



Global Journal Sport and Education

<https://jurnal.sainsglobal.com/index.php/sportedu>

Volume 1, Nomor 4 November 2024

e-ISSN: 4218-XXXX

DOI.10.35458

ANALISIS KECEPATAN DAN KELINCAHAN TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA MURID UPT SPF SMP NEGERI 40 MAKASSAR

Reynaldi, Andi akbar, Fanna Sriwati

¹ PJKR, Universitas Negeri Makassar

Email: reynaldialdy712@gmail.com

² PJKR, Universitas Negeri Makassar

Email: akbar.andi71@gmail.com

³ PJKR, UPT SPF SMP NEGERI 40 MAKASSAR

Email: fannasriwati@gmail.com

Artikel info

Received: 02-03-2024

Revised: 03-04-2024

Accepted: 04-05-2024

Published, 25-05-2024

Abstrak

Analisis kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola murid UPT SPF SMP Negeri 40 makassar. Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif bertujuan Untuk mengetahui 1) kecepatan murid UPT SPF SMP Negeri 40 Makassar. 2) kelincahan murid UPT SPF SMP Negeri 40 Makassar. Populasi dalam penelitian ini adalah Sebagian murid UPT SPF SMP Negeri 40 Makassar sebanyak 20 orang sampel. Teknik pengumpulan data menggunakan tes dan lembar observasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif menggunakan fasilitas komputer melalui program SPSS versi 20.00. Berdasarkan hasil data dan pembahasan dari penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa 1) tingkat kecepatan murid UPT SPF SMP Negeri 40 Makassar pada kategori tinggi. 2) kelincahan murid UPT SPF SMP Negeri 40 Makassar pada kategori cukup

kata kunci : Kecepatan, Kelincahan, Menggiring Bola.

Key words:

Analisis kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola murid UPT SPF SMP Negeri 40 Makassar



artikel global teacher profesional dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY-4.0

PENDAHULUAN

Olahraga sepakbola dalam waktu beberapa puluh tahun belakangan ini menjadi sangat populer sekali baik luar negeri maupun di tanah air. Teknik dan taktik sepakbola dipelajari secara mendalam dan cermat sehingga orang sudah menyebut sepakbola modern. Kita sering melihat pemain-pemain sepakbola dari luar negeri yang bermain dengan sangat mahir dengan teknik dan sempurna, pengoperan bola secara matematika. Juga di tanah air kita permainan sepakbola telah menjadi sangat terkenal sekali. Salah satu upaya terciptanya manusia Indonesia seutuhnya dan pembangunan Indonesia seluruhnya dengan sumber daya manusia yang berkualitas hanya dapat terwujud apabila pertumbuhan dan perkembangan fisik yang baik, tentu dalam hal ini pembinaan dan memasyarakatkan olahraga harus semakin mendapat perhatian dan dukungan dari semua pihak lebih khusus dari pemerintah.

Perkembangan sepak bola saat ini bukan hanya sekedar hiburan atau pengisi waktu senggang, akan tetapi sudah dituntut untuk berprestasi setinggi-tingginya. Prestasi yang tinggi hanya dapat dicapai dengan latihan dan pembelajaran direncanakan dengan sistematis dan dilakukan secara terus menerus dibawah pengawasan dan bimbingan guru yang profesional. Dan berkompeten di bidangnya mengingat kesenangan dan kecintaan masyarakat terhadap sepakbola, maka sangat wajar apabila para pembina sepakbola dituntut untuk terus membenahi diri dengan ilmu dan mencari pengalaman demi kemajuan sepakbola, khususnya dalam ruang lingkup sekolah Cabang olahraga sepakbola diperkenalkan sedini mungkin di sekolah-sekolah untuk menjadi modal dan dasar mengembangkan kemampuan murid dimasa yang akan datang, sebab dalam permainan sepakbola pada murid sekolah SMP membutuhkan kemampuan untuk menunjang langkah awal melatih motorik murid yang diharapkan dapat berkelanjutan kearah yang efektif dan efisien. Menyadari akan keperluan itu berbagai usaha yang telah dilakukan dalam rangka mencapai prestasi yang diinginkan, diantaranya adalah membuat atau menumbuhkan klub-klub persepakbolaan pada usia dini, atau sekolah sepakbola yang sekarang dikenal dengan Lembaga Pendidikan SepakBola (LPSB).

