

KONTRIBUSI KECEPATAN, PANJANG TUNGKAI DAN KOORDINASI MATA-KAKI TERHADAP KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAIANAN SEPAK BOLA SISWA SMPN 5 KOTABARU 2018

Sitti Maifa , Jusran S

Program Studi Penjaskesrek, STKIP Paris Barantai Kotabaru)

maifa_sitti@yahoo.co.id, jusrankaka04@gmail.com

Abstract

The purpose of this study was to find out the relationship together speed, leg length and eye-foot coordination to the dribbling skills in the game of soccer at Kotabaru Senior High School 5 students. The sample used in this study amounted to 40. The method used in this study is a quantitative descriptive method that aims to determine whether there is a contribution of speed, leg length and eye-foot coordination of the dribbling skills in playing football with research instruments are: (1) speed test with distance running 30 meter (2) Leg length measurement using a meter in cm (3) Eye-foot coordination test with a 30-second passing test (4) Ball dribbling test calculated using a stopwatch in seconds. The results of this study indicate that: (1) There is a significant contribution between the speed of the ball dribbling skills of Kotabaru 5 Junior High School students with a value of $R^2 = 0.302$ or 30.2%. (2) There is a significant contribution between the length of the legs to the skill of dribbling with a value of $R^2 = 0.283$ or 28.3%. (3) There is a contribution of eye-foot coordination to the skill of dribbling with a value of $R^2 = 0.281$ or 28.1%. (4) There is a significant contribution of speed, leg length and eye-foot coordination to the dribbling skill with a value of $R^2 = 0.544$ or 54.4%.

Keywords: Speed, Leg Length, Eye-Foot Coordination, Ball Dribbling

PENDAHULUAN

Permainan sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang paling populer di dunia dan digemari oleh semua lapisan masyarakat. Mereka yang turut mempopulerkan permainan sepak bola ini bukan tidak mungkin karena berkat latihan-latihan keras dan seriusnya dalam berbagai aspek.

Menurut Eric c. Batty, (2007 dalam Wahyudin 2011:17) mengatakan bahwa "Sepakbola adalah sebuah permainan yang sederhana dan rahasia permainan sepakbola yang baik adalah melakukan hal-hal sederhana dengan sebaik-baiknya".

Dalam permainan sepakbola terdapat beberapa teknik yang merupakan dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain agar dapat bermain dengan baik guna memperoleh peningkatan prestasi, seperti menendang bola, menyundul bola, menggiring bola dan sebagainya.

Permainan Sepakbola sangat digemari di SMPN 5 Kotabaru khususnya siswa putra, kegemaran tersebut tidak di barengi oleh prestasi dalam olahraga sepakbola tersebut, karena dalam hal prestasi siswa SMPN 5 Kotabaru dalam olahraga sepakbola sangat minim, kenapa dikatakan sangat minim? karena dalam setiap pertandingan yang di ikuti oleh siswa SMPN 5 Kotabaru hanya mampu lolos dari babak penyisihan.

Menyimak dari uraian tersebut di atas, diduga ada faktor yang mendasar yang menjadi penghambat tercapainya prestasi tersebut, salah satu yang diduga sangat dominan sebagai penghambat adalah aspek teknik itu sendiri. Aspek tersebut adalah teknik menggiring bola, menahan bola dan menendang bola pada dasarnya masih terbagi beberapa bagian lagi diantaranya adalah menggiring bola.

Kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola bagi siswa SMPN 5 Kotabaru masih kurang maksimal, komponen fisik yang diduga sangat berperan dalam kemampuan menggiring bola menjadi indikasi kurang maksimalnya kemampuan menggiring bola pada siswa tersebut. Hal inilah yang melatar belakangi penulis untuk melakukan penelitian dengan judul : "Kontribusi Kecepatan, Panjang tungkai Dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permaianan Sepakbola Siswa SMPN 5 Kotabaru".

KAJIAN PUSTAKA

Pada hakikatnya permainan sepakbola merupakan permainan yang beregu yang menggunakan bola sepak. Sepakbola dimainkan oleh dua regu yang saling berhadapan masing – masing regu terdiri dari 11 orang di lapangan. Tujuan permainan ini adalah memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri dari serangan lawan. Ada pun karakteristik yang menjadi ciri khas dari permainan ini adalah memainkan bola dengan seluruh anggota tubuh kecuali lengan.

