

KONTRIBUSI KELINCAHAN, KESEIMBANGAN DAN KOORDINASI MATA-KAKI DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA SISWA SMA NEGERI 1 PULAU LAUT TENGAH KABUPATEN KOTABARU

Hasruddin

(Dosen STKIP Paris Barantai Kotabaru)

Jl. Veteran Km. 2 Komp. Perikanan No. 15 B Kotabaru telpon 0518-23241

Abstract

This research is a descriptive research type. This study aims to determine: (1) To determine whether there is a contribution between agility with the ability to dribble on football games students SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah. (2) To know whether there is a contribution between balance with the ability to dribble on the game of football student of SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah. (3) To know whether there is contribution between the foot with the ability to dribble soccer game at the students of SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah. (4) To find out whether there is contribution between agility, balance and eye-foot coordination with the ability to dribble on football game students of SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah.

The population is a student of SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah. The sample used is male students SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah 30 people. The technique of determining the sample is by random selection by drawing method (Simple Random Sampling). Data analysis technique used is descriptive analysis and inferential analysis through program of SPSS 22 at *significant level α 0,05*.

The results showed that; (1) there is contribution between agility with dribbling ability in game of soccer student of SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah, equal to 44,7%, (2) To know whether there is contribution between balance with ability dribbling at game of soccer student SMA Negeri 1 Island (3) To find out whether there is contribution between foot-toe and dribbling ability on the game of soccer students of SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah is 30.4%, (4) there is contribution between agility, equilibrium and eye-foot coordination with dribbling ability on football game of students of SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah, with $F: 15,987$ and $\text{sig} (p) = 0,000$.

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Kehidupan masyarakat dalam sehari tidak lepas dari olahraga. Dimana olahraga yang dikenal dan sangat berkembang dikalangan masyarakat, baik itu olahraga beregu maupun perorangan. Salah satu olahraga yang paling digemari baik tua maupun muda, laki atau perempuan, di kota dan di pedesaan adalah permainan sepak bola. Tujuan pembangunan nasional pada hakekatnya adalah membangun Indonesia seutuhnya dan pembangunan manusia Indonesia seluruhnya. Salah satu upaya untuk mewujudkan tujuan tersebut adalah membangun sumber daya manusia yang berkualitas. Sumber daya manusia yang berkualitas hanya dapat terwujud jika pertumbuhan dan perkembangan fisik yang baik dari generasinya. Olahraga sebagai karya cipta manusia merupakan suatu bentuk aktivitas fisik yang memiliki dimensi kompleks. Adapun bentuknya berkaitan erat dengan perilaku manusia, yang tinjauannya pun akan menjadi lebih luas dan dalam. Hal ini disebabkan manusia memiliki lingkungan. Disamping itu, kajian tentang olahraga mengikuti perkembangan keberadaan manusia.

Cabang olahraga sepakbola merupakan cabang olahraga yang sudah memasyarakat dan sangat populer dikalangan masyarakat di seluruh Indonesia. Di Sulawesi Selatan

khususnya di Kabupaten Bone, cabang olahraga sepakbola ini sudah lama berkembang dikalangan masyarakat maupun pelajar, mulai dari tingkat sekolah dasar sampai sampai pada tingkat sekolah lanjutan. Hal ini dimungkinkan karena sarana dan prasarana yang tidak sulit dijangkau, alat dan perlengkapannya yang mudah didapat. Berkembangnya cabang olahraga ini juga berkat adanya program pemerintah, yaitu memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat. Faktor fisik merupakan satu kesatuan utuh dari komponen-komponen yang tidak dapat dipisahkan begitu saja bagi yang menggeluti suatu cabang olahraga, baik segi peningkatannya maupun pemeliharaannya artinya bahwa dalam usaha peningkatan kondisi fisik maka seluruh komponen yang dominan dari cabang olahraga tersebut harus dikembangkan. Komponen tersebut meliputi kekuatan, daya tahan, daya ledak, kecepatan, kelenturan, kelincahan, koordinasi, keseimbangan, ketepatan dan reaksi.

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak digemari dimasyarakat, seseorang dalam bermain mempunyai tujuan yang tidak sama, ada yang hanya sekedar mengisi waktu luang dan ada pula yang melakukannya sebagai olahraga rekreasi atau juga untuk mencapai prestasi yang maksimal, seseorang dituntut harus menguasai teknik-teknik dasar, taktik dan mental bertanding yang baik serta memiliki kemampuan kondisi fisik yang baik. Terlebih lagi saat ini seorang bermain benar-benar dituntut untuk mengikuti perkembangan permainan sepak bola mutakhir dengan ditunjang kemampuan fisik yang baik, agar mereka mampu bermain selama pertandingan penuh yaitu 2 x 45 menit. Oleh keran itu seorang pemain dituntut untuk melakukan latihan kondisi fisik dengan baik dan benar. Selain pemain bola dituntut memiliki teknik dasar bermain sepak bola seperti shooting, dribbling, passing dan heading. Karena dengan memiliki dan menguasai seluruh teknik dasar tersebut akan memudahkan seorang pemain dalam mencapai suatu tingkat kemampuan yang optimal.