Melihat perkembangan di daerah propinsi Sul-Sel, prestasi olahraga pada cabang olahraga sepak bola belum begitu optimal, Untuk dapat bermain sepakbola yang baik, murid harus menguasai teknik-teknik dasar sepakbola dan komponen fisik yang menunjang. Namun apa yang dilihat di lapangan masih kurang optimal, komponen fisik yang diduga sangat berperan dalam kemampuan menggiring bola menjadi indikasi kurang maksimalnya teknik menggiring bola, Menggiring bola dalam permainan sepakbola ada suatu hal yang perlu diperhatikan, seperti dalam menggiring bola, ditentukan oleh penguasaan bola dengan baik, yakni bola harus sedekat mungkin pada kaki dan dengan dibawah serta diolah untuk dibawah ketempat tujuannya. Untuk mendapatkan aksi menggiring bola yang maksimal dibutuhkan dukungan dari gerakan-gerakan yang terkoordinasi sehingga menampakkan suatu kesatuan gerakan menggiring bola dengan benar.

Permainan sepakbola adalah cabang permainan beregu atau permainan team, untuk mencapai kerja sama team yang baik diperlukan pemain-pemain yang dapat menguasai semua bagian-bagian dan macam-macam teknik dasar dan keterampilan bermain sepakbola, sehingga dapat memainkan bola dalam segalaposisi dan situasi dengan cepat, tepat, dan cermat, artinya tidak membuang-buang energi dan waktu. Dengan demikian ini menjadi dasar yang melatarbelakangi peneliti untuk mencoba melakukan pendekatan secara ilmiah yang bertujuan untuk menggali informasi yang aktual khususnya yang berhubungan dengan masalah peningkatan penguasaan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola dalam kaitannya dengan kecepatan dan kelincahan, agar nantinya dapat dijadikan sebagai dasar atau pedoman dalam pembinaan

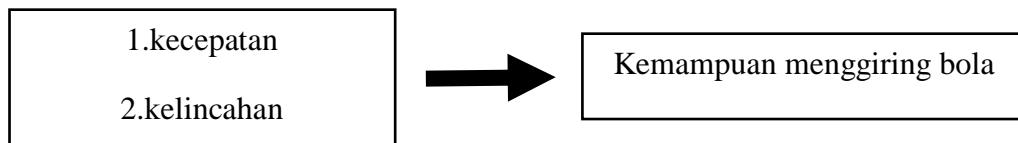
murid untuk menggiring bola dalam permainan sepakbola guna menuju pada peningkatan teknik dasar yang optimal pada murid.

Berdasarkan hasil pengamatan di lapangan, peneliti melihat bahwa kecepatan dan kelincahan murid UPT SPF SMP Negeri 40 Makassar berada dalam kategori rendah. Banyak peserta didik yang belum menguasai cara menggiring bola dalam permainan sepak bola. Melihat kenyataan itu, diduga ada faktor yang mendasar yang menjadi kendala yang menghambat kemampuan murid tersebut, salah satu yang diduga sangat dominan sebagai penghambat adalah aspek teknik itu sendiri. Aspek tersebut di antaranya adalah teknik menggiring bola. Keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola UPT SPF SMP Negeri 40 Makassar, mempunyai tingkatan kemampuan yang berbeda-beda, Berdasarkan uraian diatas maka peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Analisis kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola murid UPT SPF SMP Negeri 40 Makassar”

METODE PENELITIAN

Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan kegunaan tertentu. Cara ilmiah mempunyai karakteristik rasional, empiris, dan sistematis. Rasional berarti penelitian dilakukan dengan cara yang masuk akal dan terjangkau oleh penalaran manusia. Empiris artinya penelitian berdasarkan fakta-fakta di lapangan yang dapat diuji oleh orang lain atau pihak lain. Sistematis merupakan proses tertentu yang logis

Dengan demikian model desain penelitian yang digunakan secara sederhana dapat dilihat pada gambar 3.1 berikut ini:



Penelitian ini Insya Allah akan dilaksanakan pada bulan Juli2024 di UPT SPF SMP Negeri 40 Makassar.

