

## Hubungan Kecepatan Lari dengan Keterampilan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola pada Siswa Putra Kelas VIII SMP Negeri 1 Sape Tahun Pelajaran 2013/2014.

Anhar<sup>1</sup>, Irwan<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>STKIP Taman Siswa Bima

<sup>1</sup>anhar.mubarak@gmail.com

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecepatan lari terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra kelas VIII SMPN 1 Sape Kabupaten Bima Tahun pelajaran 2013/2014. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa putra kelas VIII sebanyak 102 siswa, sampel dalam penelitian ini yaitu 25 siswa. Variabel penelitian terdiri dari 1 variabel bebas yaitu kecepatan lari, serta 1 variabel terikat yaitu keterampilan menggiring bola. Instrumen tes dalam penelitian ini yaitu tes kecepatan lari, dan tes menggiring bola. Hasil analisis koefisien korelasi diperoleh  $r_{hitung} 0.975 > r_{tabel}$  sebesar 0.396, yang berarti hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan ada hubungan secara signifikan antara kecepatan lari dengan menggiring bola pada permainan sepak bola oleh siswa putra kelas VIII SMPN 1 Sape Kabupaten Bima Tahun pelajaran 2013/2014. Hal ini berarti bahwa dengan bertambahnya kecepatan lari akan diikuti pula kecapatan dalam menggiring bola.

**Kata kunci:** Kecepatan lari, Keterampilan, Menggiring Bola.

### PENDAHULUAN

Sepak bola merupakan cabang olahraga yang sudah memasyarakat, baik sebagai hiburan, mulai dari latihan peningkatan kondisi tubuh atau sebagai prestasi untuk membela desa, daerah dan negara. Sepak bola yang sudah memasyarakat itu merupakan gambaran persepakbolaan di Indonesia khususnya negara maju pada umumnya.

Permainan sepak bola adalah suatu permainan yang menuntut adanya kerjasama yang baik dan rapi. Sepakbola merupakan permainan tim, oleh karena itu kerja sama tim merupakan kebutuhan permainan sepak bola yang harus dipenuhi oleh setiap kesebelasan yang menginginkan kemenangan. Kemenangan dalam permainan sepak bola hanya akan diraih dengan melalui kerjasama dari tim tersebut. Kemenangan tidak dapat diraih secara perseorangan dalam permainan tim, disamping itu setiap individu atau pemain harus memiliki kondisi fisik yang bagus, teknik dasar yang baik dan mental bertanding yang baik pula.

Dalam olahraga sepak bola, salah satu kemampuan dasar yang harus dikuasai oleh

seorang pemain adalah kemampuan menggiring bola. Kemampuan menggiring bola dalam olahraga sepak bola harus dikuasai oleh setiap pemain khususnya pada posisi penyerang. Karena merupakan senjata ampuh dalam upaya menyusun serangan ke daerah lawan. Menggiring bola dalam situasi bermain artinya membawa bola dari satu lini ke lini lainnya dengan cara mengontrol dari kaki ke kaki bila ruang gerak sempit, karena lawan menutup daerahnya. Dengan demikian kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola jelas membutuhkan unsur kemampuan fisik, yang dianggap dapat memberikan sumbangan atau kontribusi terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola adalah komponen Kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki.

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.

Mental dan kematangan bertanding. Kondisi fisik yang baik dan prima serta siap untuk menghadapi lawan bertanding merupakan unsur yang penting dalam permainan sepak bola. Seorang pemain sepak bola dalam bertahan maupun menyerang kadang-kadang menghadapi benturan keras, ataupun harus lari dengan kecepatan penuh ataupun berkelit menghindari lawan, berhenti menguasai bola dengan tiba-tiba. Seorang pemain sepak bola dalam mengatasi hal seperti itu haruslah dibina dan dilatih sejak awal.

Menggiring bola tidak hanya membawa bola menyusuri tanah dan lurus ke depan melainkan menghadapi lawan yang jaraknya cukup dekat dan rapat. Hal ini menuntut seorang pemain untuk memiliki kemampuan menggiring bola dengan baik. Menggiring bola adalah membawa bola dengan kaki dengan tujuan melewati lawan. Dribbling berguna untuk melewati lawan, mencari kesempatan memberi umpan kepada kawan dan untuk menahan bola tetap ada dalam penguasaan.