Penguasaan tehnik dasar adalah gerakan yang harus dimiliki setiap pemain, sehingga permainan dapat melakukannya dengan baik, adapun tehnik dasar meliputi tehnik menendang, tehnik menahan, tehnik menyundul, tehnik memasukkan bola ke sasaran, dan tehnik menggiring bola. Melihat dari berbagai macam tehnik dasar yang digunakan dalam permainan sepak bola tentunya dalam perkembangannya perlu menguasai teknik dasar tersebut menuju ke arah tingkat keterampilan yang lebih baik lagi selain faktor kondisi fisik dan taktik yang benar-benar harus dilatih secara mendalam dan cermat secara ilmiah. Kemampuan seseorang dalam mengintegrasikan bermacam-macam gerakan ke dalam satu pola gerak yang efektif patut dimiliki oleh pemain sepakbola. Karena seorang pemain sepak bola yang hanya menguasai satu pola gerak saja, niscaya akan kesulitan dalam mengembangkan teknik dan taktik, baik secara individu maupun tim. Untuk itu diperlukan upaya dalam mengantisipasi hal tersebut melalui pola pembinaan yang tepat dan berkesinambungan serta dengan metode latihan yang tepat dan terarah sehingga dapat menghasilkan kemampuan teknik bermain sepak bola yang baik.

Seperti telah dikemukakan sebelumnya, bahwa sepakbola merupakan cabang olahraga sangat populer, termasuk dikalangan Siswa SMA Negeri 1 pulau laut tengah gemar bermain sepakbola. Namun dari hasil observasi nampaknya para siswa masih sangat kurang dalam teknik mempraktekkan teknik dasar khususnya kemampuan menggiring bola. Apalagi kita tau salah satu teknik yang harus dikuasai dalam bermain sepakbola yaitu menggiring bola, dalam pengamatan yang peneliti lakukan melihat siswa saat bermain sepakbola masih kurang dalam penguasaan teknik menggiring bola dimana saat menggiring bolanya masih sulit dikontrol sehingga sering kehilangan bola sehingga bola tersebut jatuh kekaki lawan.

Dalam cabang olahraga sepakbola, salah satu keterampilan dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain atau siswa adalah kemampuan menggiring bola. Kemampuan menggiring bola dalam cabang olahraga sepakbola harus dikuasai oleh setiap pemain khususnya posisi penyerang, karena merupakan senjata ampuh dalam upaya menyusun serangan ke daerah atau gawang lawan. Menggiring bola dalam situasi bermain artinya membawa bola dari satu lini ke lini lainnya dengan cara mengontrol dari kaki ke kaki bila ruang gerak sempit, karena lawan menutup daerahnya. Dengan demikian kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola jelas membutuhkan unsur-unsur kemampuan fisik, dan kemampuan fisik yang dianggap dapat memberikan pengaruh terhadap kemampuan menggiring dalam permainan sepakbola adalah; komponen fisik kelincahan, koordinasi mata-kaki dan keseimbangan.

Menggiring bola memerlukan keterampilan yang baik dan didukung dari unsur-unsur kondisi fisik yang baik pula seperti kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata-kaki yang merupakan daya penggerak bagi setiap aktivitas fisik. Kelincahan merupakan kemampuan seseorang untuk mengubah posisi dan arah secepat mungkin sesuai situasi yang dihadapi. Adapun keseimbangan disini yaitu kemampuan tubuh untuk melakukan reaksi terhadap setiap perubahan posisi tubuh sehingga tubuh stabil. Sedangkan Koordinasi mata-kaki yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan siswa mengintegrasikan gerakan dari bermacam-macam gerakan yang berbeda kedalam pola gerakan tunggal secara efektif. Menggiring bola adalah bagian dari beberapa jenis teknik dasar dalam permainan sepakbola. Menggiring bola merupakan suatu teknik gerakan yang memerlukan kontrol yang tepat dan koordinasi gerakan tungkai serta kaki yang cepat dengan tetap menjaga keseimbangan tubuh agar tidak mudah terjatuh apabila diganggu atau dihalangi pihak lawan.

Menyimak uraian di atas, dapat diprediksikan bahwa dalam menggiring bola diperlukan kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata-kaki. Ketiga komponen fisik ini berperan dalam melakukan gerakan menggiring bola. Dimana kelincahan berperan untuk dapat melewati lawan pada saat menggiring bola sambil berlari dengan cepat, Keseimbangan disini bagaimana kita menahan tubuh pada saat menggiring bola tetap dalam keadaan posisi tubuh stabil dan koordinasi mata-kaki yang baik, yang pada akhirnya diharapkan dapat diintegrasikan secara bersama-sama dalam melakukan gerakan-gerakan selanjutnya.

