

Hubungan Antara Kelincahan dan Koordinasi Mata-Kaki dengan Kemampuan Menggiring Bola Pemain Sepak Bola di SMP Negeri 10 Kerinci

Cundra Bahar

STKIP-M Sungai Penuh, Jl. R.E. Martadinata No.2, Ps. Sungai Penuh, Kec. Sungai Penuh, Kota Sungai Penuh, Jambi
Cundrabahar04@gmail.com

Abstract

This research originated from the low dribbling ability in the football game of SMP Negeri 10 Kerinci students. The problem is caused by many factors including agility and eye-foot coordination. The purpose of this study was to find out whether there is a relationship between agility and eye-foot coordination with the dribbling ability of football players at SMP Negeri 10 Kerinci. This type of research uses correlational. The population is all members of the SMP Negeri 10 Kerinci football team as many as 25 players. Samples are taken with the entire population, Data retrieval techniques using tests. To measure agility using a back and forth running test with a distance of 4x10 meters, for the eye-foot coordination variable using the eye-foot coordination target test and for the dribbling variable with a zigzag dribbling test past the seat as many as 5 pieces. The data analysis techniques used are: product moment techniques and multiple correlations. The results showed that there was a significant relationship between agility and dribbling ability obtained $t_{count} 2.696 > t_{table} 1.71$ with correlation results or $r = 0.490$. For the second hypothesis there is a significant relationship between eye-foot coordination and dribbling ability obtained $t_{count} 2.137 > t_{table} 1.71$ with correlation results or $r = 0.407$. Furthermore, there is a significant relationship between agility and eye-foot coordination together with the dribbling ability of football players at SMP Negeri 10 Kerinci obtained $F_{calculate} 5.34 > F_{table} 3.44$ with correlation results or $r = 0.249$.

Keywords: Agility, eye-foot coordination, dribbling ability

Abstrak

Penelitian ini berawal dari rendahnya kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola siswa SMP Negeri 10 Kerinci. Masalah tersebut disebabkan oleh banyak faktor diantaranya adalah kelincahan dan koordinasi mata-kaki. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola pemain sepakbola di SMP Negeri 10 Kerinci tersebut. Jenis penelitian ini menggunakan *korelasional*. Populasi adalah seluruh anggota tim sepakbola SMP Negeri 10 Kerinci sebanyak 25 orang pemain. Sampel diambil dengan seluruh populasi yang ada, Teknik pengambilan data dengan menggunakan tes. Untuk mengukur kelincahan dengan menggunakan tes lari bolak-balik dengan jarak 4x10 meter, untuk variabel koordinasi mata-kaki menggunakan tes sasaran koordinasi mata-kaki dan untuk variabel menggiring bola dengan tes menggiring bola zig-zag melewati kursi sebanyak 5 buah. Teknik analisis data yang digunakan yaitu: teknik *product moment* dan *korelasi ganda*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang berarti (signifikan) antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola diperoleh $t_{hitung} 2,696 > t_{tabel} 1,71$ dengan hasil korelasi atau $r=0,490$. Untuk hipotesis kedua terdapat hubungan yang berarti (signifikan) antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola yang diperoleh $t_{hitung} 2,137 > t_{tabel} 1,71$ dengan hasil korelasi atau $r=0,407$. Seterusnya terdapat hubungan yang berarti (signifikan) antara kelincahan dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama dengan kemampuan menggiring bola pemain sepakbola di SMP Negeri 10 Kerinci diperoleh $F_{hitung} 5,34 > F_{tabel} 3,44$ dengan hasil korelasi atau $r=0,249$.

Kata Kunci: Kelincahan, Koordinasi Mata-Kaki, Kemampuan Menggiring Bola

Copyright (c) 2023 Cundra Bahar

Corresponding author: Cundra Bahar

Email Address: Cundrabahar04@gmail.com (Jl. R.E. Martadinata No.2, Ps. Kota Sungai Penuh, Jambi)

Received 17 March 2023, Accepted 23 March 2023, Published 23 March 2023

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah suatu usaha atau kegiatan dijalankan dengan sengaja, teratur dan berencana dengan maksud mengubah atau mengembangkan perilaku yang diinginkan. Sekolah sebagai lembaga formal merupakan sarana dalam rangka pencapaian tujuan pendidikan tersebut. Dalam pendidikan formal belajar menunjukkan adanya perubahan yang bersifat positif sehingga pada tahap akhir akan didapat keterampilan, kecakapan dan pengetahuan baru.

Pendidikan yang dilaksanakan disekolah harus dapat berperan dalam masyarakat yang sedang berkembang pada saat ini, yaitu manusia yang bertaqwa kepada tuhan yang maha esa, berbudi luhur, terampil serta sehat jasmani dan rohani. Hal ini sesuai dengan tujuan pendidikan nasional yang dituangkan dalam UU No. 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional yang bertujuan bahwa : "Pendidikan nasional bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada tuhan yang maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif dan menjadi warga yang demokratis serta bertanggung jawab.

Kegiatan olahraga merupakan bagian terpenting dalam pembangunan masyarakat. Dalam olahraga terdapat berbagai aspek yang bisa membentuk manusia seutuhnya. Dengan berolahraga atau latihan fisik yang benar akan meningkatkan kesehatan dan kesegaran jasmani sehingga bisa mewujudkan sumber daya manusia yang berkualitas maju dan mandiri serta mengangkat harkat, martabat bangsa. Ini sesuai dengan tujuan keolahragaan nasional : "Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menambah nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat dan kehormatan bangsa : (UU RI No 3 tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional)".

