai contoh saat berlari melintasi rintangan, seorang atlet harus mengurangi kecepatan larinya saat atlet akan mengubah arah. Untuk melakukan ini, otot perentang otot lutut pinggul (*knee extensor* dan *hip extensor*) mengalami kontraksi eksentris (penguluran), saat otot ini memperlambat momentum tubuh yang bergerak ke depan. Kemudian dengan cepat otot-otot itu harus mengalami suatu konsentris pada saat otot tersebut memacu tubuh ke arah yang baru. Gerakan-gerakan kelincahan menuntut terjadinya pengurangan kecepatan dan pemanjangan momentum secara bergantian. Momentum sama dengan massa dikalikan kecepatan. Massa seorang atlet relatif konstan, tetapi kecepatan dapat ditingkatkan melalui latihan dan program pengembangan otot. Di antara dua atlet yang beratnya

sama (massa sama), atlet yang memiliki otot lebih kuat dalam tes kelincahan akan lebih unggul (Baley, James A, 1986: 199).

Dari beberapa pendapat tersebut tentang kelincahan dapat ditarik pengertian bahwa kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk mengubah arah atau posisi tubuh secara cepat dan efektif di arena tertentu tanpa kehilangan keseimbangan. Seseorang dapat meningkatkan kelincahan dengan meningkatkan kekuatan otot-ototnya. Kelincahan biasanya dapat dilihat dari kemampuan bergerak dengan cepat, mengubah arah dan posisi, menghindari benturan antara pemain dan kemampuan berkelit dari pemain di lapangan. Kemampuan bergerak mengubah arah dan posisi tergantung pada situasi dan kondisi yang dihadapi dalam waktu yang relatif singkat dan cepat.

Kelincahan yang dilakukan oleh atlet atau pemain sepakbola saat berlatih maupun bertanding tergantung pula oleh kemampuan mengkoordinasikan sistem gerak tubuh dengan respon terhadap situasi dan kondisi yang dihadapi. Kelincahan ditentukan oleh faktor kecepatan bereaksi, kemampuan untuk menguasai situasi dan mampu mengendalikan gerakan secara tiba-tiba.

Kelincahan merupakan salah satu komponen kondisi fisik yang banyak dipergunakan dalam olahraga, kelincahan merupakan unsur kemampuan gerak yang harus dimiliki seorang pemain sepakbola, sebab dengan kelincahan yang tinggi pemain dapat menghemat tenaga dalam waktu permainan. Kelincahan juga diperlukan dalam membebaskan diri dari kawalan lawan dengan

menggiring bola, melewati lawan dengan menyerang untuk menciptakan suatu gol yang akan membawa pada kemenangan. Seorang pemain yang kurang lincah dalam melakukan suatu gerakan akan sulit untuk menghindari sentuhan-sentuhan perseorangan yang dapat mengakibatkan kesalahan perseorangan.

Harsono (1988: 172) menyatakan lincah adalah orang yang mempunyai kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya.

Bahwa kelincahan diidentaskan dengan kemampuan mengkoordinasikan dari gerakan-gerakan, kemampuan keluwesan gerak, kemampuan memanuver sistem motorik atau deksteritas. berpendapat kelincahan merupakan kemampuan untuk mengubah 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 untuk menjelaskan pengertian ini. Adapun yang dimaksudkan dengan 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.

Kegunaan kelincahan sangat penting terutama olahraga beregu dan memerlukan ketangkasan, khususnya sepakbola. Suharno (1985: 33) menyatakan kegunaan kelincahan adalah untuk menkoordinasikan gerakan-gerakan berganda atau stimulan, mempermudah penguasaan teknik-teknik tinggi, gerakan-gerakan efisien, efektif dan ekonomis serta mempermudah orientasi terhadap lawan dan lingkungan.

a. Faktor-faktor yang mempengaruhi kelincahan

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kelincahan menurut Dangsina Moeloek dan Arjadino Tjokro (1984: 8-9) adalah:

1) Tipe tubuh

Seperti telah dijelaskan dalam pengertian kelincahan bahwa gerakan-gerakan kelincahan menuntut terjadinya pengurangan dan pemacuan tubuh secara bergantian. Di mana momentum sama dengan massa dikalikan kecepatan. Di hubungkan dengan tipe tubuh, maka orang yang tergolong mesomorfi dan mesoektomorfi lebih tangkas dari *sektomorf* dan *endomorf*.

2) Usia

Kelincahan anak meningkat sampai kira-kira usia 12 tahun (memasuki pertumbuhan cepat). Selama periode tersebut (3 tahun) kelincahan tidak meningkat, bahkan menurun. Setelah masa pertumbuhan berlalu, kelincahan meningkat lagi secara mantap sampai anak mencapai maturitas dan setelah itu menurun kembali.

3) Jenis kelamin

Anak laki-laki menunjukkan kelincahan sedikit lebih baik dari pada anak wanita sebelum mencapai usia pubertas. Setelah pubertas perbedaan tampak lebih mencolok.

4) Berat badan

Berat badan yang berlebihan secara langsung mengurangi kelincahan.

5) Kelelahan

Kelelahan mengurangi ketangkasan terutama karena menurunnya koordinasi. Sehubungan dengan hal itu penting

untuk memelihara daya tahan kardiovaskuler dan otot agar kelelahan tidak mudah timbul.

(<http://anggaway89.wordpress.com/2010/05/24/latihan-kelincahan/>).

Diunduh pada tanggal 28 April 2012).

b. Latihan Kelincahan

Adapun macam-macam bentuk latihan kelincahan, yaitu:

1) Lari bolak-balik (*Shuttle Run*).

Atlet lari bolak balik secepatnya dari titik yang satu ke titik yang lain sebanyak kira-kira 10 kali. Setiap kali sampai pada suatu titik dia harus berusaha untuk secepatnya membalikkan badan untuk lari menuju titik yang lain. Perlu diperhatikan bahwa:

- a) Jarak antara kedua titik jangan terlalu jauh, misalnya 10 m atau lebih, maka ada kemungkinan bahwa setelah lari beberapa kali bolak-balik dia tidak mampu lagi untuk melanjutkan larinya., dan atau membalikkan badannya dengan cepat disebabkan karena faktor keletihan. Jika Kelelahan mempengaruhi kecepatan larinya, maka latihan tersebut sudah tidak sahih (*valid*) lagi untuk digunakan sebagai latihan kelincahan.
- b) Jumlah ulangan lari bolak balik jangan terlalu banyak sehingga menyebabkan atlet lelah. Kalau ulangan larinya terlalu banyak maka menyebabkan seperti diatas. Faktor kelelahan akan mempengaruhi apa yang sebetulnya ingin dilatih yaitu kelincahan.

2) Lari zig-zag (*zig-zag run*)

Latihan hampir sama dengan lari bolak-balik, kecuali atlet lari melintasi beberapa titik, misalnya 10 titik.

3) *Squat trust* dan modifikasinya

Atlet berdiri tegak, jongkok, tangan di lantai, lempar kaki ke belakang sehingga tubuh lurus dalam posisi *push up*, dengan kedua tangan bersandar di lantai. Lemparan kedua kaki ke depan di antara kedua lengan, luruskan seluruh tubuh menghadap ke atas, satu tangan lepas dari lantai dan segera balikkan badan sehingga berada dalam posisi *push up* kembali, kembali berdiri tegak. Seluruh rangkaian gerak dilakukan secepat mungkin.

4) Lari Rintangan

Di suatu ruangan atau lapangan ditempatkan beberapa rintangan. Tugas atlet adalah untuk secepatnya melalui rintangan tersebut. Baik dengan cara melompatinya, memanjat atau menerobos.

Latihan kelincahan dapat juga dilakukan dengan latihan yang bersifat anaerobik seperti:

a) *Dot drill*

Di lantai atau di lapangan dibuat 4 titik yang membentuk persegi berjarak masing-masing 24 inci (kira-kira 60 cm, dan titik di tengah-tengah persegi). Atlet bersiap dengan kedua kaki pada 2 titik, dan pada aba-aba “ya” atlet melompat-lompat ke titik-titik yang lain

secepatnya dalam waktu 30 detik atau lebih. Lompatannya adalah maju, mundur, ke samping, berbalik dan sebagainya. Dengan demikian kelincahan kaki terlatih.

b) *Three Corner drill*

Ada 3 titik yang membentuk huruf L berjarak kira-kira 4 m.

Atlet secepatnya berlari melingkari ketiga titik dalam waktu yang telah ditentukan. Latihan ini mirip dengan latihan *boomerang run* yang titiknya adalah 5 buah.

c) *Down the-line drill*

Di lapangan ada beberapa garis yang berjarak masing-masing kira-kira sampai 4-5 m, atlet lari menuju garis tersebut dan setiap tiba disuatu garis dia harus mengubah cara larinya dengan mundur, maju atau menyamping sesuai dengan instruksi pelatih (Harsono, 1988: 172 - 174).

Dari contoh di atas dapat lihat bahwa bermacam-macam latihan kelincahan dapat diciptakan. Imajinasi pelatih adalah penting untuk menciptakan latihan-latihan yang sesuai dengan kebutuhan.

4. Keterampilan Sepakbola

Keterampilan gerak adalah kualitas gerak yang penentu utama dari keberhasilan adalah gerakan itu sendiri yang memperhatikan persepsi serta pengambilan keputusan yang berkaitan dengan keterampilan yang dipilih. Keterampilan sepakbola bisa dimasukkan menjadi beberapa kelas

keterampilan, bila di lihat dari jelas tidaknya awal dan akhir gerakan yang mendasari berbagai keterampilan permainan sepakbola, seperti berlari, meloncat, melompat, menendang serta menembak, keterampilannya bisa dikategorikan sebagai keterampilan diskrit. Tetapi ketika bergabagi keterampilan diskrit itu digunakan dalam permainan, maka sepakbola secara keseluruhan dibangun atas dasar penguasaan keterampilan serial. Sedangkan apabila dilihat dari pola lingkungan di mana sepakbola dilakukan, sepakbola termasuk permainan yang mengandalkan keterampilan terbuka (*open skill*). Maksudnya, sepakbola dimainkan dalam lingkungan dalam lingkungan yang tidak mudah diduga, selalu berubah-ubah setiap waktu (Komarudin, 2005: 13). Untuk memiliki keterampilan sepakbola yang baik pemain harus dibekali dengan teknik dasar yang baik, karena pemain yang memiliki teknik dasar yang baik cenderung dapat bermain sepakbola yang baik pula.

5. Karakteristik Anak Usia 13-15 Tahun

Menurut Sukintaka (1992: 45) tentang siswa yang berumur 13-15 mempunyai karakteristik sebagai berikut:

- a. Jasmani
 1. Laki-laki maupun perempuan ada pertumbuhan memanjang
 2. Membutuhkan pengaturan istirahat yang baik
 3. Sering menampilkan hubungan dan koordinasi yang kurang baik
 4. Merasa mempunyai ketahanan dan sumber energi tak terbatas
 5. Mudah lelah tidak dihiraukan
 6. Anak laki-laki mempunyai kecepatan dan kekuatan otot lebih baik dari pada putri
 7. Keseimbangan dan kematangan untuk keterampilan bermain menjadi baik.

- b. Psikis atau Mental
 - 1. Banyak mengeluarkan energi untuk fantasinya
 - 2. Ingin menetapkan pandangan hidup
 - 3. Mudah gelisah karena keadaan lemah.
- c. Sosial
 - 1. Ingin tetap diakui oleh kelompoknya
 - 2. Mengetahui moral etik dari kehidupan
 - 3. Persekawanan yang tetap makin berkembang.

