

**KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KOORDINASI TERHADAP
KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA**

Jurnal

Oleh

Deni Setya Budi



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2015**

ABSTRACT

CONTRIBUTION AGILITY AND COORDINATION TO DRIBBLING SKILLS AT SOCCER GAME

By:

Deni Setya budi

Mentor :

**Drs. Ade Jubaedi, M.Pd.
Drs. Frans Nurseto M.Psi.**

The purpose of this research was to find out the contribution between agility and eye-feet coordination and dribbling skills among male students of 8th grade in SMPN 9 Bandar Lampung. The method used here was a correlational descriptive. The population in this research involved the male students of 8th grade in SMPN 9 Bandar Lampung. From result of this research, it was found that the coefficient of correlation between agility and dribbling skills stands at 0.802 with the contribution of 64.3%, while for the eye-feet coordination, the rate stands at 0.664 with 41.4% contribution, and for the agility and eye-feet coordination has a rate of 0.844 with the contribution of 71.2%. From the result of this analysis, it can be concluded that agility has the bigger contribution than eye-feet coordination toward dribbling skills. The eye-feet also has a significant correlation to with the dribbling skills among male students of 8th grade in SMPN 9 Bandar Lampung.

Keywords : Agility, coordination, dribbling skills.

ABSTRAK**HUBUNGAN KELINCAHAN DAN KOORDINASI TERHADAP
KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA
PERMAINAN SEPAK BOLA****Oleh****Deni Setya budi****Pembimbing****Drs. Ade Jubaedi, M.Pd.****Drs. Frans Nurseto, M.Psi.**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi kelincahan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola. Metodologi penelitian yang digunakan adalah metode *deskriptif korelasional*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa putra kelas VIII SMP Negeri 9 Bandar Lampung sebanyak 112 siswa, dan sampel 28 siswa. Hasil penelitian variabel kelincahan didapat nilai $t_{hitung} 6,842 > t_{tabel} 1,706$ sehingga dapat disimpulkan kelincahan memberikan kontribusi sebesar 64,3%. Variabel Koordinasi mata-kaki didapat nilai $t_{hitung} 4,530 > t_{tabel} 1,706$ sehingga dapat disimpulkan Koordinasi mata-kaki memberikan kontribusi sebesar 44,1%. Kelincahan dan Koordinasi mata-kaki didapat nilai $F_{hitung} 30,927 > 3,385 F_{tabel}$ sehingga dapat disimpulkan kelincahan dan koordinasi mata-kaki memberikan kontribusi sebesar 71,2%. Dari hasil analisis dapat disimpulkan bahwa variabel kelincahan memiliki kontribusi yang lebih besar dibanding dengan variabel koordinasi mata-kaki terhadap keterampilan menggiring bola.

Kata kunci : kelincahan, kemampuan menggiring, koordinasi.

I. PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Sepakbola adalah salah satu cabang olahraga yang sangat digemari masyarakat, di desa maupun di kota sering kali dijumpai orang yang memainkan permainan ini mulai dari anak-anak, remaja, maupun orang dewasa. Faruq (2008: 02) mengatakan bahwa sepakbola mempunyai banyak tujuan selain untuk prestasi dan kebugaran, tujuan lainnya yaitu untuk sosialisasi, persahabatan, dan juga mengurangi rasa jenuh atau stres.

Penulis memilih SMP Negeri 9 Bandar Lampung sebagai lokasi penelitian karena dari hasil pengamatan yang dilakukan, keterampilan dalam bermain sepak bola khususnya teknik menggiring bola siswa putra di SMP Negeri 9 Bandar Lampung relatif masih kurang, ini dilihat dari banyaknya kesalahan yang dilakukan sehingga bola sering terlepas dari penguasaan, kesalahan tersebut diduga akibat tidak terpenuhinya komponen kondisi fisik.

Untuk itu penelitian ini dilakukan guna untuk mengetahui hubungan unsur-unsur kondisi fisik kelincahan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola, sehingga dapat memberikan informasi tentang seberapa besar sumbangan unsur kondisi fisik tersebut terhadap kemampuan menggiring bola.