Masyarakat melakukan olahraga untuk menjaga kebugaran dan mencapai prestasi. Salah satu olahraga yang banyak dipilih adalah sepak bola, hal ini bisa kita lihat dari banyaknya masyarakat yang memanfaatkan lapangan sepak bola di setiap daerah, atau banyaknya anak-anak yang memanfaatkan tanah kosong dalam menyalurkan kegemaran atau hobinya bermain bola.

Sepakbola adalah salah satu cabang olahraga permainan beregu, dan masing-masing regu terdiri dari 11 orang pemain termasuk salah satu anggota regu adalah penjaga gawang. Permainan sepak bola ini dimainkan di atas lapangan yang rata dan berbentuk persegi panjang, ukuran panjangnya adalah 110 meter dan lebar 70 meter, yang dibatasi oleh garis selebar 12 centimeter dan dilengkapi oleh dua buah gawang yang tingginya 2,44 meter dengan lebar 7,32 meter (PSSI, 2007/2008)

Permainan sepakbola adalah suatu permainan yang menuntut adanya kerjasama yang baik dan rapi. Sepakbola merupakan permainan tim, oleh karena itu kerja sama tim merupakan kebutuhan permainan sepakbola yang harus dipenuhi oleh setiap kesebelasan yang menginginkan kemenangan. Kemenangan dalam permainan sepakbola hanya akan diraih dengan melalui kerjasama dari tim tersebut. Seseorang dapat bermain sepakbola dengan baik, menurut Afrizal (2004) harus memiliki kemampuan fisik yang terdiri dari beberapa unsur seperti : "1) daya tahan, 2) kekuatan, 3) kecepatan,

4) kelincahan, dan 5) kelentukan”. Sedangkan kemampuan menguasai bola yang terdiri dari beberapa bagian yaitu : 1) menendang bola, 2) menerima bola, 3) *dribbling* bola (*dribbling*), 4) merampas bola, 5) menyundul bola, 6) gerak tipu dengan bola, 7) melempar bola, 8) teknik-teknik menangkap dan menepis bola khusus bagi penjaga gawang.

Selain faktor diatas masih ada faktor lain yang harus dikuasai dalam bermain sepak bola seperti sikap badan saat menguasai bola, pandangan mata saat bermain, penguasaan teknik dalam bermain, letak kaki tumpu, koordinasi mata-kaki saat bermain dan condong mata. Dalam proses latihan unsur-unsur kondisi fisik menempati posisi terdepan untuk dilatih, yang berlanjut ke latihan teknik, taktik, mental dan kematangan bertanding dalam pencapaian prestasi. Lebih lanjut Suharno HP (1985: 24), menyatakan bahwa pembinaan fisik, teknik, taktik, mental dan kematangan bertanding merupakan sasaran latihan secara keseluruhan, dimana aspek yang satu tidak dapat ditinggalkan dalam program latihan yang berkesinambungan sepanjang tahun.

Hocke dan Nasution (1990) menyatakan manusia dapat mencapai prestasi pada berbagai usia, akan tetapi prestasi dalam olahraga terutama dicapai oleh mereka yang muda usianya. Hal ini menunjukkan bahwa semua cabang olahraga khususnya sepakbola dapat ditingkatkan pada usia muda untuk pencapaian prestasi tertinggi. Latihan kondisi fisik secara teratur dan berkesinambungan dapat memberikan sumbangan yang besar bagi peningkatan kemampuan pengembangan teknik dalam pertandingan. Hal ini ditambahkan oleh Sardjono (1981: 1), bahwa peranan latihan untuk mengembangkan unsur-unsur permainan sepak bola guna meningkatkan kecakapan bermain sangat menentukan.

Unsur-unsur kondisi fisik yang perlu dilatih dan ditingkatkan sesuai dengan cabang olahraga masing- masing sesuai dengan kebutuhannya dalam permainan maupun pertandingan. Dalam peningkatan kondisi fisik maka perlu dilatih dengan beberapa unsur fisik, sedangkan unsur fisik umum meliputi kekuatan, daya tahan, kecepatan dan kelentukan. Sedangkan unsur fisik khususnya mencakup stamina, daya ledak, reaksi, koordinasi, ketepatan dan keseimbangan. Kecepatan dan kelincahan dibutuhkan oleh seseorang pemain sepak bola dalam menghadapi situasi tertentu dan kondisi pertandingan yang menuntut unsur kecepatan dan kelincahan dalam bergerak untuk menguasai bola maupun dalam bertahan untuk menghindari benturan yang mungkin terjadi. Kecepatan dan kelincahan dapat dilatih secara bersama-sama, baik dengan bola maupun tanpa bola. Bagi seorang pemain sepakbola situasi yang berbeda-beda selalu dihadapi dalam setiap pertandingan, juga seorang pemain sepak bola menghendaki gerakan yang indah dan cepat sering dilakukan unsur kecepatan dan kelincahan.

