



HUBUNGAN KOORDINASI MATA-KAKI DAN KELINCAHAN DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA SEKOLAH SEPAKBOLA BINA BINTANG MUDA KEPRI

Antoni Widodo¹, Iska Noviardila²

¹Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, ²Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

e-mail : widodoantoni86@gmail.com

Abstrak

Sekolah sepakbola (SSB) Bina Bintang Muda (BBM) adalah salah satu SSB di Kota Tanjungpinang-Kepri. Berdasarkan observasi penulis di lapangan saat melihat pemain SSB BBM latihan dan bertanding menunjukkan bahwa masih rendahnya kemampuan menggiring bola siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan koordinasi mata-kaki dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional, untuk mengetahui korelasi antara variabel bebas dan variabel terikat. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SSB BBM Tanjungpinang usia 10-13 tahun berjumlah 32 orang. Instrumen yang digunakan adalah: *Zig Zag Test*, *dogging run test*, dan *Mitchell Soccer Test*. Menggunakan analisis regresi ganda dengan memasukkan tiga buah variabel yang terdiri dari koordinasi mata-kaki, kelincahan serta kemampuan menggiring bola. Hasil penelitian adalah koordinasi mata-kaki memberikan kontribusi terhadap kemampuan menggiring bola sebesar 23,2%, kelincahan memberikan kontribusi terhadap kemampuan menggiring bola sebesar 23,4% dan koordinasi mata-kaki dan kelincahan memberikan kontribusi secara bersama sama terhadap kemampuan menggiring bola sebesar 32,5%.

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

Abstrack

The football school (SSB) Bina Bintang Muda (BBM) is one of the SSBs in Tanjungpinang City-Kepri. Based on the author's observations in the field when seeing SSB BBM players practice and compete, it shows that students' dribbling skills are still low. This study aims to determine the relationship between eye-foot coordination and agility with the ability to dribble. This research is a correlational study, to determine the correlation between the independent variable and the dependent variable. The population in this study were all students of SSB BBM Tanjungpinang aged 10-13 years totaling 32 people. The instruments used are: Zig Zag Test, dogging run test, and Mitchell Soccer Test. Using multiple regression analysis by entering three variables consisting of eye-foot coordination, agility and dribbling ability. The results showed that eye-foot coordination contributed to the ability to dribble by 23.2%, agility contributed to the ability to dribble by 23.4% and eye-foot coordination and agility contributed jointly to the ability to dribble by 32. 5%.

Keywords: Eye-Foot Coordination, Agility, Dribbling

PENDAHULUAN

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat digemari oleh sebagian besar manusia bahkan mendapatkan simpati dari masyarakat Indonesia. Sepakbola juga digemari oleh semua lapisan masyarakat baik dari tingkat daerah, nasional, Internasional, anak-anak, dewasa, hingga orang tua. Permainan sepakbola berkembang dengan pesat diseluruh dunia hampir semua negara melakukan pembinaan di usia dini termasuk di negara kita. Dalam hal ini pemerintah menitikberatkan kepada sekolah-sekolah sebagai tempat untuk membina olahraga pendidikan termasuk sepakbola ini yang dididik sejak dini. Sekolah merupakan tempat anak dibimbing dan dilatih agar dapat memiliki mental, fisik yang kuat, terampil, dan cekatan. Cabang olahraga sepakbola diperkenalkan sedini mungkin di sekolah-sekolah agar merupakan modal dan dasar untuk mengembangkan prestasi dimasa yang akan datang, sebab prestasi maksimal menuntut kesempurnaan teknik yang diperoleh dari teknik dasar yang benar (Hadisunario, 2020).

Permainan sepakbola adalah suatu permainan yang menuntut adanya kerjasama yang baik dan rapi. Sepakbola merupakan permainan tim, oleh karena itu kerjasama tim merupakan kebutuhan permainan sepakbola yang harus dipenuhi oleh setiap kesebelasan yang menginginkan kemenangan. Kemenangan dalam permainan sepakbola hanya akan diraih melalui kerjasama dari tim tersebut. Untuk memperoleh kemenangan yang baik dalam permainan sepekbola tentu saja harus di dukung oleh penguasaan teknik dasar yang baik (Mariyono, 2017).

Teknik dasar dalam bermain sepakbola adalah mengumpan (*passing*) menahan bola (*control*) mengumpan lampung (*Chipping*) menggiring bola (*Dribbling*) dan menembak bola (*Shooting*). Secara khusus teknik menggiring bola (*Dribbling*) memiliki peranan penting terhadap permainan sepakbola dan mutlak harus dikuasai oleh setiap pemain sepakbola. *Dribbling* merupakan kemampuan yang dimiliki setiap pemain dalam penguasaan bola sebelum diberikan kepada temannya untuk menciptakan peluang dalam mencetak gol. Teknik menggiring bola (*dribbling*) pada permainan sepakbola memiliki peran penting agar bola yang dikuasai tidak direbut dengan mudah oleh lawan. Kemampuan menggiring bola berperan untuk memperoleh kemenangan dalam suatu pertandingan sepakbola, pada situasi tertentu teknik menggiring bola akan menjadi penentu jalannya suatu pertandingan sepakbola tanpa mengkesampingkan kerjasama dalam sebuah tim sepakbola (Wardani, 2020).

Keterampilan 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 lain dengan cara mengontrol dari kaki ke kaki bila ruang gerak sempit, karena lawan menutup daerahnya.

Menggiring bola adalah mengolah bola yang digerakkan terhadap salah satu kaki dari satu tempat ke tempat yang lain untuk tetap dalam penguasaan, dengan demikian keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola jelas membutuhkan unsur-unsur kemampuan fisik dan kemampuan fisik yang dianggap dapat memberikan pengaruh terhadap keterampilan adalah komponen fisik koordinasi mata kaki dan kelincahan. Dari analisa tersebut dapat dijelaskan bahwa dalam menggiring bola perlu ada dukungan dari kondisi fisik koordinasi mata kaki dan kelincahan. Dua faktor kondisi fisik ini sangat berperan untuk mendapatkan pola permainan sepakbola yang efektif dan menghidupkan permainan (Andriansyah, 2020).

Unsur fisik koordinasi mata kaki dalam melakukan gerakan menggiring bola yaitu kemampuan koordinasi dalam melakukan menggiring bola tidak terbatas hanya pada kemampuan gerak saja, tetapi juga melibatkan panca indra mata untuk melihat arah datangnya bola dan membawa bola kesasaran. Koordinasi pada dasarnya merupakan kemampuan merangkai beberapa gerakan menjadi satu pola gerakan yang serasi dan harmonis. Koordinasi

merupakan kemampuan biomotorik yang dalam beroperasinya melibatkan beberapa unsur kondisi fisik lainnya. Menurut (Hanief, 2015) koordinasi adalah kemampuan atlet untuk merangkaikan gerak menjadi suatu gerakan yang utuh dan selaras. Sehingga dapat dikatakan bahwa koordinasi mata-kaki merupakan kemampuan merangkaikan gerakan antara mata dan kaki menjadi satu gerakan keseluruhan yang berkesinambungan. Koordinasi mata-kaki merupakan dasar untuk mencapai kemampuan menggiring bola yang tinggi dalam bermain sepakbola, dalam *dribble* atau kemampuan menggiring bola terdapat gabungan beberapa gerakan yang harus dilakukan secara terpadu dan selaras, untuk melakukan *dribble* secara sempurna diperlukan koordinasi mata-kaki yang baik.

