

HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN KEMAMPUAN DRIBBLING PEMAIN FUTSAL ASAL TORAJA

¹ Hardiknas Fauzi Pangadongan, ²Elen B. Lomboan, ³Anuardin Mokoagow

¹Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Manado, Manado, Indonesia

Email: ¹hardiknasfp@gmail.com, ²ellenlomboan@unima.ac.id,

³anuardinmokoagow@unima.ac.id

Diterima: 26- 06-2022 Direvisi : 26- 06-2022 Disetujui : 30-11-2022

Abstrak

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana hubungan Indeks Massa Tubuh dengan kemampuan *dribbling*? Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan Indeks Massa Tubuh dengan kemampuan *dribbling* pemain futsal asal Toraja. Manfaat dari penelitian adalah untuk memberikan edukasi kepada pemain futsal tentang hubungan Indeks massa Tubuh terhadap kemampuan *dribbling* sehingga menjadi acuan kepada para pemain ataupun pelatih untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* pemain. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan teknik korelasi. sampel di dalam penelitian ini yaitu berjumlah 20 orang asal toraja. Untuk mengukur indeks massa tubuh dengan membandingkan berat dengan tinggi badan atau $IMT = \frac{BERAT\ BADAN\ (KG)}{TINGGI\ BADAN\ (M)}$ dan Untuk mengukur kemampuan menggiring bola (*dribbling*). Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh pada tabel uji normalitas dikatakan data berdistribusi normal karena nilai signifikan $> 0,05$ dengan perolehan nilai 0,200. Sedangkan pada tabel uji linearitas dikatakan terdapat hubungan linear antar variabel karena nilai signifikan $> \alpha$ (0,05) ialah 0,898. Berdasarkan hasil penelitian pada uji hipotesis karena $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ maka tolak H_0 . Artinya terdapat hubungan hubungan indeks massa tubuh dengan kemampuan *dribbling* pemain futsal asal Toraja. Adapun disajikan hasil olahan data diperoleh bahwa koefisien korelasi antara variabel X terhadap Y adalah 0.376 hasilnya sama dengan perhitungan dengan program SPSS. Berdasarkan hasil analisis data dan pengujian hipotesis yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan Indeks Massa Tubuh terhadap kemampuan *dribbling* pemain futsal asal toraja dengan t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} atau $1,738 \geq 1,734$ dimana keberartiannya ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan (mempunyai hubungan yang berarti).

Kata Kunci, Indeks Massa Tubuh, Kemampuan Dribbling

Abstract

*The formulation of the problem in this study is how is the relationship between Body Mass Index and dribbling ability? The purpose of this study was to determine the relationship between Body Mass Index and the dribbling ability of futsal players from Toraja. The benefit of the research is to provide education to futsal players about the relationship between Body Mass Index and dribbling ability so that it becomes a reference for players or coaches to improve players' dribbling abilities. The research method used in this research is descriptive with correlation technique. The sample in this study amounted to 20 people from Toraja. To measure body mass index by comparing weight with height or $BMI = (WEIGHT\ (KG))/(HEIGHT\ (M))$ and To measure the ability to dribble (*dribbling*). Based on the research results obtained in the normality test table, it is said that the data is normally distributed because the significant value is 0.05 with a value of 0,200. Meanwhile, the linearity test table is said to have a linear relationship between variables because the significant value of (0.05) is 0.898. Based on the results of the research on hypothesis testing because $t_{count} \geq t_{table}$, then reject H_0 . This means*

that there is a relationship between body mass index and the dribbling ability of futsal players from Toraja. The results of the processed data show that the correlation coefficient between the X and Y variables is 0.376, the result is the same as the calculation with the SPSS program. Based on the results of data analysis and hypothesis testing, it can be concluded that there is a relationship between Body Mass Index and the dribbling ability of futsal players from Toraja with t_{count} greater than t_{table} or 1.738 1.734, where this means that there is a significant relationship (has a significant relationship).

