



Analisis Kelincahan, Keseimbangan dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan

Analysis of Agility, Balance and Coordination of the Eyes of Dribbling Skills in Football Games for Soccer Athletes at SMANKO, South Sulawesi

Muhammad Haikal Ma'Sum¹, Anto Sukamto^{2*}, Nurliati Syamsuddin³

¹²³Prodi. Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Universitas Negeri Makassar, Indonesia

¹²³Jalan Wijaya Kusuma Raya No. 14 (Kampus FIK Banta-Bantaeng) Kota Makassar, Sulawesi Selatan, 90222

¹mhaikalm@gmail.com, ²anto.sukamto@unm.ac.id, ³nurliati.syamsuddin@unm.ac.id

Received: 13 January 2022; **Reviewed:** 18 February 2022; **Accepted:** 04 March 2022;

Published: 21 March 2022

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) Kontribusi kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Atlet Sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan. (2) Kontribusi keseimbangan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Atlet Sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan. (3) Kontribusi koordinasi mata kaki terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Atlet Sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan. dan (4) Kontribusi kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata kaki terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Atlet Sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan. Penelitian ini termasuk jenis penelitian regresi. Populasi penelitian ini adalah seluruh Atlet Sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan dengan jumlah sampel penelitian 30 atlet yang dipilih secara purposive sampling. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif, normalitas data dan regresi dengan menggunakan sistem SPSS Versi 16.00 pada taraf signifikan 95% atau $\alpha_{0,05}$. Berdasarkan dari hasil analisis data, maka penelitian ini menyimpulkan bahwa: (1) Kelincahan memiliki kontribusi yang signifikan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Atlet Sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan sebesar 90,9%; (2) Keseimbangan memiliki kontribusi yang signifikan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Atlet Sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan sebesar 78,4%; (3) Koordinasi mata kaki memiliki kontribusi yang signifikan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Atlet Sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan sebesar 70,4%; dan (4) Kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata kaki memiliki kontribusi yang signifikan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Atlet Sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan sebesar 92%;

Kata Kunci: Kelincahan, Keseimbangan, Koordinasi Mata Kaki, Menggiring Bola, Sepakbola.

PENDAHULUAN

Prestasi olahraga telah menunjukkan kemajuan yang pesat, terutama pada beberapa tahun ini. Prestasi pada beberapa tahun lalu sulit dibayangkan, sekarang dapat terjadi.

Sejumlah atlet mampu memberikan prestasi optimal pada cabang olahraga tertentu. Olahraga sebagai salah satu model karya manusia, merupakan suatu bentuk aktivitas fisik yang memiliki dimensi sangat kompleks (Hananto 2017). Keterkaitan antara kegiatan olahraga dengan keberadaan manusia adalah sesuatu yang tak dapat dipisahkan. Olahraga adalah gerak dan gerak merupakan kodrat manusia. Berawal dari gerak dan bergerak manusia selanjutnya berkembang menjadi suatu perilaku yang bermakna dan memiliki tujuan tertentu. Adapun bentuk kegiatannya berkaitan erat dengan perilaku manusia dan tinjauannya akan lebih luas dan mendalam (Reflis, Ramadi, and Wijayanti 2018), hal ini oleh karena manusia memiliki berbagai potensi dibandingkan dengan makhluk lainnya. Oleh sebab itu olahraga sebagai suatu kegiatan jasmani dan rohani perlu makin ditingkatkan sebagai salah satu cara untuk meningkatkan kualitas manusia. Peningkatan kualitas ini dapat diwujudkan nyatakan melalui olahraga sebagai bagian dari pendidikan, kesehatan dan rekreasi, serta sebagai olahraga prestasi. Dari berbagai tujuan di atas, perhatian tertuju pada olahraga prestasi (Sahabuddin 2017). Olahraga merupakan suatu yang sangat kompleks dengan melibatkan banyak pihak dan pengelolaannya. Peranan olahraga semakin lama semakin penting. Sebab olahraga tidak hanya ikut berperan meningkatkan kesegaran jasmani suatu bangsa, akan tetapi olahraga juga ikut andil dalam membentuk watak manusia, yang pada gilirannya olahraga akan membawa keharuman nama suatu bangsa. Oleh sebab itu olahraga perlu semakin ditingkatkan dan diisyaratkan sebagai salah satu cara pembinaan prestasi yang juga dapat meningkatkan kesegaran jasmani dan rohani bagi setiap anggota masyarakat (Sahabuddin, Bismar, and Ad'dien 2020). Untuk itu perlu ditingkatkan tentang penyediaan sarana dan prasarana termasuk para pendidik, pelatih dan penggerak (Pasha 2019). Kegiatan olahraga untuk meningkatkan prestasi bukanlah kegiatan yang semudah membalikkan telapak tangan, akan tetapi membutuhkan berbagai usaha terhadap peningkatan berbagai faktor, seperti hambatan dan tantangan dalam mencapai prestasi (Erfan 2020). Kenyataan menunjukkan bahwa dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi sekarang ini telah mempercepat terjadinya perubahan dalam kehidupan masyarakat, termasuk dalam usaha peningkatan prestasi olahraga dan dengan sendirinya terjadi persaingan dalam peningkatan prestasi (Sahabuddin 2019a). Dalam usaha meningkatkan prestasi olahraga, khususnya cabang olahraga sepakbola, maka setiap individu telah memilih keolahragaan sebagai bidang profesinya (Zulwandi and Irawan 2018). Harus berusaha sekuat mungkin memecahkan masalah yang merupakan hambatan terwujudnya perkembangan dan peningkatan prestasi olahraga (Raharjo et al. 2018). Peningkatan prestasi olahraga dengan penerapan ilmu pengetahuan dan teknologi dalam suatu bentuk usaha yang diperoleh berdasarkan metode ilmiah yakni melalui prosedur penelitian. Hasil-hasil penelitian dalam bidang olahraga dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan prestasi olahraga melalui penelitian dapat dikemukakan hal-hal baru atau menguji kebenaran suatu pendapat, sehingga dapat dimanfaatkan dalam

