

ANALISIS KELINCAHAN DAN KOORDINASI TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA MURID SDN 44 PALANGKA

Ahmad Adil, Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Makassar^{1*}

Andi Ihsan, Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Makassar²

Abdul Rahman, Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar³

Muh. Adnan Hudain, Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Makassar⁴

Fahrizal, Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Makassar⁵

Abstract

This study aims to obtain answers to the problems: (1) Is there a relationship between agility and the ability to dribble in a soccer game (2) Is there a relationship between coordination and the ability to dribble in a soccer game (3) Is there a joint relationship between agility and coordination on the ability to dribble in soccer games. This research is descriptive in nature towards two independent variables and one dependent variable. the sample is students of SDN 44 Palangka with a total sample of 25 people. Data analysis technique using correlation (R-test) Based on the results of data analysis can be interpreted as follows: (1). There is a relationship between agility and the ability to dribble in soccer games, where the value of $r = 0.780$ ($P < 0.05$). with a linkage or contribution of 60.9%. (2). There is a relationship between coordination and the ability to dribble in soccer games, where the value of $r = 0.666$ ($P < 0.05$). with a link or contribution of 44.3%. (3). There is a relationship between agility and coordination on the ability to dribble in soccer games, where the value of $R = 0.7791$ ($P < 0.05$). with a linkage or contribution of 62.6%.

Keywords: Agility, Coordination, Football

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh jawaban atas permasalahan: (1) Apakah ada hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola (2) Apakah ada hubungan antara koordinasi dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola (3) Terdapat hubungan secara bersama-sama antara kelincahan dan koordinasi terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola. Penelitian ini bersifat deskriptif terhadap dua variabel bebas dan satu variabel terikat. sampelnya adalah siswa SDN 44 Palangka dengan jumlah sampel 25 orang. Teknik analisis data menggunakan korelasi (R-test) Berdasarkan hasil analisis data dapat diartikan sebagai berikut: (1). Ada hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola, dimana nilai $r = 0,780$ ($P < 0,05$). dengan keterkaitan atau kontribusi sebesar 60,9%. (2). Ada hubungan antara koordinasi dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola, dimana nilai $r = 0,666$ ($P < 0,05$). dengan link atau kontribusi sebesar 44,3%. (3). Ada hubungan antara kelincahan dan koordinasi terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola, dimana nilai $R = 0,7791$ ($P < 0,05$). dengan keterkaitan atau kontribusi sebesar 62,6%.

Kata Kunci : Kelincahan, Koordinasi dan Sepakbola

Email Korespondensi : ahmad.adil@unm.ac.id@gmail.com
Alamat Korespondensi : BTN. Griya Asri Sakinah, Indonesia

PENDAHULUAN

Bangsa Indonesia adalah bangsa yang sedang berkembang yang ingin mensejajarkan diri dengan bangsa lain di dunia yang telah maju. Oleh sebab itu pembangunan disegala bidang giat dan marak dilaksanakan. Pembangunan nasional pada hakikatnya adalah pembangunan manusia indonesia seutuhnya dan pembangunan masyarakat Indonesia seluruhnya. Contoh pembangunan yang sedang dilaksanakan adalah pembangunan fisik seperti sarana dan prasarana, pembangunan mental seperti pendidikan, kesehatan, kesejahteraan sosial dan lain-lain.

Olahraga sekarang ini sudah sangat berkembang, termasuk juga olahraga sepakbola. Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang sangat populer dan digemari oleh seluruh lapisan masyarakat Indonesia. Perkembangan sepakbola di Indonesia makin pesat sehingga tidak hanya laki-laki yang bermain sepakbola, bahkan sekarang sepakbola juga dimainkan oleh kaum wanita. Di Indonesia dalam rangka memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat, sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang diprioritaskan untuk dibina.

Usaha meningkatkan prestasi dalam olah raga sepakbola tidak lepas dari berbagai faktor utama diantaranya dengan peningkatan faktor kondisi fisik dan kesegaran jasmani yang dapat meningkatkan penguasaan dan keterampilan teknik dasar. Dengan penguasaan teknik dasar yang baik, diharapkan akan memudahkan seseorang untuk mencapai kemampuan permainan yang maksimal.

Salah satu faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya prestasi seorang pemain sepakbola adalah penguasaan teknik dasar permainan sepakbola yang baik dan benar. Teknik dasar yaitu semua kegiatan yang mendasar sehingga dengan modal teknik dasar yang baik seorang pemain sepakbola akan dapat bermain dengan baik di segala posisinya (Sarumpeat, 1992). seorang pemain sepakbola yang tidak menguasai teknik dasar dan keterampilan bermain sepakbola tidak akan bisa menjadi pemain yang baik. Pemain sepakbola yang baik harus memenuhi syarat, baik sebagai individu maupun sebagai tim keseblasan, artinya sebagai individu ia harus memiliki kemampuan fisik dan teknik yang sempurna, sedangkan sebagai anggota keseblasan dengan kemampuannya ia harus dapat bekerja sama dengan pemain lain membentuk suatu tim yang tangguh. Sepakbola modern dilakukan dengan keterampilan lari dan operan bola dengan gerakan-gerakan yang sederhana disertai dengan kelincahan dan ketepatan. Aktifitas dalam permainan sepaqkbola tersebut dikenal dengan nama drebling (menggiring bola). Menggiring bola diartikan dengan gerakan lari dengan menggunakan kaki mendorong bola agar bergulir terus menurun di atas tanah. Menggiring bola hanya dilakukan pada saat-saat yang menguntungkan saja yaitu bebas dari lawan. Pada dasarnya menggiring bola adalah menendang terputus-putus atau pelan-pelan, oleh karena itu bagian kaki yang digunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang digunakan untuk menendang bola. Tujuan menggiring bola antara lain untuk mendekati jarak sasaran melewati lawan.

