



## Hubungan Koordinasi Gerak Terhadap kemampuan *Dribbling* Pemain SSB ALIF FC Padang

Muhammad Hafiz Fachri, Syahril Bakhtiar, Yulifri, Atradinal

Pendidikan Olahraga, fakultas ilmu keolahragaan, universitas negeri padang, Indonesia

[hafizfachri57@gmail.com](mailto:hafizfachri57@gmail.com), [syahril@fik.unp.ac.id](mailto:syahril@fik.unp.ac.id), [yulifri@fik.unp.ac.id](mailto:yulifri@fik.unp.ac.id),

[atradinal99@fik.unp.ac.id](mailto:atradinal99@fik.unp.ac.id)

Kata Kunci : Pramuka, Kepramukaan

**Abstrak** : Permasalahan dalam penelitian ini adalah diduga kurang terlaksananya kegiatan Pramuka Di Gudep 11.141-11.142 SMA N 8 Padang. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April 2023. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 24 orang siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling, maka jumlah sampel adalah sebanyak 24 orang siswa. Instrumen dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan angket skala likert. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif persentase dengan rumus  $P=F/N \times 100\%$ . Hasil penelitian ini adalah faktor Eksternal dalam pelaksanaan pramuka di SMAN 8 Padang kategori baik (61%), faktor Internal dalam pelaksanaan pramuka di SMAN 8 Padang kategori baik (66%), dan Pelaksanaan pramuka di SMAN 8 Padang kategori baik (63%).

**Keywords** : Scout

**Abstract** : The problem in this study is the alleged lack of implementation of Scout activities in Gudep 11.141-11.142 SMA N 8 Padang. This type of research is descriptive research. This research was conducted in April 2023. The population in this study totaled 24 students. The sampling technique used a purposive sampling technique, so the number of samples was 24 students. The instrument in this study was to use a Likert scale questionnaire. Data analysis technique using percentage descriptive analysis with the formula  $P=F/N \times 100\%$ . The results of this study are external factors in the implementation of scouts at SMAN 8 Padang in the good category (61%), internal factors in the implementation of scouts at SMAN 8 Padang in the good category (66%), and the implementation of scouts at SMAN 8 Padang in the good category (63%)

### PENDAHULUAN

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. Sepak bola merupakan salah satu cabang yang sangat amat diminati didunia. Sepakbola telah banyak terus mengalami perubahan dan perkembangan dari permainan yang sederhana hingga menjadi permainan yang moderen.

Seperti saat ini permainan yang sangat digemari oleh banyak orang, baik dari anak anak hingga 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, saat ini tumbuhnya 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 SSB, maka seharusnya akan tersedia bibit-bibit pemain sepakbola handal untuk masa yang akan datang ada saat sekarang ini, di daerah Sumatera Barat khususnya di Kota Padang perkembangan sepakbola sangat pesat. Hal ini terbukti dengan banyaknya bermunculan klub-klub diantaranya Alif FC, Putra Wijaya, Padang United, Muspan FC, Persekon FC, Putra Brandon, Semen Padang Junior, Ripan's FC dan lain sebagainya.

Di Kota Padang telah banyak muncul klub-klub sepakbola yang dibina secara terorganisir yang pada akhirnya hasil binaan dari masing-masing klub tersebut diharapkan dapat menghasilkan pemain sepakbola yang berkualitas yang dapat menunjang prestasi baik di klubnya masing-masing hingga bisa mewakili Indonesia pada kancah Internasional. Pemain SSB Alif FC padang yang berada di Kecamatan Nanggalo Kota Padang telah melaksanakan pembinaan dan pengembangan olahraga sepakbola, khususnya dalam meningkatkan keterampilan teknik. Diantaranya adalah teknik menendang dan mengontrol bola, menggiring bola serta menyundul bola yang berguna untuk membangun serangan ke daerah lawan, mengumpan dan mengontrol bola, selanjutnya melakukan shooting ke gawang lawan, serta mempertahankan gawang dari serangan lawan.