Hal ini dikemukakan oleh Muhajir (2007:1) menjelaskan bahwa “sepak bola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan cara menyepak bola, dengan tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang tersebut agar tidak kemasukkan bola”.

Permainan sepakbola dimainkan dalam 2 (dua) babak. Lama waktu pada setiap babak adalah 45 menit, dengan waktu istirahat 15 menit. Pada pertandingan yang menentukan misalnya pada pertandingan final, apabila terjadi nilai yang sama, maka untuk menentukan kemenangan diberikan babak tambahan waktu selama 2 x 15 menit tanpa ada waktu istirahat. Jika dalam waktu tambahan 2 x 15 menit nilai masih sama, maka akan dilanjutkan dengan tendangan pinalti untuk menentukan tim mana yang menang.

Hal ini dikemukakan oleh Hasan Alwi, dkk., (2002:1042) yang mengatakan bahwa “Sepakbola adalah olahraga permainan beregu di lapangan, menggunakan bola sepak dari dua kelompok yang berlawanan yang masing-masing terdiri atas sebelas pemain, berlangsung selama 2 x 45 menit, kemenangan ditentukan oleh selisih gol yang masuk ke gawang lawan”.

Dari pengertian di atas dapat di simpulkan bahwa sepakbola adalah permainan antara dua regu masing – masing regu terdiri dari 11 orang dimainkan dengan kaki, kecuali penjaga gawang, boleh menggunakan tangan dan lengan. Setiap tim berusaha memasukan bola ke gawang lawan sebanyak – banyaknya dan menjaga gawangnya dari kemasukan bola oleh serangan lawan dan permainan di lakukan selama 2x45 menit.

Menggiring bola adalah menedang bola secara terputus-putus dengan kaki bagian dalam, punggung kaki, maupun kaki bagian luar. Menggiring bola bertujuan antara lain untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan. Hal – hal yang penting harus di perhatikan dalam menggiring bola menurut Nagatiyono (2004 dalam Wahyudin 2011 : 16) yaitu Bola selalu dekat dengan kaki atau bola dalam penguasaan sepenuhnya.

Menggiring bola dalam permainan sepakbola adalah yang perlu diperhatikan, menggiring bola ditentukan oleh penguasaan bola dengan baik, yakni bola harus sedekat mungkin pada kaki dan dengan dibawa serta diolah untuk dibawa ke tempat tujuannya dalam hal ini koordinasi tungkai kaki dan pergerakan badan harus dapat diselenggarakan.

Untuk mendapatkan hasil menggiring bola yang maksimal dibutuhkan dukungan dari gerakan-gerakan yang menampakkan suatu gerakan menggiring bola dengan benar dalam usaha mencapai koordinasi gerakan tersebut perlu adanya latihan yang teratur, terencana dan intensif sehingga akan melahirkan bentuk gerakan yang terampil dengan teknik-teknik menggiring bola yang baik.

Gerakan yang diharapkan dalam menggiring bola adalah aksi dari gerakan badan, koordinasi mata lengan kaki dalam perkenaan bola, letak kaki dengan bola mengendalikan dan mengontrol bola. Permainan yang memiliki skill tersebut akan menguasai teknik menggiring bola itu sendiri dan mengatasi situasi permainan.

Prinsip Teknik Menggiring Bola yang pertama yaitu bola dalam penguasaan pemain, bola selalu dekat dengan kaki, badan pemain terletak antara bola dan lawan supaya tidak mudah direbut lawan, bola selalu terkontrol. Di depan pemain terdapat

daerah kosong, bebas dari lawan. Bola digiring dengan kaki kanan atau kiri, tiap langkah kaki kanan atau kaki kiri mendorong bola ke depan, jadi bola didorong bukan ditendang. Irama sentuhan kaki pada bola tidak mengubah irama langkah kaki. Pada waktu menggiring bola pandangan mata tidak boleh selalu pada bola saja, akan tetapi harus pula memperhatikan atau mengamati situasi sekitar dan lapangan atau posisi lawan maupun posisi lawan maupun posisi kawan. Badan agak condong ke depan, gerakan tangan bebas seperti pada waktu lari biasa.