Faktor lain yang menjadi permasalahan dalam kemampuan teknik menggiring bola (*dribbling*) yaitu kelincahan. Unsur kelincahan dalam menggiring bola adalah pada saat pemain menghindari dari serangan pemain lawan sewaktu menguasai bola belum bisa menghindari serangan pemain lawan sehingga bola mudah direbut oleh lawan (Ismaryati, 2006). Kelincahan merupakan salah satu komponen kesegaran jasmani yang sangat diperlukan pada semua aktivitas yang membutuhkan kecepatan perubahan posisi tubuh dan bagian-bagiannya. Kelincahan juga diperlukan dalam membebaskan diri dari kawalan lawan dengan menggiring bola melewati lawan dengan menyerang untuk menciptakan suatu gol akan membawa pada kemenangan (Pratama, 2018).

Di kota Tanjungpinang Sekolah Sepakbola (SSB) Bina Bintang Muda (BBM) merupakan sekolah sepakbola pertama yang ada di Provinsi Kepulauan Riau (Kepri) yang didirikan pada bulan November tahun 2018 dengan jumlah anggota 117 orang. SSB BBM ini mulai dari usia dini sampai remaja yang terdiri dari kelompok: Usia 6-9 Tahun (60 orang), Usia 10-13 Tahun (32 orang) dan Usia 14-17 Tahun (25 orang). Jadwal latihan dilakukan pada hari Jumat, Sabtu dan Minggu selama 2 jam setiap minggunya.

Pengurus SSB BBM terdiri dari 1 orang manager dan 8 orang pelatih yang berpengalaman, dimana 4 orang diantaranya memiliki lisensi kepelatihan D yang diakui oleh induk organisasi sepakbola Indonesia (PSSI). Namun belum ada program latihan yang dilakukan oleh pelatih tentang model-model latihan tentang kondisi fisik. Selain itu SSB BBM memiliki sarana dan prasarana yang cukup lengkap untuk latihan, seperti lapangan yang memenuhi standar yang disewa dari Hotel Sunrise, bola size 4 (30 buah), bola size 5 (20 buah), Cones (100 buah), rompi (50 buah), pancang gawang portable (2 pasang) dan gawang portable (2 pasang)

Idealnya dengan sarana dan prasarana yang lengkap serta jadwal latihan yang terkoordinir pemain SSB BBM mampu menguasai teknik-teknik sepak bola dengan baik dan memiliki kondisi fisik yang prima. Dengan teknik yang bagus dan kondisi fisik yang prima diharapkan pemain mampu meraih prestasi yang bagus baik ditingkat daerah maupun ditingkat nasional. Namun kenyataan yang kita lihat prestasi pemain SSB BBM cenderung tidak stabil untuk beberapa kelompok umur. Mereka tidak mampu mempertahankan prestasi bagus yang telah diraih.

Berdasarkan observasi penulis saat melihat pemain SSB BBM latihan dan bertanding, terlihat kemampuan menggiring bola nya masih kurang bagus. Disaat ketinggalan gol oleh lawan, pemainnya tidak mampu menggiring bola dengan baik dan cepat saat melakukan serang balik ke daerah lawan. Sehingga peluang untuk mencetak gol seringkali gagal karena lambat melakukan serangan balik. Selain itu, pemain terlihat kaku dalam menggiring bola, sehingga sering terjadi benturan dengan lawan. Hal ini mengakibatkan pemain menjadi kurang percaya diri dengan kemampuannya sehingga seringkali gagal dan terlambat menyusun serangan terutama pada saat terjadinya serangan balik

Tabel 1
Prestasi SSB BBM

No	Kegiatan	Tahun	Hasil
1	<i>Tournament HUT TNI</i>	2019	Harapan 1 Juara 3
	Usia 6 – 9 Tahun Usia 10 – 13 Tahun		
2	<i>Tournament Portigo</i>	2019	Juara 2 Harapan 2
	Usia 6 – 9 Tahun Usia 10 – 13 Tahun		
3	Piala Gubernur	2019	Juara 1
	Usia 14 – 17 Tahun		

Sumber : SSB BBM (2019)

Untuk membuktikan bentuk observasi yang dilakukan tersebut berpengaruh dengan teknik menggiring bola maka penulis ingin melakukan penelitian tentang, hubungan antara koordinasi mata-kaki dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pada sekolah sepakbola Bina Bintang Muda Kepri.

Berdasarkan identifikasi masalah di atas maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: Bagaimana hubungan antara koordinasi mata kaki dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola sekolah sepak bola Bina Bintang Muda Kepri? Mengacu pada perumusan masalah di atas, maka tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan koordinasi mata-kaki dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola

Kondisi Fisik

Kondisi fisik atlet memegang peranan penting dalam menjalankan program latihannya. Program latihan kondisi fisik haruslah direncanakan secara baik, sistematis dan ditujukan untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan kemampuan fungsional dari sistem tubuh sehingga dapat menimbulkan atlet mencapai prestasi yang lebih baik sesuai harapan. Kondisi fisik adalah satu kesatuan yang utuh dari komponen-komponen yang tidak dapat dipisahkan begitu saja, baik peningkatan maupun pemeliharannya. Artinya bahwa didalam usah peningkatan kondisi fisik maka seluruh komponen tersebut harus dikembangkan, walaupun disana sini dilakukan dengan system prioritas sesuai keadaan atau status tiap komponen itu untuk keperluan apa keadaan atau status yang dibutuhkan tersebut (Sajoto, 1995).

Kondisi adalah status/keadaan kesiapan menghadapi latihan yang akan dilakukan. Latihan kondisi fisik adalah proses pengulangan yang sistematis dan progresif untuk peningkatan dan pemeliharaan dengan menitikberatkan pada efisiensi kerja faal tubuh. Baik tidaknya kondisi fisik, selain faktor latihan juga erat kaitannya dengan aktivitas kehidupan sehari-hari, seperti istirahat, asupan gizi, kerja, lingkungan keluarga, sekolah dan kesehatan (Bafirman, 2018)

Kondisi fisik adalah suatu kualitas fisik, kualitas psikis, dan kemampuan fungsional peralatan tubuh individu dalam memenuhi tuntutan prestasi yang optimal pada spesifikasi cabang olahraga tertentu. Latihan kondisi fisik didisain khusus melalui pentahapan yang sistematis dan metedis untuk pengembangan kondisi fisik lebih optimal (Grosser, 2005)
Jenis-jenis kondisi fisik (Brilin, 2016)