usaha pembinaan ke arah prestasi, termasuk peningkatan prestasi cabang olahraga sepakbola (Prakarsa 2020).

Di Sulawesi Selatan, sepakbola merupakan cabang olahraga yang sudah mulai diminati para pelajar, mahasiswa, maupun kalangan masyarakat. Ini terlihat dari hampir setiap sekolah, hanya dalam hal kompetisi antar pelajar, mahasiswa dan klub masih belum berjalan lancar, akibatnya berdampak pada perkembangan prestasi yang sangat lambat. Hal inilah yang menjadi masalah terutama bagi para pembina dan pelatih sepakbola di Sulawesi Selatan. Dengan demikian solusi yang terbaik adalah perlunya dilakukan penelitian ilmiah terhadap berbagai hal yang menunjang peningkatan prestasi, seperti keberadaan komponen fisik, teknik dan *anthropometrik* yang dapat dilibatkan dalam meningkatkan kemampuan dan keterampilan teknik pada cabang olahraga (Sahabuddin 2019b) termasuk cabang olahraga sepakbola. Permainan sepakbola sebagai suatu cabang olahraga memiliki teknik-teknik dasar tertentu, seperti; menggiring, passing, heading, lemparan ke dalam dan, *shooting*, dan lain-lain (Hutajulu 2016). Teknik-teknik dasar tersebut harus dapat dikuasai oleh seorang pemain untuk dapat memainkan permainan dengan tingkat keterampilan yang tinggi sesuai dengan kesatuan permainan sepakbola. Dari berbagai teknik permainan sepakbola, dalam tesis ini hanya akan dibahas teknik menggiring bola. Menggiring bola pada permainan sepakbola merupakan salah satu teknik dasar yang sangat dibutuhkan oleh setiap pemain, mengingat teknik ini memiliki karakteristik yang bersifat individual (Ihsan, Syamsuramel, and Victorian 2021). Menggiring bola dalam permainan sepakbola artinya membawa bola dengan menggunakan kaki sambil baik dengan menggunakan satu atau dua kaki (Daryanto and Hidayat 2015). Dengan demikian untuk dapat melakukan penyerangan, seorang pemain harus melakukan menggiring ke daerah pertahanan lawan sehingga mendapat kesempatan untuk melakukan *shooting* (Hadi, Eko, and Amiq 2016). Melihat peranan menggiring pada saat bermain, dapat dikatakan bahwa betapa pentingnya teknik menggiring tersebut (Asfanza, Putranto, and Oktarina 2019).

Berdasarkan pengamatan selama ini dapat dikemukakan bahwa pemain sepakbola di sekolah di Makassar khususnya selain mengenai fisik yang kurang memadai, juga sebagian besar masih kurang dalam penguasaan teknik dasar bermain terutama teknik menggiring bola. Untuk itu teknik menggiring harus diprioritaskan bagi para pembina dan pelatih tanpa mengabaikan teknik-teknik lainnya (Aziz and Adityatama 2020). Untuk dapat melakukan menggiring dengan sempurna, tentunya dibutuhkan kemampuan komponen-komponen fisik yang dapat menunjang peningkatan keterampilan menggiring (Aziz and Adityatama 2020), seperti; kelincahan, keseimbangan, kecepatan, kelentukan, reaksi, koordinasi dan lain sebagainya (Agussalim, Suwardi, and Syahrudin 2018). Selain dari komponen fisik, kemauan atlet dalam melakukan olahraga sepakbola juga perlu diperhitungkan (Udam 2017). Dari berbagai komponen-komponen fisik di atas, dalam tesis ini penulis ingin

mencoba meneliti tiga komponen fisik, yakni kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata kaki yang diharapkan memiliki pengaruh dengan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola.