Suatu bentuk gerakan yang mengharuskan seseorang untuk bergerak dengan cepat dan mengubah arah serta tangkas, dan merupakan salah satu bentuk atau model kelincahan. Pemain yang memiliki kelincahan adalah pemain yang memiliki kemampuan untuk mengubah arah atau posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya.

Dalam menganalisa teknik dasar menggiring bola dalam permainan sepakbola dengan ketiga unsur fisik tersebut diprediksikan berkontribusi. Sebab pada saat melakukan gerakan-gerakan dalam permainan sepakbola diperlukan kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata-kaki dalam mengantisipasi dan melewati lawan.

Berdasarkan hal-hal tersebut di atas, penulis ingin meneliti dengan judul: "Kontribusi antara kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan membawa bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah".

B. RUMUSAN MASALAH

1. Apakah ada Kontribusi antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah?
2. Apakah ada Kontribusi antara keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah?
3. Apakah ada Kontribusi antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah?
4. Apakah ada Kontribusi antara kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah?

C. TUJUAN MASALAH

1. Untuk mengetahui apakah ada Kontribusi antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah?
2. Untuk mengetahui apakah ada Kontribusi antara keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah?
3. Untuk mengetahui apakah ada Kontribusi antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah?
4. Untuk mengetahui apakah ada Kontribusi antara kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah?

D. Manfaat penelitian

1. Sebagai bahan informasi bagi para guru penjas, para pelatih dan para pembina olahraga permainan sepak bola, bahwa kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata-kaki dapat dijadikan sebagai indikator atau acuan untuk menentukan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.
2. Sebagai masukan bagi pengembangan ilmu dibidang keolahragaan menyangkut tentang Kontribusi antara kelincahan, keseimbangan dan kemampuan menggiring bola dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.
3. Sebagai bahan perbandingan bagi mahasiswa yang berminat untuk mengadakan penelitian lebih lanjut dengan memperhatikan berbagai sudut pandang masalah yang lebih luas.

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengertian Kelincahan

Dalam semua aktifitas gerak keterampilan tubuh, komponen fisik kelincahan selalu memberikan peranan yang amat penting. Untuk mengembangkan kemampuan kelincahan, harus dimulai dari tugas-tugas sederhana secara progresif sampai pada tugas-tugas yang sulit tingkatannya. Oleh sebab itu yang harus diperhatikan dalam mengembangkan kelincahan adalah sebagai berikut: menambah gerakan-gerakan baru pada teknik lanjutan, melatih gerakan-gerakan yang sudah dikuasai menjadi gerakan-gerakan yang otomatis, merubah training kondisi yang bertingkat-tingkat dan mengkoordinasikan gerakan-gerakan yang telah dikuasai.

Menurut Giri Winarto (2012:171), mengemukakan bahwa: "Kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk dapat mengubah arah dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak tanpa kehilangan keseimbangan". Lebih lanjut Sajoto (1995:8) menyatakan bahwa kelincahan adalah kemampuan merubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan

tepat selagi tubuh bergerak dari satu tempat ke tempat yang lain, yaitu suatu kemampuan untuk merubah posisi badan.

Dari berbagai pendapat tersebut di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa orang yang lincah adalah orang yang mempunyai kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak, tanpa kehilangan suatu keseimbangan dan kesadaran akan sikap tubuh. Jadi kelincahan bukan hanya menuntut kecepatan, akan tetapi juga kelenturan tubuh.

B. Pengertian Keseimbangan

Keseimbangan merupakan kemampuan seseorang mempertahankan sistem tubuh baik dalam posisi statis maupun lebih-lebih dalam posisi gerak dinamis yang mana keseimbangan juga merupakan hal yang sangat penting di dalam melakukan suatu gerakan karena dengan keseimbangan yang baik, maka seseorang mampu mengkoordinasikan gerakan-gerakan dan dalam beberapa ketangkasan unsur kelincahan, seperti yang dikemukakan oleh Harsono (1988:224) bahwa “Keseimbangan berhubungan dengan koordinasi diri, dan dalam beberapa keterampilan, juga dengan agilitas”. Lebih lanjut Harsono (1988:223) mengemukakan bahwa keseimbangan atau balance adalah “Kemampuan untuk mempertahankan sistem neuromuscular kita dalam kondisi statis, atau mengontrol sistem neuromuscular tersebut dalam suatu posisi atau sikap yang efisien selagi kita bergerak”.

Dari berbagai pengertian tentang keseimbangan di atas, maka dapat dikatakan bahwa keseimbangan merupakan kemampuan seseorang mengendalikan organ-organ syaraf otot untuk menahan beban atau tahanan yang dilakukan di dalam beraktivitas baik secara statis maupun dinamis, seperti pada saat menggiring bola, disini dibutuhkan keseimbangan yang tinggi dan meletakkan titik berat yang sekecil mungkin untuk menentukan jauh dekatnya suatu lompatan sehingga hasil lompatan yang diinginkan dapat tercapai secara maksimal.