Ketrampilan gerak telah siap untuk di arahkan kepada permainan besar atau olahraga prestasi.
Bentuk penyajianya pembelajaran sebaiknya dalam bentuk:
Bermain beregu, komando, tugas dan lomba.

Abin Syamsuddin Makmun (2003) dikutip dari (<http://id.wordpress.com>). Di unduh pada tanggal 12 Januari 2012) memperinci karakteristik perilaku dan pribadi dan masa remaja yang terbagi ke dalam bagian dua kelompok yaitu remaja awal (11-13 s.d. 14-15 tahun) dan remaja akhir (14-16 s.d. 18-20 tahun) meliputi aspek: fisik, psikomotor, bahasa kognitif, sosial, moralitas, keagamaan, konatif, emosi efektif dan kepribadian.

Untuk remaja awal (11-13 tahun s.d. 14-15 tahun) penjelasannya sebagai berikut: (a) Fisik; laju perkembangan secara umum berlangsung pesat. Porsi ukuran berat badan sering kali kurang seimbang, dan munculnya cirri-ciri sekunder (timbulnya bulu pada *publik region*, otot menyambung pada bagian-bagian tertentu), disertai mulai aktifnya sekresi kelenjar jenis kelamin (mentruasi pada wanita dan *day dreaming* pada laki-laki), (b) Psikomotor; gerak-gerik tampa canggung dan kurang koordinasi, aktif dalam berbagai jenis cabang permainan, (c) Bahasa; berkembangnya bahasa dan mulai tertarik mempelajari bahasa asing, menggemari literatur yang bernaafaskan dan

mengandung segi erotik, fantastik, dan estetik, (d) Perilaku kognitif; proses berpikir sudah mampu mengoprasikan kaidah-kaidah logika formal (*asosiasi, deferensi, komparasi, kausalitas*) yang bersifat abstrak, meskipun relatif terbatas, kecakapan dasar intelektual menjadi laju perkembangan yang terpesat, kecakapan dasar khusus (bakat) mulai menunjukkan kecendrungan yang lebih jelas, (e) Perilaku sosial; diawali dengan kecendrungan ambivalensi keinginan untuk menyendiri dan bergaul dengan banyak teman tetapi bersifat temporer adanya semangat kebergantungan yang kuat kepada kelompok sebaya disertai semangat konformitas yang tinggi, (f) Moralitas; adanya *ambivalensi* antara keinginan bebas dari dominasi pengaruh orang tua dengan kebutuhan dan bantuan dari orang tua, dengan sikapnya dan acara berpikirnya yang kritis mulai menguji kaidah-kaidah atau sistem nilai etis dengan kenyataannya dalam perilaku sehari-hari oleh para pendukungnya, mengidentifikasi dengan tokoh moralitas yang dipandang tepat dengan tipe idolanya, (g) Perilaku keagamaan; mengenai eksistensi dan sifat kemurahan dan keadilan tuhan mulai dipertanyakan secara kritis dan sekeptis, penghayatan kehidupan keagamaan sehari-hari dilakukan atas pertimbangan adanya semacam tuntunan yang menekan dari luar dirinya, masih mencari dan mencoba menemukan pegangan hidup, (h) Konatif, Emosi, Afeltif, dan Kepribadian; lima kebutuhan dasar (fisiologis, rasa aman, kasih saying, harga diri, dan aktualisasi diri) mulai menunjukkan arah kecendrungannya, reaksi-reaksi emosionalnya masih lebih dan belum terkendali masih pertanyaan

marah, gembira atau kesedihannya masih dapat berubah-ubah dan silih berganti dalam waktu yang tepat, kecendrungan-kecendrungan arah sikap nilai mulai tampak (teoritis, ekonomis, etentis, sosial, politis, dan religius), meski masih dalam taraf eksplorasi dan mencoba-coba, merupakan masa kritis dalam menghadapi krisis identitasnya yang sangat dipengaruhi oleh kondisi psikososialnya, yang akan membentuk kepribadiannya.

6. Kondisi SSB Baturetno Bantul

Sekolah Sepakbola Bola Baturetno Bantul berdiri pada tanggal 16 Juni 2003 dan memiliki alamat sekretariat sekaligus lapangan di Wiyoro Lor, Baturetno, Banguntapan, Bantul. Sebagai Sekolah Sepak Bola, SSB Baturetno sudah memiliki kriteria dan syarat yang sangat baik. Selain lapangan yang dimiliki secara pribadi, sarana serta prasarana penunjang latihan tergolong lengkap. Selain 2 gawang permanen, SSB Baturetno juga memiliki 4 gawang untuk setengah lapangan, 2 gawang kecil, *cones* tergolong banyak dan jumlah kerucut besar dan kecil yang sama-sama berjumlah 40. Pancang dari paralon berjumlah 5 dan paralon yang dibuat untuk rintangan berbentuk gawang lompat baik kecil, tanggung atau tinggi berjumlah 20. Disamping itu ada 3 papan, masing-masing 2 papan untuk latihan *passing* anak usia dini dan 1 papan untuk akurasi *longpassing*. Alat pemotong rumput yang dimiliki secara pribadi juga memungkinkan untuk selalu menjaga lapangan terlihat selalu baik. SSB Baturetno juga memiliki 10 orang tenaga pelatih yang menangani masing-masing kelompok umur.

Pengelompokan umur ini bertujuan supaya proses pengembangan *skill* dan mental anak didik yang usianya lebih muda tidak mengalami pengaruh pola pikir dari usia yang tua dan yang utama agar pelatih lebih fokus pada perkembangan anak didik dan untuk memastikan bahwa materi yang diberikan dalam proses berlatih-melatih dapat diterima oleh anak didik dengan baik. SSB Baturetno memiliki fasilitas latihan yang cukup baik seperti gawang mini, lapangan yang semuanya sangat kondusif dalam kegiatan berlatih-melatih, namun ada beberapa kekurangan yang masih perlu dibenahi yaitu jika musim hujan pasti ada beberapa titik lapangan yang tergenang air. Banyaknya potensi yang dimiliki oleh SSB Baturetno membuat banyak juga siswa yang tertarik untuk ikut bergabung. Oleh karena itu, untuk ke depannya SSB Baturetno harus memperbaiki kualitas sarana prasarana dan juga pelatih.

Susunan pengurus SSB Baturetno Bantul tahun 2012:

Direktur : 1. Sarjaka

2. Jaka Suyana

Manager : 1. Wandari

2. Sambudiana

Sekretaris : Rizal Hastomo

Wakil Sekretaris : Nasir

Bendahara : Hj. Ismayadi

Pelatih :

1. Kelompok Umur 16-17 tahun : Suniyadi dan Arifin

- | | |
|---------------------|-----------------|
| 2. Kelompok Umur 15 | : Andri |
| 3. Kelompok Umur 14 | : Sutrisno |
| 4. Kelompok Umur 13 | : Rizki |
| 5. Kelompok Umur 12 | : Dani |
| 6. Kelompok Umur 11 | : Agus Budianto |
| 7. Kelompok Pemula | : Sambudiana |

B. Penelitian yang Relevan

Skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Kecepatan dan Kelincahan terhadap Keterampilan Menggiring Bola dalam Sepak Bola pada Siswa Lembaga Pendidikan Sepakbola Atlas Binatama Semarang”, oleh Tirto Ponco Nugroho dari Universitas Negeri Semarang. Permasalahan yang akan diungkapkan penelitian ini adalah: 1) Apakah ada hubungan antara kecepatan dan kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola dalam sepak bola pada siswa Lembaga Pendidikan Sepak Bola (LPSB) Atlas Binatma Semarang. Tujuannya untuk mengetahui hubungan antara antara kecepatan dan kelincahan terhadap ketrampilan menggiring bola dalam sepak bola pada siswa Lembaga Pendidikan Sepak Bola (LPSB) Atlas Binatma Semarang.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa LPSB Atlas Binatama Semarang U-16 sebanyak 26 siswa, sampel dalam penelitian diambil secara *total sampling* yaitu 26 siswa. Variabel penelitian terdiri dari 2 variabel bebas yaitu kecepatan dan kelincahan, serta 1 variabel terikat yaitu keterampilan

menggiring bola. Instrumen tes dalam penelitian ini yaitu tes kecepatan, tes kelincahan dan tes menggiring bola. Metode penelitiannya adalah metode survei dengan teknik tes dan pengukuran. Analisis data menggunakan korelasi ganda.

Hasil analisis koefisien korelasi parsial untuk kecepatan sebesar 0.622 dengan probabilitas $0.001 < 0.05$, yang berarti hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan ada hubungan secara signifikan antara kecepatan dengan menggiring bola pada permainan sepak bola oleh siswa LPSB Atlas Binatama Semarang. Hal ini berarti bahwa dengan bertambahnya kecepatan akan diikuti pula kecepatan dalam menggiring bola. Hasil analisis koefisien korelasi parsial untuk kelincahan sebesar 0.518 dengan probabilitas $0.008 < 0.05$, yang berarti hipotesis diterima, dengan demikian kelincahan berhubungan secara signifikan dengan hasil menggiring bola pada permainan sepakbola oleh siswa LPSB Atlas Binatama Semarang. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi kelincahan seseorang akan diikuti naiknya kecepatan dalam menggiring bola. Hasil analisis korelasi ganda sebesar 0.740 yang diuji keberartiannya menggunakan uji F diperoleh F hitung sebesar 13.953 dengan probabilitas $0.000 < 0.05$, yang berarti hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecepatan dan kelincahan dengan hasil menggiring bola pada permainan sepak bola oleh siswa LPSB Atlas Binatama Semarang.

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara kecepatan dan kelincahan terhadap ketrampilan menggiring bola pada permainan sepak bola pada siswa LPSB Atlas Binatama Semarang. Disarankan pada pihak

pelatih sepak bola di LPSB Atlas Binatma Semarang: 1) Dalam penyusunan program latihan fisik untuk menggiring bola dalam sepakbola, hendaknya seorang pelatih memprioritaskan kecepatan dan kelincahan. 2) Agar melakukan penelitian yang sejenis untuk mengkaji lebih lanjut faktor-faktor lain yang termasuk dalam penelitian ini.

C. Kerangka Berfikir

Kecepatan merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi gerak. Kecepatan merupakan unsur kemampuan gerak yang harus dimiliki seorang pemain sepakbola sebab dengan kecepatan yang tinggi, pemain yang menggiring bola dapat menerobos dan melemahkan daerah pertahanan lawan. Kecepatan didukung dengan tenaga eksplosif berguna untuk *fastbreak*, *dribble* dan *passing*. Kecepatan bukan hanya berarti menggerakkan seluruh tubuh dengan cepat, akan tetapi dapat pula terbatas pada menggerakkan seluruh tubuh dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Kecepatan anggota tubuh seperti tungkai adalah penting pula guna memberikan akselerasi objek-objek eksternal seperti sepakbola, bola basket, tenis, lempar cakram, bola voli, dan sebagainya. Kecepatan melibatkan koordinasi otot-otot besar pada tubuh dengan cepat dan tepat dalam suatu aktifitas tertentu. Kecepatan dapat dilihat dari sejumlah besar kegiatan dalam olahraga meliputi kerja kaki (*footwork*) yang efisien dan perubahan posisi tubuh dengan cepat. Seseorang yang mampu bergerak dengan

koordinasi seperti tersebut diatas yang cepat dan tepat berarti memiliki kecepatan yang baik.