Teknik dalam permainan sepak bola meliputi 2 macam teknik yaitu : teknik dengan bola dan tanpa bola. Teknik dasar bermain sepakbola yang harus dikuasai meliputi menendang bola, menghentikan bola, mengontrol bola , gerak tipu, *tackling* , lemparan kedalam dan teknik menjaga gawang. Diantara teknik yang ada didalam permainan sepakbola adalah menggiringbola atau *dribbling* bola. *Dribbling* bola adalah teknik dalam usaha memindahkan bola dari suatu tempat

ketempat lain pada saat permainan berlangsung (Darwis, 1991:59). Dan soekatamsi (1992:59) menyatakan bahwa *dribbling* bola adalah gerakan lari menggunakan kaki mendorong bola agar bergulir terus menerus diatas tanah, maka dari itu dapat diambil kesimpulan bahwa *dribbling* bola adalah suatu gerakan dalam permainan sepakbola yang menggunakan kaki untuk mendorong bola sehingga berpindah dari suatu tempat ketempat lain sesuai dengan yang diharapkan dan selalu tetap dengan yang diharapkan dan selalu tetap dalam penguasaan.

Banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan seseorang dalam *dribbling* bola, diantaranya adalah kekuatan otot tungkai,koordinasi gerakan, kecepatan, kelincahan, sikap badan, pandangan mata, penguasaan teknik, emosional siswa, condong mata dan kelentukan tubuh. Begitu juga dengan siswa pada saat melakukan giringan bola dalam permainan sepakbola dalam mengikuti latihan sepakbola di SMP Negeri 10 Kerinci.

Berdasarkan beberapa kali pengamatan penulis lakukan dilapangan, kemampuan *dribbling* bola dalam bermain ataupun latihan masih belum begitu baik. Hal ini juga penulis amati pada saat dari beberapa kali pertandingan yang telah diikuti oleh siswa SMP Negeri 10 Kerinci, dan tidak bisanya tim SMP Negeri 10 Kerinci menjadi juara dalam pertandingan antar SMP. Dalam bermain sepakbola, teknik *dribbling* bola sangat menentukan arah permainan dalam sepakbola. Teknik *dribbling* bola merupakan teknik utama yang tidak bisa dikesampingkan pemain untuk bermain sepak bola dengan baik dan benar. Kemampuan *dribbling* bola yang belum baik dalam permainan sepakbola siswa SMP Negeri 10 Kerinci, sehingga sekolah ini sering mengalami kekalahan.

Melihat kenyataan diatas, maka pada kesempatan ini penulis ingin melakukan suatu penelitian dengan tujuan untuk mengetahui penyebab belum baiknya kemampuan *dribbling* bola siswa tersebut. Diantara faktor penyebabnya penulis prediksi disebabkan oleh faktor kelincahan dan koordinasi-kaki. Dengan demikian judul penelitian adalah: “Hubungan Antara Kelincahan Dan Koordinasi Mata-Kaki Dengan Kemampuan *Dribbling* Bola Pada Pemain Sepakbola SMP Negeri 10 Kerinci”.

METODE

Jenis Penelitian, Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini termasuk jenis penelitian korelasi yang bertujuan untuk melihat hubungan variabel bebas dengan variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kelincahan dan koordinasi mata-kaki serta variabel terikatnya kemampuan Menggiring bola (*dribbling*) pemain sepak bola SMP Negeri 10 Kerinci.

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 10 Kerinci, lapangan Bola Kaki Desa Sungai Bendung Air Kabupaten Kerinci, Penelitian ini dilakukan pada Bulan September- Oktober 2022 .

Populasi adalah keseluruhan dari objek yang akan diteliti. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain Sepak Bola Putra SMP Negeri 10 Kerinci Kecamatan Kayu Aro Kaupaten Kerinci yang mengikuti Liga Pelajar Indonesia dan berjumlah 25 orang.

Sampel merupakan bagian dari populasi yang telah ditetapkan. Dalam penelitian ini penarikan sampel dengan *Total Sampling*. Jadi jumlah atlet yang jadi sampel 25 orang.

Jenis data yang diperlukan dalam penelitian adalah data primer. Data primer adalah data yang diambil langsung oleh peneliti melalui tes dan pengukuran yaitu 1. Tes kelincahan dengan tes lari bolak-balik yang dikeluarkan Arsil (2009:95) 2. Tes koordinasi mata-kaki dengan tes sasaran koordinasi mata-kaki dikeluarkan Winarno (1980:87-89) 3. Tes kemampuan menggiring bola dengan *dribbling* bola yang dikeluarkan Arsil (2009:122). Untuk mendapatkan data yang diperlukan dalam penelitian ini bersumber dari tes lari bolak-balik, tes sasaran koordinasi mata-kaki dan tes kemampuan *dribbling* bola pada pemain sepak bola SMP Negeri 10 Kerinci.