Dengan demikian untuk menjaga keseimbangan dalam melakukan kegiatan jasmani, maka gerakan-gerakan yang dilakukan perlu dikoordinasikan dengan baik sebagai usaha untuk mengontrol semua gerakan.

C. Pengertian kordinasi mata-tangan

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 intramuscular. koordinasi terkait erat dengan stimulus atau ransang 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.

Menurut Nur Ichsan Halim (2011:100), mengemukakan bahwa: Dasar fisiologis dari komponen koordinasi ini adalah hasil dari proses syaraf pada sistem syaraf pusat. Sedangkan Menurut Giri Winarto (2012:171), mengemukakan bahwa: “Koordinasi adalah kemampuan untuk secara bersamaan melakukan berbagai gerakan secara mulus dan akurat”. 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.

Dari penjelasan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa koordinasi mata-kaki adalah kemampuan siswa mengintegrasikan gerakan dari bermacam-macam gerakan yang berbeda kedalam pola gerakan tunggal secara efektif.

D. Kemampuan menggiring bola dalam sepakbola

Sepak bola modern dilakukan dengan keterampilan lari dan operan bola dilakukan dengan gerakan-gerakan yang sederhana, dengan kecepatan dan ketepatan. Menggiring bola diartikan dengan gerakan kaki menggunakan bagian kaki mendorong bola agar bergulir terus-menerus di atas tanah. Menggiring bola hanya dilakukan pada saat menguntungkan saja, yaitu bebas dari lawan.

Menggiring bola merupakan salah satu teknik yang terpenting dalam permainan sepak bola dan mutlak harus dikuasai oleh setiap pemain. Hal ini dapat diamati dalam suatu pertandingan sepak bola, jika terdapat dua keseblasan yang sedang bertanding, maka keseblasan yang pemainnya memiliki teknik menggiring bola lebih baik itulah yang kemungkinannya memenangkan pertandingan.

Hal ini sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh Ilyas Haddade dan Ismain Tola (1991:5) yang menyatakan :”dribbling adalah membawa bola didalam kontrol sambil berlari. Sedangkan yang dikatakan oleh soedjono (2007:143), bahwa : “emnggiring bola adalah membawa bola dengan kaki untuk melewati lawan.

Ilyas Haddade dan Ismail Tola (1991:5) mengungkapkan tentang prinsip teknik menggiring bola sebagai berikut :

1. Bola tetap harus dalam penguasaan, untuk itu dibutuhkan kecakapan mengontrol bola. Kecakapan dribbling adalah jumlah dari pada kecakapan mengontrol bola di daerah terbatas dalam langkah terbatas diwaktu pemain sedang berlari, berhenti, berputar dan sebagainya.
2. Menggiring bola dengan kedua kaki dan dengan segala cara untuk melindungi bola supaya musuh tidak mudah merebutnya.
3. Sanggup merubah arah dengan tiba-tiba.

Teknik menggiring bola (dribbling) dapat dilakukan dengan berbagai cara, yakni; menggiring bola dengan kaki bagian dalam, menggiring bola dengan kaki dalam bagian depan, menggiring bola dengan kura-kura kaki dan menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian luar. Dapat disimpulkan bahwa menggiring bola adalah suatu usaha mengolah bola dengan satu atau dua kaki untuk melewati lawan dengan cepat

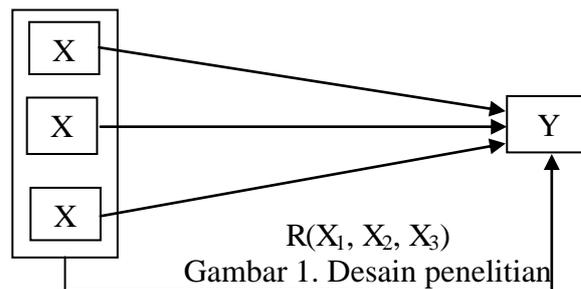
E. Hipotesis

1. Ada Kontribusi antara Kelincahan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah.
2. Ada Kontribusi antara Keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah.
3. Ada Kontribusi antara Koordinasi Mata-Kaki dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah.
4. Ada Kontribusi antara Kelincahan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah.

METODE PENELITIAN

1. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah deskriptif, yang dimaksudkan untuk mengumpulkan informasi mengenai status suatu gejala yang ada, yaitu keadaan gejala menurut apa adanya pada saat penelitian dilakukan. dengan melibatkan variabel bebas (independent variable) yaitu kelincahan (X_1), keseimbangan (X_2) dan koordinasi mata-tangan (X_3) terhadap variabel terikat (dependent variabel) yaitu kemampuan manggiring bola (Y). Lokasi penelitian ini bertempat di SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah. Adapun desain penelitian ini sebagai berikut berikut ini:



Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis statistik deskriptif dan inferensial. Statistik deskriptif dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran umum data penelitian. Statistik inferensial untuk menguji hipotesis penelitian dengan korelasi dan regresi. diolah dan dianalisis statistik dengan bantuan komputer melalui program SPSS versi 22 pada taraf signifikansi $\alpha=0,05$ (95%).