Berdasarkan observasi dan pengamatan yang penulis lakukan di lapangan pada saat latihan serta dalam beberapa kali pertandingan pada kejuaraan yang pernah diikuti, seperti pada kejuaraan tingkat daerah dan kejuaraan tingkat provinsi, teknik dasar permainan sepakbola SSB Alif FC Padang masih belum baik. Hal ini terlihat pada saat permainan berlangsung,

masih banyak terjadi kesalahan-kesalahan yang dilakukan oleh pemain. Seperti, passing kontrol yang kurang baik, menggiring bola yang tidak terkuasai, passing dan long passing yang kurang akurat, serta sundulan yang dilakukan tidak tepat sasaran/tujuan. Berdasarkan sejarah klub yang dikutip langsung oleh penulisan dari narasumber pelatih SSB Alif FC pada tahun 2022 SSB Alif FC pernah mengikuti berbagai turnamen sepakbola.

Namun sampai saat sekarang ini prestasi SSB Alif FC berangsur-angsur mulai menurun, fakta ini terbukti dari beberapa turnamen sepakbola pada tahun ini SSB Alif FC tidak pernah meraih juara. Sedangkan segala sesuatu yang menunjang untuk pencapaian prestasi telah dipersiapkan secara terprogram seperti pembinaan kemampuan fisik, pembinaan teknik, pembinaan taktik dan mental serta sarana prasarana yang memadai. Hal ini menimbulkan keinginan penulis untuk mengetahui secara mendalam bagaimana penguasaan teknik dasar sepakbola pemain SSB Alif FC yang penulis anggap paling dominan dalam pencapaian prestasi.

Tujuan penelitian penelitian ini untuk mengetahui hubungan tes motorik koordinasi dengan *dribble* pemain sepak bola SSB Alif FC Padang.

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer, merakyat, dan digandrungi oleh semua kelompok umur hampir di seluruh dunia. Bagaimana dengan gempitanya dunia menyambut event pertandingan sepak bola seperti piala dunia, piala eropa, perebutan piala champions, dan lain sebagainya .ratusan juta pasang mata "tidak berkedip" di depan televisi ketika menyaksikan satu pertandingan sepak bola yang penting. Permainan sepakbola mencakup dua kemampuan dasar gerak atau

teknik yang harus dimiliki dan dikuasai oleh seorang pemain sepakbola, yakni teknik badan dan teknik bola (Remmy Muchtar, 1992: 54). Menurut Remmy Muchtar (1992: 28), yang dimaksud dengan teknik badan disini adalah cara seorang pemain menguasai gerak tubuhnya dalam sebuah permainan, yaitu bagaimana cara berlari, cara melompat, dan gerak tipu badan. Sedangkan teknik dengan bola adalah cara penguasaan bola dengan menggunakan berbagai bagian tubuh, seperti teknik menendang, menerima bola, menggiring bola, 15 gerak tipu dengan bola, menyundul bola, merebut bola, lemparan ke dalam, dan teknik penjaga gawang (Remmy Muchtar, 1992: 54). Teknik dasar dengan bola yang harus dimiliki pemain.

Menurut Abus, Emral (2005:22) bahwa: "dalam permainan sepakbola akan terjadi kontak langsung antara pemain satu kesebelasan dengan pemain kesebelasan lawan", pendapat ini mengemukakan bahwa dengan kontak tersebut memungkinkan terjadinya pelanggaran, bola meninggalkan lapangan, bola masuk gawang, pemain dikeluarkan dari lapangan, gangguan cuaca dan lain sebagainya. Untuk menindak lanjutinya diperlukan tindakan yang cepat dan tepat pula di lapangan, keputusan ini akan menghindarkan terjadinya kesalahan pahaman antar sesama pemain atau pemain dengan wasit.

Kemampuan gerak dasar merupakan kualitas hasil gerak individu dalam melakukan gerak, baik yang bukan gerak olahraga maupun gerak dalam olahraga atau kematangan penampilan keterampilan gerak dasar. Semakin tinggi kemampuan gerak dasar seseorang akan dimungkinkan daya kerjanya akan menjadi lebih tinggi, dan begitu sebaliknya. Oleh karena itu kemampuan gerak dapat dipandang sebagai

dasar keberhasilan didalam melakukan tugas keterampilan gerak. Pendat yang diungkapkan oleh Hurlock menyatakan bahwa perkembangan gerak dasar adalah perkembangan pengendalian gerak jasmaniah melalui kegiatan pusat saraf, urat saraf, dan otot terkoordinasi (Endang Rini Sukanti, 2007:15).

