



## Hubungan Koordinasi Gerak terhadap Kemampuan *Dribbling* Pemain SSB Muspan FC Padang

Muhammad Ravi Asra, Syahril Bakhtiar, Emral, Atradinal

Departemen Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang  
[asramuhammadravi@gmail.com](mailto:asramuhammadravi@gmail.com), [syahril@fik.unp.ac.id](mailto:syahril@fik.unp.ac.id), [atradinal99@fik.unp.ac.id](mailto:atradinal99@fik.unp.ac.id),  
[emralunp@fik.unp.ac.id](mailto:emralunp@fik.unp.ac.id)

**Kata kunci** : Koordinasi gerak, Kemampuan *Dribbling*, Sepakbola.

**Abstrak** : Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan koordinasi gerak terhadap kemampuan *dribbling* pemain sepakbola SSB Muspan FC kota Padang. Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari 2022 di lapangan sepakbola TVRI kota Padang. Populasi dalam penelitian adalah seluruh pemain sepakbola SSB Muspan FC kota Padang yang berjumlah 50 orang pemain. Teknik penarikan sampel menggunakan teknik *purposive random sampling*, maka jumlah sampel dalam penelitian adalah sebanyak 30 orang pemain. Instrumen dalam penelitian ini adalah 1) motor Koordination dengan menggunakan tes motor koordinasi, 2) kemampuan *dribbling* dengan *dribbling foot test*. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi sederhana atau *product moment* dan dilanjutkan dengan analisis uji signifikansi atau uji t. Hasil penelitian ini adalah hubungan yang signifikan terhadap kemampuan *dribbling* pemain sepakbola SSB Muspan FC kota Padang dengan  $r_{hitung} 0,406 > r_{tabel} 0,361$ .

**Keywords** : *Movement Coordination, Dribbling Ability, Soccer.*

**Abstrack** : *The purpose of this study was to determine the relationship between movement coordination and the dribbling ability of SSB Muspan FC football players in Padang city. This type of research is correlational research. This research was carried out in January 2022 at the TVRI football field in the city of Padang. The population in this study were all SSB Muspan FC soccer players in the city of Padang, totaling 50 players. The sampling technique used was purposive random sampling, so the number of samples in the study was 30 players. The instruments in this study were 1) motor coordination using a motor coordination test, 2) dribbling ability using a dribbling foot test. The data analysis technique in this study used simple correlation analysis or product moment and continued with analysis of significance test or t test. The results of this study are a significant relationship to the dribbling ability of SSB Muspan FC football players in Padang city with  $r_{count} 0.406 > r_{table} 0.361$ .*

### PENDAHULUAN

“Olahraga adalah salah satu bentuk dari upaya peningkatan kualitas

manusia Indonesia yang diarahkan pada pembentukan watak dan kepribadian, disiplin dan sportifitas

yang tinggi, serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional” (Nur, Madri & Zalfendi, 2018). “Kegiatan olahraga saat ini juga sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat. Seseorang melakukan olahragadengan tujuan masing- masing terutama untuk mendapatkan kese- hatan dan kebugaran jasmani, maupun kesenangan” (Sepriadi, Hardiansyah , & Syampurma, 2017).

Olahraga mempunyai tujuan yang berbeda-beda sesuai dengan olahraga yang dilakukan, akan tetapi tujuan olahraga secara umum meliputi memelihara dan meningkatkan kesegaran jasmani, memelihara dan meningkatkan kesehatan, meningkatkan kegemaran manusia berolahraga sebagai rekreasi serta menjaga dan meningkatkan prestasi olahraga setinggi-tingginya. Tujuan tersebut telah menjadi bagian yang terpenting untuk dicapai secara umum, tetapi tujuan khusus yang lebih penting adalah memenangkan suatu pertandingan. Keberhasilan akan diraih apabila latihan yang dilakukan sesuai dan berdasarkan prinsip latihan yang terencana, dan terprogram yang mempunyai tujuan tertentu.

Salah satu cabang olahraga yang berkembang di Indonesia adalah sepakbola. Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer dan banyak digemari sampai saat ini di dunia mana pun khususnya di Indonesia dari semua lapisan masyarakat, mulai dari anakanak, laki-laki, orang tua, maupun perempuan,

mulai dari pedesaan sampai di perkotaan. Dengan berbagai latar belakang serta tujuan yang berbedabeda serta makin banyaknya klub-klub sepakbola maupun sekolah sepakbola, membuktikan bahwa sepakbola merupakan cabang olahraga yang sangat populer di masyarakat kita, sehingga tidak heran jika kita mendengar bahwa sepakbola merupakan olahraga rakyat.