2. POPULASI DAN SAMPEL

Menurut Arikunto (1990:102) bahwa; “populasi adalah keseluruhan subjek penelitian.” Sedangkan menurut Sugiyono (2009:118), mengemukakan bahwa: “Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah seluruh siswa putera SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah dengan jumlah 98 orang.

Menurut Hadi (1989:93) sampel adalah “sejumlah penduduk yang jumlahnya kurang dari populasi.” Sedangkan menurut Sugiyono (2009:118), mengemukakan bahwa: “Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut”. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah random sampling yaitu dengan secara acak atau undian. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 30 orang siswa putera SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Hasil analisis deskriptif

Hasil analisis deskriptif data kecepatan, kelincahan, koordinasi mata-kaki dan kemampuan menggiring pada cabang olahraga sepakbola siswa SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah dapat menjadi informasi yang sangat berharga khususnya bagi penulis untuk melakukan pembahasan hasil penelitian dan untuk keperluan penarikan kesimpulan.

Tabel 1. Deskriptif Data Kelincahan, Keseimbangan dan Koordinasi Mata-Kaki dan Kemampuan Menggiring Bola Pada Cabang Olahraga Sepakbola siswa SMP Negeri 1 Pulau Sebuku

	Kelincahan	Keseimbangan	Koordinasi Mata-Kaki	Kemampuan Menggiring bola
Jumlah sampel	30	30	30	30
Maksimum	21,05	95	19,00	20,53
Minimum	15,10	60	12,00	14,17
Rata-rata	18,24	75,16	15,86	16,94
Simpangan baku	1,414	9,236	2,080	1,757

Berdasarkan Tabel di atas dapat dikemukakan bahwa data deskriptif, sebagai berikut:

1. Data Kelincahan mempunyai rata-rata 18,24 dan standart deviasi adalah 1,414. Dilihat dari sebaran datanya, data minimum 15,10 sedangkan data maksimum 21,05.
2. Data keseimbangan mempunyai rata-rata 75,16 dan standart deviasi adalah 9,236. Dilihat dari sebaran datanya, data minimum 60 sedangkan data maksimum 95.
3. Data koordinasi mata-kaki mempunyai rata-rata 15,86 dan standart deviasi adalah 2,080. Dilihat dari sebaran datanya, data minimum 12,00 sedangkan data maksimum 19,00.
4. Data kemampuan menggiring bola mempunyai rata-rata 16,94 dan standart deviasi adalah 1,757. Dilihat dari sebaran datanya, data minimum 14,17 sedangkan data maksimum 20,53.

a. Uji normalitas data

Suatu data penelitian yang akan dianalisis secara statistik harus memenuhi syarat-syarat analisis. Untuk itu setelah data kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata-kaki dan kemampuan menggiring bola dalam penelitian ini terkumpul, maka sebelum dilakukan analisis statistik untuk pengujian hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji persyaratan yaitu normalitas dengan uji Shapiro-wilk Test pada taraf signifikan 5% atau $\alpha = 0,05$.

Dari hasil uji Shapiro-wilk Test yang dilakukan, diperoleh hasil sebagaimana yang terlampir. Untuk hasil perhitungan dapat dilihat pada tabel rangkuman berikut :

Tabel 2. Rangkuman uji normalitas data kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola

No	Variabel	statistik	Sig	Ket.
1	Kelincahan	0.976	0.719	Normal
2	Keseimbangan	0.958	0.275	Normal
3	Koordinasi mata-kaki	0.943	0.110	Normal
4	Kemampuan menggiring bola	0.956	0.242	Normal

Berdasarkan tabel tersebut yang merupakan rangkuman hasil pengujian normalitas data pada tiap-tiap variabel penelitian, dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Dalam pengujian normalitas data kelincahan peroleh nilai probabilitas = 0,719 lebih besar dari pada nilai $\alpha = 0,05$ atau pada taraf signifikan 5%. Dengan demikian data kekuatan otot lengan yang diperoleh berdistribusi normal.
2. Dalam pengujian normalitas data keseimbangan diperoleh nilai probabilitas = 0,275 lebih besar dari pada nilai $\alpha = 0,05$ atau pada taraf signifikan 5%. Dengan demikian data koordinasi mata-tangan yang diperoleh berdistribusi normal.
3. Dalam pengujian normalitas data koordinasi mata-kaki diperoleh nilai probabilitas = 0,110 lebih besar dari pada nilai $\alpha = 0,05$ atau pada taraf signifikan 5%. Dengan demikian data koordinasi mata-tangan yang diperoleh berdistribusi normal.
4. Dalam pengujian normalitas data kemampuan menggiring bola diperoleh nilai probabilitas = 0,242 lebih lebih besar dari pada nilai $\alpha = 0,5$ atau pada taraf signifikan 5%. Dengan demikian data kemampuan menggiring bola yang diperoleh berdistribusi normal.