Kelincahan juga merupakan salah satu komponen fisik yang diharapkan dapat menunjang keterampilan teknik menggiring bola pada permainan sepakbola (Sri mulyani 2019). Karakteristik menggiring bola adalah membawa bola dengan menggunakan kaki. Untuk dapat melewati lawan seorang pemain harus memiliki kelincahan bergerak ke kanan dan ke kiri (Alfi, Kurniawan, and Amiq 2019), sehingga dapat meloloskan diri dari hadangan lawan dan selanjutnya dapat melakukan *passing* ke teman atau langsung melakukan *shooting* (Mulya and Millah 2019). Selain kelincahan, keseimbangan juga sangat berperan penting dalam pelaksanaan menggiring bola. Karakteristik menggiring bola adalah membawa bola dengan menggunakan kaki. Untuk dapat menggiring bola dengan sempurna dibutuhkan keseimbangan yang baik karena apabila dalam menggiring bola posisi badan labil maka akan mempengaruhi hasil pelaksanaan menggiring bola (Giordano et al. 2019). Keseimbangan adalah kemampuan seseorang dalam mempertahankan posisi badan agar tetap seimbang baik bergerak maupun secara diam (Hasan, Musfira, and Syam 2020).

Selain kedua komponen fisik di atas, koordinasi mata kaki juga sangat mempengaruhi (Sahabuddin 2020) hasil menggiring bola dalam permainan sepakbola karena pelaksanaan menggiring bola menggunakan kaki maka diperlukan perkenaan kaki dengan bola agar hasil menggiring bola yang dilakukan akan lebih sempurna (S. and Yulifri 2019). Apabila dalam menggiring bola tidak sempurna dalam perkenaan kaki dengan bola maka bola hasil dribbling akan lebih liar dan memudahkan lawan mengantisipasi hasil dribbling tersebut.

Pada atlet Sekolah SMANKO Makassar adalah merupakan sekolah khusus atlet yang disekolahkan disekolah tersebut. Sekolah SMANKO merupakan sekolah baru yang dibentuk untuk para atlet Sulawesi Selatan. Prestasi atlet sepakbola di sekolah SMANKO belum terlalu menonjol di kanca nasional. Dari hasil observasi yang dilakukan, atlet sepakbola masih memiliki kekuarangan teknik dasar yang perlu dikembangkan seperti teknik dasar menggiring bola. Maka dari itu dalam menggiring bola yang dilakukan lebih baik dibutuhkan kondisi fisik yang mendukung seperti kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata kaki. Akan tetapi tidak pernah lolos dalam babak kualifikasi. Inilah yang membuat peneliti ingin meneliti tentang penyebab kekurangan dalam sekolah tersebut.

METODE

Variabel yang ingin diteliti adalah: variabel bebas (*Independent Variable*) terdiri dari kelincahan, keseimbangan, dan koordinasi mata kaki, serta variabel terikat (*Dependent Variable*) adalah keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Desain

penelitian atau rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain penelitian korelasi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan dengan jumlah populasi yaitu 30 atlet. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan sebanyak 30 atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan dengan tehnik pengambilan sampel adalah total populasi. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini meliputi: tes kelincahan, tes keseimbangan, tes koordinasi mata kaki dan tes keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Data yang terkumpul tersebut perlu dianalisis secara statistik deskriptif, maupun inferensial atau uji hipotesis untuk keperluan pengujian hipotesis penelitian. Adapun gambaran yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut: (a) analisis data secara deskriptif dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran umum tentang data yang meliputi: total nilai, nilai rata-rata, standar deviasi, rentang nilai, nilai maksimal dan nilai minimal, dan (b) analisis secara inferensial digunakan untuk menguji hipotesis-hipotesis penelitian dengan menggunakan analisis korelasi dan regresi. Jadi keseluruhan analisis data statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis komputer dengan bantuan program SPSS Versi 20.00 dengan taraf signifikan 95% atau $\alpha_{0,05}$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis deskriptif meliputi; total nilai, rata-rata, standar deviasi, range, maksimal dan minimum. Dari nilai-nilai statistik ini diharapkan dapat memberi gambaran umum tentang keadaan kelincahan, keseimbangan, koordinasi mata kaki dan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Hasil analisis deskriptif setiap variabel penelitian dapat dilihat dalam **Tabel 1**.

Tabel 1.
Hasil analisis deskriptif tiap variabel.