Identifikasi Masalah

Dari berbagai masalah yang muncul dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Rendahnya tingkat kemampuan menggiring bola dalam sepakbola siswa putra kelas 8 SMP Negeri 9 Bandar Lampung. Keterampilan meroda para siswa yang belum sempurna.
2. Rendahnya tingkat kelincahan siswa terhadap kemampuan menggiring bola dalam sepakbola siswa putra kelas 8 SMP Negeri 9 Bandar Lampung. Pemberian latihan kondisi fisik saat kegiatan pemanasan yang kurang tepat akan mempengaruhi kesiapan unsur-unsur fisik seorang siswa dalam memperoleh keberhasilan gerak dalam meroda.
3. Rendahnya tingkat koordinasi mata-kaki siswa terhadap kemampuan menggiring bola dalam sepakbola siswa putra kelas 8 SMP Negeri 9 Bandar Lampung.

Rumusan Masalah

Penulis merumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Seberapa besar hubungan antara kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola dalam sepakbola pada siswa putra kelas VIII SMP Negeri 9 Bandar Lampung?
2. Seberapa besar hubungan antara koordinasi mata-kaki terhadap keterampilan menggiring bola dalam sepakbola pada siswa putra kelas VIII SMP Negeri 9 Bandar Lampung?
3. Seberapa besar hubungan antara kelincahan dan koordinasi mata-kaki terhadap keterampilan menggiring bola dalam sepakbola pada siswa putra kelas VIII SMP Negeri 9 Bandar Lampung?

Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui hubungan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola dalam sepakbola pada siswa putra kelas VIII SMP Negeri 9 Bandar Lampung.
2. Untuk mengetahui hubungan antara koordinasi mata-kaki dengan keterampilan menggiring bola dalam sepakbola pada siswa putra kelas VIII SMP Negeri 9 Bandar Lampung.
3. Untuk mengetahui hubungan antara kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan keterampilan menggiring boladalam sepakbola pada siswa putra kelas VIII SMP Negeri 9 Bandar Lampung..

Manfaat Penelitian

Penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat antara lain bagi :

1. Sekolah
2. Guru Pendidikan jasmani
3. siswa
4. Mahasiswa

II. TINJAUAN PUSTAKA

Menggiring Bola

Menggiring bola pada dasarnya bertujuan untuk melewati lawan, menahan bola dan memberikan operan kepada teman seregunya. Dalam hal ini Soekatamsi (1988: 158) menyatakan bahwa, kegunaan teknik menggiring bola yaitu: “(1) untuk melewati lawan, (2) untuk mencari kesempatan memberikan bola umpan kepada teman dengan tepat, (3) untuk menahan bola tetap dalam penguasaan, menyelamatkan bola apabila tidak terdapat kemungkinan atau kesempatan

untuk dengan segera memberikan operan kepada teman”.

Cara Menggiring Bola Menggiring bola dapat dilakukan dengan kaki kanan maupun kaki kiri. Dapat dikombinasikan antara kaki kanan dan kaki kiri. Setiap bagian kaki dapat digunakan untuk menggiring bola kecuali tumit. Oleh karena itu, untuk mendukung keterampilan menggiring bola, seorang pemain sepakbola harus mampu menggunakan bagian-bagian kaki untuk menggiring bola. Menurut Soekatamsi (1988: 159-160) pada prinsipnya menggiring bola dapat dilakukan dengan tiga bagian kaki yaitu, “(1) menggiring bola dengan kura-kura bagian dalam, (2) menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian luar, (3) menggiring bola dengan kura-kura kaki penuh”.

Kelincahan

Kelincahan merupakan unsur kondisi fisik yang penting dalam sepakbola terutama pada penguasaan teknik menggiring bola. Seorang pemain harus terus mampu bergerak dengan cepat merubah arah untuk menghindari hadangan dan gangguan lawan yang berusaha merebut bola. Moeloek dan Tjokro (1984: 8-9) menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi kelincahan adalah tipe tubuh, usia, jenis kelamin, berat badan, kelelahan. , seorang pemain yang lincah akan mampu menyelesaikan bola meskipun dalam kondisi yang sulit. Demikian halnya dalam gerakan menggiring bola, seorang pemain yang lincah akan mampu lolos dari hadangan atau kawalan lawan.