Teknik menggiring bola memiliki kegunaan untuk melewati lawan, mencari kesempatan memberikan bola umpan kepada teman dengan tepat dan untuk menahan bola tetap dalam penguasaan, menyelamatkan bola apabila tidak terdapat kemungkinan atau kesempatan untuk dengan segera memberikan operan kepada teman.

Kecepatan lari dalam pengertiannya diartikan sebagai istilah kecepatan yang banyak dipergunakan dalam berbagai bidang, termasuk dalam bidang olahraga. Dalam ilmu biomekanika istilah kecepatan disebut dengan *velocity*. Menurut Harsono (2004:47), kecepatan disebut juga dengan *speed*. Kecepatan dapat pula diartikan sebagai kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan yang sejenis secara berturut-turut dalam waktu yang sesingkat-singkatnya, atau kemampuan untuk menempuh suatu jarak dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Kecepatan menurut M. Abdul Kadir Ateng dalam Toho Cholik Mutohir (2005:188), diartikan sebagai : Kemampuan individu untuk melakukan gerakan yang sama berulang-ulang dalam waktu yang sesingkat-singkat.

Dan yang dimaksud dengan kecepatan lari 30 meter dalam penelitian ini adalah kemampuan seseorang dalam melakukan gerak lari menempuh jarak 30 meter dengan waktu sesingkat-singkatnya. Kecepatan dapat pula berupa memindahkan posisi tubuh dari posisi satu ke posisi yang lain dalam 8 waktu secepatnya. Kualitas kecepatan akan dapat membantu seseorang bergerak atau melakukan gerakan-gerakan yang sama atau tidak sama secepat mungkin dalam waktu yang singkat. Kecepatan bukan hanya berarti menggerakkan seluruh tubuh dengan cepat, akan tetapi dapat pula terbatas pada anggota tubuh dalam waktu yang sesingkat-singkatnya.

Panjang tungkai merupakan alat gerak yang umum digunakan setiap atlet untuk melakukan gerak lari, melompat dan menumpu. Sedangkan yang dimaksud dengan tungkai dalam penelitian ini adalah keseluruhan alat gerak yang berada dibawah pinggul manusia.

Pengertian panjang dalam arti yang sesungguhnya dapat diartikan sebagai: "dimensi suatu benda yang menyatakan jarak antar ujung. Panjang dapat dibagi menjadi tinggi, yaitu jarak vertikal" Wikipedia (2009). Lebih lanjut yang dimaksud dengan istilah panjang dapat berarti: "Jarak yang membagi dari ujung keujung" Alwi (2008:726).

Tungkai terdiri dari dua bagian yaitu tungkai bagian atas lazim disebut paha, dan tungkai bagian bawah lazim disebut sebagai betis. Ada orang yang tungkainya pendek dan ada pula orang memiliki tungkai yang panjang, meskipun ukuran tinggi badan masing-masing relatif sama atau hampir sama panjang tungkai ditentukan oleh panjang pendeknya tulang paha dan tulang betis.

Panjang tungkai adalah komponen kondisi fisik yang terdapat pada paha, betis dan kaki. Jadi, seorang pelompat jauh yang punyai tungkai yang panjang akan memiliki kecepatan linier yang lebih besar. Kecepatan sudutnya dibuat konstan maka panjang radius makin besar daripada kecepatan liniernya, jadi lebih menguntungkan jika digunakan panjang tungkai yang panjang.

Menurut Sudarminto kutip dalam skripsi Kurniawati (2011 : 32) menjelaskan bahwa kerangka tubuh manusia tersusun atas sistem pengungkit. Pengungkit adalah suatu batang yang kaku bergerak dalam suatu busur lingkaran mengitari sumbu, maka geraknya disebut gerak rotasi atau angular. Pada waktu obyek bergerak dalam lintasan busur maka

jarak yang ditempuh oleh tiap titik yang ada disepanjang batang pengungkit akan berbeda-beda. Artinya makin dekat letaknya titik itu dari sumbu geraknya makin kecil gerakannya makin jauh letaknya titik itu dari sumbu geraknya makin besar jaraknya.