Selain itu, Keterampilan motorik dasar merupakan pola dasar gerak untuk menunjang gerak yang lebih maju dalam olahraga dan kegiatan sehari-hari dikategorikan ke dalam keterampilan lokomotor, keterampilan mengontrol objek, dan keterampilan stabilitas. Keterampilan lokomotor adalah keterampilan yang menggerakkan tubuh dari satu titik ke titik lain di ruang angkasa, seperti berlari, berlari, melompat, melompat, melompat, meluncur, dan melompat (Syafuruddin, Bakhtiar, S & Famelia, 2020).

Oktarifaldi (2019) mengatakan koordinasi merupakan unsur fisik dalam mengintegrasikan semua gerakan yang kompleks. Bafirman (2013) menjelaskan koordinasi (*coordination*) merupakan kemampuan untuk menggerakkan anggota tubuh secara bersamaan. Dapat dipahami dalam sepakbola unsur koordinasi merupakan factor penting dalam setiap gerakan termasuk dalam realisasi dribbling dalam cabang sepakbola. Kiram (1994) menjelaskan bahwa koordinasi merupakan hubungan timbal balik antara pusat susunan syaraf dengan alat gerak dalam mengatur dan mengendalikan impuls dan kerja otot untuk pelaksanaan suatu gerakan.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasi yang bertujuan untuk mengetahui hubungan koordinasi gerak dengan kemampuan

*dribbling* pemain SSB Alif FC Padang. Korelasional adalah suatu penelitian yang dirancang untuk meningkatkan hubungan variabel-variabel yang berbeda dalam suatu populasi dan bertujuan untuk mengetahui seberapa besar hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat (Arikunto, 2006:131). Tempat penelitian di lapangan Sepakbola Alif FC Padang. Waktu penelitian yaitu pada bulan Februari 2023. Populasi keseluruhan subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain SSB Alif FC Padang yang berjumlah 50 orang dengan usia 11-12 tahun yang telah terdaftar dan aktif latihan. Teknik penentuan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* banyak pemain yang tidak dijadikan objek penelitian karena kesibukan masing masing pemain dan menurut kehadiran pada saat latihan. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan korelasi rumus *liliefors* bertujuan untuk mencari normalitas, kemudian setelah menggunakan korelasi product moment bertujuan untuk melihat bentuk hubungan antara variable bebas (X1) terhadap (Y) variabel bebas dalam penelitian ini adalah koordinasi gerak dengan variabel terikat yaitu *dribble* kemampuan secara matematis model ini menurut riduwan (2005:99).

## HASIL

### 1. Koordinasi Gerak (X)

Pengukuran koordinasi gerak dilakukan dengan tes motor koordinasi atau yang disebut KTK3+ terhadap 30 orang sampel, didapat skor tertinggi 169, skor terendah 132, rata-rata (*mean*) 146,27, simpangan baku (standar deviasi) 8,80. Dari data hasil tes ini dapat dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

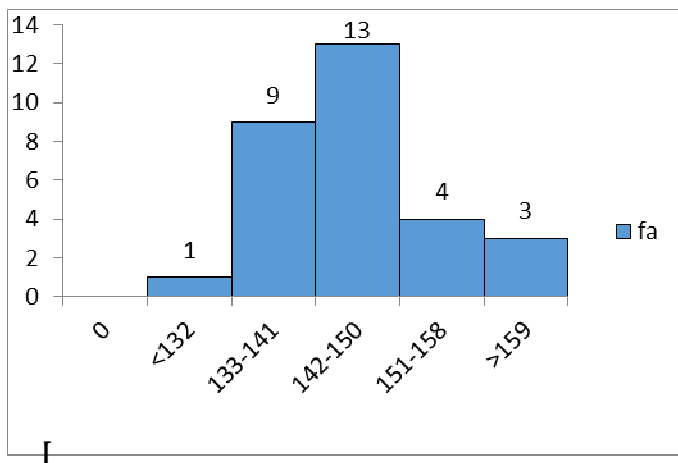
**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Hasil Data Koordinasi gerak Pemain SSB Alif FC Padang**

