

**HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN, KELENTUKAN DAN TINGGI
BADAN DENGAN MENGGIRING BOLA PADA SISWA PUTRA SMP N 6
KOTA GORONTALO**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Memenuhi Ujian Hasil Skripsi Pada Jurusan Pendidikan
Kepelatihan Olahraga Fakultas Olahraga Dan Kesehatan
Universitas Negeri Gorontalo*

Oleh :

ANIS KADIR

NIM : 832 410 156



**JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN DAN OLAHRAGA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO**

2017

SURAT PERNYATAAN

Saya Yang Bertanda Tangan Di Bawah Ini

Nama : Anis kadir
Nim : 832-410-156
Jurusan : SI Pendidikan Kepeleatihan Olahraga
Fakultas : Olahraga Dan Kesehatan
Angkatan : 2010
Judul Skripsi : "Hubungan antara kelincahan ,kelentukan dan tinggi badan dengan menggiring bola pada siswa putra SMP N 6 kota gorontalo"

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mengikuti ujian skripsi pada Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga sekaligus memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) benar-benar karya sendiri.

Adapun bagian-bagian tertentu yang saya kutip dari hasil karya orang lain, telah ditulis sumbernya dengan jelas sesuai dengan Norma, Kaidah, dan Etika penulisan karya ilmiah dalam buku pedoman penulisan karya ilmiah Universitas Negeri Gorontalo.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian skripsi ini bukan hasil karya saya sendiri atau terdapat plagiat dalam bagian-bagian tertentu, maka saya bersedia menerima sangsi-sangsi lainnya sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Gorontalo, Agustus 2017
Yang membuat pernyataan,




ANIS KADIR

NIM. 832 410 156

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

“Hubungan antara kelincahan, kelentukan dan tinggi badan dengan menggiring bola pada siswa putra SMP N 6 kota gorontalo”

Oleh

ANIS KADIR
NIM : 832 410 156

Telah di periksa dan di setujui untuk mengikuti ujian skripsi

PEMBIMBING I

PEMBIMBING II


Dr. Hartono Hadjarati, S.Pd, M.Pd
Nip : 19790403 200501 1 003


Dra. Nurhavati Linto, S.Pd.M.Pd
Nip : 19570902 198203 2 001

Mengetahui

**Ketua Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga
Fakultas Olahraga Dan Kesehatan**


Syarif Hidayat, M.Or
NIP. 197904032005011003

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Judul





**"HUBUNGAN KELINCAHAN, KELENTUKAN DAN TINGGI BADAN DENGAN
MENGGIKIRING SEPAK BOLA PADA SISWA PUTERA SMP NEGERI 6
KOTA GORONTALO"**

Oleh

ANIS KADIR

NIM : 832 410 156

Telah dipertahankan di depan dewan penguji

No.	Nama Penguji	Tanda Tangan	Tanggal
1.	<u>Edy Dharma Putra Duhe, M.Pd</u> NIP : 19810615 200812 1 001	 (.....)
2.	<u>Dr. Hartono Hadjarati, S.Pd, M.Pd</u> NIP : 19790403 200501 1 003	 (.....)
3.	<u>Svarif Hidavat, M.Or</u> NIP : 197904032005011003	 (.....)
4.	<u>Dra. Nurhavati Liputo, M.Pd</u> NIP : 19570902198203 2001	 (.....)

Gorontalo, Desember 2017

Mengetahui

Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan



Dr. Lintje Boekoesoe, M.Kes

NIP : 19590110 198603 2 003

ABSTRAK

Anis Kadir. NIM: 832410156, Tahun 2017. Skripsi: “Hubungan Kelincahan, Kelentukan Dan Tinggi Badan Dengan Menggiring Bola”. Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Olahraga Dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo. Pembimbing I Dra. Nurhayati Liputo, M.Pd Dan Pembimbing II Ucok Hasian Refiater, M.Pd

Adapun masalah dalam penelitian ini yaitu; apakah ada hubungan kelincahan, kelentukan dan tinggi badan dengan menggiring bola pada siswa putra SMP N 6 GORONTALO. Tujuan penelitian : untuk mengetahui seberapa besar hubungan kelincahan, kelentukan dan tinggi badan dengan menggiring bola pada siswa putra SMP N 6 GORONTALO.