Untuk melihat hubungan antara kelincahan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *dribbling* bola. Maka penelitian ini menggunakan teknik korelasi product moment dengan rumus, Pearson (1992 : 263) 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 = Koefisien antara x dan y

$\sum x$ = Jumlah data X

$\sum y$ = Jumlah data Y

$\sum x^2$ = Jumlah kuadrat X

$\sum y^2$ = Jumlah kuadrat Y

N = Jumlah data

Uji signifikan untuk r x y dengan uji -t signifikan

t =

$$\frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

Rumus korelasi ganda

Ry.12 =

$$\sqrt{\frac{r^2 y_1 + r^2 y_2 - 2r y_1 . r y_2 . r_{12}}{1 - r^2_{12}}}$$

Signifikasi korelasi ganda dengan uji f

F =

$$\frac{R^2 y_{12} / k}{(1 - R^2 y_{12}) / (n - k - 1)}$$

Sebelum menggunakan analisis regresi dilakukan uji persyaratan analisis yaitu normalitas data melalui program SPSS for window 24.0

HASIL DAN DISKUSI

Deskripsi Data Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah kelincahan, koordinasi mata-kaki dan kemampuan menggiring bola siswa SMP Negeri 10 Kerinci. Pengolahan data penelitian dari ketiga variabel tersebut dapat disajikan sebagai berikut :

Tabel 1. Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Mean	Std. Dev	Min	Mak
Kelincahan	10.82	0.53	9.40	11.80
Koordinasi Mata-Kaki	10.64	2.34	7.00	16.00
Kemampuan Menggiring Bola	12.09	0.95	10.49	13.60

Untuk lebih jelasnya secara deskriptif dapat disajikan sebagai berikut :

Kelincahan

Analisis deskriptif data kelincahan dari 25 orang responden penelitian, diperoleh rata-rata hitung (mean) = 10.82, simpangan baku (standar deviasi) = 0.53, nilai minimum = 9.40 dan maksimum = 11.80. Untuk lebih jelasnya distribusi frekuensi data kelincahan dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Data Kelincahan

Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
9.40 - 9.88	2	8
9.89 - 10.36	1	4
10.37 - 10.84	9	36
10.85 - 11.32	10	40
11.33 - 11.80	3	12
Jumlah	25	100%

Berpedoman pada tabel 2 di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa dari 25 orang siswa yang menjadi pemain sepakbola di SMP Negeri 10 Kerinci, yang memiliki kelincahan pada kelas interval 9.40 – 9.88 adalah sebanyak 2 orang dengan frekuensi 8% dan yang memiliki kelincahan pada kelas interval 9.89 – 10.36 sebanyak 1 orang dengan frekuensi 4%.

Sedangkan sampel yang memiliki kelincahan pada kelas interval 10.37 – 10.84 yakni sebanyak 9 orang dengan frekuensi 36%. Selanjutnya yang memiliki kelincahan pada kelas interval 10.85 – 11.32 meningkat menjadi 10 orang dengan frekuensi 40% sedangkan kelincahan pada kelas interval yang terakhir 11.33 – 11.80 hanya sebanyak 3 orang dengan frekuensi 12%.

Koordinasi Mata-Kaki

Analisis deskriptif data koordinasi mata-kaki dari 25 orang responden penelitian, diperoleh rata-rata hitung (mean) = 10.64, simpangan baku (standar deviasi) = 2.34, nilai minimum = 7, dan maksimum = 16. Untuk lebih jelasnya distribusi frekuensi data koordinasi mata-kaki dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Data Koordinasi Mata-Kaki

Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
7 – 8	3	12
9 – 10	11	44
11 – 12	7	28
13 – 14	1	4
15 – 16	3	12
Jumlah	25	100%

Dari tabel 3 diatas, jelaslah bahwa dari 25 orang pemain sepak bola SMP Negeri 10 Kerinci ada 3 orang yang memiliki koordinasi mata-kaki pada kelas interval 7 – 8 dengan frekuensi 12% dan yang memiliki koordinasi mata-kaki pada kelas interval 9 – 10 adalah sebanyak 11 orang dengan frekuensi 44%. Selanjutnya yang memiliki koordinasi mata-kaki pada kelas interval 11 – 12 adalah sebanyak 7 orang dengan frekuensi 28%. Pada kelas interval 13 – 14 ada 1 orang yang memiliki koordinasi mata-kaki dengan frekuensi 4% dan koordinasi mata-kaki pada kelas interval yang terakhir 15 – 16 ada 3 orang dengan frekuensi 12%.

Berdasarkan dari diagram tersebut maka dapat di ambil suatu kesimpulan yaitu ada 14 orang pemain yang mempunyai koordinasi mata-kaki di atas rata-rata berarti pemain tersebut mempunyai koordinasi mata-kaki yang bagus dan ada 7 pemain yang mempunyai koordinasi mata-kaki di dalam rata-rata berarti pemain tersebut mempunyai koordinasi mata-kaki yang cukup sedangkan 4 pemain lainnya berada di bawah rata-rata koordinasi mata-kaknya berarti mereka masih perlu latihan koordinasi mata-kaki yang banyak lagi.

Kemampuan Menggiring Bola

Analisis deskriptif data kemampuan menggiring bola dari 25 orang responden penelitian, diperoleh rata-rata hitung (mean) = 12.09, simpangan baku (standar deviasi) = 0.95, nilai minimum = 10.49 dan maksimum = 13.60. Untuk lebih jelasnya distribusi frekuensi data kemampuan menggiring bola disajikan pada tabel berikut :

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan Menggiring Bola

Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
10.49 - 11.11	7	28
11.12 - 11.73	0	0
11.74 - 12.36	5	20
12.37 - 12.98	9	36
12.99 - 13.60	4	16
Jumlah	25	100%

Berpedoman pada tabel 4, maka dapat disimpulkan bahwa dari 25 orang pemain sepak bola SMP Negeri 10 Kerinci, yang memiliki kemampuan menggiring bola pada kelas interval 10.49 – 11.11 sebanyak 7 orang dengan frekuensi 28% sedangkan koordinasi mata-kaki pada kelas interval 11.12 – 11.73 tidak pemain sepak bola SMP Negeri 10 Kerinci yang berada pada kelas interval itu. Sedangkan yang memiliki kemampuan menggiring bola pada kelas interval 11.74 – 12.36 sebanyak 5 orang dengan frekuensi 20% dan kemampuan menggiring bola pada kelas interval 12.37 – 12.98 ada

sebanyak 9 orang dengan frekuensi 36%. Selanjutnya yang memiliki kemampuan menggiring bola pada kelas interval 12.99 – 13.60 sebanyak 4 orang dengan frekuensi 16%.