Menggiring bola (dribbling) memerlukan ketrampilan yang baik dan dukungan dari unsur-unsur kondisi fisik yang baik pula seperti Kelentukan tubuh dapat memberikan kemampuan gerak lebih cepat. Dengan metode ulangan yang banyak maka kemampuan dribbling yang lincah dan cepat dapat dicapai dan ditampilkan dalam pertandingan.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka penulis terdorong untuk melaksanakan penelitian tentang hubungan antara kecepatan lari dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola. Adapun yang digunakan sebagai subyek dalam pelaksanaan penelitian ini adalah siswa putra kelas VIII SMPN 1 Sape Tahun Pelajaran 2013/2014.

#### **Kecepatan lari**

Lari adalah frekuensi langkah yang dipercepat sehingga pada waktu berlari ada kecendrungan badan melayang. Artinya, pada waktulari kedua kaki tidak menyentuh tanah sekurang-kurangnya satu kaki tetap menyentuh tanah (Djumidar, 2006).

Kemampuan individu untuk menggerakkan

tubuh dan bagian-bagiannya di mana lebar bidang gerakan tanpa merasakan ketegangan pada artikulasi-artikulasi dan pemasangan-pemasangan otot. Ketika kita berbicara tentang kelentukan, tidak terelakkan kita mendengar istilah seperti: pembelokan (flexion), yakni yaitu gerakan ruas tubuh yang menyebabkan pengurangan (memperkecil) sudut sendi pada sumbu transversal/horizontal atau bidang sagital; perluasan (extension), yakni gerakan ruas tubuh kearah kebalikan dari flexion yang menyebabkan penambahan (pembesaran) sudut sendi; hyperextension, yakni di mana sudut dari suatu sambungan persendian diperluas di luar cakupannya yang normal; persendian ganda, yakni suatu kondisi yang hampir tidak ada, tetapi meskipun demikian istilah tersebut digunakan ketika mengacu pada seseorang dengan kelentukan yang tidak biasa di dalam posisi-posisi tertentu; dan akhirnya, musclesboundness (otot tak terbatas), yakni satu istilah yang digunakan untuk menguraikan kasus-kasus dari kekakuan (tak memiliki kelentukan) yakni ketika seseorang mengalami perkembangan otot yang bagus sekali.

Kecepatan kontraksi otot tergantung dari daya rekat serabut-serabut otot dan kecepatan transmisi impuls saraf. Kedua hal ini merupakan pembawaan atau bersifat genetik, atlet tidak dapat merubahnya. (Baley, 1996, p. : 198)

Rumus momentum adalah massa dikalikan kecepatan. Massa tubuh seorang atlet relatif konstan tetapi kecepatan dapat ditingkatkan melalui pada rogram latihan dan pengembangan otot. Diantara atlet yang beratnya sama (massa sama), atlet yang memiliki otot yang lebih kuat dalam Kelentukan tubuh akan lebih unggul (Baley, 1996, p. : 199).

Menurut (Nossek, 1993), mengemukakan bahwa: "Kecepatan adalah suatu kualitas yang baik dan seorang olahragawan untuk bereaksi dengan cepat jika mendapat rangsangan dan untuk tampil dengan gerakan yang sangat cepat".

Kecepatan didefinisikan sebagai kemampuan organisme atlet melakukan gerakan-gerakan dengan waktu yang sesingkat-singkatnya untuk mencapai hasil yang sebaik-baiknya (Suharno, 1995, p. 26). Kecepatan reaksi adalah kecepatan

seseorang antara pemberian rangsang atau stimulan dengan gerak pertama (harsono, 1998, p. 217).

Kecepatan gerak adalah kemampuan seseorang untuk mengerjakan gerakan berkesinambungan dalam bentuk yang sama dalam waktu yang sesingkat-singkatnya (sajoto, 1995, p. 7). Kecepatan seseorang ditentukan oleh berbagai faktor, secara umum yaitu: (1) macam fibril otot yang dibawa sejak lahir (pembawaan), fibril berwarna putih baik untuk gerakan kecepatan, (2) Pengaturan Nervous system, (3) Kekuatan otot, (4) Kemampuan elastisitas dan relaksasi suatu otot, (5) Kemauan dan disiplin individu (Suharno, 1995, p. 26).