Koordinasi Mata-Kaki

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 oleh 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.

Dalam permainan sepakbola koordinasi mata-kaki mutlak diperlukan karena akan sangat menunjang untuk menguasai jalannya permainan. Koordinasi mata-kaki merupakan dasar untuk mencapai keterampilan yang tinggi dalam menendang, mengontrol bola dan menggiring bola.

Hipotesis

Adapun hipotesis dalam penelitian ini sebagai berikut:

- H₁: Ada hubungan antara kelincahan dengan keterampilan gerak dasar menggiring bola dalam sepakbola siswa putra kelas 8 SMP Negeri 9 Bandar Lampung.
- H₀: Tidak adanya Ada hubungan antara kelincahan dengan keterampilan gerak dasar menggiring bola dalam sepakbola siswa putra kelas 8 SMP Negeri 9 Bandar Lampung.
- H₂: Ada hubungan antara koordinasi mata-kaki dengan keterampilan gerak dasar menggiring bola dalam sepakbola siswa putra kelas 8

SMP Negeri 9 Bandar Lampung.

- H₀: Tidak adanya hubungan antara koordinasi mata-kaki dengan keterampilan gerak dasar menggiring bola dalam sepakbola siswa putra kelas 8 SMP Negeri 9 Bandar Lampung.
- H₃: Ada hubungan antara kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan keterampilan gerak dasar menggiring bola dalam sepakbola siswa putra kelas 8 SMP Negeri 9 Bandar Lampung.
- H₀: Tidak adanya hubungan antara kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan keterampilan gerak dasar menggiring bola dalam sepakbola siswa putra kelas 8 SMP Negeri 9 Bandar Lampung.

III. METODOLOGI PENELITIAN

Menurut Arikunto (2002: 160) metode penelitian adalah cara yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data penelitian. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian survei dengan teknik tes .

Populasi

Hadi (2001 : 220) populasi adalah sejumlah penduduk atau individu yang paling sedikit mempunyai satu sifat yang sama. Populasi pada penelitian ini adalah siswa putra kelas VIII SMP 9 Bandar Lampung yang berjumlah 112 siswa.

Sampel

Sampel pada dasarnya ditentukan oleh peneliti sendiri berdasarkan pertimbangan, tujuan, hipotesis,

metode, dan instrument penelitian disamping pertimbangan waktu, tenaga dan biaya. Dengan pertimbangan waktu, tenaga, biaya, instrumen penelitian, dan tujuan penelitian, maka peneliti mengambil sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 28 siswa. Adapun dalam penelitian ini cara pengambilan sampel adalah dengan teknik *random sampling*.

Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini ditetapkan dua macam variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat.

1. Kelincahan (X_1)
2. Koordinasi Mata-Kaki (X_2)
3. Kemampuan Menggiring Bola (Y)

Teknik Pengambilan Data

Adapun metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode tes dan pengukuran. Dalam penelitian ini ada 3 macam tes, yaitu: 1) Tes Kelincahan, 2) Tes Koordinasi Mata-Kaki 3) Tes kemampuan Menggiring Bola

Instrumen Penelitian

Tes untuk mengukur kelincahan menggunakan shuttle run Tes, untuk mengukur koordinasi mata-kaki menggunakan soccer dribble test. Dan untuk mengukur kemampuan menggiring bola menggunakan soccer dribble test.

Analisis Data

Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis korelasi product moment menggunakan program *SPSS for windows release 16*.

IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Deskripsi Data

Adapun rangkuman deskripsi data dapat dilihat dalam tabel Output SPSS for windows release 16 mengenai kelincahan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola

	N	Mean	Std. Deviation	Min	Max
KELINCAHAN	28	13.3861	.75070	12.12	14.54
KOORDINASI	28	17.3929	6.06349	9.00	28.00
MENGGIRING BOLA	28	12.8282	1.95322	8.55	15.54

Tabel di atas menunjukkan bahwa rata-rata Kelincahan siswa SMP Negeri 9 Bandar Lampung kelas VIII tahun ajaran 2014/2015 yang berjumlah 28 sampel adalah 13,3861 detik, Kelincahan maximum (terlambat) 14,54 detik, Kelincahan minimum (tercepat) 12,12 detik dan standar deviasi Kelincahan 0,75070 detik.