Berdasarkan dari diagram tersebut maka dapat di ambil suatu kesimpulan yaitu ada 7 orang pemain yang mempunyai kemampuan menggiring bola di atas rata-rata berarti pemain tersebut mempunyai kemampuan menggiring bola yang bagus dan ada 5 pemain yang mempunyai kemampuan menggiring bola di dalam rata-rata berarti pemain tersebut mempunyai kemampuan menggiring bola yang cukup sedangkan 13 pemain lainnya berada di bawah rata-rata kemampuan menggiring bola berarti mereka masih perlu latihan kemampuan menggiring bola yang banyak lagi.

Pengujian Persyaratan Analisis

Uji Normalitas

Uji normalitas variabel menggunakan Kolmogorov-Smirnov Test, menunjukkan bahwa data tidak berbeda nyata $p > 0.05$, artinya data tersebut berdistribusi normal.

Uji Independensi Antar Variabel Bebas

Untuk mengetahui apakah ada kontaminasi antar variabel bebas yaitu variabel kelincahan dan variabel koordinasi mata-kaki dalam hubungannya dengan variabel terikat yaitu variabel kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola, maka pada analisis korelasi ganda sebaiknya dilakukan pengujian interpendensi antar variabel bebas.

Berdasarkan uji keberatian korelasi antara pasangan variabel kelincahan (X_1) dengan variabel koordinasi mata-kaki (X_2) pemain sepakbola SMP Negeri 10 Kerinci sebagaimana yang ada pada tabel 5 di atas, diperoleh $t_{hitung} = 1,233 < t_{tabel} 1,71$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara variabel bebas kelincahan dengan variabel bebas kordinasi mata-kaki . dengan demikian dapat diartikan bahwa tidak terdapat kontaminasi hubungan antara variabel bebas dalam kaitannya dengan variabel terikat yaitu kemampuan menggiring bola pemain sepakbola SMP Negeri 10 Kerinci.

Analisis dan Hasil Penelitian

Pengolahan dan analisis dilakukan terhadap hubungan kelincahan (X_1), koordinasi mata-kaki (X_2) dengan kemampuan menggiring bola (Y). Untuk membuktikan apakah kelincahan dan koordinasi mata kaki sebagai variabel bebas mempunyai hubungan signifikan terhadap kemampuan menggiring bola, diperlukan serangkaian proses (analisis) data yang dapat dipertanggungjawabkan secara empiris. Analisis dilakukan menggunakan formulasi product moment. Jelasnya disajikan sebagai berikut :

Hipotesis pertama yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola di SMP Negeri 10 Kerinci. Hasil analisis korelasi antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola adalah $r = 0,49$. Artinya semakin baik kelincahan, maka cenderung semakin baik pula kemampuan menggiring bola pemain tersebut.

Berdasarkan hasil uji hipotesis ternyata $t_{hitung} 2,696 > t_{tabel} 1,71 \quad \alpha = 0,49$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan terdapat hubungan yang berarti (signifikan) antara

kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pemain sepakbola SMP Negeri 10 Kerinci diterima kebenarannya secara empiris.

Hipotesis kedua Hasil analisis korelasi antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola pemain sepakbola adalah $r = 0,40$. Artinya semakin baik koordinasi mata-kaki, maka cenderung semakin baik pula kemampuan menggiring bola pemain sepakbolanya. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang kedua ternyata $t_{hitung} 2,137 > t_{tabel} 1,71$ dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan terdapat hubungan yang berarti (signifikan) antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola pemain sepak bola SMP Negeri 10 Kerinci dapat diterima kebenarannya secara empiris.

Hipotesis ketiga yang diajukan dan dirumuskan sebagai berikut bahwa : terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama dengan kemampuan menggiring bola pemain sepakbola SMP Negeri 10 Kerinci. Pengujian hipotesis ketiga ini dilakukan menggunakan korelasi ganda. Berdasarkan hasil perhitungan uji signifikan korelasi ganda diperoleh $F_{hitung} = 5,34 > F_{tabel} 3,44$, maka H_0 terima dan H_a ditolak. Artinya terdapat hubungan yang berarti antara X_1 dan X_2 secara bersama-sama dengan Y .

Berdasarkan hipotesis di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kelincahan dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama mempunyai hubungan yang berarti dengan kemampuan menggiring bola pemain sepakbola SMP Negeri 10 Kerinci. Seperti dijelaskan pada tabel berikut ini.

Diskusi

Berdasarkan hasil analisis korelasi antara kelincahan (X_1) dengan kemampuan menggiring bola (Y) adalah $r = 0,490$ artinya semakin baik kelincahan yang dimiliki siswa, maka cenderung semakin baik pula kemampuan menggiring bolanya. Selanjutnya untuk mengetahui berapa besar hubungan variabel kelincahan (X_1) dengan kemampuan menggiring bola (Y) siswa digunakan rumus determinan $r^2 \times 100\%$ atau $0,490^2 \times 100\% = 24,01\%$. Artinya kontribusi hubungan variabel kelincahan dengan menggiring bola siswa adalah sebesar 24.01%.

