

HUBUNGAN KOMPONEN KONDISI FISIK TERHADAP KEMAMPUAN TEKNIK DASAR PASSING KAKI BAGIAN DALAM PADA KEGIATAN EKSTRAKURIKULER SEPAK BOLA DI SMA 1 ARJASA TAHUN 2019

Moh Rusli

Abstrak

Kata Kunci : Kondisi Fisik, *Passing*, Sepakbola

Beberapa komponen kondisi fisik yang ada pada permainan sepakbola meliputi: stamina prima, tenaga yang cukup, kecepatan, Keseimbangan, daya jelajah, Daya Tahan, dan kondisi gerak yang efisien, bahkan juga kemampuan memanfaatkan zat asam secara maksimal melalui kerja jantung dan peredaran darah. (Jusuf, 1982: 179). Sepakbola merupakan permainan yang memakan waktu selama 2x45 menit. Selama waktu selama satu setengah jam itu, pemain dituntut untuk senantiasa bergerak. Dan bukan sekedar bergerak, namun dalam bergerak tersebut masih melakukan berbagai gerak fisik lainnya seperti berlari sambil passing bola, berlari kemudian sambil berhenti tiba-tiba, berlari sambil berbelok 90 derajat bahkan 180 derajat. Selain itu ada juga kegiatan fisik lainnya seperti berlari, melompat, meluncur (*sliding*), beradu badan (*body-charge*) bahkan melanggar dengan pemain lawan dalam kecepatan tinggi. Semua ini menuntut kualitas fisik pada tingkat tertentu, untuk dapat memainkan sepakbola tersebut dengan baik dan benar. Tujuan penelitian ini berdasarkan dari rumusan masalah di atas adalah sebagai berikut: 1. Mengetahui adakah hubungan Keseimbangan, kelincahan, Daya Tahan Terhadap Keterampilan *Passing* Pada Permainan Sepak Bola SMAN 1 Arjasa. 2. Untuk mengetahui seberapa besar hubungan Keseimbangan, kelincahan, Daya Tahan Terhadap Keterampilan *Passing* Pada Permainan Sepak Bola SMAN 1 Arjasa.

Penelitian ini merupakan penelitian korelasi, karena di dalam penelitian ini bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan antara kondisi fisik (Keseimbangan, kelincahan, dan Daya Tahan) dengan keterampilan Teknik passing bagian dalam pada peserta Ekstrakurikuler sepak bola di SMAN 1 Arjasa. Penelitian ini termasuk penelitian populasi yaitu dalam penelitian ini adalah seluruh peserta Ekstrakurikuler sepak bola di SMAN 1 Arjasa yang berjumlah 20 orang.

Dari hasil penelitian dan pembahasan tentang hubungan keseimbangan (X1) kelincahan (X2), dan Daya Tahan (X3) terhadap passing (Y) sepakbola yang dilakukan pada kegiatan Ekstrakurikuler Sepak Bola di SMAN 1 Arjasa dapat disimpulkan sebagai berikut: 1. Ada hubungan yang sedang 0,599 berdasarkan intrprestasi yang ada antara keseimbangan, kelincahan, dan Daya Tahan terhadap Keterampilan *Passing* Pada Permainan Sepak Bola di SMAN 1 Arjasa. 2. Besaran determinasi hubungan keseimbangan, kelincahan, dan Daya Tahan Terhadap

Keterampilan Passing Pada Permainan Sepak Bola SMAN 1 Arjasa yakni 35,9%.