Kelincahan merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi gerak. Kelincahan merupakan unsur kemampuan gerak yang harus dimiliki seorang pemain sepakbola sebab dengan kelincahan yang tinggi pemain dapat menghemat tenaga dalam suatu permainan. Kelincahan juga diperlukan dalam membebaskan diri dari kawalan lawan dengan menggiring bola melewati lawan dengan menyerang untuk menciptakan suatu gol yang akan membawa pada kemenangan. Seorang pemain yang kurang lincah dalam melakukan suatu gerakan akan sulit untuk menghindari sentuhan-sentuhan perseorangan yang dapat mengakibatkan kesalahan perseorangan. Kelincahan melibatkan koordinasi otot-otot besar pada tubuh dengan cepat dan tepat dalam suatu aktifitas tertentu. Kelincahan dapat dilihat dari sejumlah besar kegiatan dalam olahraga meliputi kerja kaki (*footwork*) yang efisien dan perubahan posisi tubuh dengan cepat. Seseorang yang mampu merubah posisi yang berbeda dalam kecepatan tinggi dengan koordinasi yang baik, berarti kelincahannya cukup baik. Individu yang mampu merubah posisi yang satu ke posisi yang lain dengan koordinasi dan kecepatan yang tinggi memiliki kesegaran yang baik dalam komponen kelincahan. Dalam beberapa hal, kelincahan menyatu dengan tenaga daya tahan. Kelincahan diperlukan sekali dalam melakukan gerak tipu pada saat menggiring bola. Gerak tipu dapat dilakukan dengan mengendalikan ketepatan, kecepatan, dan kecermatan.

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah pernyataan sementara mengenai hubungan yang berbanding terbalik antara variable yang digunakan (KBBI, 2007 : 404) Hipotesis adalah jawaban sementara penelitian, patokan, dugaan atau dalil sementara yang kebenarannya akan dibuktikan dalam penelitian. Setelah melalui pembuktian dari hasil penelitian maka hipotesis dapat benar atau salah, diterima atau ditolak.

Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah:

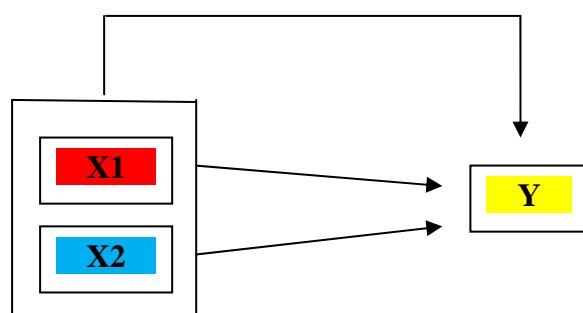
1. Ada hubungan antara kecepatan dan keterampilan bermain sepakbola pada siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul.
2. Ada hubungan antara kelincahan dan keterampilan bermain sepakbola pada siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul.
3. Ada hubungan antara kecepatan dan kelincahan terhadap keterampilan bermain sepakbola pada siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul.

BAB III **METODE PENELITIAN**

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Menurut Sugiyono (2003: 21) statistik deskriptif adalah statistik yang berfungsi untuk mendeskripsikan atau memberi gambaran terhadap objek yang diteliti melalui data sampel atau populasi sebagaimana adanya, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum. Metode yang digunakan adalah tes unjuk kerja keterampilan bermain sepakbola, teknik pengumpulan data dengan menggunakan tes pengukuran. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kecepatan dan kelincahan dengan keterampilan bermain sepakbola pada pemain sepakbola usia 14-15 tahun di SSB Baturetno Bantul. Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan menggunakan metode korelasi *pearson product moment* dengan simbol r .

Adapun desain penelitian adalah sebagai berikut:



Gambar 1.Desain Penelitian

Keterangan:

X = Kecepatan Lari 50 m

X = Kelincahan

Y = Keterampilan Bermain Sepakbola

B. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional adalah suatu definisi yang diberikan kepada suatu variabel atau *konstrak* dengan cara memberikan arti, atau menspesifikasikan kegiatan, ataupun memberikan suatu operasional yang diperlukan untuk mengukur konstrak atau variabel tersebut. Setiap penelitian mempunyai objek yang dijadikan sasaran dalam penelitian. Objek tersebut sering disebut sebagai gejala, sedangkan gejala-gejala yang menunjukkan variasi baik dari jenisnya maupun tingkatnya disebut variabel. Dalam penelitian ini ada beberapa variabel yang akan diteliti, yaitu kecepatan, kelincahan dan keterampilan bermain sepakbola.

Agar tidak terjadi salah penafsiran pada penelitian ini maka berikut akan dikemukakan definisi operasional mengenai variabel yang dapat digunakan dalam penelitian ini yaitu:

1. Kecepatan Lari 50 meter yaitu kemampuan berlari seseorang dengan jarak 50 meter yang dilakukan dalam waktu yang sesingkat-singkatnya.
2. Kelincahan yaitu kemampuan lari merubah-ubah arah secara efektif dan cepat.
3. Keterampilan Bermain Sepakbola yaitu kemampuan yang dimiliki oleh setiap individu dalam bermain sepakbola yang diukur dengan tes keterampilan bermain sepakbola dari pengembangan tes kecakapan “*David Lee*” (Subagyo Irianto 2010).

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 130). populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Pada penelitian ini populasinya adalah siswa SSB Baturetno Bantul yang berjumlah 34.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Suharsimi Arikunto (2006: 131). Teknik sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*, teknik ini didasarkan atas tujuan tertentu. Adapun syarat-syarat yang harus dipenuhi dalam pengambilan sampel ini yaitu: (a) Pengambilan sampel harus atas ciri-ciri, sifat-sifat atau karakteristik tertentu, yang merupakan ciri-ciri pokok populasi, (b) Subjek yang diambil sebagai sampel benar-benar merupakan subjek yang paling banyak mengandung ciri-ciri yang terdapat pada populasi, (c) Penentuan karakteristik populasi dilakukan dengan cermat di dalam studi pendahuluan.

Dari syarat-syarat yang dikemukakan di atas, yang dimaksud sampel dalam penelitian ini yaitu atlet SSB Baturetno Bantul yang berusia 14-15 tahun, minimal telah mengikuti latihan selama 1 tahun. Berdasarkan kriteria tersebut yang memenuhi adalah 21 orang.

D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

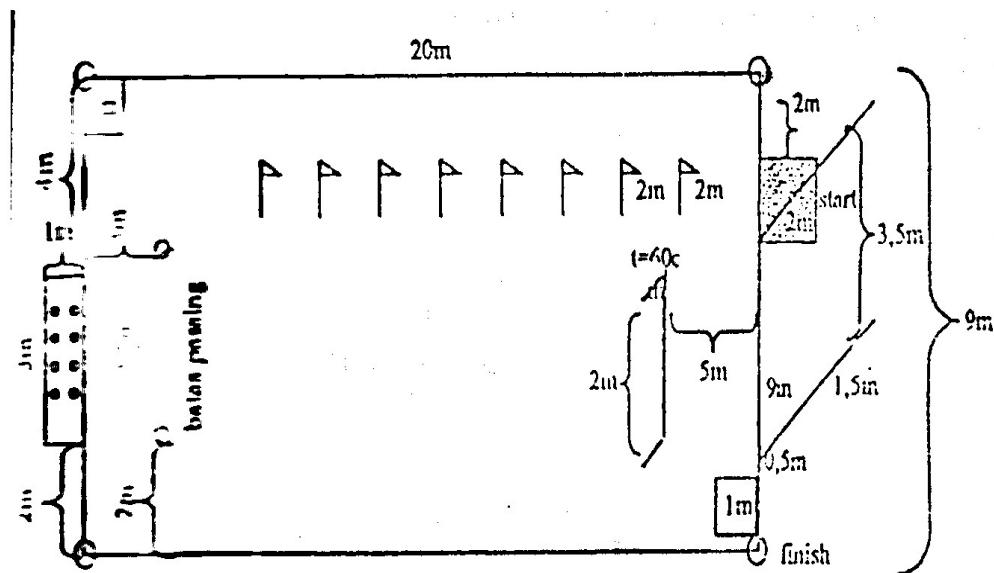
1. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya akan lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga mudah diolah (Suharsimi Arikunto, 2006: 160). Dalam penelitian ini digunakan beberapa instrumen, yaitu:

a. Tes Keterampilan Bermain Sepakbola

Instrumen yang digunakan adalah dengan pengembangan tes ecakapan “*David Lee*”(Subagyo Irianto, 2010: 6-10)

1) Gambar Dan Arena Tes



Gambar 2. Tes Keterampilan Bermain Sepakbola
(Subagyo Irianto 2010)

2) Alat dan Perlengkapan

- a) Bola Ukuran 5 = 9 buah

- b) Meteran Panjang = 1 buah
 - c) Cones Besar = 5 Buah
 - d) Pancang 1.5 m = 10 buah
 - e) Gawang kecil untuk *passing* bawah ukuran 60 cm & lebar 2m
 - f) Pancang 2 m = 2 buah
 - g) *Stopwatch* = 1 buah
 - h) Pencatat skor/hasil (ballpoint, blanko tes, *scorepad*)
 - i) Kapur gamping
 - j) Petugas lapangan 3 orang (pencatat waktu, pencatat skor/hasil, pencatat unsurteknik (*judge*)).
- 3) Petunjuk Pelaksanaan

Ketentuan Umum:

- a) Sebelum pelaksanaan tes, tidak ada percobaan untuk testi.
- b) Sebelum melakukan tes, testi melakukan pemanasan selama 5-10 menit.
- c) Testi bersepatu bola.
- d) Testi mendapatkan penjelasan dan peragaan tentang cara melakukan tes yang baik dan benar dari seorang instruktur atau testor.

Pelaksanaan:

- a) Testi berdiri di kotak *start* (kotak 1) sambil memegang bola.
- b) Setelah aba-aba "ya", testi memulai tes dengan menimang nimang bola di udara dengan kaki, minimal sebanyak 5 kali.

- c) Kemudian bola digiring sebanyak 8 buah, dimulai dari sisi kanan.
- d) Setelah melewati pancang yang terakhir (ke-8) bola dihentikan di kotak ke-2.
- e) Testi mengambil bola dikotak berikutnya untuk melakukan *passing* rendah dengan diawali bola hidup/bergerak pada batas yang telah ditentukan sebanyak 2x (dengan kaki kanan 1x dan kiri 1x), bola harus masuk kegawang yang telah ditentukan dan jika gagal diulangi dengan kaki yang sama dengan sisa bola berikutnya.
- f) Testi melakukan seperti “5” tapi dengan menggunakan *passing* atas dan diarahkan ke gawang yang telah ditentukan sebanyak 2 kali dengan kaki yang tebaik. Jika gagal diulangi dengan sisa bola berikutnya.
- g) Mengambil bola dikotak ke-2 untuk kemudian digiring (*dribble*) dengan cepat menuju kotak *finish* (kotak ke-3), bola harus benar-benar berhenti didalam kotak.

Catatan:

- a) *Stopwatch* dihidupkan setelah perkenaan kaki dengan bola yang pertama kali.
- b) Setiap kesalahan yang dilakukan oleh testi harus diulang/dimulai dari tempat terjadinya kesalahan, *stopwatch* tetap berjalan.

