

**HUBUNGAN KECEPATAN TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA PADA SISWA SSO REAL MADRID FOUNDATION UNY**

**THE CORRELATION OF SPEED TOWARD FOOTBALL SKILLS OF STUDENTS OF SSO REAL MADRID FOUNDATION OF YOGYAKARTA STATE UNIVERSITY**

Oleh : Ahmad Rizal Priyadi, pko, fik uny  
Ahmadrizal0210@gmail.com

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecepatan terhadap keterampilan bermain sepakbola siswa usia 11-14 tahun SSO Real Madrid *Foundation* UNY. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SSO Real Madrid *Foundation* UNY yang berjumlah 150 siswa. Sampel yang diambil dari hasil *purposive sampling* berjumlah 32 siswa. Instrumen yang digunakan adalah tes kecepatan lari 40 meter dari TKJI dan tes keterampilan bermain sepakbola dari David Lee. Analisis data menggunakan uji korelasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan kecepatan terhadap keterampilan bermain sepakbola pada siswa usia 11-14 tahun SSO Real Madrid *Foundation* UNY. Hasil penelitian menunjukkan nilai  $r$  hitung sebesar 0.434 lebih besar dari nilai  $r$  tabel dengan taraf signifikansi 5%, maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan kecepatan dengan keterampilan bermain sepakbola pada siswa usia 11-14 tahun SSO Real Madrid *Foundation* UNY.

Kata kunci: kecepatan, keterampilan bermain sepakbola

**Abstract**

*This research is aimed to find out the relation of speed toward students' football skills around 11-14 years old of SSO Real Madrid Foundation of Yogyakarta State University. The method that is used is survey and the technique of data collecting uses test and measuring. The population in this research is all of the students of SSO Real Madrid Foundation of Yogyakarta State University which are 150 students. The sample that is taken from the result of purposive sampling are 32 students. The instrument that is used is 40 meter running speed test from TKJI and football skill test from David Lee. The data analysis uses correlation test. The finding of this result shows that there is a relation of speed toward football skill of students around 11-14 years old of SSO Real Madrid Foundation of Yogyakarta State University. The finding shows that grade  $r$  that is 0.434 is bigger than the report grade which is only 5%. Moreover,  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted. In conclusion, there is a significant relation on speed toward football skill of students around 11-14 years old of SSO Real Madrid Foundation of Yogyakarta State University.*

*Keywords: speed, football skill*

## PENDAHULUAN

Sepakbola merupakan olahraga yang sangat diminati dan digemari oleh semua lapisan masyarakat. Hampir setiap kota di Indonesia memiliki berbagai perkumpulan sepakbola atau mempunyai sekolah sepakbola. Mulai dari perkumpulan sepakbola anak-anak atau yang sering juga disebut SSB maupun mempunyai perkumpulan remaja dan dewasa bahkan ada juga yang mempunyai perkumpulan sepakbola wanita. Ini dibuktikan dengan semakin banyaknya masyarakat yang melakukan olahraga sepakbola baik anak-anak, remaja, dewasa bahkan orang tua. Sedangkan bagi dunia internasional sepakbola merupakan alat pemersatu bagi berbagai bangsa di seluruh dunia dengan berbagai latar belakang sejarah dan budaya, sebagai alat pemersatu dunia yang sanggup melampaui batas-batas perbedaan politik, etnik dan agama.