Dari uraian diatas,jelaslah bahwa dalam permainan sepakbola kelincahan memberikan hubungan yang berarti (signifikan) dengan kemampuan menggiring bola. Harsono (1988 : 3) menyatakan dalam bukunya tentang kelincahan sebagai berikut: orang yang lincah adalah orang yang mempunyai kemampuan untuk merubah arah dan posisi tubuh dengan cepat atau tepat pada waktu sedang bergerak tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya. Dengan demikian kelincahan dalam menggiring bola merupakan kemampuan akan merubah arah secara tepat dan cepat.

Untuk meningkatkan kelincahan dapat dilakukan dengan beberapa bentuk latihan. Adapun macam-macam bentuk latihan kelincahan menurut Harsono (1988 : 172-173) yaitu : 1) Lari bolak-balik (*Shuttle Run*), Atlet lari bolak balik secepatnya dari titik yang satu ke titik yang lain sebanyak kira-kira 10 kali. Setiap kali sampai pada suatu titik dia harus berusaha untuk secepatnya membalikkan badan untuk lari menuju titik yang lain. Yang perlu diperhatikan bahwa : a) jarak antara

kedua titik jangan terlalu jauh, misalnya 10 m atau lebih, maka ada kemungkinan bahwa setelah lari beberapa kali bolak balik dia tidak mampu lagi untuk melanjutkan larinya., dan atau membalikkan badannya dengan cepat disebabkan karena faktor kelelahan. Dan kalau kelelahan mempengaruhi kecepatan larinya, maka latihan tersebut sudah tidak sah (*valid*) lagi untuk digunakan sebagai latihan kelincahan. b). Jumlah ulangan lari bolak balik jangan terlalu banyak sehingga menyebabkan atlet lelah. Kalau ulangan larinya terlalu banyak maka menyebabkan seperti diatas. Faktor kelelahan akan mempengaruhi apa yang sebetulnya ingin dilatih. 2) Lari zig-zag (*zig-zag run*), Latihan hampir sama dengan lari bolak-balik, kecuali atlet lari melintasi beberapa titik, misalnya 10 titik. 3) *Squart trust* dan modifikasinya, Atlet berdiri tegak, jongkok, tangan di lantai, lempar kaki ke belakang sehingga tubuh lurus dalam posisi *push up*, dengan kedua tangan bersandar dilantai. Lemparan kedua kaki kedepan di antara kedua lengan, luruskan seluruh tubuh menghadap ke atas, satu tangan lepas dari lantai dan segera balikkan badan sehingga berada dalam posisi *push up* kembali, kembali berdiri tegak. Seluruh rangkaian gerak dilakukan secepat mungkin. 4) Lari Rintangan, di suatu ruangan atau lapangan ditempatkan beberapa rintangan. Tugas atlet adalah untuk secepatnya melalui rintangan tersebut. Baik dengan cara melompatinya, memanjat atau menerobos.

Selanjutnya hasil analisis korelasi antara koordinasi mata-kaki (X^2) dengan kemampuan menggiring bola (Y) adalah $r = 0,407$. Artinya semakin baik koordinasi mata-kaki, maka cenderung semakin baik pula kemampuan menggiring bolanya. Untuk mengetahui berapa besar hubungan variabel koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola siswa yang mengikuti latihan sepakbola untuk tim SMP Negeri 10 Kerinci digunakan rumus $r^2 \times 100\%$ atau $0,407^2 \times 100\% = 16,56\%$. Artinya kontribusi hubungan variabel koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola adalah sebesar 16,56%.

Dari uraian diatas jelaslah bahwa koodinasi mata-kaki ada hubungan berarti (signifikan) dengan kemampuan menggiring bola. Menurut Wahjoedi (2001: 61) koordinasi (coordination) adalah “kemampuan untuk melakukan gerakan secara tepat, cermat dan efisien”. Sementara sharkey (2003:169) mengemukakan bahwa koordinasi diaplikasikan sebagai hubungan yang harmonis, penyatuan atau aliran gerakan yang halus dalam melakukan pekerjaan.

Menurut Kiram (1994: 8) seseorang dapat dikatakan koordinasinya baik diakan dapat. “(a) melaksanakan gerakan secara efektif dan efisien. Efektif dalam kaitan ini berhubungan dengan efisiensi penggunaan waktu, ruangan dan energy dalam pelaksanaan suatu gerakan. Sedangkan efektif berkaitan dengan efektifitas proses yang dilalui dalam mencapai tujuan. (b) memanfaatkan kondisi fisik secara optimal dalam memecahkan tugas gerakan. (c) persyaratan untuk dapat meningkatkan kualitas pelaksanaan gerakan. (d) persyaratan untuk dapat menguasai keterampilan motorik olahraga tertentu”.

Selanjutnya pendapat senada juga dikemukakan oleh Harsono, (1988: 220) bahwa “tingkat koordinasi atau baik-tidaknya koordinasi gerak seseorang tercermin dalam kemampuannya untuk melakukan gerakan secara mulus, tepat dan efisien. Dalam hal ini koordinasi dapat dikatakan sebagai

penentu yang penting dalam suatu gerakan, akan tetapi juga sebagai penyempurnaan teknik, taktik dan mampu mengatasi keadaan yang terjadi di lapangan.