Kecepatan mengacu pada kecepatan gerakan dalam melakukan suatu ketrampilan bukan hanya sekedar kecepatan lari. Menggerakkan kaki dengan cepat merupakan ketrampilan fisik terpenting bagi pemain bertahan dan harus ditingkatkan kemampuan mengubah arah pada saat terakhir merupakan hal yang terpenting lainnya.

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 obyek-obyek eksternal seperti sepakbola, bola basket, tenis, lempar cakram, bola voli, dan sebagainya.

### **Ketrampilan Menggiring Bola**

Menggiring bola diartikan dengan gerakan gerakan lari menggunakan bagian kaki mendorong bola agar bergulir terus-menerus di atas tanah (Soekatamsi, 1998). Menurut (Soendoro, 2004, p. 75) gerak dasar permainan sepak bola berkaitan dengan keterampilan teknik

yang ada dalam permainan, yang terdiri dari: a) macam-macam teknik menendang bola, b) macammacam teknik menghentikan bola, c) macam-macam teknik menggiring bola, d) macam-macam teknik menyundul bola.

(Dinata, 2003) Menyebutkan beberapa teknik dasar sebagai berikut: a) teknik mengumpan/*passing* (dilakukan dengan berbagai variasi secara berpasangan), b) teknik menghentikan/menahan bola (dengan telapak kaki, punggung kaki, dada dan kepala), c) teknik menyepak bola (dengan kaki bagian dalam, punggung kaki, kaki bagian luar), d) teknik melempar bola, e) teknik menggiring bola (dengan kaki bagian dalam, bagian luar dan punggung kaki). (Hasibuan, 2005) menyebut beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepak bola adalah sebagai berikut: 1). Teknik badan, yang terdiri dari: a) teknik lari, b) teknik lompat, c) gerak tipu badan, d) sikap pertahanan. Teknik dengan bola, yang terdiri dari: a) *Kicking* (menendang bola), b) *Heading* (menyundul bola), c) *checking and trapping* (menerima/menambah bola), d) *dribling* (menggiring bola), e) *tricking opponent* (menipu lawan dengan bola), f) *tackling* (lemparan kedalam), f) *throw in* (lemparan kedalam), g) *goal keeping* (mencetak gol).

Kegunaan menggiring bola antara lain: a) Untuk melewati lawan Untuk mencari kesempatan member umpan kepada teman dengan cepat. b) Untuk menguasai dan menahan bola agar tetap dalam penguasaan, c) menyelamatkan bola apabila tidak dapat memungkinkan atau kesempatan untuk segera memberikan operan kepada teman.

Menggiring bola dengan kura-kura kaki menurut (Soekatamsi, 1998, p. 161) adalah: 1) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi kaki dalam menendang bola dengan kura-kura kaki. 2) Setiap langkah secara teratur dengan kura-kura kaki kanan atau kaki kiri mendorong bola bergulir ke depan, dan bola selalu dekat dengan kaki. 3) Pada saat menggiring bola, kedua lutut harus selalu sedikit ditekuk, dan pada waktu kaki menyentuh bola.

**METODE PENELITIAN**

**Jenis Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen merupakan metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Penelitian eksperimen meneliti ada tidaknya hubungan sebab akibat serta seberapa besar hubungan sebab akibat tersebut dengan cara memberi perlakuan tertentu pada beberapa kelompok eksperimen dan menyediakan kontrol untuk perbandingan (Sugiyono, 2009, p. 107).

**Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 5 Juli - 4 Agustus 2013 di SMPN 1 Sape Tahun Ajaran 2013/2014.

**Populasi dan Sampel Penelitian**

**Populasi**

Menurut (Arikunto, 2010) populasi adalah keseluruhan subyek penelitian. Dalam penelitian ini subyek yang digunakan sebagai populasi adalah seluruh siswa putra kelas VIII SMPN 1 Sape Kabupaten Bima yaitu sebanyak 25 Orang Siswa, dengan rincian per kelasnya sebagai berikut:

**Tabel 1. Populasi Penelitian**

No	Kelas	Populasi
1.	VIII A	22
2.	VIII B	20
3.	VIII C	20
4.	VIII D	20
5.	VIII E	20
Jumlah		102