Kecepatan. Kecepatan adalah kemampuan seorang untuk mengerjakan gerakan berkesinambungan dalam bentuk yang sama dalam waktu yang sesingkat-singkatnya (Sajoto, 1995) Oleh karena itu seseorang yang mempunyai kecepatan tinggi dapat malakukan suatu gerakan yang singkat atau dalam waktu yang pendek setelah menerima rangsang. Kecepatan dapat didefinisikan sebagai laju gerak berlaku untuk tubuh secara keseluruhan atau bagian tubuh. **Daya Lentur.** Daya lentur adalah efektifitas seseorang dalam menyesuaikan diri untuk segala aktifitas dengan tubuh yang luas. Hal ini akan sangat mudah ditandai dengan tingkat fleksibilitas persendian pada seluruh permukaan tubuh (Sajoto, 1995). Kelenturan menyatakan

kemungkinan gerak maksimal yang dapat dilakukan oleh suatu persendian. Jadi meliputi hubungan antara tubuh persendian umum tiap persendian mempunyai kemungkinan gerak tertentu sebagai akibat struktur anatominya. **Kelincahan.** Kelincahan adalah kemampuan seseorang mengubah posisi di area tertentu, seseorang yang mampu mengubah satu posisi yang berbeda dalam kecepatan tinggi dengan koordinasi yang baik, berarti kelincahannya cukup baik (Sajoto, 1995). **Keseimbangan.** Keseimbangan adalah kemampuan seseorang dalam mengendalikan organ-organ syaraf otot (Sajoto,1995). Keseimbangan adalah kemampuan mempertahankan sikap tubuh yang pada saat melakukan gerakan tergantung pada kemampuan integritas antara kerja indera penglihatan, kanalis semis kuralis pada telinga dan respon pada otot. **Kekuatan.** Definisi Kekuatan menurut Bompaa (2009) yaitu sebagai kerja maksimal yang dihasilkan otot atau sekelompok otot. Selain itu kekuatan didefinisikan sebagai kemampuan system neuromuscular menghasilkan gaya melawan tahanan eksternal. **Daya Tahan.** Pengertian daya tahan menurut Bompaa (2009) yaaitu daya tahan dibagi menjadi dua kelompok antarlain daya tahan aerobik yaitu daya tahan dengan intensitas rendah, memungkinkan seseorang untuk melakukan aktifitas terus-menerus untuk jangka waktu yang lama, sedangkan daya tahan anaerobic adalah daya tahan dengan intensitas tinggi dalam menyediakan kemampuan untuk berulang-ulang melakukan serangan latihan intensitas tinggi. **Daya Otot,** Menurut Hatfield (dalam Ismaryati, 2006) daya otot atau daya ledak otot yaitu hasil perkalian antara gaya dan jarak dibagi dengan waktu. **Koordinasi,** Definisi koordinasi menurut Ismaryati (2006) yaitu hubungan yang harmonis dari hubungan saling pengaruh diantara kelompok-kelompok otot selama melakukan kerja, yang ditunjukkan dengan berbagai tingkat keterampilan **Ketepatan,** Menurut Nur Ichsan Halim (2004: 144) ketepatan adalah kemampuan tubuh untuk mengendalikan gerakan bebas menuju ke suatu sasaran. **Reaksi.** Waktu reaksi adalah periode antara diterimanya rangsang dengan permulaan munculnya jawaban. Semuan informasi yang diterima indera baik dari dalam maupun dari luar disebut rangsang. Indera akan mengubah informasi tersebut menjadi implus-impuls saraf dengan bahasa yang dipahami oleh otak, Ismaryati (2006)

Koordinasi (*coordination*). (Saputra, 2016)

Koordinasi Pada prinsipnya merupakan pengaturan syaraf-syaraf pusat dan tepi secara harmonis dalam menggabungkan gerakan-gerakan otot sinergis dan antagonis secara selaras. Koordinasi merupakan kemampuan seseorang untuk merangkaikan beberapa gerakan menjadi satu pola gerak yang efektif dan efisien. Berkaitan dengan koordinasi (Suharno, 1993) menyatakan koordinasi adalah kemampuan atlet untuk merangkaikan beberapa gerak menjadi satu gerak yang utuh dan selaras.

Sajoto (1995) menyatakan bahwa koordinasi adalah kemampuan seseorang mengintegrasikan bermacam-macam gerakan yang berbeda ke dalam pola gerakan tunggal secara efektif. Menurut (Ismaryati, 2008) bahwa koordinasi didefinisikan sebagai hubungan yang harmonis dari hubungan saling pengaruh diantara kelompok-kelompok otot selama melakukan kerja.

Berdasarkan pengertian koordinasi yang dikemukakan ahli tersebut dapat dirumuskan bahwa koordinasi mata kaki adalah suatu integrasi antara mata sebagai pemegang fungsi utama dalam hal ini melihat situasi permainan yang dihadapi, dan kaki sebagai pemegang fungsi melakukan suatu gerakan yang dikehendaki oleh otak, setelah merespon situasi yang dilihat olah mata. Integrasi yang melibatkan dua bagian gerak yaitu mata dan kaki harus dirangkaikan menjadi satu pola gerakan yang baik dan harmonis untuk mendukung kemampuan menggiring bola.

Faktor-faktor yang mempengaruhi koordinasi

Tingkat koordinasi atau baik buruknya koordinasi gerak seseorang tercermin dalam kemampuannya untuk melakukan suatu gerak secara mulus, tepat (*Precise*) dan efisien. Seseorang yang memiliki koordinasi baik bukan hanya mampu melakukan suatu keterampilan

secara sempurna tetapi juga mudah dan cepat dapat melakukan keterampilan-keterampilan yang baru.

Harsono (1988) menyatakan bahwa kecepatan kekuatan daya tahan, kelentukan, kinestetik, sense, balance dan ritme, memberikan kesinambungan dan keterpaduan di dalam koordinasi gerak, oleh karena itu satu sama lainnya mempunyai hubungan yang erat. Apabila salah satu unsur tidak ada atau kurang berkembang maka hal ini berpengaruh terhadap kesempurnaan koordinasi.

Pendapat lain dikemukakan (Suharno, 1993) dalam usaha untuk pencapaian prestasi, koordinasi di pengaruhi oleh: Pengatur syarat pusat dan tepi, hal ini berdasarkan pembawaan atlet dan hasil dari latihan, tergantung tonus dan elastisitas dari otot yang melakukan gerakan, Baik dan tidaknya keseimbangan, kelincahan dan kelentukan atlet, banyak dan tidaknya koordinasi kerja syaraf, otot dan indera.

Faktor pembawaan dan kemampuan kondisi fisik khususnya kelincahan, kelenturan, keseimbangan, kekuatan, daya tahan merupakan faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan koordinasi yang di miliki seseorang dengan kata lain jika kelincahan, kelenturan, keseimbangan, kekuatan, dan daya tahan baik yang bertujuan meningkatkan komponen kondisi fisik tersebut, maka secara tidak langsung akan meningkatkan kemampuan koordinasi pula.

Peranan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola

Koordinasi merupakan salah satu komponen kondisi fisik yang mempunyai peran penting terutama untuk cabang olahraga permainan termasuk permainan sepakbola. Hampir seluruh gerakan dalam permainan sepakbola membutuhkan koordinasi mata kaki. Menggiring bola merupakan teknik sepakbola yang membutuhkan koordinasi yang baik. Koordinasi mata kaki berperan dalam memainkan bola dengan baik dan lancar dengan melihat situasi permainan. (Harsono 1988) menyatakan bahwa suatu keterampilan atau skil menuntut adanya koordinasi. Koordinasi yang dibutuhkan dalam keterampilan diantaranya koordinasi mata kaki (*Foot-eye coordination*) dan koordinasi mata tangan (*eye-hand coordination*) koordinasi mata kaki dibutuhkan dalam gerakan seperti dalam *skil* menendang bola, menggiring bola.

Pendapat tersebut menunjukkan bahwa ketepatan *dribbling* dan *passing* dalam sepakbola merupakan suatu keterampilan yang memiliki gerak cukup kompleks. Kemampuan seorang pemain menggiring bola dan mengoper bola atau menembakan bola ke gawang lawan dibutuhkan koordinasi mata kaki yang baik, maka gerakan menggiring bola dapat dilakukan dengan baik dan lancar serta mampu menyelesaikan bola tepat pada sasaran yang diinginkan. Namun sebaliknya koordinasi mata kaki yang buruk, maka gerakan menggiring bola tidak lancar, bola mudah direbut lawan dan penyelesaian kurang akurat.

