



Hubungan Koordinasi Gerak Terhadap Kemampuan *Shooting* Tim Sepak Bola SKO Sumbar

Muhammad Trifansyah¹, Syahrial Bakhtiar², Atradinal³, Arie Asnaldi⁴

¹²³⁴Departemen pendidikan olahraga, fakultas ilmu keolahragaan, universitas negeri padang

Muhammadtrifansyah001@gmail.com, syahrial@fik.unp.ac.id, atradinal@fik.unp.ac.id, asnaldi@fik.unp.ac.id

Doi: <https://doi.org/10.24036/JPDO.8.6.2025.169>

Kata kunci : Koordinasi Gerak, Shooting, Sepakbola

Abstrak : Permasalahan dalam penelitian ini adalah masih rendahnya tingkat kemampuan shooting pemain tim sepakbola SKO sumbar yang diduga disebabkan oleh faktor koordinasi gerak. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara koordinasi gerak dengan kemampuan shooting pemain tim sepakbola SKO sumbar. Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari 2025 di lapangan Brandon Padang. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain tim sepakbola SKO sumbar yang berjumlah 20 orang pemain. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 20 orang pemain. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah 1) motor Koordination dengan menggunakan tes motor koordinasi, dan 2) tes kemampuan shooting sepakbola. Teknik analisis data menggunakan analisis statistik korelasi sederhana atau *product moment* yang dilanjutkan dengan uji signifikansi dengan analisis uji t. Hasil penelitian ini adalah: koordinasi gerak memiliki hubungan yang signifikan terhadap kemampuan *shooting* pemain tim sepakbola SKO Sumbar dengan rhitung $0.575 > r_{tabel} 0,444$. Artinya semakin baik koordinasi gerak seorang pemain sepakbola maka akan semakin baik juga kemampuan shooting pemain tersebut.

Keywords: Coordination of Movement, Shooting, Football

Abstract: The problem in this study is the low level of shooting ability of the SKO Sumbar soccer team players which is thought to be caused by the coordination of movement factor. The purpose of this study was to determine the relationship between coordination of movement and the shooting ability of the SKO Sumbar soccer team players. This type of research is correlational research. This research was conducted in January 2025 at the Brandon Padang field. The population in this study were all SKO Sumbar soccer team players totaling 20 players. The sampling technique used the total sampling technique, so the number of samples in this study was 20 players. The instruments used in this study were 1) motor coordination using the motor coordination test, and 2) soccer shooting ability test. The data analysis technique used simple correlation statistical analysis or product moment which was continued with a significance test with t-test analysis. The results of this study are: coordination of movement has a significant relationship to the shooting ability of the SKO Sumbar soccer team players with r count $0.575 > r$ table 0.444 . This means that the better a soccer player's movement coordination, the better the player's shooting ability will be.

PENDAHULUAN

Dalam kehidupan manusia gerak merupakan suatu kebutuhan dan mempunyai nilai yang sangat strategis bagi manusia dalam kehidupannya (Asnaldi, A., Zulman, F. U., & Madri, M, 2018)

Olahraga adalah suatu aktivitas yang banyak dilakukan oleh masyarakat, keberadaannya sekarang ini tidak lagi dipandang sebelah mata tetapi sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat (Asnaldi, 2019).

“Olahraga adalah suatu kegiatan fisik yang bertujuan untuk kesehatan, kebugaran, pendidikan, rekreasi dan prestasi (Atradinal, 2018).

Olahraga merupakan suatu kegiatan yang banyak dilakukan oleh masyarakat Keberadaannya saat ini tidak lagi dianggap remeh namun sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat (Marta, I. A., & Neldi, H., 2023).

Olahraga merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas hidup manusia Indonesia secara jasmaniah, rohaniah, dan sosial dalam mewujudkan masyarakat yang maju, adil, sejahtera, dan demokratis.

Olahraga merupakan satu kebutuhan hidup yang tidak dapat ditinggalkan. Sebuah aktivitas olahraga harus dilakukan secara kontinu dan selaras. Aktivitas olahraga dapat dilakukan oleh siapapun karena tidak memandang ras, agama maupun tingkatan sosial (Hidayat, I. N., Emral, Putra, A. N., & Lawanis, H. (2023).