b. Hasil Pengujian Korelasi

Koefisien korelasi menunjukkan hubungan, antara variabel independen (kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata-kaki) terhadap variable dependen (kemampuan menggiring bola). Perhitungan korelasi Pearson untuk variable yang dianalisis harus dilakukan, karena pada dasarnya untuk analisis dengan regresi harus di cek terlebih dahulu besar korelasinya. Berdasarkan hasil uji analisis regresi, diperoleh nilai Korelasi Pearson antar variabel antara lain sebagai berikut:

Tabel 3. Rangkuman hasil analisis korelasi data kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata-kaki dan kemampuan menggiring bola pada cabang olahraga Sepakbola

No	Variabel	r	P	Keterangan
1	Kelincahan (X ₁) dengan Kemampuan menggiring bola (Y)	0,669	0,000	Signifikan
2	Keseimbangan (X ₂) dengan Kemampuan menggiring bola (Y)	-0,570	0,001	Signifikan
3	Koordinasi mata-kaki (X ₃) dengan kemampuan menggiring bola (Y)	0,551	0,002	Signifikan

Berdasarkan tabel tersebut yang merupakan rangkuman hasil analisis korelasi data pada tiap-tiap variabel penelitian, dapat diuraikan sebagai berikut;

1. Hubungan korelasi variabel Y (kemampuan menggiring bola) terhadap variabel X₁ (kelincahan) diperoleh nilai 0.669 dan nilai sig 0,000. Hasil ini mengindikasikan bahwa terdapat hubungan korelasi antara variabel Y (kemampuan menggiring bola) terhadap variabel X₁ (kelincahan), yang ditunjukkan dengan nilai sig (p) < 0,05.
2. Hubungan korelasi variabel Y (kemampuan menggiring bola) terhadap variabel X₂ (keseimbangan) diperoleh nilai -0,570 dan nilai sig 0,001. Hasil ini mengindikasikan bahwa terdapat hubungan korelasi antara variabel Y (kemampuan menggiring bola) terhadap variabel X₂ (keseimbangan), yang ditunjukkan dengan nilai sig (p) < 0.05.
3. Hubungan korelasi variabel Y (kemampuan menggiring bola) terhadap variabel X₃ (koordinasi mata-kaki) diperoleh nilai 0,551 dan nilai sig 0,002. Hasil ini mengindikasikan bahwa terdapat hubungan korelasi antara variabel Y (kemampuan menggiring bola) terhadap variabel X₃ (koordinasi mata-kaki), yang ditunjukkan dengan nilai sig (p) < 0.05.

c. Pengujian hipotesis

1. Hipotesis pertama: ada kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam cabang olahraga sepakbola siswa SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah.

Hipotesis statistik yang akan diuji:

$$H_0 : \beta_{x_1y} = 0$$

$$H_1 : \beta_{x_1y} \neq 0$$

Hasil pengujian:

Berdasarkan hasil uji hipotesis, diperoleh nilai t = 4,716 dengan sig (p) = 0,000, dimana p 0,000 < 0.05 sehingga H₀ ditolak dan H_a diterima. Jadi pada penelitian ini

dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola.

Pada hasil analisis regresi sederhana, selain diperoleh nilai t dan signifikansinya, pada hasil analisis diperoleh nilai koefisien determinasi (R^2) dan nilai konstanta serta koefisien regresi yang digunakan untuk membentuk model persamaan regresi. Berdasarkan hasil analisis regresi diperoleh nilai $R = 0,669$, dan R^2 sebesar $0,447$. Nilai R^2 ini menunjukkan kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola adalah sebesar $44,7\%$. Oleh karena itu, kemampuan menggiring bola $55,3\%$ dipengaruhi oleh faktor lain. Nilai R square pada hipotesis ini mengandung makna bahwa, setiap ada perubahan nilai kelincahan diikuti oleh perubahan kemampuan menggiring bola siswa SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah.

2. Hipotesis kedua: ada kontribusi keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam cabang olahraga sepakbola siswa SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah.

Hipotesis statistik yang akan diuji:

$$H_0 : \beta_{x_2y} = 0$$

$$H_1 : \beta_{x_2y} \neq 0$$

Berdasarkan hasil uji hipotesis, diperoleh nilai $t = -3,673$ dengan $\text{sig}(p) = 0,001$, dimana $p < 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola.

Pada hasil analisis regresi sederhana, selain diperoleh nilai t dan signifikansinya, pada hasil analisis diperoleh nilai koefisien determinasi (R^2) dan nilai konstanta serta koefisien regresi yang digunakan untuk membentuk model persamaan regresi. Berdasarkan hasil analisis regresi diperoleh nilai $R = 0,570$, dan R^2 sebesar $0,325$. Nilai R^2 ini menunjukkan kontribusi keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola adalah sebesar $32,5\%$. Oleh karena itu, kemampuan menggiring bola $67,5\%$ dipengaruhi oleh faktor lain. Nilai R square pada hipotesis ini mengandung makna bahwa, setiap ada perubahan nilai keseimbangan diikuti oleh perubahan kemampuan menggiring bola siswa SMPN 1 Pulau Sebuku.