Metode dalam penelitian ini adalah penelitian korelasi yang menjadi subjek penelitian seluruh siswa putra SMP Negeri 6 Gorontalo berjumlah 40 orang. Desain penelitian ini adalah desain korelasional. Untuk mengukur kelincahan menggunakan tes shuttle run, untuk mengukur kelentukan menggunakan Sit and Reach test, untuk mengukur tinggi badan menggunakan meteran dan untuk mengukur menggiring bola menggunakan tes menggiring bola. Teknik analisis data menggunakan analisis korelasional.

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil pengujian diperoleh data penelitian sebagai berikut ini: 1) Ada hubungan positif antara variabel Kecepatan (X_1) dengan kecepatan menggiring bola (Y), hubungan tersebut tergolong pada tingkat yang rendah namun masih memiliki tingkat keberartian. Sumbangan atau kontribusi variabel kelincahan (X_1) pada variabel menggiring bola (Y) sebesar 12.5 %, 2) Ada hubungan negatif yang antara variabel kelentukan (X_2) dengan kecepatan menggiring bola (Y), hubungan tersebut tergolong pada tingkat yang cukup kuat namun masih memiliki tingkat keberartian. Sumbangan atau kontribusi variabel kelentukan (X_2) pada variabel menggiring bola (Y) sebesar 24.2 %, 3) Ada hubungan positif antara variabel Tinggi Badan (X_3) dengan menggiring bola (Y), hubungan tersebut tergolong pada tingkat yang rendah namun masih memiliki tingkat keberartian. Sumbangan atau kontribusi variabel kelincahan (X_1) pada variabel kecepatan menggiring bola (Y) sebesar 10.1 %, 4) Secara bersama-sama ada hubungan yang cukup kuat antara variabel kelincahan (X_1), kelentukan (X_2) dan tinggi badan (X_3) dengan kecepatan menggiring bola (Y). Sumbangan atau kontribusi berasama-sama dari variabel X_1 , X_2 dan X_3 pada variabel kecepatan menggiring bola (Y) sebesar 33.6 %.

Kata Kunci : *kelincahan, kelentukan, tinggi badan dan menggiring bola*

ABSTRACT

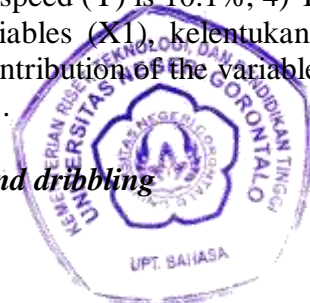
Anis Kadir. NIM: 832410156, Year 2017. Thesis: "Relationship Agility, Formation And Body Height By Ripping the Ball". Department of Sport Coaching Education, Faculty of Sport And Health, State University of Gorontalo. Advisor I Dra. Nurhayati Liputo, M.Pd And Advisor II Ucok Hasian Refiater, M.Pd

The problem in this research is; whether there is a relationship of agility, kelentuk and height by dribbling on the students of SMP N 6 GORONTALO. The purpose of the study: to determine how big the relationship of agility, kelentukan and height by dribbling on the students of SMP N 6 GORONTALO.

Method in this research is correlation research. Which become subject of research all student of SMP Negeri 6 gorontalo is 40 people. The design of this research is correlational design. To measure agility using the shuttle run test, to measure the elusiveness using the Sit and Reach test, to measure the height using the meter and to measure the dribble using the dribble test. The data analyst technique uses correlational analysis.

Based on the results of research and test results obtained research data as follows: 1) There is a positive relationship between variable Speed (X1) with dribbling speed (Y), the relationship is classified at a low level but still has a level of significance. The contribution or agility variable variables (X1) in the dribbling variable (Y) is 12.5%, 2) There is a negative relationship between the variables (X2) with the dribbling velocity (Y)), the relationship is quite strong but still has a level of significance. The contribution or dependent variable variables (X2) on the dribbling variable (Y) is 24.2%, 3) There is a positive relationship between the variable Body Height (X3) with the dribbling (Y), the relationship belongs to a low level but still has a level of significance . The contribution or agility variable variables (X1) on the variable dribbling speed (Y) is 10.1%, 4) Together there is a strong relationship between agility variables (X1), kelentukan (X2) and height (X3) dribble (Y). The contribution or contribution of the variables X1, X2 and X3 on variable dribbling speed (Y) is 33.6%.