Secara umum olahraga mempunyai fungsi untuk meningkatkan kesegaran jasmani, mental, dan rohani serta ditujukan untuk membentuk sikap, kepribadian, disiplin, dan sportifitas tinggi. Sedangkan secara khusus olahraga mempunyai tujuan untuk mencapai prestasi (Darmawan, 2016).

Keolahragaan adalah segala aspek yang berkaitan dengan olahraga yang memerlukan pengaturan, pendidikan, pelatihan, pembinaan, pengembangan, dan pengawasan.

Kegiatan olahraga bukan hanya sekedar untuk menyehatkan jasmani semata, namun banyak manfaat yang didapat jika melakukan kegiatan olahraga.

Olahraga juga dapat dijadikan ajang kompetisi untuk berpacu dalam pencapaian sebuah prestasi baik secara individu maupun kelompok. (Febrio, D., Sepriadi, S., Zulman, Z., & Lawanis, H. 2023).

Olahraga pada saat sekarang ini dapat dikatakan sebagai suatu kebutuhan yang merupakan kegiatan yang dilakukan manusia yang ingin sehat baik jasmani maupun rohaninya (Rosmawati, 2016).

“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).

Pembentukan dan pengembangan olahraga harus dikembangkan sedini mungkin semaksimal mungkin, untuk menciptakan generasi muda berprestasi dan nama bangsa.

Prestasi yang didapat dari program yang terencana, berjenjang, dan berkelanjutan serta didukung oleh ilmu pengetahuan dan teknologi olahraga” (Sari, D. N., Wulandari, I., & Hardiansyah, S, 2020).

Prestasi dapat diartikan sebagai hasil tertinggi yang ingin dicapai dari pelaksanaan suatu kegiatan dalam olahraga, (Dwiapta, Y., & Yaslindo, Y, 2020).

Pencapaian suatu prestasi dibidang olahraga pada dasarnya merupakan hasil akumulatif dari berbagai aspek/ unsure yang mendukung terwujudnya prestasi (Suwirman, 2019).

Secara umum kebugaran jasmani dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang melakukan kerja sehari-hari secara efisien tanpa menimbulkan kelelahan yang berlebihan sehingga masih dapat menikmati waktu luang. (Sari, Dessi Novita, 2020)

“Pembinaan dan pengembangan olahraga salah satu tujuannya adalah untuk mencapai prestasi. Prestasi dapat diartikan sebagai hasil tertinggi yang dicapai dalam pelaksanaan suatu kegiatan yang memiliki tujuan dan target”. (Putra, Aldo Naza, and Vivaldi Gazali, 2017).

Pengembangan dan pembinaan olahraga dapat dilakukan dalam berbagai kegiatan keolahragaan secara aktif yang dilaksanakan oleh masyarakat, baik atas dorongan masyarakat itu sendiri maupun pemerintah daerah (Yulifri & Sepriadi, 2018).

Pencapaian prestasi olahraga merupakan alasan yang tepat untuk menunjang pembangunan di bidang olahraga, terutama dalam pengadaan sarana dan prasarana olahraga.

Sepakbola adalah permainan yang dimainkan oleh dua tim, dengan setiap tim berjumlah sebelas orang, satu dari sebelas orang di tim harus menjadi penjaga gawang, tujuan permainan sepakbola ini adalah untuk mencetak gol ke tim lain dan mencegah gol ke tim sendiri (Anam et al., 2018)

Teknik dasar sepakbola terdiri dari teknik dasar tanpa bola dan teknik dengan bola, teknik dasar ini diperlukan untuk dapat memainkan sepakbola (Anam et al., 2019)

Mengajarkan gerak dasar pada siswa merupakan hal penting yang tidak bisa disepelekan. Karena keterampilan gerak dasar yang dimiliki oleh anak akan berkorelasi dengan perkembangan kemampuan kognitif anak, seperti menulis, membaca dan berhitung (Bakhtiar et al., 2020).

Berdasarkan penjelasan sebelumnya,

dapat diartikan bahwa keterampilan gerak dasar juga secara simultan akan memberikan manfaat lain dalam aspek kesehatan seperti obesitas serta memprediksi tingkat aktifitas gerak anak.