**Sampel Penelitian**

Sampel Sampel yaitu sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel dalam penelitian ini adalah bagian dari populasi tersebut diatas yang diambil secara acak (Sugiyono, 2010:87). Karena populasi dalam penelitian lebih dari 100 orang, maka sebagaimana pendapat (Arikunto, 2002), bahwa jika populasi kurang dari 100 sampel diambil 10-25%, dalam penelitian ini menetapkan pengambilan sampel 25% dari jumlah populasi, sehingga diperoleh sampel sebanyak 25 orang siswa putra kelas VIII SMPN 1 Sape Kabupaten Bima, dengan perhitungan

sebagai berikut:

**Tabel 2. Sampel Penelitian**

No	Kelas	Populasi	Sampel
1	VIII A	22 x 25% = 5,4	5
2.	VIII B	20 x 25% = 5	5
3.	VIII C	22 x 25% = 5,4	5
4.	VIII D	20 x 25% = 5	5
5.	VIII E	20 x 25% = 5	5
Jumlah			25 Orang

**Variabel Penelitian**

Variabel Bebas, Dalam penelitian ini, yang menjadi variabel bebas adalah kecepatan lari. Variabel Terikat, Dalam penelitian ini yang menjadi variabel terikat adalah keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola.

**Teknik Pengumpulan Data**

**Teknik Dokumentasi**

Teknik dokumentasi adalah suatu cara untuk memperoleh data yang diperlukan dengan jalan mengumpulkan segala macam dokumen serta pencatatan secara sistematis. Metode dokumentasi dapat juga diartikan pencatatan suatu kejadian khusus yang bertalian dengan masalah yang menjadi pusat perhatian. Metode dokumentasi dalam penelitian ini dipergunakan untuk mendapatkan data tentang jumlah dan nama siswa putra kelas VIII SMPN 1 Sape Kabupaten Bima Tahun Pelajaran 2013/2014.

**Teknik tes perbuatan**

Tes perbuatan adalah alat pengukuran mengenai keadaan-keadaan dan kemampuan seseorang. Tehnik ini dapat dipergunakan untuk mengumpulkan data, dimana data diperoleh dari hasil penelitian ini akan menjadi data yang diperlukan, karena percobaan yang dilakukan sudah sesuai data yang diharapkan. Tes adalah serentetan pertanyaan atau latihan serta alat yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan intelegensi, kemampuan atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok (Arikunto, 2010, p. 150).

Dengan demikian metode tes yang dipergunakan dalam penelitian ini menggunakan metode tes perbuatan. Metode tes perbuatan yaitu tehnik pengumpulan data tentang Kecepatan dalam sepak bola.

**Tahap Pengambilan Data**

Tahap pelaksanaan pengambilan data adalah sebagai berikut:

**Tes Kecepatan Lari 40 meter.**

**Tujuan:** untuk mengukur kecepatan seseorang  
**Alat:** 1) *Stop watch* menurut keperluan. 2) Bendera start 1 buah. 3) Formulir dan alat –alat tulis. 4) Lintasan lurus dan rata dengan jarak 40 meter. **Pengetes:** 1) Starter 1 orang. 2) Pengambil waktu menurut keperluan. 3) Pengawas dan pencatat 1 orang. **Pelaksanaan tes:** 1) Start dilakukan dengan start berdiri. 2) Pada satu ujung kakinya sedekat mungkin dengan garis start. 3) Pada aba-aba “siap ‘ teste siap berlari. 4) Pada aba-aba “ya” teste berlari secepat-cepatnya menempuh jarak 40 yard sampai melewati garis finish. 5) Bersamaan aba-aba “ya” stop watch dijalankan dan dihentikan pada saat testee mencapai garis finish. **Pencatat Hasil:** 1) Hasil yang dicatat adalah waktu yang dicapai untuk menempuh jarak tersebut. 2) Waktu dihitung sampai sepersepuluh detik.

**Tes keterampilan menggiring bola**

**Tujuan:** untuk mengukur kemampuan menggiring bola. **Alat dan perlengkapan:** 1) Lapangan. 2) 10 buah pancang ukuran 2 meter. 3) *stop watch*. 4) bola. 5) tali panjang 20 meter. 6) meteran. 7) kapur. 8) formulir dan alat tulis. **Pelaksanaan tes:** 1) Aba-aba “siap” testee berdiri dibelakan garis strart dengan bola siap untuk digiring. 2) Pada aba-aba “ya” testee mulai menggiring bola dengan membeliti setiap pancang secara urut. 3) Kalau terjadi kesalahan, maka harus diulang dimana kesalahan terjadi. 4) Diperkenankan menggiring bola dengan salah satu kaki atau dengan kedua kaki bergantian. 5) Pada aba-aba “ya’ stop watch dihidupkan dan diamati pada saat testee atau bolanya yang terakhir melewati garis finish. 6) Setiap testee diberi 2 kali kesempatan. **Penilaian Hasil tes:** Diambil nilai tes yang tercepat dari 2 kali kesempatan menggiring bola, yang dicatat sampai persepuluh detik.