3. Hipotesis ketiga: ada kontribusi koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam cabang olahraga sepakbola siswa SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah.

Hipotesis statistik yang akan diuji:

$$H_0 : \beta_{x_3y} = 0$$

$$H_1 : \beta_{x_3y} \neq 0$$

Berdasarkan hasil uji hipotesis pada diperoleh nilai $t = 3,497$ dengan $\text{sig}(p) = 0,002$, dimana $p < 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola.

Pada hasil analisis regresi sederhana, selain diperoleh nilai t dan signifikansinya, pada hasil analisis diperoleh nilai koefisien determinasi (R^2) dan nilai konstanta serta koefisien regresi yang digunakan untuk membentuk model persamaan regresi. Berdasarkan hasil analisis regresi diperoleh nilai $R = 0,551$, dan R^2 sebesar $0,304$. Nilai R^2 ini menunjukkan kontribusi koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola adalah sebesar $30,4\%$. Oleh karena itu, kemampuan menggiring bola $69,6\%$ dipengaruhi oleh faktor lain. Nilai R square pada hipotesis ini mengandung

makna bahwa, setiap ada perubahan nilai koordinasi mata-kaki diikuti oleh perubahan kemampuan menggiring bola siswa SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah.

4. Pengujian hipotesis keempat ini dilakukan dengan uji F. Uji F digunakan untuk mengetahui apakah ketiga variabel independen secara bersama-sama berpengaruh terhadap variabel dependen.

Hipotesis keempat: Ada pengaruh kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama terhadap kemampuan menggiring bola siswa SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah.

Hipotesis Statistik

$$H_0: \beta_1y = \beta_2y = \beta_3y = 0,$$

$$H_1: \beta_1y \neq \beta_2y \neq \beta_3y \neq 0$$

Berdasarkan hasil uji hipotesis pada diperoleh nilai $F = 15,987$ dan $(p = 0.000 \leq \alpha 0,05)$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, berarti terdapat pengaruh antara kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama terhadap kemampuan menggiring bola siswa SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah.

Pada hasil analisis regresi sederhana, selain diperoleh nilai t dan signifikansinya, pada hasil analisis diperoleh nilai koefisien determinasi (R^2) dan nilai konstanta serta koefisien regresi yang digunakan untuk membentuk model persamaan regresi. Berdasarkan hasil analisis regresi diperoleh nilai $R = 0,805$ dan nilai R^2 sebesar $0,648$ menunjukkan sumbangan kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola adalah $64,8\%$, sedangkan $35,2\%$ nilai kemampuan menggiring bola dipengaruhi oleh faktor lain. Nilai R square mengandung makna bahwa, setiap ada perubahan nilai kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata-kaki selalu diikuti oleh perubahan kemampuan menggiring bola.

PEMBAHASAN

1. Hasil uji hipotesis pertama: Ada kontribusi yang signifikan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa ada kontribusi yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola. Apabila hasil penelitian ini dikaitkan dengan teori dan kerangka berpikir yang mendasarinya, maka pada dasarnya hasil penelitian ini mendukung dan memperkuat teori dan hasil-hasil penelitian terdahulu yang sudah ada. Jika kelincahan dianalisis dari segi fisik yang terlibat didalamnya, maka unsur kelincahan mendukung kemampuan menggiring bola. Seorang siswa yang memiliki kelincahan yang baik akan dengan sendirinya mampu mengubah arah tubuh saat menggiring bola dan mampu melewati hadangan yang dari lawan.
2. Hasil uji hipotesis kedua: Ada kontribusi yang signifikan keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa ada kontribusi yang signifikan antara keseimbangan dengan kemampuan menggiring. Apabila hasil penelitian ini dikaitkan dengan teori dan kerangka berpikir yang mendasarinya, maka pada dasarnya hasil penelitian ini mendukung dan memperkuat teori dan hasil-hasil penelitian terdahulu yang sudah ada. Jika keseimbangan dianalisis dari segi fisik yang terlibat didalamnya, maka unsur kecepatan mendukung kemampuan menggiring bola. Seorang siswa yang memiliki keseimbangan yang baik akan dengan sendirinya mampu melakukan akselerasi dalam menggiring bola dengan baik pula dimana posisi tubuh tetap seimbang. Dalam hal ini, kecepatan akan memberikan sumbangan yang berarti dalam menggiring bola. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa untuk

menghasilkan kemampuan menggiring bola secara maksimal, maka keseimbangan juga sangat memegang peranan penting.

