

**HUBUNGAN DAYA TAHAN DAN KELINCAHAN
DENGAN KETERAMPILAN *DRIBBLING* FUTSAL
PADA SISWA EKSTRAKURIKULER FUTSAL DI SMP
NEGERI 4 SAMARINDA**

SKRIPSI



Diajukan Untuk Melengkapi Tugas dan Syarat Guna Mencapai Derajat Sarjana
Pendidikan pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Disusun Oleh:
Said Ilham Maulana
NIM: 1911102422011

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAH RAGA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR
2023**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Proposal skripsi dengan judul “**Hubungan Daya Tahan Dan Kelincahan Dengan Keterampilan *Dribbling* Futsal Pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal Di SMP Negeri 4 Samarinda**” karya,

Nama : Said Ilham Maulana

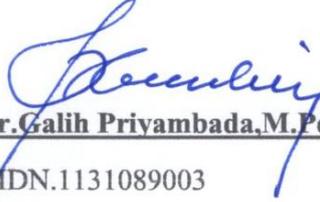
NIM : 1911102422011

Program Studi : S1 Pendidikan Olahraga

telah disetujui oleh pembimbing untuk diajukan ke Seminar Proposal Skripsi.

Samarinda, 12 Juni 2023

Pembimbing


Dr. Galih Priyambada, M.Pd., AIFMO-P
NIDN.1131089003

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Said Ilham Maulana

NIM : 1911102422011

Alamat : Samarinda

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya adalah asli dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar akademik baik di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur maupun di Perguruan Tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan dari Dosen Pembimbing Skripsi.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan judul buku aslinya dan dicantumkan ke dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ke tidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Perguruan Tinggi ini.

Samarinda, 21 Juni 2023

Yang membuat Pernyataan,



Said Ilham Maulana

NIM: 1911102422011

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN DAYA TAHAN DAN KELINCAHAN DENGAN
KETERAMPILAN *DRIBBLING* FUTSAL PADA SISWA
EKSTRAKURIKULER FUTSAL DI SMP NEGERI 4 SAMARINDA**

SAID ILHAM MAULANA

1911102422011

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Olahraga, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Galih Priyambada, M.Pd., AIFMO-P	Penguji 1		14-7-2023
Januar Abdilah Santoso, S.Pd., M.Or	Penguji 2		10-7-2023

Samarinda, 15 Juli 2023
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Dekan



Prof. Ali Saukah, M.A., Ph.D.
NIDK. 8912620021

MOTTO

“Ilmu akan menuntutmu sampai engkau telah mengamalkannya, jika engkau telah mengamalkannya maka ilmu itu akan menjadi milikmu”

(Al Habib Abdullah bin Alwi Al Haddad)

“Memiliki daya tahan serta kelincahan dalam permainan Futsal wajib agar menunjang permainan Futsal jauh lebih fleksibel dan baik”

(Said Ilham Maulana)

PERSEMBAHAN

Hasil dari skripsi ini penulis persembahkan kepada :

1. Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
2. Program Studi S1 Pendidikan Olahraga
3. SMP Negeri 4 Samarinda

ABSTRAK

Said Ilham Maulana: Hubungan Daya Tahan Dan Kelincahan Dengan Keterampilan Dasar *Dribbling* Futsal Pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal Di SMP Negeri 4 Samarinda. **Skripsi. Samarinda: Program Studi Pendidikan Olahraga, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, 2023**

Cabang olahraga Futsal merupakan cabang olahraga yang membutuhkan beberapa aspek yang berkaitan dengan komponen fisik. Salah satunya daya tahan dan kelincahan untuk mengoptimalkan upaya pencapaian prestasi. Tujuan dari penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan daya tahan dan kelincahan dengan keterampilan *dribbling* Futsal pada siswa ekstrakurikuler Futsal di SMPN 4 Samarinda.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh anggota ekstrakurikuler yang berjumlah 120 siswa. Sedangkan sampel pada penelitian ini berjumlah 30 peserta ekstrakurikuler dengan kriteria tim inti, serta menggunakan pengambilan Teknik sampel *purposive sampling*. Data yang diperoleh menggunakan tes daya tahan sesuai kelaziman daya tahan anaerobik lari 300 m, tes kelincahan dan tes *dribbling* Futsal pada peserta ekstrakurikuler Futsal di SMPN 4 Samarinda. Uji statistik dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi.