“Menurut Putra & Vivali (2017) Sepakbola merupakan salah satu olahraga di dunia yang telah populer dan disukai banyak masyarakat. Permainan ini sudah berkembang menjadi olahraga yang sangat digemari oleh semua lapisan masyarakat, dari anak-anak sampai orang tua, laki-laki” sedangkan menurut Atradinal dan Sepriani, Rika (2017) “Sepakbola adalah salah satu cabang olahraga yang sangat populer di dunia. Sepakbola telah banyak mengalami perubahan dan perkembangan dari bentuk sederhana dan primitif sampai menjadi permainan olahraga modern yang sangat digemari dan disenangi banyak orang”.

Untuk mewujudkan tercapainya prestasi yang tinggi dalam sepakbola, pembinaan harus dimulai dari usia dini agar dapat membuahkan hasil yang optimal. Pembinaan dilakukan untuk melahirkan bibit-bibit muda sebagai regenerasi bangsa untuk cabang sepakbola. SSB muspan FC Padang merupakan salah satu perkumpulan cabang sepakbola ditingkat daerah yang membina pemain muda untuk mengembangkan bakat dan potensi pemain. Banyak prestasi yang telah

diraih pada tingkat daerah dan nasional, sayangnya prestasi yang gemilang ini tidak bertahan dan mengalami pasang surut. Prestasi yang tinggi hanya dapat diwujudkan melalui kerja keras dari seluruh tim dan membutuhkan persiapan yang matang dan latihan yang gigih. SSB Muspan FC Padang telah melaksanakan pembinaan dengan latihan dan pengembangan teknik, salah satunya adalah teknik menggiring bola (*dribbling*). Banyak pakar sepak bola menjelaskan bahwa, untuk anak usia dini keterampilan yang sangat dominan untuk dikuasai adalah menggiring bola (*dribbling*).

Koger (2007) menjelaskan *dribbling* adalah metode menggerakkan bola dari satu titik ke titik lain di lapangan dengan menggunakan kaki. Bola harus selalu dekat dengan kaki agar mudah dikontrol. Menurut Yulifri (2019) Mendribel bola merupakan teknik dalam usaha membawa bola dari suatu daerah ke daerah lain pada saat permainan sedang berlangsung. Menggiring bola selain untuk mengatur tempo, menyusun serangan serta transisi, juga berguna untuk mencetak gol ke gawang lawan dengan cara melewati penjaga gawang jika sudah berhadapan langsung dengan penjaga gawang tersebut. Sejalan dengan pendapat sebelumnya, dilihat dalam sepakbola bagi pemain pemula, *dribbling* merupakan suatu teknik dasar yang paling dominan digunakan dalam menyerang bertahan maupun transisi.

Sepak bola merupakan salah satu cabang yang sangat amat diminati didunia.sepakbola telah banyak menjalankan perubahan dan

perkembangan dari bentuk sederhana dan pimitif hinga menjadi permainan yang moderen.yang sangat digemari oleh banyak orang,baik dari anak anak orang dewasa bahkan wanita.kemampuan teknologi yang pesat juga sangat mempengaruhi perkembangan sepakbola di Indonesia olahraga sepakbola merupakan salah satu dari sekian banyak olahraga yang dibina dan dikembangkan, perkembangan ini ditandai dengan lahirnya perkumpulan-perkumpulan atau klub-klub dan sekolah sepak bola (SSB) diberbagai daerah di tanah air, tidak hanya di kota tetapi sudah menjalar hingga ke desa-desa. Sehingga sekarang permainan sepak bola boleh dikatakan sebagai olahraga rakyat. Seiring dengan perkembangan ini, maka akan tersedia bibit-bibit pemain sepakbola untuk masa yang akan datangada saat sekarang ini, di daerah Sumatera Barat khususnya di Kota Padang perkembangan sepakbola sangat pesat. Hal ini terbukti dengan banyaknya bermunculan klub-klub diantaranya Muspan FC, putra wijaya, padang united dan lain sebagainya.

## METODE

Penelitian ini termasuk jenis penelitian korelasional .Arkinto (2010:313) menjelaskan bahwa “penelitian korelasional bertujuan untuk menamakan ada tidaknya hubungan antara variable dan apabila ada,seberapa eratnya hubungan serta ada atau tidaknya hubungan itu”.Dengan demikian peneliti ini akan mengungkap

hubungan antara latihan kordinasi terhadap dribble pemain sepak bola SSB Muspan FC Padang .