Sepakbola adalah permainan dengan cara menendang sebuah bola yang diperebutkan oleh para pemain dari dua kesebelasan yang berbeda dengan bermaksud memasukan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri jangan sampai kemasukan bola (Subagyo Irianto, 2010: 3). Permainan sepakbola dimainkan dalam 2 (dua) babak. Lama waktu pada setiap babak adalah 45 menit, dengan waktu istirahat 15 menit. Pada pertandingan yang menentukan misalnya pada pertandingan final, apabila terjadi nilai yang sama, maka untuk menentukan kemenangan diberikan babak tambahan waktu selama 2 x 15 menit tanpa ada waktu istirahat. Jika dalam waktu tambahan 2 x 15 menit nilai masih sama, maka akan dilanjutkan dengan tendangan penalti untuk menentukan tim mana yang menang. "Tujuan dari olahraga sepakbola adalah pemain memasukkan bola sebanyak banyaknya ke gawang lawannya dan berusaha menjaga gawangnya sendiri,

agar tidak kemasukkan."(Sucipto, 2000:7).

Teknik sepakbola adalah cara pengolahan bola maupun pengolahan gerak tubuh dalam bermain. Rammy Muchtar (1992: 27). Pemain sepakbola pada saat ini di haruskan memiliki kemampuan fisik, teknik, taktik dan mental yang baik dalam setiap pertandingan yang di jalani, dikarenakan pada perkembangannya 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. Pemain yang memiliki fisik dan mental yang lebih dapat melakukan gerakan terampil ketika dalam permainan. Pada saat dalam permainan, pemain yang mampu berlari beberapa meter dalam suatu pertandingan, hampir menyamai kecepatan sprinter dan dapat menghadapi perubahan situasi permainan dengan cepat. Permainan seperti ini yang dibutuhkan para pesepakbola indonesia agar lebih maju dan menjadi lebih baik lagi.

Keterampilan bermain sepakbola adalah menguasai teknik teknik dasar bermain sepakbola dan mampu mengaplikasikannya ke dalam sebuah permainan dengan efektif dan efisien. Subagyo Irianto (2010 :15) mengatakan, bahwa keterampilan bermain sepakbola merupakan, kesanggupan dan kemampuan untuk melakukan gerakan gerakan mendasar atau teknik dasar dalam permainan sepakbola secara efektif dan efisien baik gerakan yang dilakukan tanpa bola maupun dengan bola. Seorang pemain sepakbola yang memiliki kemampuan ketrampilan bermain sepakbola tentunya memiliki faktor-faktor yang menunjang ketrampilan bermain sepakbola tersebut. Teknik-teknik dalam bermain sepakbola merupakan gerakan yang sangat kompleks. "Kompleksitas

keterampilan sepakbola meliputi menendang bola, menggiring bola, menyundul bola, merampas bola, melempar, dan menangkap bola,”(Sucipto, 2000: 12). Sehingga membutuhkan proses latihan yang lama dan intensif agar seseorang dapat mahir dalam menguasai teknik teknik tersebut. Sekolah sepakbola rata-rata mempunyai beberapa kelompok umur dari mulai kelompok umur 9-15 tahun. Diumur 9-12 tahun anak-anak bermain sepakbola bukan dengan sebelas orang melainkan dengan 7-9 orang dengan waktu rata-rata 2x15 menit untuk 1 pertandingan dan juga lapangan yang diperkecil yaitu rata-rata dengan menggunakan lapangan 40x60 meter lapangan atau ½ lapangan ukuran dari FIFA.

Maka dari itu sepakbola diusia anak anak juga harus memerlukan fisik yang bagus karena anak anak juga harus bermain sepakbola dengan ukuran lapangan yang cukup besar yaitu 60x40 meter. Maka dari itu kebutuhana taktik, teknik dan strategi tidak akan berjalan tanpa didukung dengan kondisi fisik yang baik dan bagus. Oleh sebab itu anak anak juga harus dilatihkan kondisi fisik dalam program latihanya agar menunjang cara bermain sepakbola dengan teknik,taktik dan stategi yang diinginkan oleh para pelatih.

