



PENGARUH KELINCAHAN DAN KOORDINASI MATA KAKI TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PERMAINAN SEPAKBOLA PADA SISWA SMA NEGERI 4 SIDRAP

A. Febi Irawati

Prodi Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar

Corresponding Author: febi.irawati@unm.ac.id

Artikel info	Abstrak
<i>Received; 02-10-2024</i> <i>Revised;03-10-2024</i> <i>Accepted;28-11-2024</i> <i>Published,30-11-2024</i>	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengevaluasi kelincahan, koordinasi mata-kaki, dan kemampuan untuk dribbling bola saat bermain sepak bola. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasi. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa mengikuti kegiatan sepakbola SMA 4 SIDRAP. sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 30 Siswa dengan teknik pengambilan sampel penelitian adalah <i>total sampling</i> , jumlah keseluruhan populasi dijadikan sampel. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu: instrumen mengukur kelincahan tes Zig- Zag, tes koordinasi mata kaki, dan tes keterampilan menggiring bola. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes, pengukuran, dan dokumentasi. teknik analisis data dalam penelitian ini yaitu dengan melakukan uji prasyarat menggunakan uji normalitas, Kemudian melakukan uji hipotesis yaitu dengan melakukan uji korelasi dengan menggunakan sistem SPSS pada taraf signifikan 95% atau α 0.05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ; (1) ada pengaruh kelincahan dengan keterampilan menggiring bola Permainan Sepakbola Pada Siswa SMA Negeri 4 SIDRAP (2) ada pengaruh koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola Permainan Sepakbola Pada Siswa SMA Negeri 4 SIDRAP (3) ada pengaruh kelincahan dan koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola Permainan Sepakbola Pada Siswa SMA Negeri 4 SIDRAP.
Kata Kunci: Kelincahan,Koordinasi Mata kaki, dan Menggiring Bola	artikel global jurnal Sport dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY-4.0



PENDAHULUAN

Salah satu bentuk upaya untuk meningkatkan kualitas manusia di Indonesia adalah olahraga, yang bertujuan untuk meningkatkan watak dan kepribadian, disiplin, dan tujuan terutama untuk mendapatkan kesejahteraan dan kebugaran jasmani, serta untuk menikmati diri sendiri (Supriadi, 2015). Olahraga dibagi menjadi tiga kategori berdasarkan tujuannya: olahraga pendidikan, olahraga prestasi, dan olahraga rekreasi. Sekolah mengadakan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, dan klub olahraga melakukan olahraga prestasi melalui induk cabang olahraga.

Dengan berbagai aspeknya, olahraga memainkan peran penting dalam pembangunan masyarakat dan membentuk individu secara keseluruhan. Meningkatkan kesehatan dan kesegaran fisik melalui aktivitas fisik yang teratur akan meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang maju dan mandiri serta meningkatkan martabat dan harkat bangsa. (Bahar, 2023).

Olahraga sepak bola ini digemari di berbagai kalangan (Mappaompo & Silaturahmi, 2015). Dengan cara yang sama, di Indonesia, mereka bahkan mendapat simpati masyarakat. Sepak bola sangat disukai di seluruh masyarakat, di daerah, nasional, dan internasional, dari usia anak-anak hingga orang tua. Mereka senang bermain sendiri atau menonton game tersebut. (Agusta & Agus, 2020). Di Indonesia, mereka bahkan mendapat simpati masyarakat. Dari usia anak-anak hingga orang tua, sepak bola sangat disukai di komunitas lokal, nasional, dan internasional. Mereka suka bermain sendiri atau menonton game. (Rifan et al., 2023). Tujuan permainan sepak bola adalah memanipulasi bola dengan kaki untuk memasukkannya ke gawang lawan. (Mappaompo et al., 2024).

Sepak bola adalah permainan di mana pemain dari dua kesebelasan berlomba menendang bola untuk memasukkannya ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri. (Kartian & Tohidin, 2019). Permainan sepak bola dimulai dengan pemain dari tim yang berbeda menyepak bola untuk memasukkannya ke gawang tim lawan. (Fahrurrozi & Anam, 2022).

Untuk itu dalam permainan sepakbola seseorang pemain dituntut memiliki penguasaan teknik dasar yang baik, sebab hal tersebut merupakan syarat utama untuk menjadi pemain sepakbola. Dengan keterampilan yang dimilikinya, seorang pemain dituntut bermain bagus, mampu menghadapi tekanan-tekanan yang terjadi dalam pertandingan di atas lapangan dengan waktu yang terbatas, belum kelelahan fisik dan lawan tanding yang tangguh.

Karena pemain harus sangat peka terhadap perubahan situasi yang sangat sering terjadi sepanjang permainan, kemampuan mereka untuk mengambil keputusan harus diuji secara teratur. Meskipun berat atau ukuran pemain dalam permainan sepakbola tidak ditentukan, semua pemain harus memiliki tingkat kebugaran yang tinggi. Selama pertandingan berlangsung, pemain di lapangan harus berlari secara teratur. Keberhasilan tim dan individu dalam bermain pada akhirnya bergantung pada kemampuan pemain dalam menghadapi tantangan; kemampuan ini tentunya sangat penting. (Falentino & Suwirman, 2024). Hal ini sejalan dengan pendapat (Gumantan & Mahfud, 2018) Para pemain sepak bola memerlukan latihan yang keras untuk menguasai teknik dasar sepak bola agar dapat bermain dengan baik. Selain komponen kondisi fisik yang disebutkan di atas, prestasi atlet dalam sepakbola juga ditentukan oleh bakat dan motivasi atlet, program latihan, dan teknik latihan, serta upaya pembinaan yang konsisten dan teratur yang ditujukan untuk bermain sepak bola dengan baik dan meningkatkan prestasi.

Persoalan dalam penelitian ini adalah peneliti melihat beberapa atlet masih memiliki kelemahan dalam teknik dasar. Menurut (Atiq & Selamet, 2021) Salah satu masalah dengan teknik dasar bermain sepak bola adalah kurangnya rencana latihan yang baik. Latihan harus mencakup kemampuan teknis seperti menggiring bola atau dribbling. Dribble adalah kemampuan teknis di mana pemain sepak bola melakukan pergerakan lari dan mendorong bola (Ardianda & Arwandi, 2018).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi kemampuan siswa SMA 4 SIDRAP untuk menggiring bola. Salah satu faktor tersebut adalah ketidakmampuan siswa untuk mengkoordinasikan mata kaki mereka saat menggiring bola karena mereka terus melihat bola dan tidak dapat mengalihkan pandangan mereka dari arah bola. Ini menunjukkan bahwa koordinasi mata kaki mereka belum optimal saat menggiring bola. (Lutan, 2000) Faktor kedua adalah kemampuan pemain untuk menggiring bola, atau dribbling. Kelincahan penting untuk menggiring bola karena memungkinkan pemain menghindari serangan dari pemain lawan saat mereka menguasai bola. Seorang pemain sepakbola yang memiliki kecepatan dan kelincahan yang baik akan lebih mudah bermain sepak bola (Akhmad et al., 2018).

METODE

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengevaluasi kelincahan, koordinasi mata-kaki, dan kemampuan untuk dribbling bola saat bermain sepak bola. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasi. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa mengikuti kegiatan sepakbola SMA 4 SIDRAP. sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 30 Siswa dengan teknik pengambilan sampel penelitian adalah *total sampling*, jumlah keseluruhan populasi dijadikan sampel. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu: instrumen mengukur kelincahan tes Zig- Zag (Halim, 2011), tes koordinasi mata kaki, dan tes keterampilan menggiring bola (Nurhasan, 2001). Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes, pengukuran, dan dokumentasi. teknik analisis data dalam penelitian ini yaitu dengan melakukan uji prasyarat menggunakan uji normalitas, lineaar. Kemudian melakukan uji hipotesis yaitu dengan melakukan uji korelasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Analisis deskriptif

Nilai Statistik	Kelincahan (X_1)	Koordinasi Mata Kaki (X_2)	Kemampuan Menggiring Bola (Y)
N	30	30	30
Mean	11.911	13.33	5.487
Std. Deviasi	1.053	1.626	0.679
Range	3.55	6	2.59
Maksimun	13.75	16	6.91
Minimum	10.20	10	4.32
Sum	357.35	400	164.63

Berdasarkan tabel diatas kelincahan diperoleh berturut-turut nilai total 357.35, rata-rata 11.91, standar deviasi 1.053, range 3.55, data minimal 10.20 , data maksimal 13.75 koordinasi mata kaki diperoleh berturut-turut nilai total 400, rata-rata 13.33, standar deviasi 1.626, range 6, data minimal 10, data maksimal 16 . kemampuan menggiring bola diperoleh nilai total 164.63, rata-rata 5.487, standar deviasi 0.679, range 2.59, data minimal 4.32, data maksimal 6.91.

Tabel 2 Uji Normalitas Data

	Kolmogrov-Smirnov		α	Ket
	Statistik	Sig		
Kelincahan (X_1)	0.091	0.200	0.05	Normal
Koordinasi Mata Kaki (X_2)	0.192	0.167	0.05	Normal
Kemampuan menggiring bola (Y)	0.140	0.140	0.05	Normal

Berdasarkan uraian di atas semua variabel X_1 , X_2 , dan variable Y datanya berdistribusi normal, karena masing-masing variabel probabilitasnya memenuhi kriteria. hal ini menunjukkan bahwa data tersebut mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal.

Tabel 3 Hasil Analisis Korelasi dan regresi

Variabel	N	R	R Square	P	Ket
Kelincahan (X_1) Kemampuan menggiring bola (Y)	30	0.559	0.313	0.001	Signifikan

Berdasarkan tabel diatas diperoleh nilai korelasi (r) 0.559 dengan tingkat probabilitas $(0.001) < \alpha 0.05$. Untuk nilai R Square (koefisien determinasi) 0.313. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pengaruh antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola Permainan Sepakbola Pada Siswa SMA Negeri 4 SIDRAP.

Tabel 4 Hasil Analisis Korelasi dan regresi 2

Variabel	N	R	R Square	P	Ket
Koordinasi Mata Kaki (X_2) Kemampuan Menggiring bola (Y)	30	0.549	0.302	0.002	Signifikan

Berdasarkan tabel diatas diperoleh nilai korelasi (r) 0.549 dengan tingkat probabilitas $(0.002) < \alpha 0.05$. Untuk nilai R Square (koefisien determinasi) 0.302. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara koordinasi mata kaki dengan kemampuan menggiring bola Permainan Sepakbola Pada Siswa SMA Negeri 4 SIDRAP.

Tabel 5 Hasil Analisis Korelasi dan Regresi 3

Variabel	N	R	R Square	P	Ket
Kelincahan (X_1) Koordinasi Mata Kaki (X_2) Kemampuan Menggiring Bola (Y)	30	0.779	0.608	0.000	Signifikan

Berdasarkan tabel diatas diperoleh nilai korelasi (r) 0.779 dengan tingkat probabilitas $(0.000) < \alpha 0.05$. Untuk nilai R Square (koefisien determinasi) 0.608. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara kelincahan dan koordinasi mata kaki dengan kemampuan menggiring bola Permainan Sepakbola Pada Siswa SMA Negeri 4 SIDRAP.

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa: (1) Ada Pengaruh Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Permainan Sepakbola Pada Siswa SMA Negeri 4 SIDRAP. (2) Ada Pengaruh Koordinasi Mata Kaki Terhadap kemampuan Menggiring Bola Permainan Sepakbola Pada Siswa SMA Negeri 4 SIDRAP. (3) Ada Pengaruh Kelincahan dan koordinasi mata kaki Terhadap kemampuan Menggiring Bola Permainan Sepakbola Pada Siswa SMA Negeri 4 Sidrap.

DAFTAR PUSTAKA

- Agusta, A., & Agus, A. (2020). Pengaruh Metode Latihan El Rondo terhadap Keterampilan Short Passing Pemain Sepak Bola IPPKM. *Jurnal Stamina*, 3(1), 31–39.
- Akhmad, N., Zainuddin, F., & Bausad, A. A. (2018). Hubungan antara kecepatan dan kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola dalam sepak bola pada Klub Red Bee Warrior Mataram tahun 2018. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 2(1), 55–61.
- Ardianda, E., & Arwandi, J. (2018). Latihan zig-zag run dan latihan shuttle run berpengaruh terhadap kemampuan dribbling sepakbola. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(1), 32–41.
- Atiq, A., & Selamat, B. K. (2021). Analisis latihan keterampilan teknik dasar sepak bola untuk atlet pemula. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 4(1), 15–22.

- Bahar, C. (2023). Hubungan Antara Kelincahan dan Koordinasi Mata-Kaki dengan Kemampuan Menggiring Bola Pemain Sepak Bola di SMP Negeri 10 Kerinci. *Journal on Education*, 5(4).
- Daryanto, Z. P., & Hidayat, K. (2015). Pengaruh latihan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 4(12), 201–212.
- Fahrurrozi, A., & Anam, K. (2022). Tingkat Kondisi Fisik Siswa Sekolah Sepak bola Selama Pandemi Covid-19. *Jambura Health and Sport Journal*, 4(1), 99–107.
- Falentino, F., & Suwirman. (2028). Hubungan Kelincahan dan Koordinasi Mata Kaki dengan Kemampuan Menggiring Bola Pemain Sepakbola . *Jurnal Pendidikan Dan Olahraga*, 5(8), 12–19.
- Gumantan, A., & Mahfud, I. (2018). Perbandingan Latihan dengan Menggunakan Bola Ukuran 4 dan 5 terhadap Ketepatan Menendang Bola ke Arah Gawang. *Journal of Sport*, 2(1).
- Halim, N. I. (2011). *Test dan pengukuran kesegaran jasmani*. Badan Penerbit Universitas Negeri Makassar.
- Kartian, F. A., & Tohidin, D. (2019). Pengaruh Latihan One Legged Reactive Jump Over dan Barrier Hops terhadap Hasil Tendangan Jarak Jauh pada Tim Sepak bola Kayro Fckabupaten Kerinci. *Jurnal Stamina*, 2(7), 32–40.
- Lutan, R. (2000). *Dasar-Dasar Kepelatihan*. Depdikbud.
- Mappaompo, A., Asjaya, I., Muhammadong, Nur, M., & Hudain, M. A. (2024). Koordinasi Mata Kaki, Kelincahan Dan Percaya Diri Terhadap Hasil Belajar Menggiring Bola. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 6(1).
- Mappaompo, A., & Silaturahmi. (2015). Koordinasi mata kaki, keseimbangan, kelincahan, dan keterampilan menggiring dalam sepak bola. *Jurnal Penelitian Pendidikan INSANI*, 18(1), 11–16.
- Nurhasan. (2001). *Tes dan pengukuran dalam pendidikan jasmani*. Direktorat Jendral Olahraga.
- Rifan, A., Permadi, A. A., & Arifin, Z. (2023). Latihan First Touch terhadap Keterampilan Dasar Sepak Bola. *Jambura Journal Sports Coaching*, 5(2), 99–109.
- Supriadi, A. (2015). Hubungan koordinasi mata-kaki terhadap keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola. *Urnal Ilmu Keolahragaan*, 14(1), 1–14.