Hasil yang diperoleh dari penelitian ini yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara daya tahan X1 terhadap *dribbling* Y sebesar 0,00, kelincahan X2 dengan *dribbling* Y 0,00, dan daya tahan dan kelincahan berkorelasi signifikan yang dibuktikan dengan nilai sig sebesar $0,00 < 0,05$, dan diperoleh derajat hubungan korelasi sempurna pada X1 - Y dengan nilai 0,981 dan X2 - Y dengan nilai 0,968 yang dapat disimpulkan daya tahan dan kelincahan berkorelasi dengan *dribbling* Futsal.

Kata Kunci: *Daya tahan, kelincahan, dribbling Futsal, ekstrakurikuler*

ABSTRACT

Said Ilham Maulana: *The Relationship between Endurance and Agility With Basic Futsal Dribbling Skills in Futsal Extracurricular Students at SMP Negeri 4 Samarinda. Thesis. Samarinda: Sports Education Study Program, Muhammadiyah University, East Kalimantan, 2023*

The purpose of this study is to examine the association between anaerobic endurance and agility and Futsal dribbling skills of SMP N 4 Samarinda Futsal extracurricular students. This research employs quantitative methods and a correlational strategy. Data were collected from Futsal extracurricular participants at SMP N 4 Samarinda by administering anaerobic endurance tests, agility tests, and Futsal dribbling tests.

The samples in this study were gathered from 30 Futsal extracurricular participants using a purposive sampling technique, which is a sampling technique that determines the sample based on particular criteria. In this study, a correlation test was performed as a statistical test.

According to the hypothesis test between the three variables, there is a significant association between the independent variable (X) and the correlated variable (Y) in this study. The degree of perfect correlation is attained at X1 to Y 0.981 and X2 to Y 0.968 when the sig value is <0.05

Keywords: *Endurance, agility, dribbling Futsal, extracurricular*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena atas rahmat- Nya sehingga penyusunan tugas akhir skripsi dengan judul “Hubungan Daya Tahan Dan Kelincahan Dengan Keterampilan *Dribbling* Futsal Pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal Di SMP Negeri 4 Samarinda” dapat di selesaikan dengan lancar.

Selesainya penyusunan tugas akhir skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, Terkhusus dosen pembimbing bapak Dr. Galih Priyambada, M.Pd., AIFMO-P. Untuk itu pada kesempatan ini disampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Bapak Prof. Bambang Setiaji yang telah memberikan kesempatan untuk menempuh perkuliahan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Bapak Prof. Ali Saukah, M.A., Ph.D. yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga (POR), Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Bapak Nanda Alfian Mahardhika, S.Pd., M.Pd.
4. Seluruh staf Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yang telah memberikan ilmu dan informasi yang bermanfaat.
5. Bapak dan Ibunda tercinta atas segala cinta, ketulusan, kasih sayang dan dia yang telah diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan studi.
6. Teman-teman mahasiswa Pendidikan Olahraga 2019, terima kasih kebersamaannya selama ini.
7. Semua pihak yang membantu baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga skripsi ini tetap terlaksana

Samarinda, 21 Juni 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN TEORI	8
A. Kajian Pustaka.....	8
1. Ekstrakurikuler.....	8
a. Pengertian Ekstrakurikuler	8
b. Peran dan Tujuan Ekstrakurikuler	9
2. Hakikat Futsal	10
a. Futsal	10
b. Peraturan.....	11
a) Lapangan Futsal.....	11
b) Ukuran Bola Futsal.....	13
c) Pemain dan Wasit.....	13
d) Waktu Permainan Futsal.....	15
e) Teknik Dasar Futsal.....	15
3. Hakikat Daya Tahan dan Kelincahan.....	18
4. Manfaat Daya Tahan Terhadap Permainan Futsal	19
B. Kerangka Berpikir.....	20
C. Penelitian Yang Relevan	22
D. Hipotesis Penelitian.....	24
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	25
A. Desain Penelitian.....	25
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	26
C. Populasi Dan Sampel	26
1. Populasi	26
2. Sampel.....	26

D. Teknik Pengumpulan Data.....	27
1. Tes Daya Tahan Anaerobik.....	27
2. Tes Kelincahan.....	27
3. Tes <i>Dribbling</i>	28
E. Instrumen Penelitian.....	28
1. Tes Daya Tahan Anaerobik.....	28
2. <i>Shuttle Run 4X10</i>	29
3. Tes <i>Dribbling</i> Futsal.....	30
F. Teknik Analisis.....	31
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	33
A. Deskripsi Data Hasil Penelitian.....	33
B. Analisis Data.....	36
1. Prasyarat Uji Analisis.....	36
2. Uji Hipotesis.....	38
C. Pembahasan.....	40
BAB V PENUTUP.....	42
A. Kesimpulan.....	42
B. Implikasi.....	42
C. Saran.....	43
DAFTAR PUSTAKA.....	44
LAMPIRAN.....	46

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Penilaian Lari 300 Meter	27
Tabel 2. Penilaian <i>Agility Shuttle Run</i> 4x10	28
Tabel 3. Penilaian <i>dribbling</i>	28
Tabel 4. Tabulasi Variabel X1	33
Tabel 5. Tabulasi Variabel X2	34
Tabel 6. Tabulasi Variabel Y	35
Tabel 7. Uji Normalis <i>Smirnov Test</i>	36
Tabel 8. Uji <i>Linieritas Anova Table</i>	37
Tabel 9. Hasil Korelasi X1 X2 Y	38
Tabel 10. Rangkuman Hasil Korelasi	39
Tabel 11. R <i>square</i> non linier X1-Y	39
Tabel 12. <i>coefisien</i> non linier	39
Tabel 13. Uji regresi X2-Y	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Lapangan Futsal	12
Gambar 2. Ukuran Gawang Futsal	12
Gambar 3. Bola Futsal	13
.Gambar 4. Skema Kerangka Berpikir.....	22
Gambar 5. Desain Penelitian	25
Gambar 6. Desain Penelitian Futsal.....	31
Gambar 7. Ketentuan Ukuran Marker	31
Gambar 8. Diagram Tabulasi Variabel X1 Daya Tahan.....	33
Gambar 9. Diagram Tabulasi Variabel X2 Kelincahan.....	34
Gambar 10. Diagram Tabulasi Variabel Y <i>Dribbling</i>	35
Gambar 11. Pemberian Arahan Sebelum Tes	69
Gambar 12. Pelaksanaan Tes Lari 300 Meter.....	69
Gambar 13. Pelaksanaan Tes <i>Shuttle Run</i> 4X10	70
Gambar 14. Pelaksanaan Tes <i>Dribbling</i> Futsal	72

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan Melaksanakan Observasi	47
Lampiran 2. Lembar Permohonan Melaksanakan Penelitian	48
Lampiran 3. Surat Keterangan Menyelesaikan Penelitian	51
Lampiran 4. Halaman Pengesahan	52
Lampiran 5. Lembar Konsul	53
Lampiran 6. Penilaian Hasil Tes	55
Lampiran 7. Hasil Turnitin Perpustakaan UMKT	56
Lampiran 8. Tabel Uji Normalitas	58
Lampiran 9. Uji <i>Linieritas Anova Table</i>	59
Lampiran 10. Regresi Non linier X1-Y	60
Lampiran 11. Tabel <i>coefisien</i> non linier	61
Lampiran 12. Uji regresi X2-Y	62
Lampiran 13. Tabel <i>R square</i> dan <i>coefisien</i>	63
Lampiran 14. Hasil Korelasi	63
Lampiran 15. Tebel korelasi X1 X2 Y	64
Lampiran 16. Tabel menghitung SE&SR	65
Lampiran 17. Tabel Perhitungan SE SR	66
Lampiran 18. Lampiran Tabel ringkasan SR	68
Lampiran 19. Dokumentasi Penelitain	69