- c) Setiap testi diberi 2 kali kesempatan.
 - d) Pelaksanaan tes kecakapan ini, diukur dengan waktu jadi harus dilakukan dengan cepat dan cermat
 - e) Pensekoran: mencatat waktu pelaksanaan dari *start* hingga *finish* dalam satuan detik (dicatat hingga 2 bilangan dibelakang koma).
- 4) Skala Penilaian

Skala penilaian untuk mengetahui tingkat kecakapan bermain sepakbola bagi siswa SSB KU 14-15 tahun adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Skala Penilaian

No	Skala Penilaian	Waktu Tempuh
A	Sangat baik	< 34,81 detik
B	Baik	40,78 – 34,81
C	Cukup	46,76 – 40,79
D	Kurang	52,73 – 46,77
E	Kurang Sekali	> 52,73 detik

(Subagyo Irianto 2010: 6-10)

b. Tes Kecepatan Lari 50 meter

Tujuan: untuk mengukur kecepatan seseorang

- 1) Alat:
 - a) *Stopwatch* menurut keperluan
 - b) Bendera *start* 1 buah
 - c) Formulir dan alat-alat tulis
 - d) Lintasan lurus dan rata dengan jarak 50 meter
- 2) Pengetes:
 - a) *Starter* 1 orang

- b) Pengambil waktu menurut keperluan
 - c) Pengawas dan pencatat 1 orang
- 3) Pelaksanaan tes:
- a) *Start* dilakukan dengan *start* berdiri
 - b) Pada satu ujung kakinya sedekat mungkin dengan garis *start*
 - c) Pada aba-aba “siap ‘ testi siap berlari
 - d) Pada aba-aba “ya” testi berlari secepat-cepatnya menempuh jarak 50 meter sampai melewati garis *finish*
 - e) Bersamaan aba-aba “ya” *stopwatch* dijalankan dan dihentikan pada saat testimencapai garis *finish*
- 4) Pencatat Hasil:
- a) Hasil yang dicatat adalah waktu yang dicapai untuk menempuh jarak tersebut
 - b) Waktu dihitung sampai sepersepuluh detik



Gambar 3. Tes Lari 50 meter

c. Tes Kelincahan (Tes lari bolak-balik/*shuttle run*)

Tujuan: untuk mengukur kelincahan seseorang

- 1) Alat dan perlengkapan:

- a) *Stop watch*

- b) *Skoon/marka*
 - c) Formulir dan alat tulis
 - d) Lapangan
- 2) Pelaksanaan tes:
- a) *Start* berdiri
 - b) Pada aba-aba “bersedia” testi berdiri dengan salah satu ujung kakinya sedekatmungkin dengan garis *start*
 - c) Pada aba-aba “Ya” testi segera mengambil dan memindahkan balik satu demisatu yang berada digaris *start* hingga selesai
- 3) Pencatat hasil:
- a) Bersamaan dengan ba-aba “ya” *stopwatch* dijalankan dan pada saat balok terakhir diletakkan *stopwatch* dimatikan
 - b) Hasil yang dicatat adalah waktu yang dicapai oleh testi untuk menempuh jarak 4×10 m



Gambar 4. Tes *Shuttle Run*

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dengan menggunakan metode survei dengan tes dan pengukuran. Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 84) menyatakan bahwa pada umumnya survei merupakan cara pengumpulan

data dari sejumlah unit atau individu dalam waktu (jangka waktu) yang bersamaan.

Metode penelitian yang digunakan untuk pengambilan data dengan sejumlah unit, kelompok, individu dan kemudian dilakukan pengetesan dan pengukuran dalam jangka waktu yang bersamaan, sehingga data atau informasi yang diperoleh akurat dan dapat dipertanggungjawabkan.

E. Teknik Analisis Data

Analisis data atau pengolahan data merupakan satu langkah penting dalam penelitian. Data yang diperoleh dari penelitian ini dilanjutkan dengan menganalisis data kemudian ditarik kesimpulan dengan menggunakan statistik parametrik. Adapun teknik analisis data meliputi:.

1. Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah distribusi datanya menyimpang atau tidak dari distribusi normal. Data yang baik dan layak untuk membuktikan model-model penelitian tersebut adalah data yang memiliki distribusi normal. Dalam penelitian ini, uji normalitas menggunakan rumus *Kolmogorov Smirnov*. Konsep dasar dari uji normalitas *Kolmogorov Smirnov* adalah membandingkan distribusi data (yang akan diuji normalitasnya) dengan distribusi normal baku. Distribusi normal baku adalah data yang telah ditransformasikan kedalam bentuk *Z-Score* dan diasumsikan normal.

Kelebihan dari uji ini adalah sederhana dan tidak menimbulkan perbedaan persepsi diantara satu pengamat dengan pengamat yang lain, yang sering terjadi pada uji normalitas dengan menggunakan grafik.

Uji normalitas ini dianalisis dengan bantuan program SPSS. Menurut metode *Kolmogorov Smirnov*, kriteria pengujian adalah sebagai berikut:

- 1) Jika signifikansi di bawah 0.05 berarti data yang akan diuji mempunyai perbedaan yang signifikan dengan data normal baku, berarti data tersebut tidak normal
- 2) Jika signifikansi di atas 0.05 berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara data yang akan diuji dengan data normal baku, berarti data tersebut normal (Gempur Safar, 2010: [http://exponensial.wordpress.com/2010/04/21/metode - kolmogorov-smirnov-untuk-uji-normalitas/](http://exponensial.wordpress.com/2010/04/21/metode-kolmogorov-smirnov-untuk-uji-normalitas/). Diunduh pada tanggal 2 Juli 2011).

b. Uji Linearitas

Uji linieritas regresi bertujuan untuk menguji kekeliruan eksperimen atau alat eksperimen dan menguji model linier yang telah diambil. Untuk itu dalam uji linieritas regresi ini akan menghasilkan uji independen dan uji tuna cocok regresi linier. Hal ini dimaksudkan untuk menguji apakah korelasi antara variabel *predictor* dengan *criterium* berbentuk linier atau tidak. Regresi dikatakan linier apabila harga F hitung (observasi) lebih kecil dari F tabel. Untuk uji linieritas

regresi dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis varians, dengan rumus sebagai berikut:

$$F = \frac{s^2 TC}{s^2 e}$$

Keterangan:
 F = Nilai linieritas
 S = Standar Deviasi
 TC = Tuna cocok
 e = Kesalahan

2. Uji Hipotesis

Untuk menguji hipotesis menggunakan uji korelasi. Uji korelasi digunakan untuk mengetahui hubungan antara masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat menggunakan rumus *pearson product moment*. Rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \cdot \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \cdot \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \cdot \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

r_{xy} : Koefisien korelasi antara X dengan Y
 a_1 : Koefisien prediktor X_1
 a_2 : Koefisien prediktor X_2
 $\sum X_1 Y$: Jumlah produk antara X_1 dengan Y
 $\sum X_2 Y$: Jumlah produk antara X_2 dengan Y

Untuk menguji apakah harga r tersebut signifikan atau tidak dilakukan uji F (Sugiyono, 2003: 219-220) dengan rumus:

$$F_h = \frac{R^2 / k}{(1-R^2) / (n-k-1)}$$

Keterangan :

R : Koefisien korelasi ganda
 K : Jumlah variabel independen
 n : Jumlah anggota sampel

Harga F_h tersebut kemudian dikonsultasikan dengan harga F tabel dengan derajat kebebasan n-k-1 pada taraf signifikansi 5%. Apabila harga F hitung lebih besar atau sama dengan harga F tabel, maka ada hubungan yang signifikan antara variabel terikat dengan masing-masing variabel bebasnya.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa SSB Baturetno Bantul usia 14-15 tahun sebanyak 21 atlet. Dalam penelitian ini data yang dimaksud adalah data yang diperoleh dengan menggunakan metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Data dalam penelitian ini terdiri atas kecepatan lari 50 meter, kelincahan dan keterampilan bermain sepakbola. Data hasil pengukuran dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Data Hasil Penelitian

No Subjek	Kecepatan Lari 50 Meter	Kelincahan	Keterampilan Bermain Sepakbola
1	7.34	26.02	39.55
2	5.01	24.01	38.81
3	7.92	25.21	40.18
4	7.52	27.24	42.46
5	7.93	26.32	42.52
6	7.83	24.98	46.38
7	8.12	27.04	45.89
8	8.28	26.58	59.29
9	8.34	27.98	42.08
10	8.17	28.03	55.74
11	6.33	25.12	38.82
12	9.12	27.11	61.30
13	7.34	26.17	49.26
14	8.02	27.14	61.30
15	8.30	28.27	63.12
16	7.05	25.12	39.55
17	7.85	25.01	48.33
18	8.21	28.19	52.64
19	7.19	26.03	51.15
20	7.68	26.21	56.98
21	8.51	28.31	57.38

Secara terperinci deskripsi tiap-tiap variabel adalah sebagai berikut:

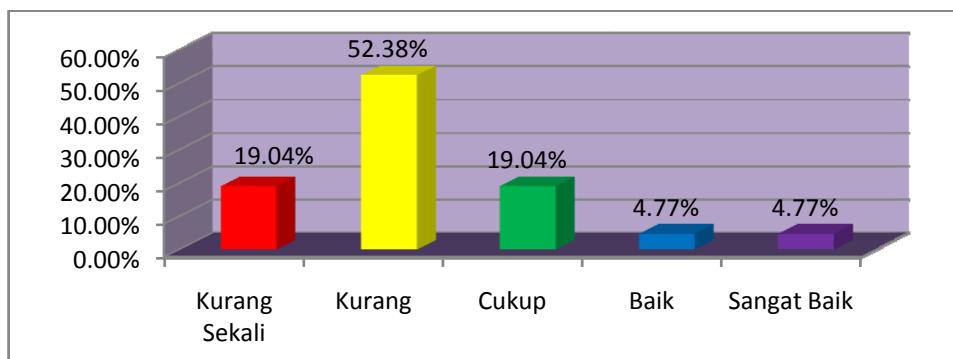
1. Kecepatan Lari 50 Meter

Hasil penghitungan data kecepatan lari 50 meter siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul menghasilkan rerata sebesar 7.71, median = 7.92, modus = 7.34, dan standar deviasi = 0.859. Adapun nilai terkecil sebesar 5.01 dan nilai terbesar sebesar 9.12. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 6 halaman 73. Tabel distribusi kecepatan lari 50 meter siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul sebagai berikut:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kecepatan Lari 50 Meter Siswa Usia 14-15 Tahun SSB Baturetno Bantul

No	Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1	8.298 – 9.119	4	19.04%	Kurang Sekali
2	7.476 – 8.297	11	52.38%	Kurang
3	6.654 – 7.475	4	19.04%	Cukup
4	5.832 – 6.653	1	4.77%	Baik
5	5.01 – 5.831	1	4.77%	Sangat Baik
Jumlah		21	100%	

Berdasarkan tabel di atas terlihat bahwa sebagian besar kecepatan lari 50 meter siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul berada pada interval 7.476-8.297 dengan persentase sebesar 52.38%. Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka data kecepatan lari 50 meter tampak pada gambar sebagai berikut:



Gambar 5. Grafik Kecepatan Lari 50 Meter Siswa Usia 14-15 Tahun SSB Baturetno Bantul.