Apabila seorang atlet lompat jauh memiliki otot panjang tidak menutup kemungkinan lebih besar kekuatan otot yang dimiliki. Panjang otot sama pentingnya dengan panjang tulang, semakin panjang otot semakin panjang tulangnya, dimungkinkan besar pula kekuatannya. Bahwa besar kecilnya otot benar-benar berpengaruh terhadap kekuatan otot yang kenyataannya apabila pelompat jauh yang memiliki tulang yang panjang tetapi tidak didukung otot yang panjang dan tidak memiliki kekuatan otot yang besar, makin besar serabut otot seseorang makin kuat pula otot tersebut dan makin panjang ukuran otot, makin kuat pula mereka. Panjang tungkai juga merupakan keuntungan kekuatan, karena dengan panjang tungkai dan *explosif* yang baik tidak menutup kemungkinan semakin panjang otot yang dimiliki, karena besar kecilnya otot benar-benar berpengaruh terhadap kekuatan otot tersebut. Makin panjang otot makin kuat pula untuk bergerak.

Tulang yang panjang akan menghasilkan kekuatan yang besar sedangkan tulang yang pendek dan tidak didukung otot yang panjang, tidak akan menghasilkan kekuatan yang besar, otot yang panjang dan langsing dapat terjadi gerakan yang luwes dan cepat. Sedangkan otot yang pendek tidak didukung tulang yang panjang terjadi gerakan yang lambat dan sempit.

Secara umum koordinasi diartikan sebagai kerja sama dari prosedur atau sesuatu yang berbeda, secara fisiologis koordinasi sebagai kerja sama dari sistem syaraf pusat dengan otot untuk menghasilkan tenaga, baik inter maupun intramusculer. Dengan pengertian luas, koordinasi sering juga merujuk pada istilah atau nama untuk beberapa kemampuan yang mendukung kerja sama dari proses gerak yang berbeda, misalnya dalam belajar, koordinasi dibedakan atas koordinasi kasar (kemampuan belajar gerak), koordinasi halus (kemampuan mengendalikan gerak), dan koordinasi halus stabil (kemampuan merubah dan menyesuaikan gerak).

Koordinasi adalah kemampuan biomotor yang sangat kompleks berkaitan dengan kecepatan, kekuatan, daya tahan, dan kelentukan. Selain dari itu, juga termasuk perpaduan perilaku dari dua atau lebih persendian, yang satu sama lainnya berkaitan dalam menghasilkan suatu keterampilan gerak. Koordinasi dari berbagai macam bagian tubuh, termasuk suatu kemampuan untuk menampilkan suatu model keterampilan gerak.

Kemampuan tersebut dimaksudkan untuk mengendalikan bagian tubuh yang bebas dilibatkan dalam suatu model gerakan yang kompleks, dan menggabungkan bagian-bagian tersebut dalam suatu gerakan, gerakan yang lancar, keberhasilan usaha dalam mencapai suatu tujuan.

Dengan demikian, koordinasi merupakan kualitas otot, tulang dan persendian, termasuk panca indera dalam menghasilkan suatu gerak. Kemampuan

koordinasi merupakan suatu aktualisasi komponen-komponen gerak yang dimaksud antara lain terdiri dari: sistem energi, kontraksi otot, syaraf, tulang, persendian, dan indera mata.

Sehubungan dengan itu, koordinasi terkait erat dengan stimulus atau rangsang sensor visual, perasaan posisi dan keseimbangan, dan perasaan kinestetik. Komponen koordinasi antara lain meliputi keseimbangan (terutama berkaitan dengan otot), kemampuan kombinasi gerak (penampilan gerak secara serentak dan berlanjut), kelincahan, dan kemampuan reaksi.