Keywords: agility, conformity, height and dribbling



MOTO DAN PERSEMBAHAN

Moto :

*“Karena Sesungguhnya Sesudah Kesulitan Ada Kemudahan”
“Sesungguhnya Sesudah Kesulitan ada Kemudahan”. (Q.S AL Insyirah
: 5-6)*

*“Jangan Menjelaskan Tentang Dirimu Kepada Siapapun, Karena Yang
Menyukaimu Tidak Butuh Itu. Dan Yang Membencimu Tidak Percaya
Itu”
(Ali Bin Abi Thalib R.A)*

*“Ilmu Adalah Harta Yang Paling Berhaga Untuk Diri Kita Sendiri, Dan
Tak ada Yang Bisa Mencuri Ilmu Kepunyaan Mu”
(ANIS KADIR)*

*“Mulai Dari Hal Yang Sulit, Memaafkan Diri Sendiri, Kemudian
Memaafkan Orang Lain”
(ANIS KADIR)*

*Aku adalah sang pejuang yang tak mengenal lelah dan sujud syukur
kepada insane Illahi
“Aku Adalah Aku, Bukan Kau, Kamu, Dia, Atau Siapapun”
(ANIS KADIR)*

Persembahan :

*Aku Persembahkan Karya Tulis Ilmiah (Skripsi) Untuk Kedua Orang
Tua Aku AYAH (ALM) Dan IBU Kakak SAUDARA serta teman temanku
seperjuangan 2010 pendidikan kepelatihan olahraga*

ALMAMATERKU TERCINTA
TEMPAT MENIMBAH ILMU DAN PENGETAHUAN
UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO

2017

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
السَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ

Puji syukur penulis haturkan kehadiran Allah SWT, Yang selalu memberikan petunjuk hidayah dan inayah-nya yang ia kehendaki. Berkat pertolongan serta petunjuknya pula sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini, yang berjudul “HUBUNGAN ANTARA KELINCAHAN, KELENTUKAN DAN TINGGI BADAN DENGAN MENGGIRING BOLA PADA SISWA PUTRA SMP N 6 KOTA GORONTALO”

Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan akademik guna menempuh ujian sarjana dalam menyelesaikan pendidikan program strata I pada jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga (PKO) Universitas Negeri Gorontalo.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini banyak mengalami hambatan-hambatan yang dihadapi dan ditemui, namun berkat Ridho Allah SWT serta usaha dan bimbingan yang diperoleh baik secara langsung maupun tidak langsung dari berbagai pihak terutama dosen pembimbing maka alhamdulillah segala hambatan dan kesulitan dapat teratasi dengan tepat waktu.

Oleh karena itu, dengan penuh kerendahan hati serta keikhlasan yang tulus maka perkenankanlah penulis menyampaikan penghargaan serta ucapan terimakasih kepada yang terhormat :

1. Kedua orang tua saya (Alm. Warno kadir & sumiati musa) yang selalu membantu baik secara moril maupun materil, serta selalu memberikan

motivasi, dorongan dan Do'a yang tiada habisnya untuk menyelesaikan studi saya.

2. Prof. Dr. H. Syamsu Qamar Badu, M.Pd. Selaku rektor Universitas Negeri Gorontalo, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melanjutkan studi di Universitas Negeri Gorontalo.
3. Prof. Dr. Ir. Mahludin H. Baruadi, Edward Wolok, ST, MT, Dr. Fence Wantu, SH, MH, Prof. Dr. H Hasanudin Fatsah, M. Hum selaku wakil rector I, II, III. Dan IV Universitas Negeri Gorontalo.
4. Dr. Lintje Boekoesoe, M.Kes selaku dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
5. Risna Podungge, S.Pd, M.Pd selaku pembantu dekan I Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
6. Dr. Zuhriana K Yusuf, M.Kes selaku wakil dekan II Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
7. Ruslan, S.Pd, M.Pd selaku wakil dekan III Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
8. Syarif Hidayat, S.Pd Kor, M.Or selaku ketua jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
9. Edy Dharma Putra Duhe, S.Pd, M.Pd selaku sekretaris jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
10. Pembimbing I Bapak (Nurhayati Liputo S.Pd, M.Pd) dan pembimbing II Bapak (Ucok Hasian Refiater, S.Pd Kor, M.Or) yang telah memberikan

petunjuk dan bimbingan dengan tulus dan ikhlas dalam menyelesaikan skripsi ini.