Rata-rata koordinasi mata-kaki siswa SMP Negeri 9 Bandar Lampung kelas VIII tahun ajaran 2014/2015 yang berjumlah 28 sampel adalah 17,3929 poin, angka koordinasi mata-kaki maximum 28,00 poin, angka koordinasi mata-kaki minimum 9,00 poin dan standar deviasi koordinasi mata-kaki 6,06349 poin.

Rata-rata nilai kemampuan menggiring bola siswa SMP Negeri 9 Bandar Lampung kelas VIII tahun ajaran 2014/2015 yang berjumlah 28 sampel adalah 12,8282 detik, nilai kemampuan menggiring bola

maximum (terlambat) 15,54 detik, nilai kemampuan menggiring bola minimum (tercepat) 8,55 detik dan standar deviasi kemampuan menggiring bola 1.95322 detik.

Analisis Data

Tabel . Output *SPSS for windows release 16* tabel **Correlations** hasil analisis korelasi Kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola

		KELINCAHAN	KOORDINASI	MENGGIRING BOLA
KELINCAHAN	Pearson Correlation	1	.555**	.802**
	Sig. (2-tailed)		.002	.000
	N	28	28	28
KOORDINASI	Pearson Correlation	.555**	1	.664**
	Sig. (2-tailed)	.002		.000
	N	28	28	28
MENGGIRING BOLA	Pearson Correlation	.802**	.664**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	N	28	28	28

Hubungan Kelincahan (X_1) Terhadap Kemampuan Menggiring bola (Y)

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.802 ^a	.643	.629	6.08962

Pada tabel di atas diperoleh nilai R Square = 0,643 ini menunjukkan variabel independen Kelincahan memberikan kontribusi terhadap variabel dependen kemampuan menggiring bola sebesar 64,3% dan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

Hubungan Koordinasi mata-kaki (X_2) Terhadap Kemampuan Menggiring bola (Y)

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.664 ^a	.441	.420	7.61824

Pada tabel di atas diperoleh nilai R Square = 0,441 ini menunjukkan variabel independen koordinasi mata-kaki memberikan kontribusi terhadap variabel dependen kemampuan menggiring bola sebesar 44,1% dan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

Hubungan Kelincahan Dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan Menggiring Bola

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.844 ^a	.712	.689	5.57555

Pada tabel di atas diperoleh nilai R Square = 0,712 ini menunjukkan variabel independen berat badan memberikan kontribusi terhadap variabel dependen kemampuan menggiring bola sebesar 71,2% dan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

Uji Hipotesis

Hipotesis Hubungan Kelincahan (X_1) Terhadap Kemampuan Menggiring bola (Y)

Berdasarkan analisis korelasi antara Kelincahan (X_1) dengan kemampuan menggiring bola (Y), diperoleh koefisien korelasi

sebesar 0,816. Dengan $n = 30$, nilai $r_{tabel\ 5\%} = 0.361$. Ternyata $r_{hitung} = 0,802 > r_{tabel\ 5\%} = 0,374$ atau $Sig. (2-tailed) < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Kelincahan (X_1) dengan kemampuan menggiring bola (Y). Jadi **H_0 ditolak dan H_1 diterima**, Ada hubungan antara Kelincahan dengan kemampuan menggiring bola

Hipotesis Hubungan Koordinasi mata-kaki (X_2) Terhadap Kemampuan Menggiring bola (Y)

Berdasarkan analisis korelasi antara koordinasi mata-kaki (X_2) dengan kemampuan menggiring bola (Y), diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,796. Dengan $n = 30$, nilai $r_{tabel\ 5\%} = 0.361$. Ternyata $r_{hitung} = 0,664 > r_{tabel\ 5\%} = 0,374$ atau $Sig. (2-tailed) < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki (X_2) dengan kemampuan menggiring bola (Y). Jadi **H_0 ditolak dan H_2 diterima**, Ada hubungan antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola.