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Deskriptif Data Penelitian

Data penelitian ini terdiri dari: kemampuan dribbling (Y) sebagai variabel terikat dan Koordinasi gerak (X) sebagai variabel bebas. Untuk masing-masing variabel di bawah ini akan disajikan nilai rata-rata, simpangan baku, distribusi frekuensi, serta histogram dari setiap variabel.

#### 1. Koordinasi gerak (X)

Pengukuran koordinasi gerak dilakukan dengan tes motor koordinasi atau yang disebut KTK3+ terhadap 30 orang sampel, didapat skor tertinggi 231, skor terendah 177, rata-rata (mean) 211,07, simpangan baku (standar deviasi) 11,35. Dari data hasil tes ini dapat dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Hasil Data Koordinasi gerak Pemain SSB Muspan FC Padang**

No	Kelas Interval	FREKUE NSI ABSOL UT (FA)	Frekuensi Relatif (%)	Kategori
1.	>228	1	3.3	Baik sekali
2.	217-227	10	33.3	Baik
3.	205-216	12	40	Sedang
4.	194-204	4	13.3	Kurang
5.	<193	3	10	Kurang Sekali
	<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 30 sampel yang diteliti, 1 orang (3,3%) memiliki hasil koordinasi gerak pada kelas interval >288 berada pada kategori baik sekali, 10 orang (33,3%) memiliki hasil koordinasi gerak pada kelas interval 217-227, berada pada kategori baik, 12 orang (40%) memiliki hasil koordinasi gerak pada kelas interval 205-216, berada pada kategori sedang. 4 orang (13,3%) memiliki hasil koordinasi gerak pada kelas interval 194-204, berada pada kategori kurang, dan 3 orang (10%) memiliki hasil koordinasi gerak pada kelas interval <193, berada pada kategori kurang sekali. Dari analisis data diperoleh rata-rata koordinasi gerak Pemain SSB Muspan FC Padang adalah 211,07, maka koordinasi gerak Pemain SSB Muspan FC Padang berada pada kategori sedang.

#### 2. Kemampuan dribbling (Y)

Pengukuran kemampuan *dribbling* dilakukan dengan *dribble foot test* terhadap 30 orang sampel, didapat skor tertinggi 17,44 detik, skor terendah 44,45 detik, rata-rata (*mean*) 29,91 detik, simpangan baku (standar deviasi) 5,77 detik. Dari data hasil tes ini dapat dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kemampuan dribbling Pemain SSB Muspan FC Padang**

No	Kelas Interval	REKUE NSI ABSOLUT (FA)	Frekuensi Relatif (%)	Kategori
1.	< 21.25	1	3.3	Baik sekali
2.	21.26-27.03	7	23.3	Baik
3.	27.04-32.80	15	50	Sedang
4.	32.81-38.57	5	16.7	Kurang
5.	>38.58	2	6.7	Kurang Sekali
	<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 30 sampel yang diteliti, 1 orang (3,3%) memiliki hasil kemampuan *dribbling* pada kelas interval < 21.25 detik, berada pada kategori baik sekali. 7 orang (23,3%) memiliki hasil kemampuan *dribbling* pada kelas interval 21.26-27.03 detik, berada pada kategori baik, 15 orang (50%) memiliki hasil kemampuan *dribbling* pada kelas interval 27.04-32.80 detik, berada pada kategori sedang. 5 orang (16,7%) memiliki hasil kemampuan *dribbling* pada kelas interval 32.81-38.57 detik, berada pada kategori kurang, dan 2 orang (6,7%) memiliki hasil kemampuan *dribbling* pada kelas interval >38.58, berada pada kategori kurang sekali. Dari analisis data diperoleh rata-rata kemampuan *dribbling* Pemain SSB Muspan FC Padang adalah 29,91 detik, maka kemampuan *dribbling* Pemain SSB Muspan FC Padang berada pada kategori sedang.

### Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian yang dirancang untuk mempelajari seberapa besar hubungan kebugaran jasmani dengan hasil belajar

direfleksikan dengan menggunakan analisis korelasional dua variabel. Dalam penelitian ini, koordinasi gerak digunakan sebagai variabel bebas (*independen variabel*) sedangkan dribbel adalah variabel terikat (*dependen variabel*). Berdasarkan hasil tes, maka koordinasi gerak terhadap dribbel. masing-masing sampel dapat ditentukan. Berdasarkan pengukuran, dilakukan uji normalitas. Hasilnya menunjukkan bahwa semua data berdistribusi normal.