No	Kelas Interval	I. FREK UENSI ABSOLUT (FA)	Frekuensi Relatif (%)	Kategori
1.	>159	3	10.0	Baik sekali
2.	151-158	4	13.3	Baik
3.	142-150	13	43.3	Sedang
4.	133-141	9	30.0	Kurang
5.	<132	1	3.3	Kurang Sekali
	<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 30 sampel yang diteliti, 3 orang (10%) memiliki hasil koordinasi gerak pada kelas interval >159 berada pada kategori baik sekali, 4 orang (13,3%) memiliki hasil koordinasi gerak pada kelas interval 151-158, berada pada kategori baik, 13 orang (43,3%) memiliki hasil koordinasi gerak pada kelas interval 142-150, berada pada kategori sedang. 9 orang (30,0%) memiliki hasil koordinasi gerak pada kelas interval 133-141, berada pada kategori kurang, dan 1 orang (10%) memiliki hasil koordinasi gerak pada kelas interval <132, berada pada kategori kurang sekali. Dari analisis data diperoleh rata-rata koordinasi gerak Pemain SSB Alif FC Padang adalah 146,27, maka koordinasi gerak Pemain SSB Alif FC Padang berada pada kategori sedang. Untuk lebih jelasnya distribusi frekuensi hasil data variabel

No	Kelas Interval	II. FREKU ENSI ABSOLUT (FA)	Frekuensi Relatif (%)	Kategori
1.	< 27.86	2	6.7	Baik sekali
2.	27.87-31.11	6	20.0	Baik
3.	31.12-34.36	12	40.0	Sedang
4.	34.37-37.61	8	26.7	Kurang
5.	>37.62	2	6.7	Kurang Sekali
	<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>	

koordinasi gerak juga dapat dilihat pada gambar 1 di bawah ini :



Gambar 1. Histogram Frekuensi Hasil Data Koordinasi gerak Pemain SSB Alif FC Padang

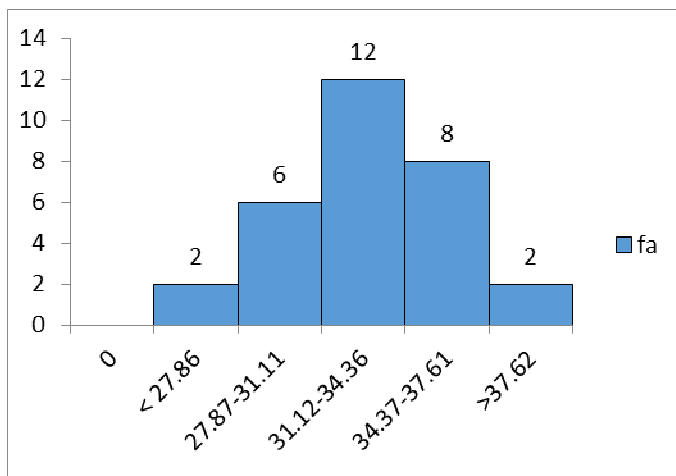
## 2. Kemampuan Dribbling (Y)

Pengukuran kemampuan *dribbling* dilakukan dengan *dribble foot test* terhadap 30 orang sampel, didapat skor tertinggi 24,93 detik, skor terendah 39,96 detik, rata-rata (*mean*) 32,73 detik, simpangan baku (standar deviasi) 3,25 detik. Dari data hasil tes ini dapat dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kemampuan Dribbling Pemain SSB Alif FC Padang

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 30 sampel yang diteliti, 2 orang (6,7%) memiliki hasil kemampuan *dribbling* pada kelas interval < 27.86 detik, berada pada kategori baik sekali. 6 orang (20,0%) memiliki hasil kemampuan *dribbling* pada kelas interval 27.87-31.11 detik, berada pada kategori baik, 12 orang (40,0%) memiliki hasil kemampuan *dribbling* pada kelas interval 31.12-34.36 detik, berada pada kategori sedang. 8 orang (26,7%) memiliki hasil kemampuan *dribbling* pada kelas interval 34.37-37.61 detik, berada pada kategori kurang, dan 2 orang (6,7%) memiliki hasil kemampuan *dribbling* pada kelas interval >37,62, berada pada kategori kurang sekali. Dari analisis data diperoleh rata-rata kemampuan *dribbling* Pemain SSB Alif FC Padang adalah 32,73 detik, maka kemampuan *dribbling* Pemain SSB Alif FC Padang berada pada kategori sedang. Untuk lebih jelasnya distribusi frekuensi hasil data variabel kemampuan *dribbling* juga dapat dilihat pada gambar 2 di bawah ini :