Selain kondisi fisik yang bagus seorang pemain juga harus mempunyai teknik dasar bermain sepakbola yang baik dan benar maka dari itu teknik juga harus selalu diasah dan dilatihkan untuk menyempurnakan kekuatan fisik pemain sepakbola. Fisik pada pemain sepakbola tentunya ada beberapa aspek, salah satunya adalah kecepatan yang dalam ketrampilan bermain sepakbola menjadi faktor untuk ketrampilan saat bermain sepakbola. Teknik yang baik juga akan mendukung kerjasama yang baik antara pemain yang membentuk permainan tim sepakbola. Maka dari itu teknik juga harus selalu mendapatkan perhatian khusus dan program latihan teknik dan fisik juga

harus ada di setiap sesi latihan agar para pemain selalu mempertahankan teknik yang dia miliki bahkan juga akan menembah teknik teknik baru yang sebelumnya belum para pemain kuasai.

Keuntungan seorang atlet atau seorang olahragawan mempunyai kecepatan menjadi nilai tambah yang sangat berharga, bahkan beberapa posisi dalam formasi permainan sepakbola mengharuskan pemain memiliki kecepatan yang tinggi, seperti pemain *wing back*, *flank*, dan *striker*. Kecepatan dapat menunjang teknik pemain dan taktik dari pelatih, seperti *counter attack*. Febr Hariyadi yang mempunyai kecepatan 31,5 km/jam menjadi andalan Timnas Indonesia dan klub Persib Bandung. Terens Puhiri namanya melambung karena mencetak gol melalui *solo run* dengan kecepatan 33,9km/jam (Tribeindonesia).

Sekolah Sosial Olahraga Real Madrid Foundation UNY (SSO RMF UNY) merupakan salah satu dari sekian banyak sekolah sepakbola yang ada di Yogyakarta bermarkas di Universitas Negeri Yogyakarta. Dari pengamatan peneliti pada saat melatih di SSO RMF UNY, peneliti melihat kecepatan siswa bagus, akan tetapi bola mudah untuk direbut. Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka peneliti akan melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Kecepatan Terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola pada Siswa SSO Real Madrid Foundation UNY”.

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yaitu penelitian yang semata-mata bertujuan mengetahui keadaan objek atau peristiwa tanpa suatu maksud untuk mengambil kesimpulan-kesimpulan yang berlaku secara umum (Sutrisno Hadi, 1980: 3). Metode yang digunakan adalah tes unjuk kerja keterampilan bermain sepakbola, teknik pengumpulan data dengan menggunakan tes pengukuran.

### Target/Subjek Penelitian

Pada penelitian ini populasinya adalah siswa SSO Real Madrid *Foundation* UNY yang berjumlah 150 siswa. Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Suharsimi Arikunto, 2006: 117). Teknik sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*, teknik ini didasarkan atas tujuan tertentu. Kriteria dalam penentuan sampel ini meliputi: (1) siswa SSO Real Madrid *Foundation* UNY yang berusia 11-14 tahun dan (2) minimal telah mengikuti latihan selama 6 bulan. Berdasarkan kriteria tersebut yang memenuhi berjumlah 32 siswa.

### Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

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: 136). Dalam penelitian ini digunakan beberapa instrumen, yaitu: (1) Tes Keterampilan Bermain Sepakbola "*David Lee*" dan (2) Tes Kecepatan Lari 40 Meter.

Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 222) bahwa baik buruknya hasil penelitian sebagian tergantung pada teknik-teknik pengumpulan datanya. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes dan pengukuran.

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

### Teknik Analisis Data

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 (Sutrisno Hadi, 1994: 26) dengan rumus:

$$F = \frac{R^2(N - m - 1)}{m(1 - R^2)}$$

Keterangan :

F : Harga F

N : Cacah kasus

M : Cacah prediktor

R : Koefisien korelasi antara kriterium dengan prediktor

Harga F tersebut kemudian dikonsultasikan dengan harga F tabel dengan derajat kebebasan  $N - m - 1$  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.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa SSO Real Madrid *Foundation* UNY usia 11-14 tahun sebanyak 32 atlet. Dalam penelitian ini data yang dimaksud adalah data yang diperoleh dengan menggunakan metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran.