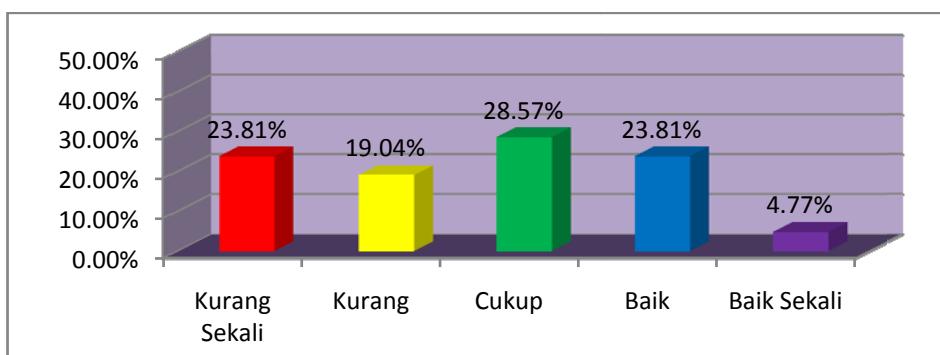
2. Kelincahan

Hasil penghitungan data kelincahan siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul menghasilkan rerata sebesar 26.48, median = 26.32, modus = 25.12, dan standar deviasi = 1.27. Nilai terkecil yang diperoleh sebesar 24.01 dan nilai terbesar sebesar 28.31. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 6 halaman 73. Tabel distribusi kelincahan siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul sebagai berikut:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kelincahan Siswa Usia 14-15 Tahun SSB Baturetno Bantul

No	Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1	27.45 – 28.30	5	23.81%	Kurang Sekali
2	26.59 – 27.44	4	19.04%	Kurang
3	25.73 – 26.58	6	28.57%	Cukup
4	24.87 – 25.72	5	23.81%	Baik
5	24.01 – 24.86	1	4.77%	Sangat Baik
Jumlah		21	100%	

Berdasarkan tabel di atas terlihat bahwa sebagian besar kelincahan siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul berada pada interval 25.74-26.59 dengan persentase sebesar 28.57% dan masuk dalam kategori cukup. Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka data kelincahan siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul tampak sebagai berikut:



Gambar 6. Grafik Kelincahan Siswa Usia 14-15 Tahun SSB Baturetno Bantul.

3. Keterampilan Bermain Sepakbola

Hasil penghitungan data keterampilan bermain sepakbola siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul menghasilkan rerata sebesar 49.17, median = 48.33, modus = 39.55, dan standar deviasi = 8.42. Nilai terkecil yang diperoleh sebesar 38.81 dan nilai terbesar sebesar 63.12. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 6 halaman 73.

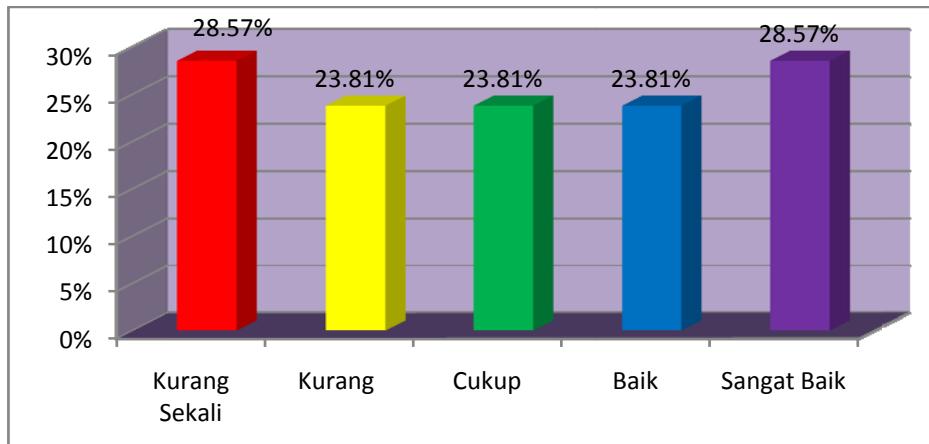
Tabel distribusi keterampilan bermain sepakbola siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul sebagai berikut:

Tabel 5. Sakala Penilaian Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Usia 14-15 Tahun SSB Baturetno Bantul

No	Skala Penilaian	Waktu Tempuh	Frekuensi	Persentase
A	Sangat baik	< 34.82 detik	0	0%
B	Baik	40.78 – 34.81	5	23.81%
C	Cukup	46.76 – 40.79	5	23.81%
D	Kurang	52.73 – 46.77	5	23.81%
E	Kurang Sekali	> 52.73	6	28.57%
Jumlah			21	100%

Berdasarkan tabel di atas terlihat sebagian besar keterampilan bermain sepakbola siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul berada pada rentang > 52.73 dengan persentase sebesar 28.57% dan masuk dalam kategori kurang sekali, masuk dalam kategori baik dengan persentase sebesar 23.81%, masuk dalam kategori cukup dengan persentase 23.81 dan masuk dalam kategori kurang dengan persentase sebesar 23.81%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka data keterampilan bermain sepakbola siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul tampak sebagai berikut:



Gambar 7. Grafik Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Usia 14-15 Tahun SSB Baturetno Bantul.

B. Hasil Analisis Data

1. Hasil Uji Prasyarat

Analisis data untuk menguji hipotesis memerlukan beberapa uji persyaratan yang harus dipenuhi agar hasilnya dapat dipertanggungjawabkan. Uji persyaratan analisis meliputi:

a. Uji Normalitas

Tujuan uji normalitas adalah untuk mengetahui apakah data yang diperoleh dari tiap-tiap variabel yang dianalisis sebenarnya mengikuti pola sebaran normal atau tidak. Uji normalitas variabel dilakukan dengan menggunakan rumus *Kolmogrov-Smirnov*. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normal tidaknya suatu sebaran adalah $p > 0.05$ sebaran dinyatakan normal, dan jika $p < 0.05$ sebaran dikatakan tidak normal. Rangkuman hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 6. Rangkuman Hasil Uji Normalitas

Variabel	p	Sig.	Keterangan
Kecepatan Lari 50 Meter (X_1)	0.109	0.05	Normal
Kelincahan (X_2)	0.200		Normal
Keterampilan Bermain Sepakbola (Y)	0.133		Normal

Dari tabel di atas, menunjukkan bahwa nilai signifikansi (p) variabel kecepatan lari 50 meter (X_1) $p = 0.109$, kelincahan (X_2) $p = 0.200$ dan keterampilan bermain sepakbola (Y) $p = 0.133$ adalah lebih besar dari 0.05, jadi, data tentang kecepatan lari 50 meter (X_1), kelincahan (X_2) dan keterampilan bermain sepakbola (Y) adalah berdistribusi normal. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 7 halaman 76.

b. Uji Linearitas

Pengujian linieritas hubungan dilakukan melalui uji F. Hubungan antara variabel X dengan Y dinyatakan linier apabila nilai F tabel $> F$ hitung dengan $db = m; N-m-1$ pada taraf signifikansi 5%. Hasil uji linieritas dapat dilihat dalam tabel berikut ini:

Tabel 7. Ringkasan Hasil Uji Linieritas Hubungan

Hubungan Fungsional	F			Keterangan
	Hitung	db	Tabel	
$X_1.Y$	1.557	17;2	19.437	Linier
$X_2.Y$	5.940	17;2	19.437	Linier

Dari tabel di atas, terlihat bahwa nilai F hitung seluruh variabel bebas dengan variabel terikat (F hitung = 1.557 dan 5.940 $< F$ tabel 19.437) adalah lebih kecil dari F tabel. Jadi, hubungan seluruh variabel bebas dengan variabel terikatnya dinyatakan linear. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 8 halaman 77.

2. Uji Hipotesis

Analisis data penelitian yang digunakan untuk menguji hipotesis terdiri atas analisis korelasi sederhana. Untuk memperjelas hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat maka dilakukan analisis regresi berganda.

a. Hubungan antara kecepatan lari 50 meter dan keterampilan bermain sepakbola

Uji hipotesis yang pertama adalah “ada hubungan antara kecepatan lari 50 meter dan keterampilan bermain sepakbola siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul”. Hasil uji hipotesis dengan menggunakan analisis regresi korelasi dapat dilihat pada tabel berikut ini. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 10 halaman 79.

Tabel 8. Koefisien Korelasi antara Kecepatan Lari 50 Meter (X_1) dan Keterampilan Bermain Sepakbola (Y)

Korelasi	r hitung	r tabel	Keterangan
X_1, Y	0.613	0.352	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis tersebut di atas diperoleh koefisien korelasi kecepatan lari 50 meter dengan keterampilan bermain sepakbola sebesar 0.613 bernilai positif, artinya semakin besar nilai yang mempengaruhi maka semakin besar nilai hasilnya. Uji keberartian koefisien korelasi tersebut dilakukan dengan cara mengonsultasi harga r hitung dengan r tabel, pada $\alpha = 5\%$ dengan $N = 21$ diperoleh r tabel sebesar 0.352. Karena koefisien korelasi antara r hitung ($0.613) > (0.352)$ r tabel pada taraf signifikansi 5%, berarti koefisien korelasi tersebut signifikan. Dengan demikian hipotesis yang

berbunyi ada hubungan antara kecepatan lari 50 meter dan keterampilan bermain sepakbola siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul diterima. Artinya ada hubungan yang signifikan antara kecepatan lari 50 meter dan keterampilan bermain sepakbola siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul.

Besarnya hubungan kecepatan lari 50 meter dengan keterampilan bermain sepakbola diketahui dengan cara nilai r ($R^2 \times 100\%$). Nilai R^2 sebesar 0.372, sehingga besarnya hubungan sebesar 37.2%, sedangkan sisanya sebesar 52.8% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

b. Hubungan antara kelincahan dan keterampilan bermain sepakbola

Uji hipotesis yang kedua adalah “ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dan keterampilan bermain sepakbola siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul”. Hasil uji hipotesis dengan menggunakan analisis regresi korelasi dapat dilihat pada tabel berikut ini. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 10 halaman 79.

Tabel 9. Koefisien Korelasi antara Kelincahan (X_2) dengan Keterampilan Bermain Sepakbola (Y)

Korelasi	r hitung	r tabel	Keterangan
X_2, Y	0.595	0.352	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis tersebut di atas diperoleh koefisien korelasi kelincahan dengan keterampilan bermain sepakbola sebesar 0.595 bernilai positif, artinya semakin besar nilai yang mempengaruhi maka semakin besar nilai hasilnya. Uji keberartian koefisien korelasi

tersebut dilakukan dengan cara mengonsultasi harga r hitung dengan r tabel, pada $\alpha = 5\%$ dengan $N = 21$ diperoleh r tabel sebesar 0.352. Karena koefisien korelasi antara r hitung ($0.595 > 0.352$) r tabel pada taraf signifikansi 5%, berarti koefisien korelasi tersebut signifikan. Dengan demikian hipotesis yang berbunyi ada hubungan antara kelincahan dan keterampilan bermain sepakbola siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul diterima. Artinya ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dan keterampilan bermain sepakbola siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul.

Besarnya hubungan kecepatan lari 50 meter dengan keterampilan bermain sepakbola diketahui dengan cara nilai r ($R^2 \times 100\%$). Nilai R^2 sebesar 0.354, sehingga besarnya hubungan sebesar 35.4%, sedangkan sisanya sebesar 54.6% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

c. Hubungan antara kecepatan lari 50 meter dan kelincahan terhadap keterampilan bermain sepakbola

Uji hipotesis yang ketiga adalah “ada hubungan antara kecepatan lari 50 meter dan kelincahan terhadap keterampilan bermain sepakbola siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul”. Hasil uji hipotesis dengan menggunakan analisis regresi berganda dapat dilihat pada tabel berikut ini. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 10 halaman 79.

Tabel 10. Koefisien Korelasi antara Kecepatan Lari 50 Meter (X_1) dan Kelincahan (X_2) terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola (Y)

Korelasi	r hitung	r tabel	F hitung	F tabel (0.05, 2;18)	Keterangan
$X_1.X_2.Y$	0.653	0.352	6.696	3.555	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis tersebut di atas diperoleh koefisien korelasi antara kecepatan lari 50 meter dan kelincahan terhadap keterampilan bermain sepakbola sebesar 0.653, bernilai positif artinya semakin besar nilai yang mempengaruhi maka semakin besar nilai hasilnya. Uji keberatian koefisien korelasi tersebut dilakukan dengan cara mengonsultasi harga r hitung dengan r tabel, pada $\alpha = 5\%$ dengan $N = 21$ diperoleh r tabel sebesar 0.352. Karena koefisien korelasi antara r hitung (0.653) $>$ (0.352) r tabel dan harga F hitung $6.696 > F$ tabel pada taraf signifikansi 5% dan derajat kebebasan 2;18 yaitu 3.555, berarti koefisien korelasi tersebut signifikan. Dengan demikian hipotesis yang berbunyi ada hubungan antara kecepatan lari 50 meter dan kelincahan terhadap keterampilan bermain sepakbola siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul diterima. Artinya ada hubungan yang signifikan antara kecepatan lari 50 meter dan kelincahan terhadap keterampilan bermain sepakbola siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul.

Besarnya hubungan kecepatan lari 50 meter dan kelincahan dengan keterampilan bermain sepakbola diketahui dengan cara nilai r ($R^2 \times 100\%$). Nilai R^2 sebesar 0.427, sehingga besarnya hubungan

sebesar 42.7%, sedangkan sisanya sebesar 57.3% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecepatan dan keterampilan bermain sepakbola siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul. Dengan r hitung sebesar 0.613 lebih besar dari r tabel pada $\alpha = 5\%$ dengan $N = 21$ sebesar 0.352. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa kecepatan mempengaruhi keterampilan bermain sepakbola. Semakin besar kecepatan dan kelincahan seseorang, maka keterampilan bermain sepakbola akan semakin baik, sebaliknya semakin lambat kecepatan dan kelincahannya, maka keterampilan bermain sepakbola semakin lambat pula. Kecepatan merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi gerak. Kecepatan merupakan unsur kemampuan gerak yang harus dimiliki seorang pemain sepakbola sebab dengan kecepatan yang tinggi, pemain yang menggiring bola dapat menerobos dan melemahkan daerah pertahanan lawan. Kecepatan didukung dengan tenaga eksplosif berguna untuk *fastbreak*, *dribble* dan *passing*. Kecepatan bukan hanya berarti menggerakkan seluruh tubuh dengan cepat, akan tetapi dapat pula terbatas pada menggerakkan seluruh tubuh dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Kecepatan anggota tubuh seperti tungkai adalah penting pula guna memberikan akselerasi objek-objek eksternal dalam menggiring bola. Kecepatan melibatkan koordinasi otot-otot besar pada tubuh dengan cepat dan

tepat dalam suatu aktifitas tertentu. Kecepatan dapat dilihat dari sejumlah besar kegiatan dalam olahraga meliputi kerja kaki (*footwork*) yang efisien dan perubahan posisi tubuh dengan cepat. Seseorang yang mampu bergerak dengan koordinasi seperti tersebut di atas yang cepat dan tepat berarti memiliki kecepatan yang baik yang berpengaruh terhadap hasil menggiring bola.

Pada variabel kelincahan diperoleh koefisien korelasi r hitung (0.595) > (0.352) r tabel pada taraf signifikansi 5%. Hasil analisis ini menunjukkan bahwa dengan bertambahnya kelincahan pemain sepakbola, maka akan diikuti semakin baiknya keterampilan bermain sepakbola. Kelincahan merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi gerak. Kelincahan merupakan unsur kemampuan gerak yang harus dimiliki seorang pemain sepakbola sebab dengan kelincahan yang tinggi pemain dapat menghemat tenaga dalam suatu permainan. Kelincahan juga diperlukan dalam membebaskan diri dari kawalan lawan dengan menggiring bola melewati lawan dengan menyerang untuk menciptakan suatu gol yang akan membawa pada kemenangan. Seorang pemain yang kurang lincah dalam melakukan suatu gerakan akan sulit untuk menghindari sentuhan-sentuhan perseorangan yang dapat mengakibatkan kesalahan perseorangan. Kelincahan melibatkan koordinasi otot-otot besar pada tubuh dengan cepat dan tepat dalam suatu aktifitas tertentu. Kelincahan dapat dilihat dari sejumlah besar kegiatan dalam olahraga meliputi kerja kaki (*footwork*) yang efisien dan perubahan posisi tubuh dengan cepat. Seseorang yang mampu merubah posisi yang berbeda dalam kecepatan tinggi dengan

koordinasi yang baik, berarti kelincahannya cukup baik. Individu yang mampu merubah posisi yang satu ke posisi yang lain dengan koordinasi dan kecepatan yang tinggi memiliki kesegaran yang baik dalam komponen kelincahan. Dalam beberapa hal, kelincahan menyatu dengan tenaga daya tahan. Kelincahan diperlukan sekali dalam melakukan gerak tipu pada saat menggiring bola. Gerak tipu dapat kita kerjakan dengan mengendalikan ketepatan, kecepatan, dan kecermatan.

Seorang pemain sepakbola, diharapkan mempunyai kecepatan lari dan kelincahan yang baik, karena dengan hal ini pemain akan memiliki keterampilan bermain sepakbola yang baik pula. Maka setiap pemain sepakbola haruslah melatih kedua faktor tersebut di luar faktor lain yang harus dimiliki oleh setiap pemain sepakbola.

BAB V **KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Ada hubungan antara kecepatan dan kelincahan terhadap keterampilan bermain sepakbola pada siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul.
2. Ada hubungan antara kecepatan dan keterampilan bermain sepakbola pada siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul.
3. Ada hubungan antara kelincahan dan keterampilan bermain sepakbola pada siswa usia 14-15 tahun SSB Baturetno Bantul.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan kesimpulan di atas, penelitian memiliki implikasi, yaitu bagi pelatih yang akan meningkatkan keterampilan bermain sepakbola hendaknya memperhatikan faktor yang penting yaitu, seperti kecepatan lari 50 meter dan kelincahan. Bentuk perhatian dapat berwujud melatih kecepatan dan kelincahan dengan bentuk latihan yang bervariasi lagi.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini dilakukan sebaik mungkin, namun tidak terlepas dari keterbatasan yang ada. Keterbatasan selama penelitian yaitu:

1. Tidak tertutup kemungkinan para siswa kurang bersungguh-sungguh dalam melakukan tes keterampilan bermain sepakbola.
2. Peneliti tidak dapat mengontrol faktor lain yang dapat mempengaruhi keterampilan bermain sepakbola, yaitu faktor psikologis atau kematangan mental
3. Kesadaran peneliti, bahwa masih kurangnya pengetahuan, biaya dan waktu untuk penelitian

D. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Bagi pelatih sepakbola, hendaknya memperhatikan kecepatan lari 50 meter dan kelincahan karena mempengaruhi keterampilan bermain sepakbola.
2. Bagi atlet sepakbola agar menambah latihan-latihan lain yang mendukung dalam mengembangkan keterampilan bermain sepakbola.
3. Dalam skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu bagi peneliti selanjutnya hendaknya mengembangkan dan menyempurnakan instrumen penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abin Syamsuddin Makmum. (2003). *Karakteristik Perilaku dan Kepribadian pada Sasa Remaja*. <http://id.wordpress.com> . Di unduh pada tanggal 12 Januari 2012.
- Baley, James A. (1986). *Pedoman Atlet Teknik Peningkatan Ketangkasan dan Stamina*. Semarang: Dahara Prise.
- Dangsina Moeloeck dan Arjadino Tjokro (1984). Kesehatan Olaharaga. <http://anggaway89.wordpress.com/2010/05/24/latihan-kelincahan/Di> unduh pada tanggal 28 April 20012.
- Depdikbud. (2007). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Gempur Safar. (2010). “Metode Kolmogorov Smirnov untuk Uji Normalitas”. Artikel.<http://exponensial.wordpress.com/2010/04/21/metode-kolmogorov-smirnov-untuk-uji-normalitas/>. (Diunduh 2 Juli 2011).
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-aspek Psikologi dalam Coaching*. Jakarta: PT. Dirjen Dikti P2LPT.
- Herwin. (2006). *Keterampilan Sepakbola Dasar. Diktat*. Yogyakarta: FIK UNY. <http://ge-blog-bahantugaskuliah.blogspot.com/2009/02/komponen-latihan-fisik.html>. Diunduh pada tanggal 27 April 2012.
- ([http://id.wikipedia.org/winde.php? title=Sepakbola&action=edit](http://id.wikipedia.org/winde.php?title=Sepakbola&action=edit)). Diunduh pada tanggal 23 januari 2012.
- Komarudin. (2005). *Dasar Gerak Sepakbola*. Diktat Pembelajaran.
- Muhajir. (2004). *Pendidikan Jasmani Teori dan Praktek*. Jakarta: Erlangga.
- Sajoto. (1988). *Pembinaan Kondisi Fisik Olahraga*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti PPLPTK.
- Sarumpaet, dkk. (1992). *Permainan Besar*. Padang: Depdikbud.
- Sucipto, dkk. (2000). *Sepakbola.”Diktat”*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Subagyo Irianto. (2010). Pengembangan tes kecakapan “David Lee” untuk sekolah sepakbola (ssb) kelompok umur 14-15 tahun. *Tesis* tidak diterbitkan. Yogyakarta: PP UNY.
- Sugiyono. (2003). *Statistika Untuk Penelitian*: Bandung: CV Alfabeta.

Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sukadiyanto. (2005). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: FIK UNY.