Keywords: Body Mass Index, Dribbling Ability

Pendahuluan

Tujaun futsal dimana melakukan pertandingan yang meibatkan kedua tim yang saling memasukan bola kedalam gawang yang telah di sediakan di dalam lapangan yang memperbolehkan melakukan pengatian pemain. Menurut Justinus Lhaksana (2011: 29), teknik dasar yang perlu dikuasai dalam bermain futsal adalah passing (mengoper), menahan bola (Control), passing perut (deviating), menggiring bola (dribbling) dan pukulan jauh. (menendang bola).). Futsal merupakan olahraga yang digandrungi sebagian besar masyarakat dan bahkan membangkitkan simpati masyarakat Indonesia. Dribbling adalah keterampilan di mana setiap pemain harus mengontrol bola sebelum mengopernya ke 2 teman untuk menciptakan peluang mencetak gol. Faktanya, banyak orang yang senang bermain futsal melupakan pentingnya keterampilan menggiring bola (Yusup Rochmat Gunawan, 2016). Padahal skill passing dan kemampuannya untuk bertahan melawan tarik-menarik lawan akan memberi

Anda bisa lihat saat mereka bermain, sangat sulit untuk membawa bola ke gawang terdekat. Sementara itu, pemberian tes kemampuan dribbling juga diakui jarang terjadi, sehingga tidak jelas seberapa penting kelincahan, kecepatan, dan fleksibilitas bagi pemain dengan keterampilan seperti keterampilan menggiring bola ini. kesempatan untuk mencetak gol lebih besar dan berpotensi mengontrol permainan. Tingkat dribbling siswa Toraja ini masih tergolong baik atau bisa dikatakan tidak semua orang mahir. Namun, tidak semua siswa peserta ekstrakurikuler memiliki kemampuan dasar yang baik khususnya teknik menggiring bola.

Pemain juga tidak tahu faktor apa yang mempengaruhi kemampuan mereka menggiring bola dengan baik. Oleh karena itu, untuk mencapai tujuan tersebut perlu dilakukan upaya yang maksimal untuk mengembangkan keterampilan menggiring bola para pemain Toraja dengan memberikan pemahaman tentang faktor-faktor yang mempengaruhi teknik menggiring bola. Selama setahun terakhir ekstrakurikuler futsal, ia berpartisipasi dalam sejumlah pertandingan futsal antar kotak tetapi gagal mencapai hasil yang memuaskan.

Berdasarkan hasil pengamatan saya jika melihat fostur tubuh pemain futsal asal toraja, pemain yang memiliki berat badan berlebihan lebih cenderung kesulitan dalam dribbling bola jika di dibandingkan dengan pemain yang fostur tubuhnya lebih ideal terlihat lebih muda

dalam dribbling bola. Tetapi tidak semua pemain yang memiliki postur yang berlebihan memiliki kemampuan dribbling yang tidak baik namun ada juga pemain yang memiliki postur tubuh berlebihan tetapi kemampuan dribblingnya baik

Melalui hasil yang di paparkan oleh penulis maka penelitian yang akan di lakukan mengenai “ Hubungan indeks massa tubuh terhadap kemampuan dribbling Permainan Futsal asal toraja.

Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan teknik korelasional. Dari segi performa, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana hubungan antara indeks massa tubuh dengan kemampuan dribbling pemain futsal Toraja.

1. Variabel terikat : Dribbling
2. Variabel bebas : Indeks massa tubuh

Variabel adalah objek penelitian yang di dalam suatu kegiatan penelitian yang menunjukkan suatu variasi baik secara kumulatif maupun secara kuantitatif. IMT atau Indeks masa tubuh pengukuran dari kaki sampai kepala terhadap rasio berat badan dan tinggi badan (Depkes, 2002). BMI melalui tindakan secara singkat berdasarkan kandungan lemak tubuh total dan di wakili oleh tingkat lemak tubuh yang mendapatkan kemudahan dalam pengukuran. Utari (2007) menyatakan bahwa anak laki-laki dengan IMT yang baik juga akan memiliki kelincuhan yang baik. IMT pemain futsal STKIP tim futsal UKM Bina Bangsa Getsempena (BBG) Banda Aceh juga memiliki perbedaan, hal ini jarang dilihat oleh pelatih karena terlihat nampaknya melalui penggunaan dalam pertandingan futsalnya adalah kebugaran otot pemain. pemain, bahkan. Namun, indeks massa tubuh pemain juga perlu diperhatikan dalam hal kelincuhan untuk efek terbaik.

Teknik dasar dribbling merupakan hal yang dilakukan seorang pemain yang memiliki kemampuan untuk mengecoh lawan serta menguasai bola dalam menggiring bola, kita bisa mengatur kecepatan sesuai dengan kebutuhan, bisa dengan berjalan atau berdiri. Teknik menggiring bola juga biasa disesuaikan dengan gaya bermain, mulai dari belok hingga melakukan putaran untuk melewati lawan.

Melakukan pengumpulan data melalui:

1. Indeks massa tubuh

Tujuan : untuk mengukur indeks massa tubuh

Cara mengukur yaitu :

- i. Mengukur berat badan menggunakan timbangan berat badan

- ii. Mengukur tinggi badan dengan menggunakan meter
- iii. Pengukuran tinggi badan dan berat badan setelah melakukan pengukuran selanjutnya menghitung IMT dengan rumus :

$$IMT = \frac{BERAT\ BADAN\ (KG)}{TINGGI\ BADAN\ (M)^2}$$

2. Dribbling

Cara mengukur dribbling yaitu

No	Indikator	Descriptor
1	Pase permulaan	<ul style="list-style-type: none"> • Penggunaan kaki bagian dalam, dimana posisi kaki bagian luar dan punggung kaki • Tangan berada di samping badan dan direntangkan • Pergerakan kaki di putar keluar, kebawah atau keluar sesuai Gerakan yang dilakukan • Pengawalan sikap berdiri berdasarkan pandangan kedepan sesuai Gerakan yang akan di lakukan
2	Fase perkenaan	<ul style="list-style-type: none"> • Pengunaan kaki ditumpukan kebagian yang akan mengiring bola • Menggunakan kaki bagian dalam dimana untuk mendorong bola dan punggung kaki mengarah kedepan melalui posisi yang terangkat dari tanah. • Sehingga bola bisa bergerak kedepan melalui permukaan tanah yang tidak jauh dari kaki.
3	Fase akhir	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan dribbling dimana untuk melewati crone atau lintasan yang sudah di buat oleh instruktur yang telah di sediakan

Keterangan :

Skor 1 : Saat Pemain melakukan dribbling sangat kurang dan bola berubah arah.

Skor 2 : Saat Pemain melakukan dribbling sudah bagus tetapi salah satu sikap awal, perkenaan, atau sikap akhir kurang tepat.

Skor 3 : Pemain dapat mealukan semua gerakan dengan benar

Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini dilaksanakan di lapangan POR FIK UNIMA dengan jumlah 20 orang. Penelitian ini dilakukan untuk mempelajari serta mengetahui hubungan IMT atau indeks masa tubuh berdasarkan kemampuan menggiring bola pemain futsal.. Data hasil penelitian ini melalui pengukuran ini diperoleh IMT dan kemampuan dribbling pemain futsal asal toraja. Data penelitian indeks massa tubuh di kumpulkan melalui pengukuran yang dilakukan berdasarkan kemampuan dribbling dilakan dengan cara Berdasarkan tes pengukuran di lapangan dengan menggunakan tes pengukuran tes yang dilakukan melalui penggunaan kaki dengan menggiring bola melalui perubahan arah yang bertujuan untuk mengukur Kemampuan Menggiring Bola yang tepat dari 20 sampel pada Pemain futsal asal toraja.

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh pada tabel yang di temukan berdasarkan uji normalitas yang datanya memiliki distribusi normal sehinga nilai signifikan $> 0,05$ dengan perolehan nilai 0, 200. Sedangkan pada tabel uji linearitas dikatakan terdapat hubungan linear antar variabel karena nilai signifikan $> \alpha (0,05)$ ialah 0,898.