Bila dikaitkan dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola bagi siswa sekolah menengah atas, koordinasi merupakan suatu elemen kondisi fisik yang dibutuhkan, terutama dalam mengaplikasikan pelaksanaan dari teknik menggiring bola tersebut. Artinya seseorang siswa yang melakukan keterampilan menggiring bola tanpa memiliki koordinasi yang baik mustahil akan diperoleh hasil yang memuaskan seperti yang diinginkan dalam suatu pelatihan atau pengajaran.

Berdasarkan dari beberapa kutipan tersebut, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa koordinasi mata-kaki merupakan kerjasama antara penglihatan dengan pikiran dan diteruskan ke anggota badan, sehingga terjadinya suatu gerakan atau dapat juga dikatakan input yang diterima mata karena adanya perintah dari pikiran dan diintegrasikan dalam bentuk gerak motorik yang terkoordinir dengan baik.

Selanjutnya Sumosardjono (1986 : 125) mengatakan fungsi koordinasi mata-kaki adalah “ integrasi antara mata sebagai pemegang fungsi utama, dan kaki sebagai pemegang fungsi yang melakukan suatu gerakan tertentu. Dalam hal ini, kedua mata akan memberitahukan kapan bola berada disuatu titik agar kaki langsung bergerak untuk melakukan giringan bola”.

Dengan demikian dapat disimpulkan fungsi koordinasi mata-kaki yakni merupakan kemampuan integrasi antara mata sebagai fungsi utama yang selanjutnya diikuti oleh kaki sebagai fungsi yang melakukan suatu gerakan tertentu. Misalnya saja dalam melakukan menggiring bola, kedua mata memberitahukan kepada bola berada disuatu titik agar kaki melakukan gerakan menggiring bola ke depan atau kesamping dengan tepat.

Selanjutnya Bompa dalam Harsono (1988 : 220) menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi koordinasi antara lain : (1) kemampuan berfikir (intelegensi), (2) ketepatan dari organ sensoris, (3) pengalaman motorik, (4) level atau tingkat pengembangan kemampuan bermotor lainnya seperti kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukan.

Berdasarkan dari beberapa pendapat yang telah dikemukakan di atas dapat di ambil suatu kesimpulan bahwa kemampuan koordinasi seseorang dibatasi oleh faktor-faktor antara lain pengaturan syaraf pusat dan syaraf tepi misalnya saja daya fikir seseorang dalam memecahkan masalah motorik dan taktik yang kompleks, adanya kooordinasi kerja syaraf, otot dan indera seperti kecapean dan kelelahan organ panca indera dalam menganalisa motorik dan menjaga keseimbangan irama kontraksi otot. Disamping itu juga dibatasi oleh tingkat perkembangan kemampuan biomotorik, seperti kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukan.

Prinsip-prinsip latihan itu sendiri menurut Syafruddin (1992: 64) adalah : “1) pelajari gerak yang baru dan beranekaragam, 2) pelajari keterampilan-keterampilan gerakan yang baru secara bervariasi, 3) latihan-latihan untuk mengembangkan koordinasi harus menunjukkan suatu tingkat kesulitan tertentu dalam arti koordinasi motorik, 4) pengembangan koordinasi yang lebih baik adalah pada usia anak-anak dan remaja, 5) latihan-latihan sebaiknya diberikan pada awal suatu unit (sesi)

latihan dengan volume latihannya tidak begitu besar dan sebaiknya dilakukan dengan frekwensi yang tinggi”. Berdasarkan pengujian hipotesis ke tiga dengan menggunakan korelasi ganda. Berdasarkan hasil perhitungan uji signifikan korelasi ganda diperoleh $F_{hitung} = 5,34 > F_{tabel} 3,44$, maka H_0 terima H_a ditolak. Artinya terdapat hubungan yang berarti (signifikan) antara X_1 dan X_2 secara bersama-sama dengan Y .

Hasil analisis kelincahan dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama dengan kemampuan menggiring bola siswa yang menjadi pemain sepakbola SMP Negeri 10 Kerinci yang telah dilakukan dengan analisis korelasi ganda maka ditemukan $R = 0,572$ dan untuk mengetahui berapa besar hubungan variabel kelincahan dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama dengan kemampuan menggiring bola digunakan rumus determinan $r^2 \times 100\%$ atau $0,572^2 \times 100\% = 32,72\%$. Artinya kontribusi hubungan variabel koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola adalah sebesar adalah 32,72%. Sedangkan 67,28% sisanya disebabkan oleh variabel lain.

Dari uraian tentang temuan korelasi ganda, terdapatnya hubungan yang berarti antara kelincahan dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama dengan kemampuan menggiring bola, maka dapat dikatakan bahwa seseorang dalam menggiring bola diperlukan kelincahan dan koordinasi mata-kaki. Kemampuan menggiring bola adalah usaha memindahkan bola dari suatu daerah ke daerah lain pada permainan yang sedang berlangsung. Darwis (1991: 59) menyatakan ”untuk gerak melakukan giringan bola adalah gerak lari menggunakan kaki, mendorong bola, agar bergulir terus menerus di atas tanah”. Saekatamsi dalam Roni (1992 : 273) mengemukakan, bahwa ” dribbling atau mendorong bola adalah kelanjutan atau tidak mengontrol bola pada saat menggiring bola, agar kedua kaki aktif menyentuh bola dengan tendangan pendek-pendek baik dengan kaki bagian dalam, bagian luar, serta kaki bagian atas”. Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa dribbling adalah gerakan berlari menggunakan kaki untuk mendorong bola sehingga adanya perpindahan bola dari suatu daerah ke daerah lain, kedua kaki ikut aktif dengan tendangan yang berulang-ulang menyentuh bola.