**Gambar 2. Histogram Frekuensi Hasil Data Kemampuan *dribbling* Pemain SSB Alif FC Padang**

## PEMBAHASAN

Dari unsur-unsur yang terdapat dalam koordinasi gerak diketahui terdapat beberapa unsure penting, yaitu unsur keseimbangan, kecepatan, kelincihan dan koordinasi, Keseimbangan merupakan kemampuan tubuh untuk mempertahankan posisi atau sikap tubuh secara tepat pada saat melakukan gerakan, karena pada dasarnya keseimbangan sangat diperlukan untuk selalu dapat mempertahankan postur dan kondisi tubuh baik pada saat berjalan, berlari, atau melakukan aktifitas fisik lainnya. Pada saat bermain bola seorang pemain harus memiliki keseimbangan tubuh untuk bisa melewati lawan dengan cara menggiring bola, karna keseimbangan sangat berpengaruh dalam penguasaan bola pada saat pertandingan. Apabila pemain tersebut tidak memiliki keseimbangan yang baik dalam perlindungan bola pada saat menggiring bola, maka bola tersebut mudah direbut dan dicuri oleh lawan, sehingga

serangan yang dibuat terhenti karna kemampuan keseimbangan yang tidak baik.

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

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 Alif FC 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.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat dikemukakan kesimpulan bahwa koordinasi gerak memiliki hubungan yang signifikan terhadap kemampuan *dribbling* pemain sepakbola SSB Alif FC Padang dengan  $r_{hitung} 0,594 > r_{tabel} 0,361$ .

## DAFTAR PUSTAKA

- Abus, Emral. (2005). Buku Ajar Sepak Bola. Padang: FIK UNP Padang.
- Afrizal, S. (2018). Daya ledak Otot Tungkai Dan Kelentukan Berkontribusi Terhadap Akurasi Shooting Sepakbola. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(02), 81-81.
- Andera, M. R., Bakhtiar, S., Emral, E., & Martha, I. A. (2022). Kontribusi Koordinasi dan Kecepatan terhadap Kemampuan Dribbling Atlet Sepak Bola SSB Ripans Soccer School. *Jurnal JPDO*, 5(11), 115-121.
- Ardiansyah, A., & Komaini, A. (2019). Tinjauan kemampuan teknik dribbling pemain sepak bola seven fc ulakan padang pariaman. *JURNAL STAMINA*, 2(5), 31-36.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Atradinal, A., & Sepriani, R. (2017). Pemulihan Kekuatan Otot Pada Atlet Sepakbola. *Jurnal MensSana*, 2(2), 99-105.
- Didi, M. (2021). Peningkatan Kemampuan Dribbling melalui Variasi Latihan Dribbling Menggunakan Metode Circuit Training With The Ball pada Pemain Sepakbola.
- Hardiansyah, S. (2018). Analisis Kemampuan Kondisi Fisik Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. *Jurnal MensSana*, 3(1), 117-123.
- Ikhsan, A. (2019). Tinjauan Kemampuan Dribbling Siswa SSB di Kecamatan Basa Ampek Balai Tapan Kabupaten Pesisir Selatan (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Padang).
- Lawanis, H. (2019). Overview of Physical Conditioning of Hockey Athlete. *Jurnal Performa Olahraga*, 4(01), 6-12.
- Lawanis, H., & Astuti, Y. (2022). INNOVATIVE DEVELOPMENT OF THE SOCCER LEARNING MODEL BASED ON ARTICULATE STORYLINE. *Journal of Higher Education Theory and Practice*, 22(12), 255

- Luthfi, F. H. (2018). Tinjauan Kemampuan Teknik Pemain Sekolah Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 145-151.
- Marta, I. A., & Oktarifaldi, O. (2020). Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan terhadap Kemampuan Dribbling Sepakbola. *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 4(1), 1-14.
- Pratama, D. (2021). Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepakbola Remaja Sialang Putra Kecamatan Kapur IX Kabupaten 50 Kota (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Padang).
- Rahman, K. S., & Padli, P. (2020). Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Sepak Bola. *Jurnal Patriot*, 2(2), 369-379.
- Syafruddin, 2017. Perangkat pembelajaran ilmu melatih dasar. Padang: FIK UNP
- Yulifri, Y. (2018). Pembinaan Prestasi Sekolah Sepakbola di Kabupaten Padang Pariaman. *Jurnal Stamina*, 1(1), 451-457.
- Zulkifli, Z. (2022). Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Atlet Bola basket Siswa Sekolah Menengah Atas Pembangunan Laboratorium Universitas Negeri Padang (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Padang).