Berdasarkan hasil penelitian pada uji hipotesis karena $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ maka tolak H_0 . Artinya terdapat hubungan hubungan indeks massa tubuh dengan kemampuan dribbling pemain futsal asal Toraja. Adapun disajikan hasil olahan data diperoleh bahwa koefisien korelasi antara Y terhadap X melalui variabel tersebut adalah 0.376 hasilnya sama dengan perhitungan dengan program SPSS.

Memalui hasil yang di peroleh bahwa analisi variabel (X) indeks massa tubuh memiliki kaitan dengan variabel (Y) yang sangat signifikan sehinga kemampuan dribbling pemain futsal asal Toraja. Hal tersebut ditunjukkan dari hasil analisis uji hipotesis melalui uji signifikan. Dimana t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} atau $1,738 \geq 1,734$, maka H_0 ditolak (H_1 diterima). Dengan koefisien determinasi sebesar 14,14% dan berpengaruh positif, artinya jika semakin baik indeks massa tubuh maka semakin tinggi pula kemampuan dribbling pemain futsal. Sedangkan 82,86% berdasarkan hal yang mempengaruhi variabel Y dari faktor yang

berbeda melalui penilaian yang dilakukan oleh peneliti. sehingga terdapat hubungan indeks massa tubuh dengan kemampuan dribbling pemain futsal asal Toraja.

Kesimpulan

Melalui hasil yang di dapat dari penguji hipotesisi bahwa terdapat hubungan Indeks Massa Tubuh terhadap kemampuan dribbling pemain futsal asal toraja dengan t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} atau $1,738 \geq 1,734$ dimana keberartiannya ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan (mempunyai hubungan yang berarti).

DAFTAR PUSTAKA

- AFDAL, M. (2019). Upaya meningkatkan kemampuan dribbling dalam permainan sepakbola menggunakan gaya mengajar divergent di smp negeri 1 balusu (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR).
- Alfarozy, M., Janiarli, M., & Sinurat, R. (2021). HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA PEMAIN PERSATUAN SEPAK BOLA MUARA MUSU. *Journal Of Sport Education And Training*, 2(2), 182-190.
- Dewi, A. R. (2015). Hubungan Berat Badan Dan Tinggi Badan Dengan Kelincahan Pemain Futsal Putri UNY. *MEDIKORA*, 3..
- Hawindri, B. S. (2016). Pemanfaatan Paduan Latihan Teknik Dasar Futsal Bagi Atlit Pemula . *Penjas Dan Interdisipliner Ilmu Keolahragaan*, 2.
- Priyanggono, M. R. (2021). Kontribusi IMT (Indeks Massa Tubuh) Terhdap Kecepatan Dan Kelincahan Pada Atlet Hoki Putra Puslatcab Kab.Gresik. *Jurnal Keehatan Olahraga*, 1.
- Purnomo, A., & Irawan, F. A. (2021). Analisis kecepatan dan kelincahan dalam menggiring bola pada tim futsal. *Sepakbola*,
- Rohaedi, M. S. (2020). *Buku Jago Futsal Untuk PEMULA Nasional Dan INTERNASIONAL PJKR*. Indonesia: Cemerlang.
- Rudiyanto. (2012). Hubungan Berat Badan Tinggi Badan Dan Panjang Tungkai Dengan Kelincahan . *Journal Of Sport Sciences And Fitness*, 26-28.
- UNTORO, F. S. (2017). HUBUNGAN ANTARA INDEKS MASSA TUBUH DENGAN KELINCAHAN DAN VOLUME OKSIGEN MAKSIMUM PADA PEMAIN FUTSAL MUFC KARANGANYAR. *SKRIPSI*, 4.
- Utari, A. (2007). Hubungan Indeks Massa Tubuh Denga Tingkat Kesegaran Jasmani Pada Anak

Usia 12 14 Tahun. SKRIPSI, 1.

Yusup Rochmat Gunawan, D. (2016). Hubungan Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling Bola Futsal Pada Atlet 02 Sn Kec Sumedang Utara. SP Vol 1 No 1 2016, 3-4.