Jenis penelitian yang dilaksanakan adalah Ex Post Facto. adalah penelitian dengan melakukan penyelidikan secara empiris yang sistematik, di mana peneliti tidak mempunyai kontrol langsung terhadap variabel variabel bebas karena faenomena sukar di manipulasi, Desain penelitian sebagai rancangan atau gambaran yang dijadikan sebagai acuan dalam melakukan suatu penelitian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya keterkaitan kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola murid UPT SPF SMP Negeri 40 Makassar.

Metode pengumpulan data yang akan dikumpulkan dalam penelitian ini sesuai dengan variabel yang terlibat, yakni data kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola murid UPT SPF SMP Negeri 40 Makassar.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil

Dari tabel dan gambar di atas diketahui tingkat kecepatan murid UPT SPF SMP Negeri 40 Makassar, pada kategori sangat tinggi dengan persentase 30%, pada kategori tinggi dengan persentase 55%, pada kategori cukup dengan persentase 5%, pada kategori rendah dengan persentase 0%, dan pada kategori sangat rendah 10%. Hal ini menunjukkan bahwa kecepatan murid UPT SPF SMP Negeri 40 Makassar dalam kategori tinggi

Dari tabel dan gambar di atas diketahui tingkat kelincahan murid UPT SPF SMP Negeri 40 Makassar, pada kategori sangat tinggi dengan persentase 30%, pada kategori tinggi dengan persentase 10%, pada kategori cukup dengan persentase 40%, pada kategori rendah dengan persentase 15%, dan pada kategori sangat rendah 5%. Hal ini menunjukkan bahwa kelincahan murid UPT SPF SMP Negeri 40 Makassar dalam kategori cukup

Dari tabel dan gambar di atas diketahui tingkat kelincahan murid UPT SPF SMP Negeri 40 Makassar, pada kategori sangat tinggi dengan persentase 30%, pada kategori tinggi dengan persentase 10%, pada kategori cukup dengan persentase 40%, pada kategori rendah dengan persentase 15%, dan pada kategori sangat rendah 5%. Hal ini menunjukkan bahwa kelincahan murid UPT SPF SMP Negeri 40 Makassar dalam kategori cukup

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian tingkat kecepatan murid UPT SPF SMP Negeri 40 Makassar, pada kategori sangat tinggi dengan persentase 30%, pada kategori tinggi dengan persentase 55%, pada kategori cukup dengan persentase 5%, pada kategori rendah dengan persentase 0%, dan pada kategori sangat rendah 10%. Hal ini menunjukkan bahwa kecepatan murid UPT SPF SMP Negeri 40 Makassar dalam kategori tinggi. Ini membuktikan bahwa kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola membutuhkan kecepatan. kemampuan kecepatan dalam melakukan menggiring bola sangat berperan penting dalam sepakbola. Kecepatan sebagai salah satu kemampuan dasar yang telah dimiliki oleh setiap orang, namun intensitasnya berbeda sehingga dipengaruhi oleh latihan yang dilakukan untuk membedakan seseorang dengan orang lain, yang ditentukan dengan jenis otot yang dimiliki, banyaknya jaringan otot yang terlibat dan uraian dari otot.

Dari gerakan pada cabang olahraga sepak bola khususnya pada teknik menggiring bola, nampak bahwa unsur kecepatan memegang peranan penting untuk mencapai suatu sasaran, karena membutuhkan kecepatan gerak kedepan dari kontraksi otot untuk penampilan kerja maksimal. Meskipun waktu reaksi dapat menentukan kecepatan, akan tetapi

Menurut Chandra: "Umumnya tidak ada korelasi yang tinggi antara waktu reaksi dengan biasanya menurut aktivitasnya yang maksimal dari otot, tendodon ligament. Karena itu kemungkinan untuk cedera sangat tinggi kalau atlet kurang warming up atau sudah lelah. Oleh karena itu warming up yang baik sebelum latihan atau pertandingan adalah suatu keharusan. Selain itu latihan kecepatan sebaiknya diberikan pada pre-season setelah atlet memiliki kekuatan, fleksibilitas, dan daya tahan yang cukup.

Berdasarkan tabel di atas terlihat bahwa hasil diketahui tingkat kelincahan murid UPT SPF SMP Negeri 40 Makassar, pada kategori sangat tinggi dengan persentase 30%, pada kategori tinggi dengan persentase 10%, pada kategori cukup dengan persentase 40%, pada kategori rendah dengan persentase 15%, dan pada kategori sangat rendah 5%. Hal ini menunjukkan bahwa kelincahan murid UPT SPF SMP Negeri 40 Makassar dalam kategori cukup

Berdasarkan hasil penelitian bahwa nilai koefien determinasi, diperoleh nilai $R = 0,768$ sedangkan nilai $R^2 = 0.589$ atau kontribusi pengaruh secara bersama-sama 58.9% sedangkan sisanya (100% - 58.9% = 41.1%) dipengaruhi dengan variabel lain dengan $t_{hitung} = 3,417$ dengan nilai $sig = 0.022 (P < 0.05)$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, berarti ada korelasi kecepatan dan kelincahan terhadap menggiring bola dalam permainan sepakbola murid UPT SPF SMP Negeri 40 Makassar.

PENUTUP

Dalam Bab ini akan dikemukakan tentang kesimpulan dari hasil penelitian sebagai tujuan akhir dari penelitian yang didapatkan berdasarkan data hasil penelitian. Dari kesimpulan penelitian ini, maka akan dikemukakan rekomendasi berupa saran-saran bagi penerapan dan pengembangan hasil penelitian

DAFTAR PUSTAKA

- Tohir, Mohammad. "Buku Panduan Merdeka Belajar-Kampus Merdeka." (2020).
- Dahlan, D., & Rahman, A. (2019). *Penerapan Latihan Fisik Kombinasi Beban Internal Dan Beban Eksternal Dominan Terhadap Peningkatan Kemampuan Koordinasi Tendangan Maegeri Denganmawasi Geri Pada Atlet Ingkanas Ranting UNM. In Seminar Nasional LP2M UNM. <https://ojs.unm.ac.id/semnaslemit/article/view/11263>.*
- Chandra, Diva. *hubungan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan tendangan atlet sepak bola pada ssb psm masangan kulon sidoarjo.diss. universitas pgri adi buana surabata, 2022*
- Henjilito, Raffly, dan Herli Pardilla. "Metode Latihan Versus Metode Pembelajaran dalam Keterampilan Atletik." (2024).
- Bahtra, Ridho. "Buku Ajar Permainan Sepakbola." (2022): 1233.
- Bafirman, B., & Wahyuri, A. S. (2019). *Pembentukan kondisi fisik.*
- Denatara, Eskar T. *dasar-dasar komunikasi olahraga. Penerbit CV. Sarnu Untung.*
- Lengkana, Anggi Setia, and Tatang Muhtar. *Pembelajaran Kebugaran Jasmani. CV Salam Insan Mulia, 2021.*
- Pujianto, Dian, et al. "Pengembangan Model Latihan Passing Sepakbola Berbasis Sasaran Teman." *Journal Coaching Education Sports 1.1 (2020).*
- AF, O. F., Maesaroh, S., Rahmatullah, M. I., Murti, E., & Sulistiya, F. (2021). *Analisis kelincahan, kecepatan, dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan dribbling tim sepak bola uss (uir soccer school). Journal of Sport Education (JOPE), 3(2), 137-145.*