	N	Sum	Mean	Stdv	Range	Min.	Max.
Kelincahan	30	324,36	10,8120	0,22060	0,84	10,42	11,26
Keseimbangan	30	2660,00	88,6667	2,29442	9,00	84,00	93,00
Koordinasi mata kaki	30	471,00	15,7000	2,16795	9,00	11,00	20,00
Menggiring bola	30	506,83	16,8943	0,32906	1,29	16,24	17,53

Hasil dari **Tabel 1** di atas yang merupakan gambaran kelincahan, keseimbangan, koordinasi mata kaki dan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola dapat dikemukakan sebagai berikut: Untuk kelincahan pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan dari 30 jumlah sampel diperoleh total nilai sebanyak 324,36 detik dan rata-rata yang diperoleh 10,81230 detik dengan hasil standar deviasi 0,22060 dari range data 0,84 detik antara nilai minimum 10,42 detik dan 11,26 detik untuk nilai maksimal. Untuk data keseimbangan pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan dari 30 jumlah sampel diperoleh total nilai sebanyak 2660,00 dan rata-rata yang diperoleh 88,6667 dengan hasil

standar deviasi 2,29442 dari range data 9,00 antara nilai minimum 84,00 dan 93,00 untuk nilai maksimal. Untuk data koordinasi mata kaki pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan dari 30 jumlah sampel diperoleh total nilai sebanyak 471,00 dan rata-rata yang diperoleh 15,7000 dengan hasil standar deviasi 2,16795 dari range data 9,00 antara nilai minimum 11,00 dan 20,00 untuk nilai maksimal. Untuk data keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan dari 30 jumlah sampel diperoleh total nilai sebanyak 506,83 detik dan rata-rata yang diperoleh 16,8943 detik dengan hasil standar deviasi 0,32906 dari range data 1,29detik antara nilai minimum 16,24 detik dan 17,53 detik untuk nilai maksimal.

Tabel 2.
Hasil uji normalitas tiap variabel

Variabel	K – SZ	P	α	Ket.
Kelincahan	0,095	0,200	0,05	Normal
Keseimbangan	0,153	0,072	0,05	Normal
Koordinasi mata kaki	0,155	0,064	0,05	Normal
Menggiring bola	0,068	0,200	0,05	Normal

Berdasarkan **Tabel 2** di atas menunjukkan bahwa dari hasil pengujian normalitas kelincahan, keseimbangan, koordinasi mata kaki dan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola menggunakan Uji Kolmogorov Smirnov menunjukkan hasil sebagai berikut: Dalam pengujian normalitas kelincahan pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan diperoleh nilai uji Kolmogorov-Smirnov Test 0,095 dengan tingkat probabilitas (P) 0,200 lebih besar dari pada nilai $\alpha_{0,05}$. Dengan demikian kelincahan pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan yang diperoleh mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal. Dalam pengujian normalitas data keseimbangan pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan diperoleh nilai uji Kolmogorov-Smirnov Test 0,153 dengan tingkat probabilitas (P) 0,072 lebih besar dari pada nilai $\alpha_{0,05}$. Dengan demikian data keseimbangan pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan yang diperoleh mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal. Dalam pengujian normalitas data koordinasi mata kaki pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan diperoleh nilai uji Kolmogorov-Smirnov Test 0,155 dengan tingkat probabilitas (P) 0,064 lebih besar dari pada nilai $\alpha_{0,05}$. Dengan demikian data koordinasi mata kaki pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan yang diperoleh mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal. Dalam pengujian normalitas data keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan diperoleh nilai uji Kolmogorov-Smirnov Test 0,068 dengan tingkat probabilitas (P) 0,200 lebih besar dari pada nilai $\alpha_{0,05}$. Dengan demikian data keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan yang diperoleh mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal.

Tabel 3.
Hasil uji linearitas

	Defiation From Linearity (F)	Sig.	Kesimpulan
X ₁ dengan Y	0,763	0,713	Linear
X ₂ dengan Y	0,387	0,915	Linear
X ₃ dengan Y	2,081	0,088	Linear

Berdasarkan data hasil uji linearitas pada **Tabel 3** di atas: Harga F (*defiation from linearity*) antara kelincahan (X₁) terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola (Y) sebesar 0,763 pada signifikan 0,713 > α0,05. Jadi, kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan yang diperoleh memiliki hubungan atau linear. Harga F (*defiation from linearity*) antara keseimbangan (X₂) terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola (Y) sebesar 0,387 pada signifikan 0,915 > α0,05. Jadi, keseimbangan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan yang diperoleh memiliki hubungan atau linear. Harga F (*defiation from linearity*) antara koordinasi mata kaki (X₃) terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola (Y) sebesar 2,081 pada signifikan 0,088 > α0,05. Jadi, koordinasi mata kaki terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan yang diperoleh memiliki hubungan atau linear.

Tabel 4.
Hasil analisis regresi untuk hipotesis pertama

Variabel	N	Koef. Regresi	R ²	F	t	P	α
Kelincahan (X ₁) Menggiring bola (Y)	30	1,422	0,909	281,135	16,767	0,000	0,05

Berdasarkan hasil pengujian seperti yang ditunjukkan pada **Tabel 4** maka persamaan regresi yaitu: $Y = a + bX_1$ dan $Y = 1,514 + 1,422 X_1$, maka yang terkandung dari persamaan regresi tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut: konstanta sebesar 1,514 menyatakan jika kelincahan tidak mengalami perubahan, maka keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbolaatlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan sebesar 1,514. Koefisien regresi variabel kelincahan sebesar 1,422 menyatakan bahwa setiap penambahan satu persen (1%) variabel kelincahan akan menyebabkan terjadinya peningkatan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola sebesar 1,422 atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan. Ada kontribusi kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan. Berdasarkan hasil pengujian analisis regresi data kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola dalam

permainan sepakbola pada **Tabel 4.** diperoleh nilai regresi 0,954 dengan tingkat signifikan $0,000 < \alpha 0,05$, untuk koefisien determinasi sebesar 0,909. Hal ini berarti 90,9% pengaruh kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan. Berdasarkan hasil analisis tersebut dapat diketahui nilai t_{hitung} diperoleh 16,767 dapat dilihat pada tabel di atas dengan tingkat signifikan $0,000 < \alpha 0,05$. Maka H_0 ditolak dan H_1 diterima atau koefisien regresi signifikan, atau kelincahan mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan. Dengan demikian terdapat kontribusi kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan sebesar 90,9%. Pengujian terhadap model regresi menunjukkan nilai F sebesar 281,135 dengan tingkat nilai signifikan sebesar $0,000 < \alpha 0,05$. Hal ini berarti bahwa keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola dapat dijelaskan secara signifikan oleh kelincahan pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan.

Tabel 5.
Hasil analisis regresi untuk hipotesis kedua

VARIABEL	N	Koef. Regresi	R ²	F	t	P	α
Keseimbangan (X_2) Menggiring bola (Y)	30	-0,127	0,784	101,627	-10,081	0,000	0,05

Berdasarkan hasil pengujian seperti yang ditunjukkan pada **Tabel 5** maka persamaan regresi yaitu: $Y = a + bX_2$ dan $Y = 28,154 + -0,127 X_2$, maka yang terkandung dari persamaan regresi tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut: Konstanta sebesar 28,154 menyatakan jika keseimbangan tidak mengalami perubahan, maka keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan sebesar 28,154. Koefisien regresi variabel keseimbangan sebesar -0,127 menyatakan bahwa setiap penambahan satu persen (1%) variabel keseimbangan akan menyebabkan terjadinya peningkatan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola sebesar -0,127 atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan. Ada kontribusi keseimbangan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan. Berdasarkan hasil pengujian analisis regresi data keseimbangan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada **Tabel 5** diperoleh nilai regresi -0,885 dengan tingkat signifikan $0,000 < \alpha 0,05$, untuk koefisien determinasi sebesar 0,784. Hal ini berarti 78,4% pengaruh keseimbangan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan. Berdasarkan hasil analisis tersebut dapat diketahui nilai t_{hitung} diperoleh -10,081 dapat dilihat pada tabel di atas dengan tingkat signifikan $0,000 < \alpha 0,05$. Maka H_0 ditolak dan H_1 diterima atau

koefisien regresi signifikan, atau keseimbangan mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan. Dengan demikian terdapat kontribusi keseimbangan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan sebesar 78,4%. Pengujian terhadap model regresi menunjukkan nilai F sebesar 101,627 dengan tingkat nilai signifikan sebesar $0,000 < \alpha 0,05$. Hal ini berarti bahwa keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola dapat dijelaskan secara signifikan oleh keseimbangan pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan.

Tabel 6.
Hasil analisis regresi untuk hipotesis ketiga

VARIABEL	N	Koef. Regresi	R ²	F	t	P	α
Koordinasi mata kaki (X ₃) Menggiring bola (Y)	30	-0,127	0,704	66,663	-8,165	0,000	0,05

Berdasarkan hasil pengujian seperti yang ditunjukkan pada **Tabel 6** maka persamaan regresi yaitu: $Y = a + bX_3$ dan $Y = 18,894 + -0,127 X_3$, maka yang terkandung dari persamaan regresi tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut: Konstanta sebesar 18,894 menyatakan jika koordinasi mata kaki tidak mengalami perubahan, maka keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan sebesar 18,894. Koefisien regresi variabel koordinasi mata kaki sebesar -0,127 menyatakan bahwa setiap penambahan satu persen (1%) variabel koordinasi mata kaki akan menyebabkan terjadinya peningkatan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola sebesar -0,127 atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan. Ada kontribusi koordinasi mata kaki terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan. Berdasarkan hasil pengujian analisis regresi data koordinasi mata kaki terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada **Tabel 6** diperoleh nilai regresi -0,839 dengan tingkat signifikan $0,000 < \alpha 0,05$, untuk koefisien determinasi sebesar 0,704. Hal ini berarti 70,4% pengaruh koordinasi mata kaki terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan. Berdasarkan hasil analisis tersebut dapat diketahui nilai t_{hitung} diperoleh -8,165 dapat dilihat pada tabel di atas dengan tingkat signifikan $0,000 < \alpha 0,05$. Maka H_0 ditolak dan H_1 diterima atau koefisien regresi signifikan, atau koordinasi mata kaki mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan. Dengan demikian terdapat kontribusi koordinasi mata kaki terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan sebesar 70,4%. Pengujian terhadap model regresi menunjukkan nilai F sebesar 66,663 dengan tingkat nilai signifikan sebesar $0,000 < \alpha 0,05$. Hal ini berarti bahwa

keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola dapat dijelaskan secara signifikan oleh koordinasi mata kaki pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan.

Tabel 7.
Hasil analisis regresi untuk hipotesis empat

VARIABEL	N	R	R ²	F	P	α
Kelincahan (X ₁), keseimbangan (X ₂) dan koordinasi mata kaki (X ₃) Menggiring bola (Y)	30	0,959	0,920	99,502	0,000	0,05

Berdasarkan hasil pengujian seperti yang ditunjukkan pada **Tabel 7** maka persamaan regresi yaitu: $Y = a + bX_1 + bX_2 + bX_3$ dan $Y = 7,209 + 1,117 X_1 + -0,025 X_2 + -0,009 X_3$, ada kontribusi kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata kaki secara bersama-sama terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan. Berdasarkan hasil pengujian analisis regresi data kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata kaki terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan pada **tabel 7** diperoleh nilai regresi (Ro) 0,959 dengan tingkat signifikansi pada kolom sig, sebesar (0,000) $< \alpha$ 0,05 untuk nilai R Square (koefisien) determinasi) 0,920. Hal ini berarti 92% kontribusi kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata kaki secara bersama-sama terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan. Sedangkan sisanya (100% - 90,2% = 8%) disebabkan oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian. Dari uji Anova atau F test, didapat F_{hitung} adalah 99,502 dengan tingkat signifikansi 0,000. Oleh karena signifikan (0,000) jauh lebih kecil dari α 0,05, maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata kaki terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan (dapat diberlakukan untuk populasi dimana sampel diambil).

Pembahasan

Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa ada kontribusi yang signifikan keseimbangan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan. Apabila hasil penelitian ini dikaitkan dengan teori dan kerangka pikir yang mendasarinya, maka dalam dasarnya hasil penelitian mendukung dan memperkuat teori dan hasil-hasil penelitian terdahulu yang sudah ada. Ini membuktikan bahwa keseimbangan sangat menunjang dalam melakukan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Namun pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan memiliki keseimbangan dikategorikan baik untuk menunjang keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Keseimbangan merupakan salah satu faktor yang mendukung dalam pencapaian

keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Keseimbangan adalah kemampuan seseorang dalam menjaga posisi badan agar tetap seimbang baik bergerak maupun secara diam. Jadi, fungsi keseimbangan pada saat melakukan menggiring bola dalam permainan sepakbola adalah dalam melakukan gerakan menggiring bola, pemain harus menjaga posisi badan tetap seimbang karena apabila badan dalam keadaan labil maka dalam melakukan menggiring akan lebih kesulitan. Lain halnya apabila seorang pemain atau siswa tidak memiliki keseimbangan yang baik maka dalam melakukan menggiring bola dalam permainan sepakbola akan lebih sulit. Dengan begitu, seorang pemain atau atlet permainan sepakbola dalam mempelajari teknik dasar menggiring dibutuhkan komponen fisik keseimbangan. Dengan demikian keseimbangan memiliki kontribusi yang signifikan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan.

Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa ada kontribusi yang signifikan koordinasi mata kakiterhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan. Apabila hasil penelitian ini dikaitkan dengan teori dan kerangka pikir yang mendasarinya, maka dalam dasarnya hasil penelitian mendukung dan memperkuat teori dan hasil-hasil penelitian terdahulu yang sudah ada. Ini membuktikan bahwa koordinasi mata kaki sangat menunjang dalam melakukan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Namun pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan memiliki koordinasi mata kaki dikategorikan baik untuk menunjang keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Koordinasi mata kaki merupakan salah satu faktor yang mendukung dalam pencapaian keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Koordinasi mata kaki adalah kemampuan seseorang dalam mengkoordinasi antara mata dengan kaki dan mata dengan bola pada saat melakukan gerakan menggiring. Jadi, fungsi koordinasi mata kaki dalam melakukan gerakan menggiring bola dalam permainan sepakbola adalah pada saat pelaksanaan gerakan menggiring bola, pemain atau siswa harus melakukan perkenaan bola dengan kaki secara sempurna agar hasil menggiring bola akan lebih mudah dikuasai. Dengan demikian koordinasi mata kaki memiliki kontribusi yang signifikan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan.

Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa ada kontribusi yang signifikan kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata kaki terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan. Apabila hasil penelitian ini dikaitkan dengan teori dan kerangka pikir yang mendasarinya, pada dasarnya hasil penelitian ini mendukung dan memperkuat teori yang sudah ada. Ini membuktikan bahwa ketiga faktor tersebut yaitu kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata kaki saling berkontribusi dalam pencapaian dan peningkatan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan memiliki kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata kaki yang dimiliki dikategorikan baik untuk menunjang

pencapaian hasil keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Telah dikemukakan bahwa kelincahan sangat dibutuhkan bagi seorang pemain sepakbola. Kelincahan yang baik akan memberikan dampak yang efektif dan efisien didalam melakukan gerakan-gerakan menggiring bola karena akan lebih mudah melewati lawan atau rintangan yang ada didepannya. Disamping itu hasil yang lebih maksimal dapat diperoleh pada keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola bila pemain mampu menguasai keseimbangan, karena dengan memiliki keseimbangan yang baik maka akan memudahkan seorang pemain dalam melakukan gerakan menggiring bola. Selain kedua komponen di atas, koordinasi mata kaki juga sangat dibutuhkan karena apabila koordinasi mata kaki tidak sempurna maka gerakan menggiring bola akan liar atau silit untuk dikuasai. Dengan demikian seorang pemain atau siswa yang memiliki keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola yang baik bila memiliki ketiga komponen fisik yaitu kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata kaki. Akan tetapi bukan hanya ketiga komponen fisik tersebut yang dijadikan sebagai patokan atau ukuran untuk menghasilkan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Dengan demikian kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata kaki memiliki kontribusi yang signifikan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan, maka dapat ditarik sebuah kesimpulan sebagai berikut: Kelincahan memiliki kontribusi yang signifikan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan. Keseimbangan memiliki kontribusi yang signifikan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan. Koordinasi mata kaki memiliki kontribusi yang signifikan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan. Kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata kaki memiliki kontribusi yang signifikan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet sepakbola SMANKO Sulawesi Selatan.

Berdasarkan kesimpulan penelitian tersebut di atas, maka dapat disarankan sebagai berikut: Guru Penjas, pelatih dan pembina agar didalam memilih teknik olahraga sepakbola yang ingin dikembangkan perlu memperhatikan komponen fisik yang dimiliki seperti kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata kaki. Bagi pemain sepakbola, diharapkan agar supaya melakukan aktivitas olahraga dengan bentuk-bentuk latihan yang disesuaikan dengan kebutuhan agar komponen fisik yang dimiliki tidak mempegaruhi struktur tubuh yang berakibat fatal atau merugikan. Fakultas Ilmu Keolahragaan merupakan suatu wadah untuk

memperoleh ilmu keolahragaan, sehingga diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan masukan dan ilmu yang berguna bagi Mahasiswa Olahraga.

DAFTAR RUJUKAN

- Agussalim, Suwardi, and Syahrudin. 2018. "Pengaruh Latihan Boomerang Run, Latihan Zig-Zag Run Dan Motivasi Berprestasi Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa SMK Negeri 2 Bantaeng." *E-Prints Universitas Negeri Makassar*.
- Alfi, Moh. Rizki, Ari Wibowo Kurniawan, and Fahrial Amiq. 2019. "Pengaruh Latihan Skipping Dan Zig-Zag Run Terhadap Peningkatan Kelincahan Dalam Permainan Sepakbola." *Sport Science and Health* 1(2):116–25.
- Asfanza, Dedy Putranto, and Oktarina. 2019. "Pengaruh Latihan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Siswa." *SPARTA, Jurnal Ilmu Pendidikan Jasmani Olahraga, Kesehatan Dan Rekreasi Sport*, 2(1):5–8.
- Aziz, Oka Abdul, and Firman Adityatama. 2020. "Penerapan Model Taktis Dalam Permainan Sepak Bola Guna Meningkatkan Keterampilan Bermain." *Journal of Physical Education and Sport Science* 2(3):24–28.
- Daryanto, Zusyah Porja, and Khoirul Hidayat. 2015. "Pengaruh Latihan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola." *Jurnal Pendidikan Olahraga* 4(2):201–12. doi: <http://dx.doi.org/10.31571/jpo.v4i2.87>.
- Erfan, Muhammad. 2020. "Pengaruh Latihan Plyometric (Pullover Toss) Terhadap Hasil (Throw In) Dalam Permainan Sepak Bola." *Jurnal Porkes* 3(2):110–18. doi: 10.29408/porkes.v3i2.2968.
- Giordano, Luigi, Ario Federici, Manuela Valentini, and Francesca D'elia. 2019. "Dribbling in Football: Confronting Learning Theories." *Journal of Human Sport and Exercise* 14(Proc2):S228–32. doi: 10.14198/jhse.2019.14.Proc2.10.
- Hadi, Firdaus soffan, Haryanto Eko, and Fahrial Amiq. 2016. "Pengaruh Latihan Ladder Drills Terhadap Peningkatan Kelincahan Siswa U-17 Di Persatuan Sepakbola Jajag Kabupaten Banyuwangi." *Jurnal Pendidikan Jasmani* 26(1):213–28.
- Hananto, Rahman Asri. 2017. "Pengembangan Media Pembelajaran Teknik Dasar Sepakbola Berbasis Android Untuk Anak Usia 11-12 Tahun." *Skripsi, FIK Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Hasan, Nurul Musfira, and Nadwi Syam. 2020. "Pengaruh Latihan Zig-Zag Run Dan Latihan Boomerang Run Terhadap Kelincahan Menggiring Bola Dalam Permainan Futsal Siswa Smp Negeri 10 Makassar." *Journal of Sport and Physical Education* 1(1):38–49.
- Hutajulu, Pahala Tua. 2016. "Pengaruh Latihan High Interval Intensity Training Dalam Meningkatkan Nilai Volume Oksigen Maksimum Atlet Sepakbola Junior (U-18)." *Artikel Skripsi* 3(1):1–10.
- Ihsan, Heldika Raja, Syamsuramel, and Ahmad Richard Victorian. 2021. "Pengaruh Latihan Sirkuit Terhadap Kemampuan Dribble Dalam Permainan Sepakbola Pada SSB Putera Sukma U-15 Palembang." *Dribble Dalam Permainan Sepak Bola Pada Ssb Putera Sukma U-15 Palembang* 4(2):1–9.
- Mulya, Gumilar, and Haikal Millah. 2019. "Pengaruh Latihan Ladder Drill Terhadap Peningkatan Kelincahan Pemain Sepakbola." *Jurnal Segar* 8(1):1–10. doi: doi.org/10.21009/segar/0801.01.
- Pasha, Galih Dwi Nur. 2019. "Pengembangan Media Video Teknik Dasar Sepakbola Untuk

Usia Dini.” *Skripsi, FIK Universitas Negeri Yogyakarta*.

- Prakarsa, Aditya Adi. 2020. “Pengaruh Variasi Latihan Plyometric Terhadap Akurasi Shooting Pemain Akademi PSP Padang.” *Jurnal Patriot* 2(1):193–205.
- Raharjo, Komplit, Syafril Syafril, Sugiyanto Sugiyanto, and Defliyanto Defliyanto. 2018. “Upaya Meningkatkan Hasil Akurasi Shooting Olahraga Sepakbola Melalui Media Lingkaran Karet Ban Pada Siswa Kelas Xi Ips 2 Sma Negeri 03 Bengkulu Tengah.” *Kinestetik* 2(2):233–39. doi: 10.33369/jk.v2i2.8746.
- Reflis, Ramadi, and Ni Putu Nita Wijayanti. 2018. “Pengaruh Latihan Menendang Lima Bola Ke Gawang Terhadap Akurasi Shooting Pada Tim Sepakbola Koto Ranah.” 1–12.
- S., M. Ereizky Dwi Fadillah, and Yulifri. 2019. “Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Sepakbola SMP Negeri 27 Padang.” *JPO: Jurnal Pendidikan Dan Olahraga* 2(6):389–94.
- Sahabuddin. 2017. “Evaluation Program Regional Training Center (Pelatda) PON XIX South Sulawesi.” *JIPES, Journal of Indonesian Physical Education and Sport. Universitas Negeri Jakarta* 3(1):85–99. doi: <https://doi.org/10.21009/JIPES.031.011>.
- Sahabuddin. 2019a. “Analisis Antropometrik Dan VO2 Max Dengan Prestasi Pemain BKMF Tenis Meja FIK UNM.” *SPORTIVE: Journal of Physical Education, Sport and Recreation* 2(2):128–43. doi: <https://doi.org/10.26858/sportive.v2i2.16845>.
- Sahabuddin. 2019b. “Analisis Antropometrik Dan VO2 Max Dengan Prestasi Pemain BKMF Tenis Meja FIK UNM.” *SPORTIVE: Journal of Physical Education, Sport and Recreation* 2(2):128–43. doi: doi.org/10.26858/sportive.v2i2.16845.
- Sahabuddin. 2020. “Hubungan Koordinasi Mata Tangan, Kelincahan Dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Dribble Bolabasket.” *Journal Coaching Education Sports* 1(2):133–44. doi: 10.31599/jces.v1i2.372.
- Sahabuddin, Ahmad Rum Bismar, and Ad’dien. 2020. “Pengaruh Latihan Akselerasi Terhadap Kemampuan Lari 50 Meter.” *Jurnal SPEED, Program Studi Pendidikan Jasmani, FKIP, Universitas Singaperbangsa Karawang* 3(1):51–57. doi: <http://dx.doi.org/10.35706/jurnal%20speed.v3i1.3574>.
- Sri mulyani, Endang. 2019. “Perbedaan Pengaruh Latihan Skipping Rope Dan Latihan Shuttle Run Terhadap Kelincahan Pada.” 1–12.
- Udam, Melkianus. 2017. “Pengaruh Latihan Shuttle Run Dan Zig-Zag Run Terhadap Kemampuan Dribbling Bola Pada Siswa Sekolah Sepakbola (SSB) Imanuel Usia 13-15 Di Kabupaten Jayapura.” *Jurnal Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan* 3(1):58–71.
- Zulwandi, Yogi, and Roma Irawan. 2018. “Metode Latihan Sirkuit Berpengaruh Terhadap Akurasi Shooting Sepakbola.” *Jurnal Patriot* 1(3):975–83.