Sukintaka. (1992). *Teori Bermain*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Sertifikat Peneraan

<p style="text-align: center;">PEMERINTAH PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN, KOPERASI DAN USAHA KECIL MENENGAH BALAI METROLOGI Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062</p>					
<p style="text-align: center;">SERTIFIKAT PENERAAN <i>VERIFICATION CERTIFICATE</i></p>					
<p style="text-align: center;">Nomor : 3596 / MET / UP - 321 / XI / 2011 Number</p>					
<table border="1"><tr><td>No. Order</td><td>: 001808</td></tr><tr><td>Diterima tgl</td><td>: 17 Nopember 2011</td></tr></table>		No. Order	: 001808	Diterima tgl	: 17 Nopember 2011
No. Order	: 001808				
Diterima tgl	: 17 Nopember 2011				
ALAT <i>Equipment</i>					
Nama <i>Name</i>	: Ban Ukur				
Kapasitas <i>Capacity</i>	: 5.000 cm				
Tipe/Model <i>Type/Model</i>	:				
PEMILIK <i>Owner</i>					
Nama <i>Name</i>	: Yudi Dwi Antoro				
Alamat <i>Address</i>	: Jamblangan RT 04A,RW 31 Banguntapan Bantul				
METODE, STANDART, TELUSURAN <i>Method, Standard, Traceability</i>					
Metode <i>Method</i>	: SK Ditjen PDN No 32/ PDN /KEP/3/2010				
Standard <i>Standard</i>	: Komparator 10 m				
Telusuran <i>Traceability</i>	: Tertelusur ke satuan SI Direktorat Metrologi Bandung				
TANGGAL TERA ULANG <i>Date of Verification</i>	: 18 Nopember 2011				
LOKASI TERA ULANG <i>Location of Verification</i>	: Balai Metrologi Yogyakarta				
KONDISI LINGKUNGAN TERA ULANG <i>Environment condition of Verification</i>	: Suhu : 30°C ; Kelembaban : 55%				
HASIL TERA ULANG <i>Result of verification</i>	: DISAHKAN UNTUK TERA ULANG TAHUN 2011				
DITERA ULANG KEMBALI <i>Reverification</i>	: 18 Nopember 2012				
					
Halaman 1 dari 1 Halaman	18 Nopember 2011				
DILARANG MENGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA					
FBM.22-01.T					

Lampiran 2. Sertifikat Kalibrasi

**PEMERINTAH PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**
DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN, KOPERASI DAN USAHA KECIL MENENGAH
BALAI METROLOGI
Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062

SERTIFIKAT KALIBRASI
CALIBRATION CERTIFICATE

Nomor : 3570 / MET / SW - 109 / XI / 2011
Number

No. Order	: 001808
Diterima tgl	: 17 November 2011

ALAT
Equipment

Nama	:	Stopwatch	Nomor Seri	:
Name	:		Serial number	
Kapasitas	:	1 jam	Merek/Buatan	: YAMAKO
Capacity	:		Trade Mark/Manufaktur	
Tipe/Model	:		Lain-lain	:
Type/Model	:		Other	

PEMILIK
Owner

Nama	:	Yudi Dwi Antoro
Name	:	
Alamat	:	Jamblangan RT 044,RW 31 Banguntapan Bantul
Address	:	

METODE, STANDAR, TELUSURAN
Method, Standard, Traceability

Metode	:	ISO 4168 (1976) Time Measurement Instrument
Method	:	
Standar	:	Casio HS-80TW.IDF
Standard	:	
Telusuran	:	Tertelusur ke satuan SI Direktorat Metrologi Bandung
Traceability	:	

TANGGAL DIKALIBRASI
Date of Calibrated

LOKASI KALIBRASI
Location of calibration

KONDISI LINGKUNGAN KALIBRASI
Environment condition of calibration

HASIL
Result

Metode	:	17 November 2011
Method	:	
Standar	:	Balai Metrologi Yogyakarta
Standard	:	
Telusuran	:	Suhu : 30°C ; Kelembaban : 55%
Traceability	:	
Metode	:	Lihat sebaliknya
Method	:	
Standar	:	
Standard	:	
Telusuran	:	
Traceability	:	

Yogyakarta, 17 November 2011
Kepala


BALAI METROLOGI YOGYAKARTA
Soedaryono SE
NIP. 19580114 197903 1 006

Halaman 1 dari 1 Halaman

FBM.22-02.T

DILARANG MENGANDALKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA

Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian dari Fakultas



KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No. 1 Yogyakarta, Telp. (0274) 513092 psw 255

Nomor : 043/H.34.16/PP/2012
Lamp. : 1 Eksp
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

10 Januari 2012

Kepada :
Yth : Ketua Klub Sepakbola (SSB) Baturetno
di Kabupaten Bantul

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan pengambilan data dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin Penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama Mahasiswa : Agus Budianto
Nomor Mahasiswa : 05602241052
Program Studi : S-1 Pendidikan Kepelatihan Olahraga (PKO)

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Januari s/d Februari 2012
Tempat / Objek : Lapangan Sepakbola Baturetno Kabupaten Bantul / siswa
Usia 14-15 Tahun SSB Baturetno
Judul Skripsi : HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN DAN KELINCAHAN DENGAN
KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA PADA PEMAIN SEPAKBOLA
PADA PEMAIN SEPAKBOLA USIA 14-15 TAHUN DI SEKOLAH
SEPAKBOLA (SSB) BATURETNO BANTUL."

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya .



Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.
NIP. 19600824 198601 1 001.

Tembusan Yth :

1. Pengelola Lapangan Baturetno Kab. Bantul
2. Kaprodi PKO FIK UNY
3. Pembimbing Tas
4. Mahasiswa Ybs.

Lampiran 4. Surat Ijin Penelitian dari SSB Baturetno Bantul



Lanjutan Lampiran 4



Lampiran 5. Deskripsi Data Penelitian

HASIL TES KECEPATAN LARI 50 METER SISWA USIA 14-15 TAHUN SSB BATURETNO BANTUL

NO	NAMA	TES 1	TES 2	NILAI TERBAIK
1	Anggit Perdana K	7.34	7.60	7.34 detik
2	Rulli Setiawan	5.01	5.19	5.01
3	Yoppy Meola	8.14	7.92	7.92
4	Fernando Ari H	7.52	8.03	7.52
5	Firdan Galih P	7.93	7.93	7.93
6	Susatriyo Nova P	8.21	7.83	7.83
7	Oscar Dian V	8.23	8.12	8.12
8	Riyan Priyanto	8.28	8.90	8.28
9	Nur Khamik	8.34	8.34	8.34
10	Muh Nasrudin	8.17	8.17	8.17
11	Dedy Martopo	6.33	7.01	6.33
12	Arif Nugroho	9.12	10.17	9.12
13	Yolan Cahyon	7.34	8.22	7.34
14	Dedi Angga S	8.02	9.03	8.02
15	Ade MulyonoW	8.58	8.30	8.30
16	Muktar Pangestu	7.61	7.05	7.05
17	Arif Wahyu	8.12	7.85	7.85
18	Maulana Elkadis	8.21	8.69	8.21
19	Kuncono	7.19	7.75	7.19
20	Ari Purwanto	7.68	8.20	7.68
21	Yohanes Sidik W	9.26	8.51	8.51

Lanjutan Lampiran 5.

**HASIL TES KELINCAHAN SISWA USIA 14-15 TAHUN SSB
BATURETNO BANTUL**

NO	NAMA	TES 1	TES 2	NILAI TERBAIK
1	Anggit Perdana K	26.02	26.52	26.02 detik
2	Rulli Setiawan	24.01	25.23	24.01
3	Yoppy Meola	25.49	25.21	25.21
4	Fernando Ari H	27.51	27.24	27.24
5	Firdan Galih P	26.32	27.03	26.32
6	Susatriyo Nova P	24.98	26.12	24.98
7	Oscar Dian V	27.04	28.17	27.04
8	Riyan Priyanto	27.11	26.58	26.58
9	Nur Khamik	28.16	27.98	27.98
10	Muh Nasrudin	28.03	28.34	28.03
11	Dedy Martopo	25.12	26.23	25.12
12	Arif Nugroho	27.11	28.31	27.11
13	Yolan Cahyon	26.17	27.45	26.17
14	Dedi Angga S	27.14	27.67	27.14
15	Ade MulyonoW	28.67	28.27	28.27
16	Muktar Pangestu	25.89	25.12	25.12
17	Arif Wahyu	25.88	25.01	25.01
18	Maulana Elkadis	28.19	29.29	28.19
19	Kuncono	26.03	27.12	26.03
20	Ari Purwanto	26.21	26.64	26.21
21	Yohanes Sidik W	28.31	29.19	28.31

Lanjutan Lamipran 5.

**HASIL TES KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA
SISWA USIA 14-15 TAHUN SSB BATURETNO BANTUL**

NO	NAMA	TES 1	TES 2	NILAI TERBAIK
1	Anggit Perdana K	39.55	40.65	39.55
2	Rulli Setiawan	38.81	41.23	38.81
3	Yoppy Meola	40.18	43.11	40.18
4	Fernando Ari H	42.46	42.46	42.46
5	Firdan Galih P	42.52	44.25	42.52
6	Susatriyo Nova P	46.38	48.76	46.38
7	Oscar Dian V	45.89	47.81	45.89
8	Riyan Priyanto	59.29	59.29	59.29
9	Nur Khamik	42.08	42.08	42.08
10	Muh Nasrudin	55.74	55.74	55.74
11	Dedy Martopo	38.82	41.53	38.82
12	Arif Nugroho	61.30	61.30	61.30
13	Yolan Cahyon	49.26	52.71	49.26
14	Dedi Angga S	61.30	63.41	61.30
15	Ade MulyonoW	63.12	65.87	63.12
16	Muktar Pangestu	39.55	39.55	39.55
17	Arif Wahyu	48.33	50.22	48.33
18	Maulana Elkadis	52.64	53.02	52.64
19	Kuncono	51.15	51.15	51.15
20	Ari Purwanto	56.98	56.98	56.98
21	Yohanes Sidik W	57.38	59.77	57.38

Lanjutan Lamipran 5.

**RANGKUMAN HASIL DATA PENELITIAN SISWA USIA 14-15 TAHUN
SSB BATURETNO BANTUL**

NO	NAMA	KECEPATAN LARI 50 M	KELINCAHAN	KETERAMPILAN SEPAKBOLA
1	Anggit Perdana K	7.34	26.02	39.55
2	Rulli Setiawan	5.01	24.01	38.81
3	Yoppy Meola	7.92	25.21	40.18
4	Fernando Ari H	7.52	27.24	42.46
5	Firdan Galih P	7.93	26.32	42.52
6	Susatriyo Nova P	7.83	24.98	46.38
7	Oscar Dian V	8.12	27.04	45.89
8	Riyan Priyanto	8.28	26.58	59.29
9	Nur Khamik	8.34	27.98	42.08
10	Muh Nasrudin	8.17	28.03	55.74
11	Dedy Martopo	6.33	25.12	38.82
12	Arif Nugroho	9.12	27.11	61.30
13	Yolan Cahyon	7.34	26.17	49.26
14	Dedi Angga S	8.02	27.14	61.30
15	Ade MulyonoW	8.30	28.27	63.12
16	Muktar Pangestu	7.05	25.12	39.55
17	Arif Wahyu	7.85	25.01	48.33
18	Maulana Elkadis	8.21	28.19	52.64
19	Kuncono	7.19	26.03	51.15
20	Ari Purwanto	7.68	26.21	56.98
21	Yohanes Sidik W	8.51	28.31	57.38

Lampiran 6. Deskriptif Statistik

DESKRIPTIF STATISTIK DATA PENELITIAN

Statistics

	Kecepatan Lari 50 m	Kelincahan	Keterampilan Sepakbola
N	Valid	21	21
	Missing	0	0
Mean		7.7171	26.4805
Median		7.9200	26.3200
Mode		7.34	25.12
Std. Deviation		.85908	1.27075
Range		4.11	4.30
Minimum		5.01	24.01
Maximum		9.12	28.31
Sum		162.06	556.09
			1032.73

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Kecepatan Lari 50 meter

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	5.01	1	4.8	4.8
	6.33	1	4.8	9.5
	7.05	1	4.8	14.3
	7.19	1	4.8	19.0
	7.34	2	9.5	28.6
	7.52	1	4.8	33.3
	7.68	1	4.8	38.1
	7.83	1	4.8	42.9
	7.85	1	4.8	47.6
	7.92	1	4.8	52.4
	7.93	1	4.8	57.1
	8.02	1	4.8	61.9
	8.12	1	4.8	66.7
	8.17	1	4.8	71.4
	8.21	1	4.8	76.2
	8.28	1	4.8	81.0

Lanjutan Lampiran 6.

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
8.3	1	4.8	4.8	85.7
8.34	1	4.8	4.8	90.5
8.51	1	4.8	4.8	95.2
9.12	1	4.8	4.8	100.0
Total	21	100.0	100.0	

Kelincahan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid				
24.01	1	4.8	4.8	4.8
24.98	1	4.8	4.8	9.5
25.01	1	4.8	4.8	14.3
25.12	2	9.5	9.5	23.8
25.21	1	4.8	4.8	28.6
26.02	1	4.8	4.8	33.3
26.03	1	4.8	4.8	38.1
26.17	1	4.8	4.8	42.9
26.21	1	4.8	4.8	47.6
26.32	1	4.8	4.8	52.4
26.58	1	4.8	4.8	57.1
27.04	1	4.8	4.8	61.9
27.11	1	4.8	4.8	66.7
27.14	1	4.8	4.8	71.4
27.24	1	4.8	4.8	76.2
27.98	1	4.8	4.8	81.0
28.03	1	4.8	4.8	85.7
28.19	1	4.8	4.8	90.5
28.27	1	4.8	4.8	95.2
28.31	1	4.8	4.8	100.0
Total	21	100.0	100.0	

Lanjutan Lampiran 6.

Keterampilan Sepakbola

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	38.81	1	4.8	4.8
	38.82	1	4.8	9.5
	39.55	2	9.5	19.0
	40.18	1	4.8	23.8
	42.08	1	4.8	28.6
	42.46	1	4.8	33.3
	42.52	1	4.8	38.1
	45.89	1	4.8	42.9
	46.38	1	4.8	47.6
	48.33	1	4.8	52.4
	49.26	1	4.8	57.1
	51.15	1	4.8	61.9
	52.64	1	4.8	66.7
	55.74	1	4.8	71.4
	56.98	1	4.8	76.2
	57.38	1	4.8	81.0
	59.29	1	4.8	85.7
	61.3	2	9.5	95.2
	63.12	1	4.8	100.0
Total	21	100.0	100.0	

Lampiran 7. Uji Normalitas

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Kecepatan Lari 50 meter	21	100.0%	0	.0%	21	100.0%
Kelincahan	21	100.0%	0	.0%	21	100.0%
Keterampilan Sepakbola	21	100.0%	0	.0%	21	100.0%

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Kecepatan Lari 50 meter	.171	21	.109	.867	21	.009
Kelincahan	.127	21	.200*	.944	21	.259
Keterampilan Sepakbola	.166	21	.133	.908	21	.050

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

Lampiran 8. Uji Linearitas

UJI LINEARITAS VARIABEL KECEPATAN LARI 50 METER (X1) DENGAN KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA Y

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Kecepatan Lari 50 meter * Keterampilan Sepakbola	21	100.0%	0	.0%	21	100.0%

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecepatan Lari 50 meter *	Between Groups	14.113	18	.784	2.424	.332
Keterampilan Sepakbola	Linearity	5.550	1	5.550	17.156	.054
	Deviation from Linearity	8.563	17	.504	1.557	.462
	Within Groups	.647	2	.324		
	Total	14.760	20			

UJI LINEARITAS VARIABEL KELINCAHAN (X2) DENGAN KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA (Y)

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Kelincahan * Keterampilan Sepakbola	21	100.0%	0	.0%	21	100.0%

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kelincahan *	Between Groups	31.890	18	1.772	8.739	.107
Keterampilan Sepakbola	Linearity	11.419	1	11.419	56.329	.017
	Deviation from Linearity	20.471	17	1.204	5.940	.154
	Within Groups	.405	2	.203		
	Total	32.296	20			

Lampiran 9. Uji Korelasi

Correlations

		Kecepatan Lari 50 meter	Kelincahan	Keterampilan Sepakbola
Kecepatan Lari 50 meter	Pearson Correlation	1	.712**	.613**
	Sig. (2-tailed)		.000	.003
	N	21	21	21
Kelincahan	Pearson Correlation	.712**	1	.595**
	Sig. (2-tailed)	.000		.004
	N	21	21	21
Keterampilan Sepakbola	Pearson Correlation	.613**	.595**	1
	Sig. (2-tailed)	.003	.004	
	N	21	21	21

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 10. Uji Regresi

UJI REGRESI X1, X2, DENGAN Y

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Kelincahan, Kecepatan Lari 50 meter ^a		. Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: Keterampilan Sepakbola

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.653 ^a	.427	.363	6.72077	.427	6.696	2	18	.007

a. Predictors: (Constant), Kelincahan, Kecepatan Lari 50 meter

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	604.910	2	302.455	6.696	^a
	Residual	813.038	18	45.169		
	Total	1417.948	20			

a. Predictors: (Constant), Kelincahan, Kecepatan Lari 50 meter

b. Dependent Variable: Keterampilan Sepakbola

UJI REGRESI X1 DENGAN Y

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Kecepatan Lari 50 meter ^a		. Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: Keterampilan Sepakbola

Lanjutan Lampiran 10.

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.613 ^a	.376	.343	6.82397

a. Predictors: (Constant), Kecepatan Lari 50 meter

UJI REGRESI X2 DENGAN Y

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Kelincahan ^a	.	Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: Keterampilan Sepakbola

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.595 ^a	.354	.320	6.94561

a. Predictors: (Constant), Kelincahan

Lampiran 11. Tabel r pada α 5%

Tabel r pada α 5%

df	r	df	r	df	r	df	r
1	0.988	26	0.323	51	0.228	76	0.188
2	0.900	27	0.317	52	0.226	77	0.186
3	0.805	28	0.312	53	0.224	78	0.185
4	0.729	29	0.306	54	0.222	79	0.184
5	0.669	30	0.301	55	0.220	80	0.183
6	0.622	31	0.296	56	0.218	81	0.182
7	0.582	32	0.291	57	0.216	82	0.181
8	0.549	33	0.287	58	0.214	83	0.180
9	0.521	34	0.283	59	0.213	84	0.179
10	0.497	35	0.279	60	0.211	85	0.178
11	0.476	36	0.275	61	0.209	86	0.177
12	0.458	37	0.271	62	0.208	87	0.176
13	0.441	38	0.267	63	0.206	88	0.175
14	0.426	39	0.264	64	0.204	89	0.174
15	0.412	40	0.261	65	0.203	90	0.173
16	0.400	41	0.257	66	0.201	91	0.172
17	0.389	42	0.254	67	0.200	92	0.171
18	0.378	43	0.251	68	0.198	93	0.170
19	0.369	44	0.248	69	0.197	94	0.169
20	0.360	45	0.246	70	0.195	95	0.168
21	0.352	46	0.243	71	0.194	96	0.167
22	0.344	47	0.240	72	0.193	97	0.166
23	0.337	48	0.238	73	0.191	98	0.165
24	0.330	49	0.235	74	0.190	99	0.165
25	0.323	50	0.233	75	0.189	100	0.164

Lampiran 12. Tabel Distribusi F untuk Alpha 5%

Tabel Distribusi F untuk Alpha 5%

v2/v1	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	17
1	161.448	199.500	215.707	224.583	230.162	233.986	236.768	238.883	240.543	241.882	246.91
2	18.513	19.000	19.164	19.247	19.296	19.330	19.353	19.371	19.385	19.396	19.437
3	10.128	9.552	9.277	9.117	9.013	8.941	8.887	8.845	8.812	8.786	8.682
4	7.709	6.944	6.591	6.388	6.256	6.163	6.094	6.041	5.999	5.964	5.831
5	6.608	5.786	5.409	5.192	5.050	4.950	4.876	4.818	4.772	4.735	4.590
6	5.987	5.143	4.757	4.534	4.387	4.284	4.207	4.147	4.099	4.060	3.908
7	5.591	4.737	4.347	4.120	3.972	3.866	3.787	3.726	3.677	3.637	3.479
8	5.318	4.459	4.066	3.838	3.687	3.581	3.500	3.438	3.388	3.347	3.186
9	5.117	4.256	3.863	3.633	3.482	3.374	3.293	3.230	3.179	3.137	2.973
10	4.965	4.103	3.708	3.478	3.326	3.217	3.135	3.072	3.020	2.978	2.812
11	4.844	3.982	3.587	3.357	3.204	3.095	3.012	2.948	2.896	2.854	2.685
12	4.747	3.885	3.490	3.259	3.106	2.996	2.913	2.849	2.796	2.753	2.582
13	4.667	3.806	3.411	3.179	3.025	2.915	2.832	2.767	2.714	2.671	2.498
14	4.600	3.739	3.344	3.112	2.958	2.848	2.764	2.699	2.646	2.602	2.428
15	4.543	3.682	3.287	3.056	2.901	2.790	2.707	2.641	2.588	2.544	2.368
16	4.494	3.634	3.239	3.007	2.852	2.741	2.657	2.591	2.538	2.494	
17	4.451	3.592	3.197	2.965	2.810	2.699	2.614	2.548	2.494	2.450	
18	4.414	3.555	3.160	2.928	2.773	2.661	2.577	2.510	2.456	2.412	
19	4.381	3.522	3.127	2.895	2.740	2.628	2.544	2.477	2.423	2.378	
20	4.351	3.493	3.098	2.866	2.711	2.599	2.514	2.447	2.393	2.348	

Lampiran 13. Biodata Siswa SSB Baturetno Bantul

No	Nama Subjek	Usia (Tahun)	Lama Latihan (Bulan)	TTL
1	Anggit Perdana K	14	25	Bantul, 12 Agustus 1998
2	Rulli Setiawan	14	22	Bantul, 16 Juni 1998
3	Yoppy Meola	15	25	Yogyakarta, 05 Mei 1996
4	Fernando Ari H	14	21	Bantul, 20 Februari 1997
5	Firdan Galih P	15	36	Bantul, 19 Februari 1996
6	Susatriyo Nova P	15	32	Pathuk, 23 November 1996
7	Oscar Dian V	14	27	Bantul, 14 Februari 1997
8	Riyan Priyanto	14	36	Bantul, 05 November 1997
9	Nur Khamik	14	20	Bantul, 06 Maret 1997
10	Muh Nasrudin	15	15	Bantul, 13 Maret 1996
11	Dedy Martopo	15	24	Bantul, 26 Oktober 1996
12	Arif Nugroho	15	14	Bantul, 23 Desember 1996
13	Yolan Cahyon	14	28	Bantul, 19 Juli 1997
14	Dedi Angga S	14	28	Bantul, 28 November 1997
15	Ade Mulyono W	14	16	Bantul, 22 Agustus 1997
16	Muktar Pangestu	15	38	Bantul, 14 Juli 1996
17	Arif Wahyu	15	28	Bantul, 05 Mei 1996
18	Maulana Elkadis	14	28	Yogyakarta, 14 Juni 1997
19	Kuncono	15	20	Bantul, 15 September 1996
20	Ari Purwanto	15	24	Bantul, 20 Juli 1996
21	Yohanes Sidik W	15	26	Bnatul, 13 September 1996

Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian SSB Baturetno Bantul

1. Penjelasan tentang Pelaksanaan Instrumen Tes



Lanjutan Lampiran 14

2. Pelaksanaan Tes Kecepatan Lari 50 Meter



Lanjutan Lampiran 14

3. Pelaksanaan Tes Kelincahan (*Shuttle Run*)



4. Pelaksanaan Tes Keterampilan Bermain Sepakbola



Lanjutan Lampiran 14



Peneliti Bersama Tim Pembantu Pengambilan Data