Selanjutnya dapat dikatakan bahwa kelincahan merupakan kegiatan pemain sepak bola dalam menyelesaikan rangkaian gerakan dengan waktu yang sesingkat-singkatnya dalam situasi yang berbeda-beda dan arah yang berubah-ubah. Sedangkan koordinasi mata-kaki adalah kerjasama antara penglihatan dengan pikiran dan diteruskan ke anggota badan, sehingga terjadi suatu gerakan atau dapat juga dikatakan input yang diterima mata karena adanya perintah dari pikiran dan diintegrasikan dalam bentuk gerak motorik yang terkoordinir dengan baik.

Dalam melakukan menggiring bola pada sepak bola kelincahan dan kordinasi mata-kaki sangat berperan dalam menentukan tingkat keberhasilan dalam menggiring bola tersebut. Karena dengan adanya kelincahan dan koordinasi mata-kaki dapat melakukan menggiring bola yang berguna untuk melewati lawan, menipu lawan, mencetak gol, dan sebagainya. Dari uraian diatas dapat diambil kesimpulan bahwa kelincahan dan kecepatan diduga memberikan pengaruh yang besar terhadap menggiring bola dalam permainan sepak bola. Dengan kata lain kelincahan dan koordinasi mata-kaki dapat meningkatkan kemampuan menggiring bola. Dengan demikian kelincahan dan koordinasi mata-

kaki pada saat melakukan giringan bola dalam permainan sepakbola memberikan hubungan sebesar 32,72%, dan 67,28% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain seperti kekuatan, daya tahan, kelentukan tubuh, kecepatan, sikap badan, pandangan mata, penguasaan teknik dan emosional pemain semua faktor itu bisa mempengaruhi kemampuan menggiring bola.

KESIMPULAN

Berdasarkan kepada hasil analisis dan pembahasan yang telah diuraikan pada bagian terdahulu, maka pada bab ini dapat ditarik beberapa kesimpulan dan saran yakni sebagai berikut. Pertama, terdapat hubungan yang berarti (signifikan) antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pemain sepakbola di SMP Negeri 10 Kerinci. Dengan koefisien korelasi $r= 0,490$ dan tingkat keberartian $t_{hitung} 2,696 > t_{tabel} 1,71$. Kedua, terdapat hubungan yang berarti (signifikan) antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola pemain sepakbola di SMP Negeri 10 Kerinci. Dengan koefisien korelasi $r=0,407$ dan tingkat keberartian $t_{hitung} 2,137 > t_{tabel} 1,71$. Ketiga, terdapat hubungan yang berarti (signifikan) antara kelincahan dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama dengan kemampuan menggiring bola pemain sepakbola di SMP Negeri 10 Kerinci. Dengan koefisien korelasi $r=0,249$ dan tingkat keberartian $F_{hitung} 5,34 > F_{tabel} 3,44$.

REFERENSI

- Afrizal. 2004. *Permainan Sepak Bola. Padang* : FIK UNP Padang.
- Arsil. 2009. *Tes pengukuran dan evaluasi*. Pendidikan jasmani dan olahraga. FIK.UNP.
- Darwis, Ratus (1991). *Sejarah sepakbola*. Padang : FPOK IKIP Padang
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologi dalam Coaching*. Jakarta : PT. Dirjen Dikti P2LPT
- Hocke dan Nasution. 1956. *Olahraga dan Prestasi*. Bandung : Penerbit Ternate
- Kiram, Yanuar. 1994. *Kemampuan koordinasi gerak dan klasifikasi aktifitas*. Padang : FPOK, IKIP Padang
- Kiram, Yanuar. 2002. *Belajar motorik*. Padang : FIK UNP
- PSSI. 2007/2008. *Peraturan Permainan Sepak Bola*. Jakarta.
- Sardjono. 1981. *Pengaruh Latihan Kondisi Fisik Terhadap Kecakapan Bermain Sepakbola*
- Sharkey. 2003. *Kondisi Fisik*. Jakarta
- Soekatamsi. 1992. *Permainan Bola Besar 1 (Sepak Bola)*. Padang: Dirjen Dikti, Proyek Pembinaan Tenaga Pendidikan.
- Sumardjono. 1986. *Alat-alat dan Pengukuran*. Semarang: IKIP Semarang
- Suryono. 2005. *Uji Independensi*. Jakarta
- Syafruddin. 1992. *Pengantar ilmu melatih*. Padang: FPOK IKIP
- UU No. 20. 2003. *Tentang Sistim Pendidikan Nasional*. Jakarta : Depdikbud
- UU No. 3. 2005. *Tentang Sistim Keolahragaan Nasional*. Jakarta : Depdikbud

Wahjoedi. 2001. *Landasan evaluasi pendidikan jasmani*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada

Winarno Surahmad. 1980. *Metodologi Penelitian*. Bandung: Badan Penerbit IKIP Bandunga.