Hipotesis Hubungan Kelincahan Dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan Menggiring Bola

Pada tabel ANOVA^b kekuatan otot lengan, kekuatan otot tungkai, kekuatan otot perut dan kekuatan otot punggung memiliki nilai F_{hitung} 30,927 dan nilai signifikansi (Sig.) 0,000. Tingkat kepercayaan = 95% atau $(\alpha) = 0,05$. Derajat kebebasan (df_1) = $k-1 = 3-1 = 2$, (df_2) = $n-k = 28-3 = 25$ diperoleh nilai F_{tabel} 3.385. Artinya $F_{hitung} 30,927 > 3.385$ F_{tabel} atau (Sig.) $0,000 < 0,05$.

Sehingga **H_0 ditolak dan H_3 diterima**. Ada kontribusi yang signifikan antara kelincahan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa putra kelas VIII SMP Negeri 9 Bandar Lampung.

Pembahasan

Menggiring bola merupakan suatu gerakan lari dengan membawa bola yang bertujuan menggulirkan bola secara terus-menerus di atas lapangan oleh pemain sepakbola dari satu titik ke titik lain dengan tujuan untuk menahan bola dan menghindari lawan sehingga bola tetap dalam penguasaannya.

Dari hasil pengolahan dan analisis data dengan menggunakan analisis korelasi product moment dapat disimpulkan bahwa kelincahan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola sebesar 64,3%. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya kesesuaian dengan teori-teori yang dikemukakan.

Bahwa seorang pemain yang mempunyai kelincahan yang baik mempunyai beberapa keuntungan, antara lain: mudah melakukan gerakan yang sulit, tidak mudah jatuh atau cedera, dan mendukung teknik-teknik yang digunakannya terutama teknik menggiring bola. Purwanto (2004: 41)

Dari hasil pengolahan dan analisis data mengenai hubungan antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa putra kelas VIII SMP Negeri 9 Bandar Lampung dengan menggunakan

analisis korelasi product moment dapat disimpulkan bahwa koordinasi memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola sebesar 44,1%. Apabila hasil penelitian 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. Oleh karena itu koordinasi mata-kaki juga sangat berperan penting pada saat permainan sepak bola dalam melakukan gerakan menggiring bola agar bola tidak terlepas dan tetap dalam penguasaan pemain.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data, mengenai hubungan kelincuhan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa SMP Negeri 9 Bandar Lampung yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kelincuhan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa putra kelas VIII SMP Negeri 9 Bandar Lampung.

Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, terdapat beberapa saran yang ingin peneliti sampaikan, adapun saran yang diberikan peneliti adalah sebagai berikut:

1. Upaya mengajarkan dan meningkatkan kemampuan menggiring bola mengarah pada latihan kelincuhan dan koordinasi

mata-kaki dengan benar sehingga kemampuan menggiring bola lebih baik.

2. Bagi guru Penjaskes, beban latihan untuk tiap unsur kecepatan, kelincuhan, dan kekuatan otot tungkai disesuaikan dengan nilai sumbangan tiap variabel terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.
3. Bagi peneliti lain diharapkan melakukan penelitian lebih lanjut, disarankan agar melibatkan variabel lain yang relevan dengan penelitian ini agar hasil penelitian ini dapat dikembangkan untuk memperkaya khasanah disiplin ilmu keolahragaan, khususnya dalam upaya meningkatkan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.
4. Bagi Mahasiswa Penjaskes sebagai bahan rujukan dalam pengkajian dan analisis Ilmu Biomekanik terhadap kelincuhan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam olahraga sepakbola.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2002. *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Faruq, M. 2008. *Meningkatkan Kebugaran Tubuh Melalui Permainan dan Olahraga Sepakbola*. Surabaya: Gramedia.

- Hadi, S. 1991. Analisis Butir untuk Instrumen. Yogyakarta: Andi Offset.
- Moeloek, D. dan Tjokro, A. 1984. Kesehatan Olahraga. Jakarta: FK UI Jakarta.
- Purwanto, J. 2004. HOKI. Yogyakarta: FIK UNY.
- Soekatamsi. 1988. Teknik Dasar Bermain Sepakbola. Surabaya: Tiga Serangkai.