Kemampuan gerak yang dimiliki oleh anak dalam keterampilan gerak dasar menggambarkan derajat penguasaan keterampilan dalam menggunakan jari-jari tangan, koordinasi mata-tangan dan mata-kaki, tempo keseimbangan, serta persepsi visual (Bakhtiar, 2014).

Penjelasan sebelumnya mengisyaratkan bahwa keterampilan gerak dasar adalah media bagi setiap anak dalam membantu tumbuh serta kemampuan anak dalam mengembangkan faktor fisik lain. Diantaranya adalah koordinasi, keseimbangan persepsi visual yang merupakan fondasi dasar yang harus dikuasai anak dengan baik.

Mengembangkan keterampilan gerak dasar dapat dilakukan dengan cara yang menyenangkan, hal ini perlu menjadi perhatian khusus orang tua dan guru disekolah dalam hal memberikan pembelajaran keterampilan gerak seperti melalui aktivitas bermain untuk usia anak taman kanak-kanak.

Menendang bola ialah teknik dasar penting dalam bermain sepak bola. Teknik dasar sepakbola terdiri dari teknik dasar dengan bola dan teknik dasar tanpa bola.

Teknik menendang (*kicking*) merupakan salah satu teknik dasar dalam sepakbola yang termasuk dalam teknik dasar dengan bola (Anam, 2013). Teknik menendang merupakan dasar permainan sepak bola yang harus dikuasai oleh pemain

Karena tim sepak bola yang baik adalah jika semua pemain menguasai teknik menendang bola dengan benar. Analisis piala dunia sepak bola 2010 mengungkapkan bahwa 80,69% gol dicapai dengan tendangan

Tujuan utama *attacking* atau menyerang

adalah mencetak gol ke gawang lawan, semakin baik tingkat akurasi umpan dan tendangan tiap pemain, maka kemungkinan penguasaan permainan di lapangan oleh sebuah tim semakin tinggi, dan peluang kemenangan tentunya ikut tinggi

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.

Sekolah Sepak Bola SKO Sumbar 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.

Sekolah Sepak Bola SKO Sumbar telah melaksanakan pembinaan dengan latihan dan pengembangan teknik, salah satunya adalah teknik menendang bola (*shooting*). Banyak pakar sepak bola menjelaskan bahwa, untuk anak usia dini keterampilan yang sangat dominan untuk dikuasai adalah menendang bola (*shooting*).

Tujuan Teknik menendang bola adalah untuk memberikan operan, menembakkan banyak bola ke gawang musuh, untuk mematahkan serangan musuh, tendangan sudut, tendangan gawang, dan tendangan bebas

Kemampuan menendang bola dengan baik, berkaitan dengan koordinasi, karena tanpa adanya koordinasi maka akan sulit untuk mengarahkan bola secara tepat saat melakukan tendangan. Dengan demikian, fungsi

koordinasi yaitu menghasilkan suatu gerakan yang tepat, cepat, dan efisien (Anas, M. R. (2018).

Koordinasi memiliki hubungan terhadap keterampilan menendang bola. Namun ada juga penelitian yang mengatakan bahwa koordinasi tidak memiliki hubungan terhadap keterampilan menendang bola. Maka dari itu, perlu analisis lebih lanjut untuk membuktikan apakah terdapat hubungan koordinasi terhadap keterampilan menendang bola.

Hal tersebut dapat dilakukan oleh seseorang yang memahami gerak dan fungsi yang berkaitan dengan koordinasi serta olahraga sepak bola, Oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan koordinasi terhadap keterampilan menendang bola pada pemain sepak bola.

METODE

Penelitian ini termasuk jenis penelitian korelasional. Arikunto (2010) 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 shooting pemain sepak bola SKO Sumbar. Rancangan dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan rancangan penelitian korelasi.

Arikunto (2006) menyebutkan bahwa "korelasional yaitu suatu alat statistika, yang dapat digunakan untuk membandingkan hasil pengukuran dua variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel ini". Adapun variabel bebas (X) dalam penelitian ini yaitu daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki, sedangkan variabel terikatnya yaitu shooting (Y).

Penelitian ini dilakukan di lapangan Sepakbola SKO Sumbar. Sedangkan waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari 2025.

Populasi dalam penelitian ini adalah para pemain sepak bola SKO Sumbar yang terdaftar dan aktif latihan. Setelah penulis survei di lapangan dan berdasarkan informasi yang diberikan oleh pengurus SKO Sumbar pemain yang terdaftar dan aktif latihan terdiri dari beberapa kelompok usia yang kurang lebih terdiri atas 20 orang

Penentuan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu berdasarkan tujuan yang telah ditetapkan oleh peneliti yang berjumlah 20 orang pemain Sekolah SKO Sumbar. Instrumen dalam penelitian ini adalah 1) Tes Motor kordinasi yang terdiri dari



Gambar 1. Pelaksanaan *Balance Beam*
Sumber: dokumentasi penelitian

Teste melakukan dengan 3 kali upaya pada tiga balok berukuran berbeda, total sembilan upaya, skornya adalah jumlah langkah,

2. KTK moving sideways (bergerak ke samping)



Gambar 2. Pelaksanaan moving sideways
Sumber: dokumentasi penelitian

Sampel melakukan dengan 2 kali pelaksanaan dengan waktu 20 detik, skornya adalah jumlah total gerakan)

3. KTK jumping sideways (melompat menyamping)



Gambar 3. Pelaksanaan jumping sideways
Sumber: dokumentasi penelitian

Sampel melakukan dengan 2 kali upaya dengan waktu 15 detik, skornya adalah jumlah total lompatan)

Tes Menembak / Menendang Bola ke Sasaran (Shooting)



Gambar 4. Pelaksanaan Menembak / Menendang Bola ke Sasaran (Shooting)

Sumber: dokumentasi penelitian

Testi berdiri di belakang bola yang diletakkan pada sebuah titik yang berjarak 16,5 m di depan gawang/sasaran. Pada saat kaki testi mulai menendang bola, maka stop watch dijalankan dan berhenti saat bola mengenai sasaran. Testi diberi 3 (tiga) kali kesempatan.

HASIL

1. Koordinasi Gerak (X)

a. Balance Beam

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Hasil Data Balance beam

Kelas Interval	Fa	Fr	Kategori
≥ 44	3	15	Baik sekali
41-43	6	30	Baik
38-40	6	30	Sedang
35-37	5	25	Kurang
≤ 34	0	0	Kurang Sekali
Total	20	100	

Sumber: Data Penelitian

Dari 20 sampel yang diteliti, 3 orang (15%) memiliki hasil *balance beam* pada kelas interval >44 berada pada kategori baik sekali, 6 orang (30%) memiliki hasil *balance beam* pada

kelas interval 41-43, berada pada kategori baik, 6 orang (30%) memiliki hasil *balance beam* pada kelas interval 38-40, berada pada kategori sedang.

5 orang (25%) memiliki hasil *balance beam* pada kelas interval 35-37, berada pada kategori kurang. Dari analisis data diperoleh rata-rata *balance beam* Pemain tim sepakbola SKO Sumbar adalah 39,95, maka *balance beam* Pemain tim sepakbola SKO Sumbar berada pada kategori sedang.

b. Jumping side way

Tabel 2. Hasil Data Jumping side way

Kelas Interval	Fa	Fr	Kategori
≥ 92	3	15	Baik sekali
85-91	4	20	Baik
78-84	8	40	Sedang
70-76	3	15	Kurang
≤ 69	2	10	Kurang Sekali
Total	20	100	

Sumber: Data Penelitian

Dari 20 sampel yang diteliti, 3 orang (15%) memiliki hasil *Jumping side way* pada kelas interval >92 berada pada kategori baik sekali, 4 orang (20%) memiliki hasil *Jumping side way* pada kelas interval 85-91, berada pada kategori baik, 8 orang (40%) memiliki hasil *Jumping side way* pada kelas interval 78-84, berada pada kategori sedang.

3 orang (15%) memiliki hasil *Jumping side way* pada kelas interval 70-76 berada pada kategori kurang, dan 2 orang (10%) memiliki hasil *Jumping side way* pada kelas interval ≤ 69, berada pada kategori kurang sekali.

Dari analisis data diperoleh rata-rata *Jumping side way* Pemain tim sepakbola SKO Sumbar adalah 81,35, maka *Jumping side way* Pemain tim sepakbola SKO Sumbar berada pada kategori sedang.

c. Moving side way

Tabel 3. Hasil Data Moving side way

Kelas Interval	Fa	Fr	Kategori
≥ 68	2	10	Baik sekali
63-67	6	30	Baik
59-62	9	45	Sedang
55-58	2	10	Kurang
≤ 54	1	5	Kurang Sekali
Total	20	100	

Sumber: Data Penelitian

Dari 20 sampel yang diteliti, 2 orang (10%) memiliki hasil *moving side way* pada kelas interval >68 berada pada kategori baik sekali, 6 orang (30%) memiliki hasil *moving side way* pada kelas interval 63-67, berada pada kategori baik, 9 orang (45%) memiliki hasil *moving side way* pada kelas interval 59-62, berada pada kategori sedang.

2 orang (10%) memiliki hasil *moving side way* pada kelas interval 55-58 berada pada kategori kurang, dan 1 orang (5%) memiliki hasil *moving side way* pada kelas interval ≤ 54, berada pada kategori kurang sekali.

Dari analisis data diperoleh rata-rata *moving side way* Pemain tim sepakbola SKO Sumbar adalah 61,55, maka *moving side way* Pemain tim sepakbola SKO Sumbar berada pada kategori sedang.

d. Hand and Eye Coordination

Tabel 4. Hasil Data Hand and Eye Coordination

Kelas Interval	Fa	Fr	Kategori
≥ 30	2	10	Baik sekali
27-29	6	30	Baik
24-26	6	30	Sedang
21-23	5	25	Kurang
≤ 20	1	5	Kurang Sekali
Total	20	100	

Sumber: Data Penelitian

Dari 20 sampel yang diteliti, 2 orang (10%) memiliki hasil *hand and eye coordination* pada kelas interval >30 berada pada kategori

baik sekali, 6 orang (30%) memiliki hasil *hand and eye coordination* pada kelas interval 27-29, berada pada kategori baik, 6 orang (30%) memiliki hasil *hand and eye coordination* pada kelas interval 24-26, berada pada kategori sedang.

5 orang (25%) memiliki hasil *hand and eye coordination* pada kelas interval 21-23, berada pada kategori kurang, dan 1 orang (5%) memiliki hasil *hand and eye coordination* pada kelas interval ≤ 20, berada pada kategori kurang sekali.

Dari analisis data diperoleh rata-rata *hand and eye coordination* Pemain tim sepakbola SKO Sumbar adalah 25,3, maka *hand and eye coordination* Pemain tim sepakbola SKO Sumbar berada pada kategori sedang.

e. Koordinasi Gerak

Tabel 5. Hasil Data Koordinasi gerak

Kelas Interval	Fa	Fr	Kategori
≥ 221	1	5	Baik sekali
213-220	5	25	Baik
204-212	8	40	Sedang
195-203	5	25	Kurang
≤ 194	1	5	Kurang Sekali
Total	20	100	

Sumber: Data Penelitian

Dari 20 sampel yang diteliti, 1 orang (5%) memiliki hasil koordinasi gerak pada kelas interval >221 berada pada kategori baik sekali, 5 orang (25%) memiliki hasil koordinasi gerak pada kelas interval 213-220, berada pada kategori baik, 8 orang (40%) memiliki hasil koordinasi gerak pada kelas interval 204-212, berada pada kategori sedang.

5 orang (25%) memiliki hasil koordinasi gerak pada kelas interval 195-203, berada pada kategori kurang, dan 1 orang (5%) memiliki hasil koordinasi gerak pada kelas interval <194, berada pada kategori kurang sekali.

Dari analisis data diperoleh rata-rata koordinasi gerak Pemain tim sepakbola SKO

Sumbar adalah 208,15, maka koordinasi gerak Pemain tim sepakbola SKO Sumbar berada pada kategori sedang.

2. Kemampuan shooting (Y)

Tabel 6. Hasil Data Kemampuan shooting

Kelas Interval	Fa	Fr	Kategori
≥ 15	1	5	Baik sekali
12-14	7	35	Baik
9-11	6	30	Sedang
6-8	4	20	Kurang
≤ 5	2	10	Kurang Sekali
Total	20	100	

Sumber: Data Penelitian

Dari 20 sampel yang diteliti, 1 orang (5%) memiliki hasil kemampuan shooting pada kelas interval ≥ 15 , berada pada kategori baik sekali. 7 orang (35%) memiliki hasil kemampuan shooting pada kelas interval 12-14, berada pada kategori baik, 6 orang (30%) memiliki hasil kemampuan shooting pada kelas interval 9-11, berada pada kategori sedang.

4 orang (20%) memiliki hasil kemampuan shooting pada kelas interval 6-8, berada pada kategori kurang, dan 2 orang (10%) memiliki hasil kemampuan shooting pada kelas interval > 5 , berada pada kategori kurang sekali.

Dari analisis data diperoleh rata-rata kemampuan shooting Pemain tim sepakbola SKO Sumbar adalah 10,10, maka kemampuan shooting Pemain tim sepakbola SKO Sumbar berada pada kategori sedang.

Uji Persyaratan Analisis

Tabel 7. Uji Normalitas dengan Lilliefors

	Uji Lilliefors		Kesimpulan
	L_o	L_{tabel}	
Koordinasi gerak	0.101	0.190	Normal
Kemampuan shooting	0.136	0.190	Normal

Sumber: Data Penelitian

Berdasarkan uraian di atas semua variabel X dan 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 Korelasi

Uji korelasi dimaksudkan untuk mengukur seberapa besar keterkaitan antar satu variable bebas dengan variable terikat. Berdasarkan analisis uji korelasi sederhana diperoleh r_{hitung} sebesar 0,555 yang lebih besar dari r_{tabel} 0.444.

Berdasarkan pengambilan keputusan, jika $r_{hitung} > r_{tabel}$, maka H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa koordinasi gerak memiliki hubungan terhadap kemampuan shooting pemain tim sepakbola SKO Sumbar.

2. Uji Signifikansi

Uji signifikan berujuan untuk mengetahui seberapa signifikan keberartian korelasi antara koordinasi gerak dan kemampuan servis atas sepaktakraw. Berdasarkan analisis uji signifikansi diperoleh t_{hitung} sebesar 2,83 yang lebih besar dari t_{tabel} 1,73 pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$.

Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antar koordinasi gerak terhadap kemampuan shooting pemain dan kebenarannya dapat diterima secara empiris. Dapat disimpulkan jika koordinasi gerak yang dimiliki seorang atlet baik maka semakin baik juga kemampuan shooting yang dimiliki oleh atlet tersebut.

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 hipotesis data penelitian diperoleh kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola pemain tim sepakbola SKO Sumbar.

Berdasarkan analisis uji signifikansi diperoleh koefisien uji korelasi hitung (t_h) sebesar 2,83 yang lebih besar daripada koefisien uji korelasi tabel (t_t) sebesar 1,73. Oleh karena itu maka koordinasi gerak yang dimiliki oleh pemain sepakbola memiliki hubungan yang berarti dengan kemampuan teknik menggiring bola (*shooting*).

Artinya semakin baik koordinasi gerak seorang pemain bola, maka akan semakin baik juga kemampuan *shooting* yang dimiliki. Mengingat adanya hubungan yang berarti tersebut maka kepada pelatih tim sepakbola SKO Sumbar 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.

Dari unsure-unsur yang terdapat dalam koordinasi gerak diketahui terdapat beberapa unsure penting, yaitu unsur keseimbangan, kecepatan, kelincahan 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, karena keseimbangan sangat berpengaruh dalam penguasaan bola pada saat pertandingan.

Apabila pemain tersebut tidak memiliki keseimbangan yang baik dalam perlindungan bola pada saat shooting, maka bola tersebut tidak akan tepat sasaran ke arah gawang, sehingga tidak menghasilkan keunggulan bagi tim.

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 *shooting* 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 *shooting*.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat dikemukakan kesimpulan bahwa koordinasi gerak memiliki hubungan yang signifikan terhadap kemampuan *shooting* pemain tim sepakbola SKO Sumbar dengan $r_{hitung} 0,555 > r_{tabel} 0,444$.

DAFTAR PUSTAKA

- Anam, K. (2013). Pengembangan Latihan Ketepatan Tendangan dalam Sepakbola untuk Anak Kelompok Umur 13-14 Tahun. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, Volume 3. Nomor 2. Edisi Desember 2013. ISSN: 2088-6802., <http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/miki>, 79-88
- Anas, M. R. (2018). Hubungan Kekuatan Otot Tungkai, Panjang Tungkai, dan Kekuatan Otot Perut dengan Ketepatan Shooting ke Gawang dalam Permainan Futsal GL Fc Kota Blitar. *Jurnal Universitas Nusantara PGRI Kediri Vol 02, No 07*. ISSN: 2599-3011. <http://simki.unpkediri.ac.id>, 1-9.
- Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta

- Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Asnaldi, A. (2019). Kontribusi Motor Ability Dan Konsentrasi Terhadap Kemampuan Penguasaan Kata Heian Yodan Karateka Lemkari Dojo Angkasa Lanud Padang. *Jurnal Menssana*, 4(1), 17-29.
- Asnaldi, A., Zulman, F. U., & Madri, M. (2018). Hubungan Motivasi olahraga dan kemampuan motorik dengan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Sintoga Kecamatan Sintuk Toboh Gadang Kabupaten Padang Pariaman. *Jurnal MensSana*, 3(2), 16-27.
- Atradinal, A. (2018). Pengaruh Model Latihan Fartlek Terhadap Daya Tahan Aerobik Atlet Sekolah Sepakbola Psts Tabing. *Sporta Sainatika*, 3(1), 432.
- Bakhtiar, 2014. *Belajar Motorik Dasar*. Padang. FIK UNP
- Bakhiar et al.,. 2020. *Sistem Identifikasi Bakat Dalam Olahraga*. Edisi Pert. Malang: Wineka Media.
- Darmawan, A. (2016). Analisis Swot Pembinaan Prestasi Di Pgsi (Persatuan Gulat Seluruh Indonesia) Kabupaten Lamongan. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 5(2), 43-52.
- Dwiipta, Y., & Yaslindo, Y. (2020). Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Bulutangkis PB Pamungkas Padang. *Jurnal JPDO*, 3(1), 14-20.
- Febrio, D., Sepriadi, S., Zulman, Z., & Lawanis, H. (2023). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kelentukan Terhadap Kemampuan Smash Atlet Bola Voli
- Hidayat, I. N., Emral, Putra, A. N., & Lawanis,

- H. (2023). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Konsentrasi Dengan Kemampuan Shooting Ke Gawang. *Jurnal Pendidikan Dan Olahraga*, 2(7), 32–40.
- Marta, I. A., & Neldi, H. (2023). Hand Eye Coordination and Explosive Power of Limb Muscles for Under Ring Ability in playing Basketball. *Halaman Olahraga Nusantara: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 6(1), 1-14.
- Nur, Madri & Zalfendi, "Tinjauan Tingkat Kesegaran Jasmani Pada Siswa Putera Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Gulat Di Smp Negeri 30 Padang", *jm*, vol. 3, no. 1, pp. 67-76, Jun. 2018
- Putra, Aldo Naza, and Vivaldi Gazali. "Kontribusi Kelentukan Pinggang dan Kelincahan terhadap Kemampuan Dribbling Atlet Sepakbola PSTS Tabing Padang." *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga* 16.2 (2017).
- Rosmawati, F. U. (2016). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Kemampuan Shooting Pemain Club Futsal Sekolah Menengah Kejuruan Nusatama Padang. *Jurnal Menssana*, 1(2), 11-19.
- Sari, D. N., Wulandari, I., & Hardiansyah, S. (2020, August). Contributions of Arm Muscle Strength Against Forehand Drive Skills for Table Tennis Athletes. In *1st International Conference of Physical Education (ICPE 2019)* (pp. 120-123). Atlantis Press.
- Sari, Dessi Novita. "Tinjauan kebugaran jasmani siswa sekolah dasar." *Jurnal Sporta Sainatika* 5.2 (2020): 133-138.
- Suwirman, S. (2019). Peningkatan kualitas pelatih pencak silat di kabupaten dharmasraya. *Jurnal berkarya pengabdian masyarakat*, 1(1), 1-12.
- Yulifri & Sepriadi. (2018). Hubungan daya ledak otot tungkai dan otot lengan dengan ketepatan smash atlet bolavoli gempar Kabupaten Pasaman Barat. *Jurnal Menssana*, 3(1), 19-32.