**Teknik Analisis data**

Menurut (Hadi, 1996, p. 21) analisa statistik adalah cara-cara ilmiah yang dipersiapkan untuk mengumpulkan, menyusun, menyajikan dan menganalisa data-data penyelidikan yang terwujud angka-angka.

$$r_{xy} = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{n \sum x^2 - (\sum x)^2\} \{n \sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan:

- $r_{xy}$  : Angka Indeks korelasi r product moment
- N : Jumlah sampel
- $\sum x^2$  : Jumlah devisa skor x setelah terlebih dahulu dikuadratkan
- $\sum y^2$  : Jumlah devisa skor y setelah terlebih dahulu dikuadratkan
- X : Nilai standar dari koefisien x
- Y : Nilai standar dari koefisien y (Sugiyono, 2009)

Adapun yang ditempuh dalam menganalisa data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: 1) Merumuskan hipotesis (Ho). 2) Menyusun tabel kerja. 3) Memasukan data kedalam rumus. 4) Menguji nilai product moment. 5) Menarik kesimpulan analisis.

**Definisi Operasional Variabel**

Variabel penelitian adalah gejala yang bervariasi dan menjadi obyek penelitian (Arikunto, 2010).

a) Kecepatan lari adalah kemampuan organisme atlet melakukan gerakan-gerakan dengan waktu yang sesingkat-singkatnya untuk mencapai hasil yang sebaik-baiknya. b) Keterampilan Menggiring Bola adalah suatu gerakan-gerakan lari menggunakan bagian kaki mendorong bola agar tergulir terus-menerus diatas tanah.

**HASIL PENELITIAN**

**Deskripsi Data**

Sebagai langkah konkrit dalam pembahasan permasalahan yang dirumuskan dalam Bab I, maka perlu disajikan data yang diperoleh di lapangan untuk memudahkan penganalisa data tersebut maka penulis membaginya menjadi dua variabel yakni Kecepatan Lari (X) dan Keterampilan Menggiring Bola (Y).

Adapun yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah dapat dilihat dalam tabel dibawah ini.

**Tabel 3.** Data Nilai Hasil Tes Variabel Kecepatan lari dan Keterampilan Menggiring Bola.

No	Nama Siswa	Jenis Kelamin	X	Y
1	Abdul Jabar	L	6,91	12,03
2	Rato Ramadhan	L	7,18	14,05
3	Angga Pratomo	L	7,97	12,89
4	Ardi Baiturejki	L	7,22	14,19
5	Agus Setiawan	L	10,5	21,34
6	Ardiansyah	L	8	19
7	Alfa Rizki	L	7,97	14,1

8	Dino Saputra	L	7,88	13,03
9	Gafar Efendi	L	6,44	11,72
10	Ahlul Nazar	L	7,56	16,47
11	Haryadi	L	8,59	17,1
12	A.Haris M. Nor	L	8	21,9
13.	A.Rafik	L	7,19	19,88
14.	A.Bakar Hasan	L	7,53	18,66
15.	Ardiansyah	L	8,97	17,16
16.	Hijaji	L	7,9	15,87
17.	Ipan Setia	L	7,97	19,59
18.	Kamarudin	L	8,37	24,62
19.	Muammar	L	8,16	15,78
20.	Muhammad Arif	L	8,12	17,28
21.	M. Irfan	L	7,75	14,81
22.	Muhaemin	L	62,05	63,61
23.	Rustam	L	58,8	57,77
24.	Sahrul Mubarak	L	49,28	61,13
25	Saifullah	L	58,31	57,37
Jumlah			394,62	591,35

**Analisis Data**

**Merumuskan hipotesis**

Hipotesis yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah hipotesis alternatif (kerja) yang mengatakan bahwa “ Ada hubungan antara Kecepatan Lari dengan Keterampilan menggiring Bola pada siswa putra kelas VIII SMPN I Sape Kabupaten Bima Tahun Pelajaran 2013/2014 ”.