3. Hasil uji hipotesis ketiga: Ada kontribusi yang signifikan koontribusi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa ada kontribusi yang signifikan antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola. Apabila hasil penelitian ini dikaitkan dengan teori dan kerangka berpikir yang mendasarinya, maka pada dasarnya hasil penelitian ini mendukung dan memperkuat teori dan hasil-hasil penelitian terdahulu yang sudah ada. Jika koordinasi mata-kaki dianalisis dari segi fisik yang terlibat didalamnya, maka unsur koordinasi mata-kaki mendukung kemampuan menggiring bola. Seorang siswa yang memiliki koordinasi yang baik akan dengan sendirinya mampu menggiring bola dengan baik pula. Dalam hal ini, koordinasi mata-kaki akan memberikan sumbangan yang berarti dalam menggiring bola yang sempurna karena mata dan kaki berkordinasi dengan baik. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa untuk menghasilkan kemampuan menggiring bola secara maksimal, maka koordinasi mata-kaki sangat memegang peranan penting, yaitu terjadinya perpaduan antara kecepatan dan kelincahan dalam berlari dengan indikator irama dan frekuensi langkah yang cepat serta panjang ayunan kaki dalam melangkah.
4. Hasil uji hipotesis keempat: Ada kontribusi yang signifikan kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa ada kontribusi yang signifikan antara kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola. Apabila hasil penelitian ini dikaitkan dengan teori dan kerangka berpikir yang mendasarinya, maka pada dasarnya hasil penelitian ini mendukung dan memperkuat teori dan hasil-hasil penelitian terdahulu yang sudah ada. Apabila siswa memiliki kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata-kaki akan mampu menggiring bola dengan lebih baik.

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

1. Ada kontribusi yang signifikan kecepatan terhadap kemampuan menggiring bola dalam cabang olahraga sepak bola siswa SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah kontribusinya sebesar 44,7%
2. Ada kontribusi yang signifikan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam dalam cabang olahraga sepak bola siswa SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah kontribusinya sebesar 32,5%.
3. Ada kontribusi yang signifikan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam cabang olahraga sepak bola siswa SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah kontribusinya sebesar 30,4%.
4. Ada kontribusi yang signifikan kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam cabang olahraga sepak bola siswa SMA Negeri 1 Pulau Laut Tengah kontribusinya sebesar 64,8%.

SARAN

1. Kepada guru penjasor, pelatih dan pembina terutama pada cabang olahraga sepakbola di dalam menyusun program pembelajaran maupun latihan ekstrakurikuler, untuk mengarah pada pembinaan usia dini, sebaiknya perlu memperhatikan sinergisitas komponen fisik, yaitu kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata-kaki sebagai upaya peningkatan kemampuan menggiring bola pada cabang olahraga sepakbola.
2. Kemampuan menggiring bola sebagai salah satu opsi variabel dalam penelitian dengan pertimbangan pendekatan karakteristik anak sekolah perlu di informasikan

secara meluas kepada guru pendidikan jasmani agar terjadi kesepahaman dalam pemberian materi sajian terutama pada cabang olahraga sepakbola.

3. Kepada rekan-rekan peneliti disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan cakupan yang luas dan melihat kemungkinan adanya variabel lain yang juga memiliki kontribusi atau pengaruh yang positif terhadap pembinaan olahraga sepakbola.

REFERENSI

- Arikunto, Suharsimi, 1996. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Renika Cipta, Jakarta.
- Haddade Ilyas dan Tola, Ismail, 1991. *Penuntun Mengajar dan Melatih Sepakbola*. FPOK IKIP Ujungpandang.
- Halim Ichsan Nur, 2004., *Tes dan Pengukuran Kesegaran Jasmani*. Universitas Negeri Makassar, Makassar.
- Harsono, 1988. *Coaching dan Aspek-aspek psikologi dalam Coaching*. P2LPTK Depdiknas, Jakarta.
- Kasiyo, Dwijowinoto, 1993., *Dasar-dasar Ilmu Kepelatihan*. IKIP Semarang Pres, Semarang.
- Kusuma, Dede, 1989., *Olahraga dan Manfaatnya*. CV. Karya Ilmiah, Jakarta.
- Muchtar, Remmy, 1992. *Olahraga Pilihan Sepakbola*. Depdikbud Dikti PPTK, Jakarta.
- Nur Ichsan Halim, 2011. *Tes dan Pengukuran Kesegaran Jasmani*. Makassar: Universitas Negeri Makassar.
- Rani, Adib, Abd, 1992. *Materi dan Evaluasi Permainan Sepakbola*. FPOK IKIP Ujungpandang.
- Sajoto, Mochamad, 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Bidang Olahraga*. Depdikbud Dirjen Dikti, Jakarta.
- Soedjono. 2007. *Teknik-teknik bermain sepak bola*. Jakarta: depdiknas.
- STKIP, 2015. *Pedoman Penulisan Skripsi*. Kotabaru: STKIP PB
- Sugiyono, 2009. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabet.
- Sugiyono, 2010. *Statistik untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Usman, H dan Akbar. S, 1998., *Metodologi Penelitian sosial*. Bumi Aksara, Jakarta.
- Winarto, G. 2012. *Fisiologi dan Olahraga*. Surakarta: graha ilmu