11. Seluruh staf dosen dan tata usaha Pendidikan Kepelatihan Olahraga yang telah memberikan masukan selama penulis mengikuti perkuliahan.
12. Kakak-kakaku tercinta (Iswan Kadir), (Aswin Kadir), (Sri meliyanti kadir), dan bapak (Mansyur hunowu S.pd) memotivasi akhir studiku
13. Keluarga Besar Bapak Edy Dharma P.Duhe S.Pd, M.Pd Bersama istri dan keluarga yang telah membantu saya dan mengizinkan saya untuk tinggal di rumahnya agar bisa menyelesaikan skripsi akhir studiku. Dan special untuk kekasih tercinta Nur'ain kutey S.Ap (Mymy) yang selalu memotivasi dan selalu sabar dan setia menunggu hingga akhir studi saya. Serta seluruh keluarga saya yang tidak bisa saya sebut namanya satu persatu yang selalu memberi motifasi saya dalam menyelesaikan studi saya.
14. Sahabat - sahabat saya dan sekaligus saudara (riyanto usman) (lasri danial) (esvin danial) (tantri denial dan suami) (tanteku misi kadir) (eli kadir) (kisman kadir) (pasusi kadir) (kudi kadir) (pakiki kadir) (olan musa) (ebin bantu dan pandrianto ismail) yang banyak membantu dan memberi motivasi dalam menyelesaikan studi saya.
15. Serta Arlan Djapar memberi motivasi dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.
16. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu baik langsung maupun tidak secara langsung dalam

menyelesaikan studiku. Akhirnya, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi perkembangan dan peningkatan ilmu keolahragaan dan semoga Tuhan Yang Maha Esa senantiasa tetap melimpahkan rahmat dan karunia-Nya. Amin.....

Gorontalo, Agustus 2017

Penulis

ANIS KADIR

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
SURAT PERNYATAAN	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	iii
ABSTRAK	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	x
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	3
1.3 Rumusan Masalah	3
1.4 Tujuan Penelitian	4
1.5 Manfaat Penelitian	4
BAB II KAJIAN TEORETIS	5
2.1.1 Hakikat Permainan Sepak Bola	5
2.1.2 hakikat latihan	6
2.1.3 hakikat pliometrick	11
2.2.1 Hakekat menggiring bola	13
2.2.2 hakikat kelincahan	14
2.2.3 hakikat kelentukan	17
2.2.4 hakikat tinggi badan	24
2.3 kajian relevan	26
2.3.1 Kerangka Berpikir	28
2.3.2 perumusan hipotesis	29
BAB III METODE PENELITIAN	30
3.1 tempat dan tanggal penelitiani Penelitian	30
3.2 Desain Penelitian	30
3.3 Variabel penelitian	31
3.4 definisi operasional variabel Penelitian	31

3.5 Sampel Penelitian.....	33
3.6 Teknik Pengumpulan Data	33
3.7 Teknik Analisis Data	35
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	36
4.1 Hasil Penelitian	36
4.1.1 uji normalitas data	39
4.1.2 Uji Statistik Korelasi Sederhana Antara Variabel Kelincahan (X_1) dengan Menggiring Bola (Y)	40
4.1.3 uji statistik korelasi sederhana antara variabel dengan menggiring bola.....	46
4.1.4 uji statistik korelasi sederhana antara variabel tinggi badan dengan menggiring bola.....	52
4.1.5 uji statistik korelasi sederhana antara kelincahan kelentukan dan tinggi badan dengan menggiring bola.....	57
4.2 Pembahasan	62
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	66
5.1. Kesimpulan	66
5.2 Saran	67
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN - LAMPIRAN	