**Menyusun tabel kerja**

Data hasil penelitian di lapangan merupakan data mentah yang perlu dianalisis terlebih dahulu sebelum memasukkan kedalam rumus. Oleh karena itu langkah selanjutnya adalah peneliti melakukan analisis terhadap data tersebut, agar memudahkan dalam melakukan perhitungan dan uji hipotesis. Adapun tabel kerja tentang analisis data hasil penelitian adalah sebagai berikut:

**Tabel 4.** Tabel Kerja Antara Variabel Kecepatan Lari dan Keterampilan Menggiring Bola

No	X	Y	X <sup>2</sup>	Y <sup>2</sup>	XY
1	6,91	12,03	47,7481	144,7209	83,1273
2	7,18	14,05	51,5524	197,4025	100,879
3	7,97	12,89	63,5209	166,1521	102,7333
4	7,22	14,19	52,1284	201,3561	102,4518
5	10,5	21,34	110,25	455,3956	224,07
6	8	19	64	361	152
7	7,97	14,1	63,5209	198,81	112,377
8	7,88	13,03	62,0944	169,7809	102,6764
9	6,44	11,72	41,4736	137,3584	75,4768
10	7,56	16,47	57,1536	271,2609	124,5132
11	8,59	17,1	73,7881	292,41	146,889
12	8	21,9	64	479,61	175,2
13	7,19	19,88	51,6961	395,2144	142,9372
14	7,53	18,66	56,7009	348,1956	140,5098
15	8,97	17,16	80,4609	294,4656	153,9252

16	7,9	15,87	62,41	251,8569	125,373
17	7,97	19,59	63,5209	383,7681	156,1323
18	8,37	24,62	70,0569	606,1444	206,0694
19	8,16	15,78	66,5856	249,0084	128,7648
20	8,12	17,28	65,9344	298,5984	140,3136
21	7,75	14,81	60,0625	219,3361	114,7775
22	62,05	63,61	3850,2025	4046,2321	3947,0005
23	58,8	57,77	3457,44	3337,3729	3396,876
24	49,28	61,13	2428,5184	3736,8769	3012,4864
25	58,31	57,37	3400,0561	3291,3169	3345,2447
Jmlh	394,62	591,35	14464,8756	20533,6441	16512,8042

**Analisa Korelasi Product Moment**

Langkah-langkah perhitungan data pada table diatas adalah sebagai berikut: 1) Menjumlahkan subyek penelitian/sampel penelitian (kolom1), diperoleh N=25; 2) Menjumlahkan skor X (kolom 2), diperoleh X = 394,62; 3) Menjumlahkan skor Y (kolom 3), diperoleh Y = 591,35; 4) Menjumlahkan kuadrat skor X (kolom 4), diperoleh X<sup>2</sup> = 14464,6441; 5) Menjumlahkan kuadrat skor Y (kolom 5), diperoleh Y<sup>2</sup> = 20533,6441; 6) Menjumlahkan hasil perkalian skor x dengan skor Y (kolom 6), diperoleh 16512,8042.

Setelah melakukan analisa terhadap data mentah hasil penelitian untuk mencari koefisien nilai tiap variabel, maka tahap selanjutnya adalah memasukkan koefisien nilai tiap variable tersebut kedalam rumus dalam rangka pembuatan hipotesis yang telah diajukan pada bab sebelumnya.

Hipotesis yang telah diajukan pada sebelumnya adalah hipotesis alternatif atau hipotesis kerja (Ha). Bunyi hipotesis yang dimaksud adalah “diduga ada hubungan antara kecepatan lari dengan keterampilan menggiring bola pada permainan sepak bola siswa putra kelas VIII SMPN 1 Sape Tahun Pelajaran 2013/2014.

Adapun rumus yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah rumus *Product Moment* angka kasar seperti yang disajikan berikut:

$$r_x = \frac{N\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N\sum X^2 - (\sum X)^2][N\sum Y - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

- ∑X = 394,62
- ∑Y = 591,35
- ∑X<sup>2</sup> = 14464,87

$$\begin{aligned}
 \sum Y^2 &= 20533,64 \\
 \sum XY &= 16512,80 \\
 &= \frac{412820,10 - (394,62) \cdot (591,35)}{\sqrt{[361621,89 - (155724,94)] \cdot [513341,10 - (349694,82)]}} \\
 &= \frac{412820,10 - 233358,53}{\sqrt{(205896,94) \cdot (163646,28)}} \\
 &= \frac{179461,56}{179461,56} \\
 &= \frac{\sqrt{33694269211}}{179461,56} \\
 &= \frac{183559,98}{183559,98} \\
 &= 0,9776
 \end{aligned}$$

Besarnya nilai korelasi antara variable Kecepatan Lari (X) terhadap variabel keterampilan Menggiring Bola (Y) adalah sebesar 0,9776. Nilai koefisien korelasi tersebut jika dibandingkan dengan nilai interval korelasi seperti pada tabel 4.3 berada pada interval 0,80–1,000 dengan tingkat hubungan sangat kuat.

Tabel 5. Deskripsi Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 - 0,199	Sangat Rendah
0,20 - 0,399	Rendah
0,40 - 0,599	Sedang
0,60 - 0,799	Kuat
0,80 - 1,000	Sangat Kuat

Sumber: (Sugiyono, 2009)

Dari hasil analisis data uji korelasi kedua variable penelitian menggunakan tehnik statistik “ rxy ” diperoleh nilai rxy hitung sebesar 0,9776 sedangkan besarnya angka pada table nilai-nilai r (Tabel ) dengan taraf signifikasi 5% dan N = 25 adalah 0,396

Didapat r hitung > r tabel, berarti Ho: di tolak atau ini berarti: “ada hubungan yang signifikan antara kecepatan lari dengan keterampilan menggiring bola pada siswa putra kelas VIII SMPN I Sape Kabupaten Bima tahun Pelajaran 2013/2014 ”.

**Pembahasan**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecepatan lari dengan hasil menggiring bola pada permainan sepak bola. Hal ini ditunjukkan dari hasil analisis statistic Product moment diperoleh 0,9776>0,396.yang berarti signifikan.

Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa kecepatan mempengaruhi hasil menggiring bola. Semakin besar kecepatan seseorang, maka hasil menggiring bola akan semakin cepat, sebaliknya semakin lambat

kecepatannya, maka hasil menggiring bola semakin lambat pula. Kecepatan merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi gerak. Kecepatan merupakan unsur kemampuan gerak yang harus dimiliki seorang pemain sepak bola, 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 obyek-obyek 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.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan pada analisis data untuk menjawab hipotesis penelitian yang diajukan diperoleh nilai r hitung r xy 0,9776 berdasarkan taraf signifikasi 5% dan N = 25 ternyata angka batas penolakan hipotesis Nol yang dinyatakan dalam tabel nilai-nilai “ r ” besarnya adalah 0,396, dengan demikian maka hipotesis Nol di tolak dan hipotesis alternatif Ha diterima jadi, “ Ada hubungan antara kecepatan lari dengan keterampilan menggiring bola pada siswa putra kelas VIII SMPN I Sape Kabupaten Bima tahun pelajaran 2013/2014”.

**DAFTAR PUSTAKA**

Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktis (Edisi Revisi)*. Jakarta: Rineka Cipta.  
 Baley, J. (1996). *Latihan Dasar Andar Sepak Bola Remaja*. klaten: Saka Mitra Kompetensi.

- Dinata. (2003). *Olahraga Untuk Perguruan Tinggi*. Yogyakarta: PT. Sastra Hudaya.
- Djumidar, M. A. (2006 ). *Belajar Berlatih Gerak - gerak Dasar Atletik Dalam Bermain*. Jakarta: Rajawali Sport.
- Hadi, S. (1996). *Metodelogi Penelitian*. Yogyakarta: Audi Offset.
- harsono. (1998). *Coaching dan aspek-aspek psikologi dalam coaching*. Jakarta: 1998.
- Hasibuan. (2005). *Sepak Bola Langkah-Langkah Menuju Sukses Edisi Ke Dua*. Jakarta: PT. Grafindo Persada.
- Nossek, J. (1993). *Sepak Bola Langkah-Langkah Menuju Sukses*. Jakarta: PT. Raja Grafinda Persada.
- sajoto, m. (1995). *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta: Dirjen Dikti, Depdikbud, Proyek Pembangunan LPTK.
- Soekatamsi. (1998). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Untuk SMA*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Soendoro. (2004). *Pendidikan Jasmani Untuk Mahasiswa Printing*. Jakarta.
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharno, H. (1995). *Metodelogi Kepelatihan*. Jakarta: Koni Pusat Pendidikan Dan Penataran.