Kemudian dari hasil analisis pengujian hipotesisi data penelitian diperoleh kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola pemain SSB Muspan FC kota Padang. Berdasarkan analisis uji signifikansi diperoleh koefisien uji korelasi hitung (th) sebesar 5,79 yang lebih besar daripada koefisien uji korelasi tabel (tt) sebesar 1,70. Oleh karena itu maka koordinasi gerak yang dimiliki oleh pemain sepakbola memiliki hubungan yang berarti dengan kemampuan teknik menggiring bola (*dribbling*). Artinya semakin baik koordinasi gerak seorang pemain bola, maka akan semakin baik juga kemampuan menggiring bola atau *dribbling* yang dimiliki. Mengingat adanya hubungan yang berarti tersebut maka kepada pelatih SSB Muspan FC kota Padang disarankan untuk melatih motor koordinasi para pemainnya melalui program latihan kondisi fisik. Melalui program latihan maka pelatih dapat meningkatkan kondisi keseimbangan masing-masing atlet. Diharapkan dengan semakin

meningkatnya kondisi koordinasi gerak melalui latihan fisik maka dapat pula meningkatkan kemampuan menggiring bola.

Kelincahan merupakan kemampuan tubuh untuk merubah arah secara cepat ketika bergerak dalam kecepatan tinggi. Didalam kelincahan juga terdapat unsur kecepatan. Dalam pelaksanaan teknik menggiring bola, kondisi kelincahan yang baik mesti dimiliki oleh pemain sepakbola. Karena kelincahan saat menggiring bola memungkinkan pemain dengan mudah melewati lawan. Tanpa kelincahan yang baik pemain akan sulit dalam melewati lawan saat melakukan dribbling sepakbola.

Ketika seorang pemain menggiring bola dari satu posisi ke posisi lain maka ia harus melakukan gerakan-gerakan tipu agar bola sulit untuk direbut oleh pemain lawan. Gerakan-gerakan tipu tersebut dapat dilakukan dengan cara bergerak zig-zag, gerak maju dan mudur, gerak berputar dan sebagainya dalam kecepatan tinggi. Agar gerakan tersebut dapat berlangsung dengan efektif dan efisien maka pemain harus mampu menjaga keseimbangan tubuhnya. Jika pemain hilang keseimbangan pada saat menggiring bola maka hal ini dapat menyulitkan pemain untuk menggiring bola sampai ke tujuan. Akibat dari hilangnya keseimbangan tubuh pada saat menggiring bola salah satunya bola sulit untuk dikontrol karena konsentrasi dan koordinasi gerak sudah terganggu. Dengan demikian maka tujuan dari menggiring bola tidak akan tercapai

dengan efektif dan efisien. Oleh sebab itu maka keseimbangan merupakan bagian penting dari keberhasilan seorang pemain sepakbola dalam melakukan teknik dribble.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat dikemukakan kesimpulan bahwa koordinasi gerak memiliki hubungan yang signifikan terhadap kemampuan dribbling pemain sepakbola SSB Muspan FC kota Padang dengan  $t_{hitung} 0,406 > t_{tabel} 0,361$ .

## DAFTAR PUSTAKA

- Atradin. Sepriani, Rika. 2017. *Pemulihan Kekuatan Otot pada Atlet Sepakbola*. Jurnal: MensSana Volume 2 No 2: 99-105
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- H. Nur, M. M, and zalfendi FIK-UNP. 2018. *Tinjauan Tingkat Kesegaran Jasmani Pada Siswa Putera Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Gulat Di Smp Negeri 30 Padang*, jm, vol. 3, no. 1, pp. 67-76,
- Putra, Aldo Naza, and Vivaldi Gazali. 2017. *Kontribusi Kelentukan Pinggang dan Kelincahan terhadap Kemampuan Dribbling Atlet Sepakbola PSTS Tabing Padang*. Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga 16.2

Sepriadi, S., Hardiansyah, S., & Syampurma, H. 2017. *Perbedaan tingkat kesegaran jasmani berdasarkan status gizi*. Media Ilmu Keolahragaan Indonesia, 7(1), 24-34

Yulifri. 2019. *Permainan Sepak Bola*. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP