



Hubungan Kelincahan dan Koordinasi Mata Kaki terhadap Kemampuan *Dribbling* Bola pada Pemain PSKB

Alvioga Gahafi, Arsil, Erianti, M. Arnando

Departemen Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
gahafialvioga@gmail.com

Kata Kunci : Kelincahan, Koordinasi Mata Kaki, Kemampuan *Dribbling*, Sepakbola

Abstrak : Masalah penelitian ini adalah diduga masih kurang maksimalnya kemampuan *dribbling* pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kelincahan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *dribbling* pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi. Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 20 orang pemain. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah 1) *zig zag run test*, 2) *Mitchel Soccer tes*, dan 3) tes kemampuan *dribbling*. Teknik analisis data menggunakan analisis korelasi sederhana dan korelasi berganda yang dilanjutkan dengan analisis uji signifikansi. Hasil penelitian ini adalah: 1) Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan *dribbling* 2) Terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata kaki dengan kemampuan *dribbling* 3) Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dan koordinasi mata kaki secara bersama-sama dengan kemampuan menggiring bola pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi.

Keywords : *Agility, Ankle Coordination, Dribbling Ability, Football*

Abstract : *The problem of this research is that it is suspected that the dribbling ability of the Bukittinggi City Football Association football players is still not optimal. The purpose of this study was to determine the relationship between agility and eye-foot coordination on the dribbling ability of Bukittinggi City Soccer Association football players. This type of research was a correlational study. The sampling technique used purposive sampling technique, so the number of samples in this study were 20 players. The instruments used in this study were 1) the zig zag run test, 2) the Mitchel Soccer test, and 3) the dribbling ability test. Data analysis techniques using simple correlation analysis and multiple correlation followed by analysis of significance test. The results of this study are: 1) There is a significant relationship between agility and dribbling ability 2) There is a significant relationship between ankle coordination and dribbling ability 3) There is a significant relationship between agility and ankle coordination together with the ability to dribble players Bukittinggi City Football Association.*

PENDAHULUAN

“Kegiatan olahraga saat ini juga sudah menjadibagian dari kehidupan masyarakat. Seseorang melakukan olahraga dengantujuanmasing-masing terutama untuk mendapatkan kesehatan dan kebugaran jasmani, maupun

kesenangan” (Sepriadi, Hardiansyah, & Syampurma, 2017). “Sepakbola merupakan cabang olahraga yang populer saat ini diseluruh penjuru dunia (Atradinal, 2018). 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 meraih prestasi sepakbola yang baik, disamping usaha pembinaan yang teratur, terarah dan *continue* hendaknya pembinaan tersebut diarahkan kepada pembinaan kondisi fisik, teknik, taktik dan mental. Sebab empat faktor inilah modal dalam meraih prestasi”. Menurut Syafruddin (2011) dalam pembinaan prestasi ada empat faktor utama yang menentukan kemampuan atlet, antara lain: 1) Kondisi fisik, 2) Teknik, 3) Taktik dan strategi, 4) Mental (psikis).

Teknik merupakan salah satu unsur yang mempengaruhi keberhasilan seseorang pemain, dalam meraih prestasi yang diinginkan. “Teknik dasar dalam sepakbola adalah melakukan gerakan-gerakan berlari, menendang bola, menggiring bola, menerima bola, melempar bola ke dalam (lapangan), teknik-teknik (menangkap dan menepis bola) bagi penjaga gawang, menendang bola ke gawang dengan prinsip memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mempertahankan gawang dari kebobolan. Untuk memainkan permainan sepak bola secara baik dan benar menggiring bola merupakan salah satu teknik dasar sepakbola yang harus dikuasai oleh pemain. Tim mengajar Sepakbola (2004).

METODE

Jenis penelitian adalah penelitian korelasional. Tempat dan waktu penelitian di lapangan sepakbola Stadion Atas Ngarai, Kec. Guguk Panjang, Kota Bukittinggi. Penelitian dilaksanakan bulan Agustus-September 2022. Populasi berjumlah 20 pemain. Jumlah sampel 20 pemain, maka penulis mengambil semua populasi tersebut atau total sampling, maka penulis melibatkan

semua pemain persatuan sepakbola kota Bukittinggi menjadi sampel dalam penelitian ini. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah: 1) Tes kelincahan menggunakan *Illiois Agility Test*. 2) Koordinasi Mata Kaki dengan tes koordinasi, dan 3) tes kemampuan dribbling. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi sederhana dan korelasi berganda.

HASIL

1. Kelincahan (X_1)

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kelincahan pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi

No.	Kelas Interval (detik)	Fa	(%)	kategori
1.	<14.5	0	0	Baik sekali
2.	14.6-14.9	7	35	Baik
3.	15.0-15.4	6	30	Sedang
4.	15.5-15.8	4	20	Kurang
5.	>15.9	3	15	Kurang sekali
Jumlah		18	100	

Dari 20 sampel yang diteliti, tidak ada pemain memiliki kelincahan pada rentang nilai <14.5 detik, berada pada kategori baik sekali. 7 orang (35%) pemain memiliki hasil kelincahan pada rentang nilai 14.6-14.9 detik, berada pada kategori baik. 6 orang (30%) memiliki hasil kelincahan pada rentang nilai 15.0-15.4 detik, berada pada kategori sedang. 4 orang (20%) memiliki hasil kelincahan pada rentang nilai 15.5-15.8 detik, berada pada kategori kurang, dan 3 orang (15%) memiliki hasil kelincahan pada rentang nilai <15.9 detik, berada pada kategori kurang sekali. Dari analisis data diperoleh rata-rata kelincahan pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi adalah sebesar

15,27 detik. maka dapat disimpulkan kelincahan pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi berada pada kategori sedang.

2. Koordinasi mata-kaki (X_2)

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Hasil Data Koordinasi mata-kaki pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi

No.	Kelas Interval (detik)	(Fa)	(%)	kategori
1.	>20	0	0	Baik sekali
2.	18-19	8	40	Baik
3.	16-17	7	35	Sedang
4.	14-15	3	15	Kurang
5.	>13	2	10	Kurang sekali
Jumlah		18	100	

Dari 20 sampel yang diteliti, tidak ada pemain memiliki koordinasi mata-kaki pada rentang nilai <20, berada pada kategori baik sekali. 8orang (40%) pemain memiliki hasil koordinasi mata-kaki pada rentang nilai 18-19, berada pada kategori baik. 7 orang (35%) memiliki hasil koordinasi mata-kaki pada rentang nilai 16-17, berada pada kategori sedang. 3 orang (15%) memiliki hasil koordinasi mata-kaki pada rentang nilai 14-15, berada pada kategori kurang dan 2 orang (10%) memiliki hasil koordinasi mata-kaki pada rentang nilai <13, berada pada kategori kurang sekali. Dari analisis data diperoleh rata-rata koordinasi mata-kaki pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi adalah sebesar 16,55. maka dapat disimpulkan koordinasi mata-kaki pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi berada pada kategori sedang.

3. Kemampuan dribbling (Y)

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kemampuan dribbling pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi

No.	Kelas Interval (detik)	(Fa)	(%)	kategori
1.	>8.87	0	0	Baik sekali
2.	8.88-10.79	7	35	Baik
3.	10.80-12.71	5	25	Sedang
4.	12.72-14.63	8	40	Kurang
5.	<14.64	0	0	Kurang sekali
Jumlah		18	100	

Dari 20 sampel yang diteliti, tidak ada pemain memiliki kemampuan dribbling pada rentang nilai <8,87 detik, berada pada kategori baik sekali. 7 orang (35%) pemain memiliki hasil kemampuan dribbling pada rentang nilai 8.88-10.79 detik, berada pada kategori baik. 5 orang (25%) memiliki hasil kemampuan dribbling pada rentang nilai 10.80-12.71 detik, berada pada kategori sedang, dan 8 orang (40%) memiliki hasil kemampuan dribbling pada rentang nilai 12.72-14.63 detik, berada pada kategori kurang. Dari analisis data diperoleh rata-rata kemampuan dribbling pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi adalah sebesar 11,76 detik. maka dapat disimpulkan kemampuan dribbling pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi berada pada kategori sedang.

Uji Normalitas

Tabel 4. Uji Normalitas dengan Lilliefors

Variabel	Sampel	Uji Lilliefors		Kesimpulan
		L _o	L _{tabel}	
Kelincahan	18	0.175	0.190	Normal
Koordinasi mata kaki	18	0.111	0.190	Normal
Kemampuan Dribbling	18	0.199	0.190	Normal

Berdasarkan uraian di atas semua variabel X_1 , X_2 , dan variable Y datanya berdistribusi normal, karena masing-masing variabel probabilitasnya memenuhi kriteria $L_o < L_{Tabel}$. Hal ini dapat dikatakan bahwa data masing-masing tersebar secara normal atau populasi dari data sampel diambil berdistribusi normal.

Pengujian Hipotesis

1. Uji Hipotesis Pertama (X_1-Y)

Hasil analisis korelasi antara kelincahan (X_1) dengan kemampuan dribbling (Y) pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi, maka diperoleh $r_{hitung} 0,927 > r_{tabel} 0.444$. Artinya terdapat hubungan antara kelincahan dengan kemampuan dribbling pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi. Untuk menguji signifikan koefisien korelasi antara antara kelincahan dengan kemampuan dribbling pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi, maka dilakukan uji t. Uji t tersebut dapat dilihat pada tabel 8 di bawah ini.

Tabel 5. Rangkuman Uji korelasi dan Uji signifikansi Koefisien Korelasi antara Kelincahan dengan Kemampuan dribbling pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi

Variabel	r_{hitung}	r_{tabel}	t_{hitung}	t_{tabel}	Kesimpulan
X_1-Y	0,927	0.444	5,28	1,73	Signifikan

Ternyata $t_{hitung} = 5,28 > t_{tabel} 1,73$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang berarti (signifikan) antara kelincahan dengan kemampuan dribbling pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi, diterima kebenarannya secara empiris.

2. Uji Hipotesis Kedua (X_2-Y)

Hasil analisis korelasi antara koordinasi mata kaki (X_2) dengan kemampuan dribbling (Y) pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi, maka diperoleh $r_{hitung} 0,754 > r_{tabel} 0.444$. Artinya terdapat hubungan antara koordinasi mata kaki dengan kemampuan dribbling pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi. Untuk menguji signifikan koefisien korelasi antara antara koordinasi mata kaki dengan kemampuan dribbling pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi, maka dilakukan uji t. Uji t tersebut dapat dilihat pada tabel 9 di bawah ini.

Tabel 6. Rangkuman Uji korelasi dan Uji signifikansi Koefisien Korelasi antara Koordinasi mata kaki dengan Kemampuan dribbling pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi

Variabel	r_{hitung}	r_{tabel}	t_{hitung}	t_{tabel}	Kesimpulan
X_2-Y	0,754	0.444	2,72	1,73	Signifikan

Ternyata $t_{hitung} = 2,72 > t_{tabel} 1,73$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa

terdapat hubungan yang berarti (signifikan) antara koordinasi mata kaki dengan kemampuan dribbling pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi, diterima kebenarannya secara empiris.

3. Uji Hipotesis Ketiga (X_1, X_2-Y)

Hasil analisis korelasi antara kelincahan (X_1) dan Koordinasi mata kaki (X_2) terhadap kemampuan dribbling (Y) pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi, maka diperoleh $r_{hitung} 0,927 > r_{tabel} 0.444$. Artinya terdapat hubungan antara kelincahan dan Koordinasi mata kaki secara bersama-sama terhadap kemampuan dribbling pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi. Untuk menguji signifikan koefisien korelasi antara kelincahan dan Koordinasi mata kaki secara bersama-sama terhadap kemampuan dribbling pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi, maka dilakukan uji F. Uji t tersebut dapat dilihat pada tabel 10 di bawah ini.

Tabel 7. Rangkuman Uji korelasi dan Uji signifikansi Koefisien Korelasi antara Koordinasi mata kaki dengan Kemampuan dribbling pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi

Variabel	r_{hitung}	r_{tabel}	F_h	F_t	Kesimpulan
X_1, X_2-Y	0,927	0.444	51,90	3,59	Signifikan

Ternyata $F_{hitung} = 51,90 > F_{tabel} 3,59$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang berarti (signifikan) antara kelincahan dan Koordinasi mata kaki secara bersama-sama terhadap kemampuan dribbling pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi, diterima kebenarannya secara empiris.

PEMBAHASAN

1. Terdapat Hubungan yang Berarti Antara Kelincahan terhadap Kemampuan dribbling (*Dribbling*) pemain Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi

Kelincahan merupakan kesanggupan seseorang dalam bergerak secara gesit, tangkas dan cekatan. Seperti dapat merubah-posisi tubuh serta mengatasi rintangan dengan waktu yang singkat. Ini berarti kelincahan merupakan salah satu komponen kemampuan fisik yang sangat diperlukan dalam kegiatan olahraga begitu juga dengan cabang olahraga sepakbola.

Kelincahan erat hubungannya dengan kegesitan atau kecekatan seseorang dalam bergerak keberbagai arah sesuai dengan tuntutan situasi dan kondisi yang terjadi dalam merealisasikan suatu gerakan. Dalam teknik sepakbola, sangat dibutuhkan kemampuan kelincahan dari setiap pemain dalam merealisasikan kemampuan teknik yang ditampilkan begitu juga dengan kemampuan menggiring bola (*dribbling*).

Pemain yang memiliki kelincahan yang baik, maka berkemungkinan kemampuan menggiring bolanya akan baik pula, terutama pada saat melewati lawan dalam permainan sepakbola. Hal ini dikarenakan dalam permainan sepakbola dibutuhkan kelincahan seseorang dalam merubah posisi badan dan arah secepat mungkin, mungkin saja karena ada lawan atau menempatkan arah yang menguntungkan dalam menjaga dan mengamankan bola dari rampasan lawan.

2. Terdapat Hubungan Antara Koordinasi Mata-Kaki terhadap Kemampuan dribbling (*Dribbling*) pemain Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi

Koordinasi merupakan hubungan kerjasama antara susunan saraf pusat dengan

alat gerak saat berkontraksi dalam menyelesaikan tugas-tugas motorik atau perpaduan gerak yang saling berkaitan dan menghasilkan satu keterampilan gerak secara tepat dan terarah. Sedangkan Koordinasi Mata-Kaki adalah kemampuan pemain dalam mengintegrasikan hubungan timbal balik antara pusat susunan syaraf dengan alat gerak secara harmonis, dalam mengatur dan mengendalikan kerja otot untuk pelaksanaan suatu gerakan secara bersamaan antara mata (pandangan) dengan gerak kaki secara efektif, tepat dan terarah. Dengan demikian mustahil jika Koordinasi Mata-Kaki tidak diperlukan dalam menggiring bola, hanya saja pengaruh yang dihasilkan melalui variabel lain akan lebih besar dibandingkan pengaruh dari Koordinasi Mata-Kaki itu sendiri secara langsung.

Berdasarkan temuan penelitian ini dapat dikatakan dalam menggiring bola koordinasi memiliki peranan yang besar dalam merealisasikan giringan bagi pemain. Terbukti bahwa jika berintegrasi secara bersamaan dengan variabel lain, seperti Kelincahan maka efek yang dihasilkan dari dua variabel ini terhadap Kemampuan dribbling cukup signifikan dan memiliki angka yang meningkat secara statistik.

3. Terdapat hubungan signifikan antara Kelincahan dan Koordinasi Mata Kaki secara simultan atau bersama-sama terhadap Kemampuan Menggiring Bola (*dribbling*) pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi.

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan pada variabel Kelincahan, Koordinasi Mata Kaki, Keseimbangan dan Kemampuan Menggiring Bola (*dribbling*) pada pemain Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi, ditemukan bahwa terdapat pengaruh secara simultan Kelincahan (X_1)

dan Koordinasi Mata-Kaki (X_2) Terhadap Kemampuan Menggiring Bola (Y) didapatkan $R_{hitung} = 0,927$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima, dimana terdapat hubungan yang berarti antara Kelincahan dan Koordinasi Mata-Kaki secara bersama-sama terhadap Kemampuan Menggiring Bola (*dribbling*) pada pemain Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi.

Peneliti menyimpulkan bahwa pada penelitian kali ini, dalam menggiring bola unsur yang paling dominan dan berpengaruh adalah Kelincahan dan koordinasi mata kaki pemain. Kelincahan dan koordinasi memberikan sumbangan yang besar dalam kemampuan dribbling.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data maka dapat dibuat tiga kesimpulan sebagai berikut. 1) Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan dribbling pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi, dengan perolehan ($r_h = 0,927 > r_t = 0,444$). 2) Terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata kaki dengan kemampuan dribbling pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi, dengan perolehan ($r_h = 0,754 > r_t = 0,444$). 3) Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dan koordinasi mata kaki secara bersama-sama dengan kemampuan menggiring bola pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Kota Bukittinggi, dengan perolehan ($R_h = 0,927 > R_t = 0,444$)

DAFTAR PUSTAKA

- Atradinal, A., & Sepriani, R. 2017. *Pemulihan Kekuatan Otot Pada Atlet Sepakbola*. *Jurnal MensSana*, 2(2), 99-105.
- Atradinal, A. 2018. *Pengaruh Model Latihan Fartlek Terhadap Daya Tahan Aerobik*

- Atlet Sekolah Sepakbola PSTS Tabing.
Sporta Saintika, 3(1), 432-441.*
- Putra, A. N. 2018. *Development of skill training
model football basic techniques through
approach global analytical global. Jipes-
journal of indonesian physical education
and sport, 4(2), 26-31.*
- Sepriadi, Hardiansyah, S., & Syampurma, H.
2017. *Perbedaan tingkat kesegaran
jasmani berdasarkan status gizi. Media
Ilmu Keolahragaan Indonesia, 7(1), 24-
34.*
- Syafruddin. 2011. *Ilmu Kepelatihan Olahraga.
Padang: UNP Press.*
- Tim Pengajar Sepakbola. 2006. *Buku Ajar
Sepakbola. Padang: FIK UNP.*