Banyak manfaat yang di peroleh jika seseorang memiliki koordinasi yang baik. Menurut (Suharno, 1993). Kegunaan koordinasi antara lain: Mengkoordinasikan beberapa gerak agar menjadi satu gerak yang utuh dan selasi, efisiensi dan efektif dalam penggunaan tenaga, untuk menghindari terjadinya cedera, mempercepat berlatih, menguasai teknik, dapat untuk memperkaya taktik dalam bertanding dan kesiapan mental atlet lebih mantap untuk menghadapi pertandingan.

Pada dasarnya koordinasi berguna untuk mengkoordinasikan beberapa gerakan menjadi satu gerakan yang sarasi dan utuh, lebih efektif dan efisien tenaga yang di dikeluarkan, dapat terhindar dari cedera, mempercepat berlatih menguasai teknik, memperkaya teknik dalam bertanding dan meningkatkan mental yang lebih baik. Tingkat koordinasi yang baik akan mendukung gerakannya menjadi lebih efektif dan efisien. Namun sebaliknya jika tingkat koordinasi rendah, gerakan yang ditampilkan tidak efektif, bahkan dapat menimbulkan cedera. Untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola, maka seorang pemain sepakbola harus memiliki koordinasi yang baik untuk meningkatkan koordinasi harus dilakukan latihan dengan baik dan benar.

Koordinasi mata kaki dalam permainan sepakbola mutlak di perlukan kerena akan sangat menunjang dan menguasai jalannya permainan. Koordinasi mata kaki merupakan dasar untuk mencapai keterampilan yang tinggi dalam menendang, mengontrol bola dan menggiring bola.

Menggiring bola merupakan gerakan yang cukup kompleks, karena menggiring bola merupakan gabungan dari berbagai unsur seperti gerakan berlari gerakan mengontrol dan menyentuh bola serta melihat situasi lapangan. Keterampilan menggiring bola merupakan kemampuan membawa bola dengan kaki sambil berlari.

Agar bola yang digiring tidak lepas pemain dituntut untuk mengintegrasikan gerakan mendorong dan mengontrol bola, gerakan berlari serta harus memperhatikan situasi sekitar. Dalam hal inilah seorang pemain sepakbola harus memiliki koordinasi mata kaki yang baik. Dengan mempunyai koordinasi mata kaki yang baik akan dapat melakukan keterampilan menggiring bola dengan baik pula.

Kelincahan. (Saputra, 2016)

Sajoto (1998) menyatakan bahwa kelincahan adalah kemampuan seseorang dalam merubah arah dalam posisi-posisi di arena tertentu. Menurut (Kirkendall, Gruber, dan Johnson dalam Ismaryati 2008:42) bahwa kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara cepat dan tepat. Selain di kerjakan dengan tanpa kehilangan keseimbangan dari batasan ini terdapat tiga hal yang menjadi kareakteristik kelincahan yaitu : perubahan arah lari, perubahan tubuh dan perubahan arah bagian –bagian tubuh.

Faktor-faktor penentu kelincahan

Faktor-faktor utama yang mempengaruhi kelincahan Menurut (Suharno, 1993) antara lain: olahraga memiliki kecepatan reaksi kemampuan berorientasi terhadap problem masalah yang di hadapi, kemampuan mengatur keseimbangan, tergantung pada keleturan persendian dan kemampuan menerem gerakan-gerakan motorik. Seorang pemain dituntut untuk dapat mengubah arah gerak dan posisi tubuh dengan cepat tanpa mengalami gangguan keseimbangan, kelincahan tidak hanya menuntut kecepatan tetapi juga fleksibilitas yang baik dari persendian. Oleh karena itu kelincahan bergantung pada keadaan tubuh yang bagus yang digunakan pada saat beradu *sprint* yang bertujuan untuk menerobos serta melemahkan pertahanan lawan.

Kelincahan sangat penting fungsinya untuk meningkatkan prestasi dalam cabang olahraga. Secara langsung kelincahan digunakan untuk mengkoordinasikan gerakan-gerakan berganda (simultan), mempermudah penguasaan teknik-teknik tinggi mempermudah orientasi terhadap lawan dan lingkungan. Sedangkan menurut (Ismaryati 2008:41), bahwa kelincahan itu mempunyai karakteristik yaitu perubahan arah lari, perubahan posisi tubuh dan perubahan arah bagian-bagian tubuh. Jadi kelincahan merupakan salah satu faktor pendukung yang dapat menentukan keberhasilan seseorang dalam melakukan kemampuan menggiring bola.

Menggiring Bola. (Sakti, 2017)

Sardjono (1982), menjelaskan menggiring bola diartikan dengan seni menggunakan beberapa bagian dari kaki untuk mengontrol atau mengulirkan bola terus-menerus dit tanah sambil lari. Sementara itu menurut (Luxbacher 1998), menyatakan bahwa menggiring bola dalam sepakbola memiliki fungsi yang sama dengan bolabasket yaitu memungkinkan pemain untuk mempertahankan bola saat berlari melintasi lawan atau maju ke ruang yang terbuka.

Penggiring bola yang baik harus selalu memperhatikan situasi permainan, teman atau lawan. Oleh karena itu dalam menggiring bola, kepala harus selalu tegak memperhatikan permainan, sehingga pada saat melakukan tendangan tepat pada sasaran yang diinginkan. Apabila pada saat menggiring bola kepala selalu menunduk memperhatikan bola, tanpa memperhatikan sekelilingnya, maka saat melakukan tendangan hasilnya kurang baik. Jadi dapat dinyatakan seorang pemain bola pada saat menggiring bola kepala harus tegak memperhatikan sekelilingnya.

Salah satu tontonan yang menarik dalam sepakbola adalah kemampuan seorang pemain yang mempunyai teknik menguasai bola dengan baik dan menggiring bola melewati musuhnya. Menurut (Sukatamsi, 2001) menggiring bola dapat diartikan dengan gerakan lari menggunakan bagian kaki mendorong bola agar bergulir terus menerus di atas tanah secara kontinyu. Menggiring bola sangat penting kegunaannya dalam permainan sepakbola. Menurut (Danny

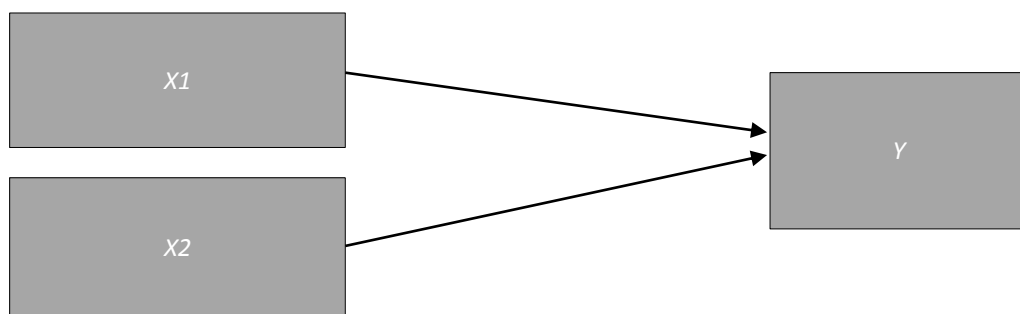
Mielke 2007:1). *Dribbling* adalah keterampilan dasar dalam sepakbola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau tembakan. Menggiring dapat dilakukan pemain menggunakan sisi kaki bagian dalam, sisi kaki bagian luar serta punggung kaki. (Menurut Thomas 2009) sebuah perubahan arah dan perubahan kecepatan sangat penting untuk menggiring bola, perubahan arah adalah kemampuan saat menggiring bola untuk atau ke mengubah arah ke kiri kanan atau berubah 180°.

Perubahan kecepatan saat menggiring bola bisa dari lambat ke cepat atau dari cepat ke lambat. Menurut (Sukatamsi 2001:3.4) kegunaan memiliki teknik menggiring bola adalah untuk melewati lawan, untuk mencari kesempatan memberikan bola umpan kepada teman dengan tepat, untuk menahan bola tetap dalam penguasaan. Ada beberapa macam cara teknik menggiring bola yaitu menggiring bola dengan kaki bagian luar, menggiring bola dengan kaki bagian dalam dan menggiring bola dengan punggung kaki. Menurut (Budi Sutrisno dan Muhammad Bazin Khafidi 2010:6) menggiring bola adalah membawa bola dengan cepat ke depan dengan *passing-passing* pendek dari kedua kaki yang silih berganti.

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa menggiring bola adalah salah satu keterampilan dasar dalam sepakbola yang paling penting pada saat melakukan serangan karena untuk melewati lawan, dan untuk mencari kesempatan memberi bola umpan kepada teman dengan tepat adan akurat. Seseorang pemain sepakbola yang dapat menggiring bola dengan lincah dan cepat dapat mengacau pertahanan lawan. Namun tidak boleh egois, karena sepakbola adalah permainan regu. Agar dapat bermain dengan baik setiap pemain harus menguasai teknik menggiring bola dengan baik.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional, untuk mengetahui ada tidaknya korelasi antara variabel bebas dan variabel terikat. Yang menjadi variabel bebas dalam penelitian ini adalah koordinasi mata-kaki (X1) dan kelincahan (X2) sedangkan variabel terikatnya adalah kemampuan menggiring bola (Y). Teknik pengumpulan data menggunakan survei dengan teknik tes dan pengukuran yang ditunjukkan pada gambar 3.1 tentang desain hubungan antara variabel bebas dan terikat :



Gambar 1
Desain Hubungan antara Variabel Bebas dan Variabel Terikat

Keterangan:

X1 : Kordinasi mata-kaki (variabel bebas)

X2 : Kelincahan (variabel bebas)

Y : Kemampuan menggiring bola (variabel terikat)

Tujuan penggunaan studi korelasional adalah agar dapat mengetahui ada tidaknya hubungan antara koordinasi mata-kaki dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola dalam sepakbola. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa sekolah sepakbola Bina Bintang Muda Tanjungpinang usia 10-13 tahun yang berjumlah 32 orang, karena jumlah populasi yang tidak begitu besar, maka peneliti menggunakan seluruh populasi diatas untuk dijadikan sampel, dengan demikian maka sampel dalam penelitian ini adalah siswa sekolah

sepakbola Bina Bintang Muda Tanjungpinang usia 10-13 tahun yang berjumlah 32 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Purposive Sampling*. Metode ini menggunakan kriteria yang telah dipilih oleh peneliti dalam memilih sampel.(Nugroho, 2018). Adapun kriteria yang digunakan adalah : Siswa SSB Bina Bintang Muda, usia 10 - 13 tahun dan hadir saat penelitian dilakukan.

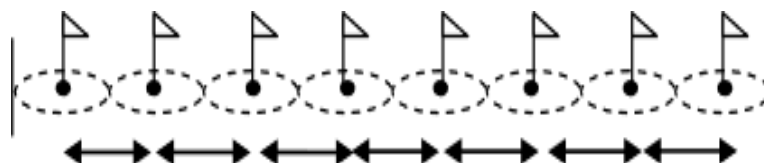
Pengumpulan Data (Fenamlampir dkk, 2015)

Dalam penelitian ini pengumpulan data yang digunakan adalah teknik tes dan pengukuran. Tes menggiring bola menggunakan *Zig Zag Test*, tes koordinasi mata-kaki menggunakan *Mitchell test*, dan tes kelincahan menggunakan *Dodging Run Test*. Pelaksanaan dan penilaian disesuaikan dengan pelaksanaan yang ada pada setiap tes untuk mencari hasil tes yang terbaik. Instrumen yang digunakan dalam pengambilan data masing-masing variabel sebagai berikut:

Kemampuan Menggiring Bola

Tes kemampuan menggiring bola dilakukan dengan menggiring bola *Zig-zag* dengan melewati 10 tiang pancang. Dengan jarak 2 meter untuk tiap pancang. Tes melakukan dengan menggiring bola melalui sela-sela pancang. Setelah sampai pada tiang pancang ke-10, bola harus digiring menuju start (Mielke, 2007:8). Tujuan pelaksanaan tes untuk mengukur kemampuan menggiring bola. Alat/perlengkapan yang digunakan adalah : lapangan, 10 buah pancang ukuran 2 meter, *stopwatch*, bola, tali panjang 20 meter, meteran, kapur, formulir dan alat tulis

Pelaksanaan: aba-aba “siap” *testee* berdiri dibelakang garis *start* dengan bola siap untuk digiring. Pada aba-aba “ya” *testee* mulai menggiring bola dengan melewati setiap pancang secara urut. Kalau terjadi kesalahan, maka harus diulang di mana kesalahan terjadi. Diperkenankan menggiring bola dengan salah satu kaki atau dengan kedua kaki bergantian. Pada aba-aba “ya” *stopwatch* dihidupkan dan diamati pada saat *testee* atau bolanya yang terakhir melewati garis *finish*. Setiap *testee* diberi 2 kali kesempatan. Dan penilaian diambil nilai tes yang tercepat dari 2 kali kesempatan menggiring bola yang dicatat sampai persepuluh detik dan diambil skor terbaik.

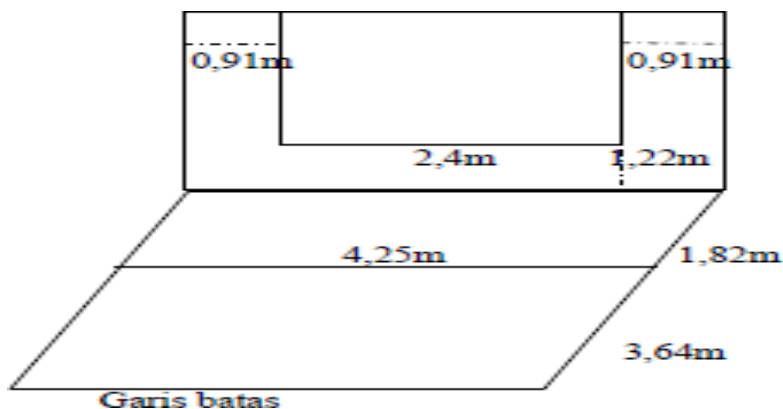


Gambar 2
Pelaksanaan Tes Menggiring Bola

Koordinasi Mata Kaki

Untuk mengetahui koordinasi mata-kaki pemain, maka tes yang akan diuji menggunakan tes memantulkan bola ke sasaran. Tujuannya yaitu untuk kemampuan mengkoordinasikan antara mata dan kaki pada saat melakukan tendangan pada sasaran. Hasil yang dicapai dalam melakukan sepakan dengan masuk sasaran selama 20 detik dihitung sebagai nilai tes koordinasi mata-kaki. Tes koordinasi mata-kaki dilakukan dengan menggunakan *Mitchell Soccer Tes*. Tujuan tes ini adalah untuk mengukur koordinasi mata-kaki (Ngatman, 2001: 25).

Pelaksanaan tes: Testi menendang bola ke daerah sasaran setelah tanda atau aba-aba diberikan, Bola pantul dikontrol, kemudian ditendang kembali secara terus menerus selama 20 detik, Saat memantulkan bola dikontrol baik atau anggota badan yang lain diperbolehkan, kecuali lengan, Jika bola mental jauh harus dikejar, kemudian di bawa ke belakang garis batas dengan mempergunakan kaki (harus di *dribbling*), kemudian ditendang lagi kesasaran untuk melanjutkan tes sampai waktunya habis, Setiap bola yang menyentuh lengan, skornya dikurangi satu, *Trial* 3 x @20 detik (secara berurutan), Skor akhir adalah jumlah skor dari 3 x *trial* dan diambil skor terbaik

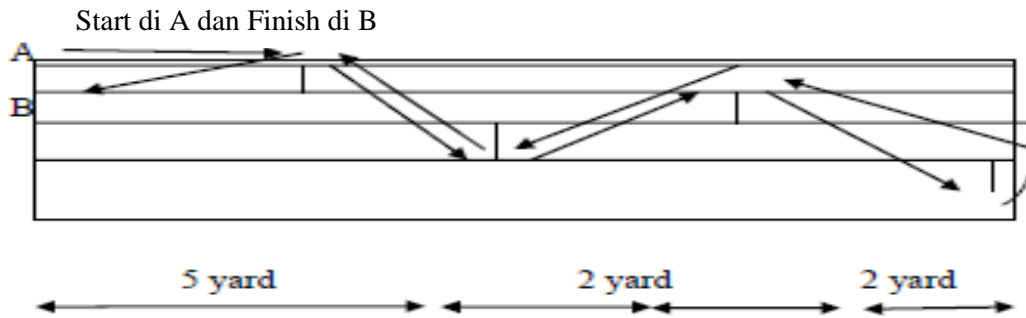


Gambar 3
Pelaksanaan Tes Koordinasi Mata-Kaki

Kelincahan

Untuk mengetahui kelincahan pemain, maka tes yang akan di uji menggunakan Tes *Dodging Run* (Ismaryanti, 2008). Tes *Dodging Run* untuk mengukur kemampuan mengubah arah berlari. Hasil tes dicatat waktu tercepat dari tiga kali kesempatan. Pelaksanaan tes bertujuan untuk mengukur kelincahan seseorang. Alat/perlengkapan yang digunakan adalah garis *start* sepanjang 1,83 meter. Rintangan pertama di depan garis *start* sejauh 3,66 meter. Rintangan kedua di depan rintangan pertama 1,83 meter. rintangan ketiga dan ke empat masing-masing sejauh 1,83 meter, *stopwatch*, *skoon*/marka, pita warna atau lakban untuk membuat garis/tanda pada lapangan, peluit, formulir dan alat tulis

Pelaksanaan: *testee* berdiri pada garis *start*, setelah aba-aba “ya” *testee* berlari secepatnya mengintari *skoon* yang sudah diatur letaknya sedemikian rupa dan berhenti/*finish* dekat tempat *start* semula, waktu tempuh dicatat sebagai data kelincahan, *testee* diberi kesempatan sebanyak 3 kali percobaan, penilaian diambil nilai tes yang tercepat dari 3 kali kesempatan dan diambil hasil yang terbaik



Gambar 4
Pelaksanaan *Dodging Run Test*

A. Analisis Data

Untuk memperoleh gambaran mengenai hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat, dalam menguji hipotesis analisis yang digunakan yaitu analisis regresi ganda dan korelasi. Analisis regresi berganda dilakukan dengan memasukkan tiga buah variabel yang terdiri dari koordinasi mata-kaki (X_1) dan kelincahan (X_2) serta satu variabel terikat yaitu kemampuan menggiring bola (Y). Perhitungan hipotesis menggunakan bantuan aplikasi komputer.

Analisis Regresi Ganda Untuk menguji hipotesis hubungan koordinasi mata-kaki dengan kelincahan bersama-sama terhadap kemampuan menggiring bola menggunakan teknik analisis regresi. Perhitungan analisis regresi ganda menggunakan bantuan program komputer dengan uji F, adapun rumusnya sebagai berikut :

$$F_{reg} = \frac{R^2(N-m-1)}{m(1-R^2)}$$

Keterangan:

F_{reg} : harga F garis regresi

N : cacah kasus

m : cacah prediktor

R : koefisien antara kriterium dengan prediktor-prediktor

Uji Signifikansi Pengujian tingkat signifikansi dari koefisien korelasi yaitu dengan membandingkan hasil r_{hitung} dengan r_{tabel} pada taraf signifikansi 5% atau dengan membandingkan harga p (probabilitas) dari masing masing koefisien korelasi. Jika $r_{hitung} \geq r_{tabel}$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, berarti ada hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Sebaliknya jika $r_{hitung} < r_{tabel}$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak, berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

Uji signifikansi analisis regresi yaitu dengan membandingkan F_{hitung} dengan F_{tabel} pada taraf signifikansi 5% atau dengan membandingkan harga p (probabilitas). Jika $F_{hitung} \geq F_{tabel}$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, berarti ada hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Demikian sebaliknya, jika $F_{hitung} < F_{tabel}$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak, berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

Hipotesis nol (H_0) diterima, bila hasil $r_{hitung} \leq r_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5%, berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Sebaliknya hipotesis nol (H_0) ditolak, bila $r_{hitung} > r_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5%, berarti ada hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

Untuk uji F, hipotesis nol (H_0) diterima, bila $F_{hitung} \leq F_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5%, berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Sebaliknya hipotesis nol (H_0) ditolak, bila $F_{hitung} > F_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5%, berarti ada hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat. (Suyono, 2018)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata-Kaki, Kelincahan dan Menggiring Bola

Variabel	Mean	SD	Min - Max
Koordinasi Mata Kaki	11.03	2.44	8 - 16
Kelincahan	6.83	0.54	5.79 - 7.90
Menggiring Bola	17.53	0.93	15.32 - 19.07

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa dari pengambilan data yang dilakukan terhadap 32 orang sampel, variabel koordinasi mata-kaki didapat skor terbanyak adalah 16, skor paling sedikit adalah 8, rata-rata (mean) adalah 11.03, median 11, simpangan baku (standar deviasi) 2,44 dan modus 6,50. Variabel kelincahan didapat skor tercepat adalah 7.90 detik, skor paling lama adalah 5.79 detik, rata-rata (mean) adalah 6.83 detik, median 6.73 detik, simpangan baku (standar deviasi) 0.54 detik dan modus 6.25 detik dan variabel menggiring bola didapat skor tercepat adalah 15.32 detik, skor paling lama adalah 19.07 detik, rata-rata (mean) adalah 17.53 detik, median 17.50 detik, simpangan baku (standar deviasi) 0.93 detik dan modus 17.33.

PENGUJIAN HIPOTESIS

Berdasarkan hipotesis yang diajukan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki (X1) dengan kemampuan kemampuan menggiring (Y) bola siswa sekolah sepakbola bina bintang muda Kepri Setelah dilakukan analisis data terhadap kedua variabel maka didapat hasil sebagai berikut :

Tabel 3
Analisis Korelasi Antara Koordinasi Mata-Kaki, Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola

Variabel	r	R2	Persamaan Garis	P Value
Koordinasi Mata-kaki	0.482	0.232	19.569 + 0.185	0.005
Kelincahan	0.484	0.234	11.840 + 0.834	0.005

Berdasarkan hasil analisis korelasi dari tabel 3 diperoleh hubungan kuat ($r = 0,482$) dan berpola positif artinya semakin baik koordinasi mata-kaki semakin baik kemampuan menggiring bola. Nilai koefisien dengan determinasi 0.232 artinya, persamaan garis regresi yang diperoleh dapat menerangkan 23,2% koordinasi mata-kaki berkontribusi untuk memberikan kemampuan menggiring bola. Hasil uji statistik didapatkan ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola ($P = 0.005$) dan diperoleh hubungan kuat ($r = 0,484$) dan berpola positif artinya semakin baik kelincahan semakin baik kemampuan menggiring bola. Nilai koefisien dengan determinasi 0.234 artinya, persamaan garis regresi yang diperoleh dapat menerangkan 23,4% kelincahan berkontribusi untuk memberikan kemampuan menggiring bola. Hasil uji statistik didapatkan ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola ($P = 0.005$)

Tabel 4
Analisis Korelasi Antara Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola

Variabel	F Regresi	R2	Persamaan Garis	P Value
Koordinasi Mata-Kaki Kelincahan	6.988	0.325	14.961 – 0.128 + 0.584	0.003

Berdasarkan hasil analisis korelasi dari tabel 4 diperoleh signifikansi koefisien korelasi ganda, dilakukan dengan menggunakan harga F. Dari analisis korelasi ganda diperoleh Fhitung sebesar 6,988, kemudian dikonsultasikan dengan Ftabel. Ternyata harga Fhitung > Ftabel, berarti korelasi gandanya signifikan. Nilai koefisien dengan determinasi 0.325 artinya, persamaan garis regresi yang diperoleh dapat menerangkan 32,5% koordinasi mata-kaki dan kelincahan berkontribusi untuk memberikan kemampuan menggiring bola. Hasil uji statistik didapatkan ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola ($P = 0.003$)

PEMBAHASAN

Hubungan Koordinasi Mata-Kaki terhadap Kemampuan Menggiring Bola

Dari hasil analisis korelasi antara koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola terlihat bahwa koordinasi mata-kaki memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola, dengan kontribusi sebesar 23,2%. Hasil uji statistik didapatkan ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola ($P = 0.005$)

Dari hasil penelitian ini dapat kita simpulkan bahwa untuk menghasilkan menggiring bola yang baik diperlukan koordinasi antara mata-kaki yang baik pula. Koordinasi merupakan salah satu komponen biomotorik yang sangat penting dalam kegiatan olahraga. Karena koordinasi menentukan keterkaitan setiap anggota gerak tubuh untuk menghasilkan suatu gerakan yang baik seperti seberapa keras orang dapat memukul dan menangkis pukulan, seberapa baik melempar dan menangkap bola. dengan demikian koordinasi mata-kaki perlu dilatih serius, agar kemampuan menggiring bola pemain bertambah baik. Semakin baik teknik yang dimiliki oleh pemain maka semakin besar peluang untuk memenangkan pertandingan.

Menurut (Sajoto, 1995) menyatakan bahwa koordinasi adalah kemampuan seseorang mengintegrasikan bermacam-macam gerakan yang berbeda ke dalam pola gerakan tunggal secara efektif. Menurut (Ismaryati, 2008) bahwa koordinasi didefinisikan sebagai hubungan yang harmonis dari hubungan saling pengaruh diantara kelompok-kelompok otot selama melakukan kerja. Menurut (Bafirman, 2018) mengemukakan kemampuan koordinasi sangat mendukung penguasaan keterampilan gerak. Koordinasi meliputi mata-tangan, mata-kaki, mata-tangan-kaki, telinga-mata-kaki dan seterusnya. Banyak jenis koordinasi dalam bergerak diantaranya adalah koordinasi mata-kaki yang merupakan salah satu kemampuan fisik yang sangat berpengaruh dalam permainan sepakbola

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

Koordinasi mata-kaki merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi gerak. Koordinasi mata-kaki merupakan unsur kemampuan gerak yang harus dimiliki seorang pemain sepakbola sebab dengan koordinasi mata-kaki yang bagus, pemain yang menggiring bola dapat menerobos dan melemahkan daerah pertahanan lawan. Koordinasi matakaki bukan hanya

berarti menggerakkan seluruh tubuh dengan cepat, akan tetapi dapat pula terbatas pada menggerakkan seluruh tubuh dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Maka dari itu penting bagi pelatih untuk merealisasikan program latihan yang berkenaan dengan peningkatan kemampuan koordinasi pemain terutama koordinasi mata-kaki siswa sekolah sepakbola Bina Bintang Muda Kepri.

Hubungan Kelincahan terhadap Kemampuan Menggiring Bola

Selain koordinasi mata-kaki, kelincahan merupakan salah unsur yang harus dimiliki oleh pemain. Hasil analisis data antara kelincahan (X2) terhadap kemampuan menggiring bola (Y) terlihat bahwa koordinasi kelincahan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola, dengan kontribusi sebesar sebesar 23,4%. Hasil uji statistik didapatkan ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola ($P = 0.005$)

Dari hasil penelitian tersebut jelas bahwa kelincahan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola. Jika kelincahan terus dilatih ini akan berdampak positif terhadap kemampuan menggiring bola, karena dengan kelincahan yang dimilikinya pemain akan terlihat lincah dan gesit di lapangan. Selain itu, ketika menggiring bola lawan akan susah untuk mengejar dan merebut bola dari kakinya

Menurut (Ismaryati, 2008) mengungkapkan bahwa kelincahan merupakan salah satu komponen kebugaran jasmani yang diperlukan pada semua aktivitas yang membutuhkan kecepatan perubahan posisi tubuh dan bagian-bagiannya secara cepat dan tepat. Permainan sepakbola, kelincahan sangat dibutuhkan terutama pada saat menggiring bola, pada situasi tersebut dituntut untuk mengubah arah secara cepat dan tepat untuk melewati setiap pemain lawan, sehingga bola yang digiring oleh pemain tersebut tidak dengan mudah diambil. Dengan demikian dapat diartikan bahwa kelincahan merupakan kemampuan pemain untuk mengubah arah posisi tubuh secara cepat dan tepat dalam menggiring bola yang tepat demi tercapainya tujuan yang diinginkan secara efektif dan efisien.

Apabila seorang pemain memiliki kelincahan yang baik maka dapat melakukan menggiring bola dengan baik, sehingga pemain dapat menciptakan peluang untuk mendekati daerah gawang sehingga bisa menciptakan gol ke gawang lawan. Namun sebaliknya apabila seorang siswa tidak memiliki kelincahan yang baik maka tidak dapat melakukan menggiring bola dengan baik, sehingga bola mudah untuk dikuasai oleh lawan. Oleh sebab itu unsur kelincahan harus diberikan kepada siswa sekolah sepakbola Bina Bintang Muda Kepri pada setiap latihan. Dari hasil analisis terlihat kelincahan yang dimiliki sampel juga akan lebih baik dengan adanya latihan sehingga dengan proses latihan diharapkan kelincahan semakin meningkat dan memberi pengaruh yang besar terhadap kemampuan menggiring bola.

Hubungan Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan secara bersama terhadap Kemampuan Menggiring Bola

Hasil analisis korelasi ganda antara koordinasi mata-kaki (X1) dan kelincahan (X2) terhadap kemampuan menggiring bola (Y) terlihat bahwa koordinasi mata-kaki dan kelincahan secara bersama-sama memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan dribbling, dengan kontribusi sebesar 32,5%. Hasil uji statistik didapatkan ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola ($P = 0.003$).

Dari hasil penelitian terlihat bahwa sumbangan yang cukup besar antara koordinasi mata-kaki dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola yaitu 32,5%. Namun, apabila koordinasi matakaki dan kelincahan dilatih terus-menerus akan bertambah besar sumbangan yang diberikan terhadap kemampuan menggiring bola. Dengan kemampuan menggiring bola yang baik, pemain sepakbola mempunyai kesempatan untuk pencapaian prestasi maksimal bagi dirinya.

Dalam keterampilan menggiring bola, koordinasi mata-kaki dan kelincahan adalah salah satu unsur yang sangat penting. Apabila dikombinasikan antara koordinasi mata-kaki dan

kelincahan akan menjadi salah satu elemen yang baik dalam permainan sepakbola. Dengan koordinasi mata-kaki yang dimiliki, pemain akan dengan mudah melindungi bola, serta lawan akan sulit merampas bola dari kakinya. Begitu juga dengan kelincahan yang dimiliki saat menggiring bola, pemain akan mudah menghindari dari hadangan lawan. Jadi, ketika koordinasi mata-kaki dan kelincahan dipadukan saat menggiring bola lawan akan semakin sulit untuk menghadangnya.

Dari sumbangan yang hanya 32,5% terhadap kemampuan menggiring bola, berarti ada 67,5% unsur lain yang mempengaruhinya. Beberapa faktor yang mungkin mempengaruhi kemampuan menggiring bola pemain sepakbola antara lain seperti, 1) penguasaan teknik menggiring bola, dapat dilakukan dengan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam, kura-kura kaki bagian luar, dan kura-kura atas, tergantung kondisi didalam pertandingan, 2) frekuensi latihan, dengan latihan yang terprogram dan sistematis diharapkan kemampuan menggiring bola akan semakin baik dan 3) sarana prasarana yang tersedia seperti kondisi lapangan, dengan kondisi permukaan lapangan yang tidak baik maka susah untuk menggiring bola dengan baik dan benar.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan terhadap koordinasi mata-kaki dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pemain sekolah sepakbola (SSB) Bina Bintang Muda Kepri maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut : Koordinasi mata-kaki memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola siswa sekolah sepakbola (SSB) Bina Bintang Muda Kepri, dengan sumbangan sebesar 23,2%. Kelincahan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola siswa sekolah sepakbola (SSB) Bina Bintang Muda Kepri, dengan sumbangan sebesar 23,4%. Koordinasi mata-kaki dan Kelincahan secara bersama-sama memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola siswa sekolah sepakbola (SSB) Bina Bintang Muda Kepri, dengan sumbangan sebesar 32,5%.

Bagi pelatih agar dapat menerapkan dan memperhatikan tentang koordinasi mata-kaki dan kelincahan dalam menjalankan program latihan. Bagi siswa sepakbola (SSB) Bina Bintang Muda Kepri agar memperhatikan faktor koordinasi mata-kaki dan kelincahan untuk dapat meningkatkan latihan kondisi fisik yang lain didalam menunjang kemampuan tersebut. Bagi peneliti lain agar dapat melanjutkan penelitian ini, dengan melihat variabel-variabel lainnya yang berhubungan dengan kemampuan menggiring bola.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriansyah, F dan Winarno, M.E. 2020. *Hubungan Antara Kecepatan, Kelincahan Dan Koordinasi Dengan Keterampilan Dribbling Siswa Akademi Arema U-14*. Sport Science and Health. Vol 2, (1), 12-23
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Atiq, A. 2017. *Model Latihan Teknik Dasar Sepakbola Berbasis Bermain untuk Atlet Pemula Usia 8-12 Tahun*. Sidoarjo: Zifatama Jawari
- Bafirman dan Wahyuri.A.S. 2018. *Pembentukan Kondisi Fisik*. Depok: Rajawali Press.
- Brilin, A.S dan Iskandar, H. 2017. *Pengukuran Anthropometri Terhadap Status Kondisi Fisik Mahasiswa PJKR Untad Angkatan 2016*. Tadulako Journal Sport Sciences and Physical Education. Vol VII, (2), 87-100
- Effendi, A.R dan Rhamadhansyah, F. 2017. *Peningkatan Pembelajaran Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Menggunakan Modifikasi Bola Plastik*. Jurnal Pendidikan Olahraga, Vol 6, (1), 54-64
- Fenamlampir,A dan Faruq, M.M. 2015. *Tes dan Pengukuran dalam Olahraga*. Yogyakarta : Andi offset
- Gusrial, Y. 2019. *Hubungan Antara Kelincahan dan Koordinasi Mata-Kaki dengan Kemampuan Dribbling Pemain SSB Kambang*

Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan. Universitas Bung Hatta, Padang: Skripsi.

- Groser et al. 2005. *Latihan Fisik Olahraga*. Jakarta : Komisi Pendidikan Dan Penataran KONI Pusat
- Hadisunario, et al. 2020. *Kontribusi Kelincahan Dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan Menggiring Bolapada Permainan Sepak Bola Siswa Smk Negeri 5 Makassar*. Sports Review Journal. Vol 1, (1), 69-75
- Hastono, S.P. 2018. *Analisis Data*. Depok. Rajawali Press.
- Ismaryati. 2008. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta : UNS press
- Kiram, Y dan Iلمي, M. 2019. *Hubungan Koordinasi Mata-Kaki Dan Kelincahan Dengan Kemampuan Dribbling Pemain Sepakbola Di Sekolah Sepakbola (Ssb) Excellent Kota Batusangkar*. Jurnal Patriot. Vol 1, (1), 204-212
- Mariyono, et al. 2017. *Metode Latihan Kelincahan dan Fleksibilitas Pergelangan Kaki terhadap Keterampilan Menggiring Bola*. Journal of Physical Education and Sports. Vol 6, (1), 66-71
- Mielke, D. 2007. *Dasar-Dasar Sepakbola*. Jakarta : PT Intan sejati.
- Ngatman. 2017. *Evaluasi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jateng : Sarnu Untung.
- Nugroho,U. 2018. *Metodologi Penelitian Kuantitatif Pendidikan Jasmani*. Jateng : Sarnu Untung
- Pratama, A.P. et al. 2018. *Sumbangan Koordinasi Mata-Kaki, Kelincahan, Keseimbangan Dinamis Dan Fleksibilitas Togok Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Permainan Sepak Bola*. Jurnal Sportif. Vol 4. (1), 15-27.
- Sajoto, M. 1995. *Peningkatan & Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang: Effthar & Dahara Prize
- Sakti, B.P.I. 2017. *Hubungan Koordinasi Mata-Kaki Dan Kelincahan Dengan Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Ekstrakurikuler Sma Negeri 2 Lubuklinggau*. Biormatika Jurnal. Vol 3, (2), 3-10
- Saputra, R. 2016. *Hubungan Antara Koordinasi Mata-Kaki Dan Kelincahan Dengan Kemampuan Menggiring Bola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP Negeri 1 Mlati*. Universitas Negri Yogyakarta, Yogyakarta : Skripsi
- Suyono. 2018. *Analisis Regresi untuk Penelitian*. Yogyakarta. Deepublish
- Wardani, A.S.P dan Irawadi, H. 2020. *Perbedaan Pengaruh Latihan Kelincahan Shuttle Run Dengan Latihan Lateral Run Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Siswa U-14 Ssb Putra Wijaya Fc Padang*. Jurnal Patriot. Vol 2, (1), 62-72