Bompa (1969 : 64) mengatakan, bahwa: koordinasi adalah sesuatu kemampuan biomotor yang sangat kompleks, berkaitan dengan kecepatan, kekatan, daya tahan, dan kelentukan. Koordinasi dari berbagai macam bagian tubuh termasuk suatu kemampuan untuk menampilkan suatu model gerak. Kemampuan tersebut dimaksudkan untuk mengendalikan bagian tubuh yang bebas dilibatkan dalam model gerakan yang kompleks dan menggabungkan bagian-bagian tersebut dalam suatu model gerakan yang lancar.

Dalam setiap cabang olahraga pasti memerlukan sebuah koordinasi, tidak beda dengan permainan sepakbola itu sendiri. Yang diperlukan dalam permainan sepakbola lebih dominan pada koordinasi mata kaki, karena dalam permainan ini yang banyak berperan

adalah pandangan mata dan kelincuhan kaki dalam mengolah bola. Menurut Rusli Lutan, dkk. (2000: 77), koordinasi adalah kemampuan untuk melakukan gerakan dengan berbagai tingkat kesukaran dengan cepat dan efisien dan penuh ketepatan. Sedangkan koordinasi menurut Ismaryati (2006: 53) koordinasi didefinisikan sebagai hubungan yang harmonis dari hubungan yang saling pengaruh di antara kelompok-kelompok otot selama melakukan kerja, yang ditunjukkan dengan berbagai tingkat keterampilan.

METODE PENELITIAN

Variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut. Dalam penelitian ini variabelnya terdiri dari dua bagian yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas ada tiga yaitu kecepatan atau (X1), panjang tungkai atau (X2), dan koordinasi mata-kaki atau (X3) sedangkan satu variabel terikatnya adalah kemampuan menggiring bola pada siswa SMPN 5 Kotabaru (Y). Objek populasi dalam penelitian ini adalah siswa putra SMPN 5 Kotabaru yang berjumlah 93 orang. Dan peneliti mengambil 40 orang siswa putra untuk dijadikan sampel dalam penelitian ini.

Untuk memperoleh data empirik sebagai bahan untuk menguji kebenaran hipotesis, maka dilakukan pengumpulan data berdasarkan variabel terikat yang terlibat. Data yang perlu dikumpulkan dalam penelitian ini meliputi : data kecepatan menggunakan tes pengukuran lari sprint 30 meter, tes panjang tungkai menggunakan tes pengukuran meteran, koordinasi mata-kaki dengan menggunakan test koordinasi mata-kaki dan tes kemampuan menggiring bola.

Adapun gambaran yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: Analisis data secara deskriptif dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran umum tentang data yang meliputi rata-rata, standar deviasi, varians, nilai minimum, dan nilai maksimum. Uji normalitas data dengan menggunakan uji Kolmogorov Smirnov. Analisis secara infrensial digunakan untuk menguji hipotesis-hipotesis penelitian dengan menggunakan uji korelasi dan regresi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis deskriptif yang dilakukan untuk data kecepatan lari, panjang tungkai, koordinasi mata-kaki dan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMPN 5 Kotabaru. Rangkuman hasil analisisnya tercantum dalam table 1 di bawah ini.

Tabel 1 . Rangkuman hasil analisis deskriptif data setiap variabel

Nilai Statistik	N	Mean	SD	Variance	Min.	Max	Range
Kecepatan	40	5.1400	0.64817	0.420	4.20	6.89	2.69
Panjang Tungkai	40	85.03	4.990	24.897	75	99	24
Koordinasi mata-kaki	40	8.38	2.009	4.035	4	12	8
Kemampuan menggiring bola	40	19.3140	2.18238	4.763	15.78	23.45	7.64

Untuk mengetahui apakah data dalam penelitian ini berdistribusi normal, maka dilakukan pengujian dengan menggunakan uji kolmogorof smirnof. Rangkuman hasil pengujiannya dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel. 2 Rangkuman hasil uji normalitas data setiap variabel

Variabel	Absolut	Positif	Negatif	KS-Z	Prob	Ket
Kecepatan	0.079	0.079	- 0.073	0.079	0.200	Normal
Panjang	0.102	0.102	- 0.074	0.102	0.200	Normal

tungkai						
Koordinasi mata-kaki	0.106	0.106	- 0.104	0.106	0.200	Normal
Keterampilan menggiring bola	0.104	0.104	- 0.084	0.106	0.200	Normal

Berdasarkan tabel diatas, maka dapatlah diperoleh gambaran bahwa pengujian normalitas data dengan menggunakan uji kolmogorof smirnof menunjukkan hasil untuk data kecepatan, data panjang tungkai, data koordinasi mata-kaki dan data keterampilan menggiring bola menunjukkan bahwa data tersebut mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal.

Analisis Regresi sederhana antara kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3. Rangkuman hasil analisis regresi kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola siswa SMPN 5 Kotabaru

Variabel	β	P	Ket
Kecepatan (X1) Kemampuan menggiring bola (Y)	1.850	0.000	Signifikan

Berdasarkan tabel diatas, terlihat bahwa hasil perhitungan regresi linear diperoleh nilai β hitung (β_0) = 1.850 ($P < 0.05$), maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Berarti ada kontribusi yang signifikan kecepatan lari dan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola siswa SMPN 5 Kotabaru.

Regresi sederhana antara panjang tungkai terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4. Rangkuman hasil analisis regresi sederhana antara panjang tungkai terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola siswa SMPN 5 Kotabaru.

Variabel	β	P	Ket
Panjang tungkai (X2) Kemampuan menggirin bola (Y)	0.233	0.000	Signifikan

Berdasarkan tabel diatas, terlihat bahwa hasil perhitungan regresi linear diperoleh nilai β hitung (β_0) = 0.908 ($P < 0.05$) maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Berarti ada kontribusi yang signifikan panjang tungkai dan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMPN 5 Kotabaru.

Regresi sederhana antara koordinasi mata-kaki terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola siswa SMPN 5 Kotabaru dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 5. Rangkuman hasil analisis regresi koordinasi mata-kaki terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola siswa SMPN 5 Kotabaru.

Variabel	β	P	Ket
Koordinasi mata-kaki (X3) Kemampuan menggiring bola	- 0.576	0.000	Signifikan

(Y)

Berdasarkan tabel diatas, terlihat bahwa hasil perhitungan regresi linear diperoleh nilai β hitung (β_0) = - 0.576 ($P < 0.05$) maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Berarti ada kontribusi yang signifikan koordinasi mata-kaki dan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMPN 5 Kotabaru.

Regresi ganda antara kecepatan, panjang tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

Tabel 6. Rangkuman hasil regresi antara kecepatan, panjang tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola siswa SMPN 5 Kotabaru.

Variabel	R	R ²	F	P	Ket
Kecepatan (X1) Panjang Tungkai (X2) Koordinasi Mata-Kaki (X3) Kemampuan Menggiring bola (Y)	0.738	0.544	14.328	0.000	Signifikan

Berdasarkan tabel diatas, terlihat bahwa hasil perhitungan regresi ganda diperoleh nilai $R = 0.738$ $R^2 = 0.544$ F hitung = 14.328 β ($P < 0.05$) maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Berarti ada kontribusi yang signifikan koordinasi kecepatan, panjang tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola siswa SMPN 5 Kotabaru

Hipotesis yang pertama H_0 ditolak dan H_1 diterima yaitu : Dimana analisis statistik menunjukkan bahwa ada kontribusi yang signifikan antara kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola siswa SMPN 5 Kotabaru. Apabila hasil penelitian ini dikaitkan dengan teori – teori maupun kerangka berpikir yang mendasarinya, maka pada dasarnya hasil penelitian ini mendukung dan memperkuat penelitian yang terdahulu yang sudah ada. Dimana kecepatan adalah suatu kualitas yang baik bagi seorang olahragawan untuk bereaksi dengan cepat sehingga mendukung keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

Hipotesis yang pertama H_0 ditolak dan H_1 diterima yaitu : Dimana analisis statistik menunjukkan bahwa ada kontribusi yang signifikan antara panjang tungkai terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola siswa SMPN 5 Kotabaru. Apabila hasil penelitian ini dikaitkan dengan teori – teori maupun kerangka berpikir yang mendasarinya, maka pada dasarnya hasil penelitian ini mendukung dan memperkuat penelitian yang terdahulu yang sudah ada.

Hipotesis yang pertama H_0 ditolak dan H_1 diterima yaitu : Dimana analisis statistik menunjukkan bahwa ada kontribusi yang signifikan antara koordinasi mata-kaki terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola siswa SMPN 5 Kotabaru. Apabila hasil penelitian ini dikaitkan dengan teori – teori maupun kerangka berpikir yang mendasarinya, maka pada dasarnya hasil penelitian ini mendukung dan memperkuat penelitian yang terdahulu yang sudah ada.

Hipotesis yang pertama H_0 ditolak dan H_1 diterima yaitu : Dimana analisis statistik menunjukkan bahwa ada kontribusi yang signifikan antara kecepatan, panjang tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola siswa SMPN 5 Kotabaru. Apabila hasil penelitian ini dikaitkan dengan teori – teori maupun kerangka berpikir yang mendasarinya, maka pada dasarnya hasil penelitian ini mendukung dan memperkuat penelitian yang terdahulu yang sudah ada. Apabila pemain memiliki

kecepatan, panjang tungkai dan koordinasi mata-kaki dalam kondisi yang baik akan mampu menghasilkan rangkaian gerakan yang baik pula.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasannya penelitian ini disimpulkan adalah kontribusi yang signifikan kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola siswa SMPN 5 Kotabaru dengan analisa peranan 30.2 % ketika menggiring bola. Ada kontribusi yang signifikan panjang tungkai terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola siswa SMPN 5 Kotabaru dengan analisa peranan 28.3% ketika menggiring bola. Ada kontribusi yang signifikan koordinasi mata-kaki terhadap keterampilan menggiring bola dengan analisa peranan sebesar 28.1 %, serta ada kontribusi yang signifikan dari tiga variabel bebas secara bersama – sama dari kecepatan, panjang tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola SMPN 5 Kotabaru dengan analisa peranan senesar 54.4 %.

DAFTAR PUSTAKA

- Afendi, AR. (2014). *Guru Cerdas Meneliti Dan Mendidik Tunutunan Profesionalitas*, Kotabaru. LP2M STKIP Paris Barantai.
- Afendi, AR. 2(012). *Merajut Potensi Mahasiswa Dalam Penelitian Ilmiah*, Kotabaru. LP2M STKIP Paris Barantai.
- Alwi, H dkk. (2002). *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Ketiga*, Jakarta : Balai Pustaka.
- Bompa, (1983). *Theory and Methodologi of Training*. Kendal Hunt Publishing Company Dubugus, Iowa.
- Muhajir. (2007). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*, Bandung : Erlangga.
- Halim, Ihcsan Nur. (2011). *Tes dan Kesegaran Jasmani*, Makassar : Universitas Negeri Makassar.
- Harsono.(2004).*Perencanaan Program Latihan Edisi Kedua*.Bandung: Buku Ajar FPOK UPI Bandung.
- Roji. (2014). *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*, Jakarta : Kementrian Pendidikan Dan Kebudayaan.
- Subroto, T dkk. (2008). *Permainan Besar*,Jakarta : Universitas Terbuka.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*, Bandung : Alfabeta.
- Sugono, D dkk. (2008). *Kamus bahasa Indonesia*, Jakarta : Pusat Bahasa.
- Suharsimi, Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian*, Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Sundayana, R. (2010). *Statistika Penelitian Pendididkan*, Garut : STKIP Garut Press.
- Sus Nadi, (2014). *Guru Penjasorkes*, [Online]. Tersedia : <http://materipenjasorkes.blogspot.com/2014/01/peraturan-permainan-sepak-bola.html> [20 Januari 2014].

Wahyudin. (2011), Kontribusi kecepatan, kelentukan dan koordinasi mata kaki terhadap keterampilan menggiring bola pada permainan sepak bola siswa sekolah menengah analis kimia makassar. Dalam jurnal Ilara [Online], Vol 11 (16). Tersedia : <http://digilib.unm.ac.id/files/disk1/7/universitas%20negeri%20makassar-digilib-unm-wahyudin-344-1-3.wahyu-c.pdf>. [2 Juli 2011].