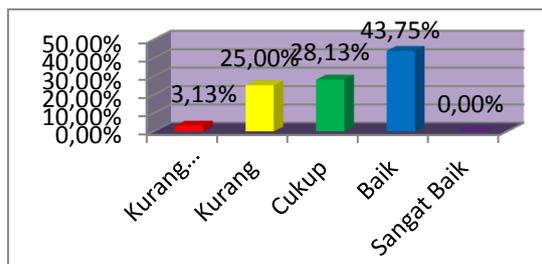
Hasil penghitungan data kecepatan lari 40 meter siswa usia 11-14 tahun di SSO Real Madrid *Foundation* UNY menghasilkan mean sebesar 5.13, median = 5.09, modus = 4.73, dan standar deviasi = 0.48. Adapun nilai tercepat sebesar 4.50 dan nilai terlambat sebesar 6.87.

Tabel distribusi kecepatan lari 40 meter siswa usia 11-14 tahun di SSO Real Madrid *Foundation* UNY sebagai berikut:

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kecepatan Lari 40 Meter Siswa Usia 11-14 tahun di SSO Real Madrid Foundation UNY**

N o	Interv al	Frekue nsi	Persent ase (%)	Kateg ori
1	X > 5.86	1	3.125%	Kuran g Sekali
2	5.37 – 5.86	8	25%	Kuran g
3	4.88– 5.37	9	28.125 %	Cukup
4	4.40 – 4.88	14	43.75%	Baik
5	X < 4.40	0	0%	Sangat Baik
<b>Jumlah</b>		<b>32</b>	<b>100%</b>	

Berdasarkan tabel di atas terlihat bahwa sebagian besar kecepatan lari 40 meter siswa usia 11-14 tahun di SSO Real Madrid *Foundation* UNY berada pada interval 4.40 – 4.88 dengan persentase sebesar 43.75%. Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka data kecepatan lari 40 meter tampak pada gambar sebagai berikut:



Gambar 3. Grafik Kecepatan Lari 40 Meter Siswa Usia 11-14 tahun di SSO Real Madrid *Foundation* UNY.

Hasil penghitungan data keterampilan bermain sepakbola siswa usia 11-14 tahun di SSO Real Madrid *Foundation* UNY menghasilkan mean sebesar 28.82, median = 28.97, modus = 21.79, dan standar deviasi = 4.37. Nilai tercepat yang diperoleh sebesar 21.79 dan nilai terbesar sebesar 39.40.

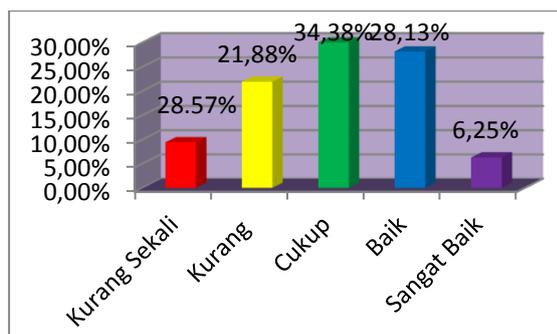
Tabel distribusi keterampilan bermain sepakbola siswa usia 11-14 tahun di SSO Real Madrid *Foundation* UNY sebagai berikut:

**Tabel 3. Skala Penilaian Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa 11-14 tahun di SSO Real Madrid Foundation UNY**

N o	Interv al	Frekue nsi	Persent ase (%)	Kateg ori
1	X > 35.38	3	9.375%	Kuran g Sekali
2	31.01 – 35.38	7	21.875 %	Kuran g
3	26.63 – 31.01	11	34.375 %	Cukup
4	22.25 – 26.63	9	28.125 %	Baik
5	X < 25.25	2	6.25%	Sangat Baik
<b>Jumlah</b>		<b>32</b>	<b>100%</b>	

Berdasarkan tabel di atas terlihat sebagian besar keterampilan bermain sepakbola siswa usia 11-14 tahun di SSO Real

Madrid *Foundation* UNY berada pada rentang 26.63-31.01 dengan persentase sebesar 34.375% dan masuk dalam kategori cukup. Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka data keterampilan bermain sepakbola siswa usia 11-14 tahun di SSO Real Madrid *Foundation* UNY tampak sebagai berikut:



Gambar 4. Grafik Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Usia 11-14 tahun di SSO Real Madrid *Foundation* UNY.

Uji hipotesis yang diharapkan adalah “ada hubungan antara kecepatan lari 40 meter dan keterampilan bermain sepakbola siswa usia 11-14 tahun di SSO Real Madrid *Foundation* UNY. Hasil uji hipotesis dengan menggunakan analisis uji korelasi dapat dilihat pada tabel berikut ini.

**Tabel 6. Koefisien Korelasi antara Kecepatan Lari 40 Meter (X) dan Keterampilan Bermain Sepakbola (Y)**

Korelasi	<i>r</i> hitung	<i>r</i> tabel	Keterangan
X.Y	0.434	0.291	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis tersebut di atas diperoleh koefisien korelasi kecepatan lari 40 meter dengan keterampilan bermain sepakbola sebesar 0.434 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  $N = 32$  diperoleh *r* tabel sebesar 0.291. Karena koefisien korelasi antara *r* hitung ( $0.434 > 0.291$ ) *r* tabel pada taraf signifikansi 5%, berarti koefisien korelasi tersebut signifikan. Dengan demikian hipotesis yang berbunyi ada hubungan antara kecepatan lari 40 meter dan keterampilan bermain sepakbola siswa usia 11-14 tahun di SSO Real Madrid *Foundation* UNY diterima. Artinya ada hubungan yang signifikan antara kecepatan lari 40 meter dan keterampilan bermain sepakbola siswa usia 11-14 tahun di SSO Real Madrid *Foundation* UNY.

Besarnya hubungan kecepatan lari 40 meter dengan keterampilan bermain sepakbola diketahui dengan cara nilai  $r$  ( $R^2 \times 100\%$ ). Nilai  $R^2$  sebesar 0.189, sehingga besarnya hubungan sebesar 18,9%, sedangkan sisanya sebesar 81,1% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

### Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecepatan dan keterampilan bermain sepakbola siswa usia 11-14 tahun di SSO Real Madrid *Foundation* UNY. Dengan *r* hitung sebesar 0.434 lebih besar dari *r* tabel pada  $\alpha = 5\%$  dengan  $N = 32$  sebesar 0.291. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa kecepatan mempengaruhi keterampilan bermain sepakbola. Semakin besar kecepatan maka keterampilan bermain sepakbola akan semakin baik, sebaliknya semakin lambat kecepatan, 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.

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

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa ada hubungan antara kecepatan

terhadap keterampilan bermain sepakbola pada usia 11-14 tahun di SSO Real Madrid *Foundation* UNY.

### Saran

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

1. Bagi pelatih sepakbola, hendaknya memperhatikan kecepatan lari 40 meter 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

- Arikunto, S. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rammy Muchtar. (1992). *Olahraga Pilihan Sepakbola*. Jakarta: Dekdikbud
- Subagyo Irianto. (2010). Pengembangan tes kecakapan "David Lee" untuk sekolah sepakbola (ssb) kelompok umur 14-15 tahun. *Tesis* tidak diterbitkan. Yogyakarta: PPs UNY.
- Sucipto dkk. (2000). Pengembangan Tes Kecakapan David Lee pada SSB KU 14-15 Tahun, Penelitian FIK. Yogyakarta

Sutrisno Hadi. (1980). *Statistik II*.  
Yogyakarta: Yayasan Penerbitan  
Fakultas Psikologi UGM.