Menggiring adalah suatu usaha seseorang untuk mengantar bola ke tujuannya atau adanya perpindahan bola. Menggiring bola dalam permainan seapakbola merupakan teknik yang sering sekali digunakan oleh pemain. Olehnya itu, dalam permainan sepakbola teknik menggiring bola tidak boleh dianggap remeh, sebab teknik tersebut adalah kunci dalam mengacaukan pertahanan lawan sehingga serangan tidak mudah dihalau oleh pemain lawan.

Menggiring bola dalam permainan sepakbola ditentukan oleh penguasaan bola yang baik, yakni boal harus sedekat mungkin dengan kaki dan dengan dibawa serta digiring ke tempat tujuan. Untuk mendapatkan aksi menggiring bola yang maksimal dibutuhkan dukungan dari gerakan-gerakan yang terkoordinasi sehingga menampakkan suatu kesatuan gerakan menggiring bola dengan benar. Dalam usaha mencapai koordinasi gerakan tersebut perlu adanya latihan yang teratur,

terencana dan intensif sehingga akan melahirkan gerakan yang terampil dengan teknik –teknik menggiring bola yang baik. Gerakan yang diharapkan dalam menggiring bola adalah aksi dari gerakan badan, koordinasi mata dengan kaki dalam perkenaan bola, letak kaki dengan bola mengenadalikan dan mengontrol bola. Pemain yang memiliki hal tersebut dan menguasai teknik menggiring bola itu sendiri akan menguasai dan mengatasi situasi permainan.

Penguasaan teknik menggiring bola merupakan salah satu faktor yang menentukan kualitas penampilan dalam permainan sepakbola. Kemampuan menggiring bola yang dilakukan selalu menggunakan bagian-bagian dari kaki. Keterampilan dalam mengontrol bola melalui gerakan–gerakan kaki disertai dengan kemampuan kontrol penglihatan terhadap arah atau kelincahan bola yang sedang dikuasai sangat menentukan kecermatan dalam menggiring bola dalam permainan sepakbola.

Untuk mencapai kemampuan menggiring bola yang baik dalam permainan sepakbola diperlukan beberapa kemampuan komponen fisik, diantaranya kelincahan dan koordinasi mata-kaki. Kelincahan sangat dibutuhkan dalam melakukan menggiring bola yaitu pada proses menggiring bola sambil berlari menerobos melewati lawan dengan memaksimalkan kelincahan sedangkan unsur fisik koordinasi mata-kaki digunakan pada saat mengontrol bola yang sedang digiring sehingga bola tetap pada penguasaan kaki, walaupun dalam keadaan berlari sambil menggiring bola.

Kemampuan dalam memainkan bola di lapangan agar pemain Indonesia rata-rata hampir sama, tetapi kebanyakan pemain tidak dapat mempertahankan keterampilannya dalam menggiring bola di lapangan. Rata-rata pemain hanya dapat mempertahankan bola di kakinya dalam beberapa langkah saja, pada hal seorang pemain harus mampu menggiring bola dengan melewati pemain lawan menuju daerah sasaran yang terakhir yaitu gawang lawan. Pemain sulit memeperlihatkan permainan yang indah dalam menggiring bola. Menggiring bola sangat diperlukan dalam permainan sepakbola terutama pada saat melakukan serangan ke daerah lawan. Tetapi yang terjadi pada SDN 44 Palangka, pemain sulit melewati lebih dari satu orang dalam menggiring bola. Hal inilah yang menjadi masalah yang sedang dihadapi oleh pemain-pemain SDN 44 Palangka

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasi. Tujuan dari penelitian ini untuk menganalisis kecepatan, kelincahan, koordinasi mata-kaki dengan kemampuan dribbling bola pada permainan sepakbola. Penelitian ini menggunakan analisis data regresi sederhana dan regresi ganda. Pada penelitian ini dalam menguji signifikansi koefisien jalur dengan menggunakan uji t atau uji F, sedangkan untuk menyatakan signifikan atau tidaknya koefisien jalur didasarkan pada hasil uji t, Uji normalitas dilakukan dengan galat taksiran. Variabel yang dalam penelitian ini yaitu X1 (Kelincahan), X2 (Koordinasi), X1 dan X2 merupakan variabel bebas, dan Variabel terikatnya yaitu Y (Kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada murid SDN 44 Palangka. Populasi penelitian ini adalah Murid SDN 44 Palangka dengan sampel 30 atlet.

Tempat penelitian di SDN 44 Palangka. Instrumen untuk mengukur kecepatan digunakan instrumen tes lari 30 meter (Arsil, 2009). Sedangkan untuk mengukur koordinasi digunakan tes koordinasi mata-kaki dalam Sepakbola (soccer volley test-modifikasi). Untuk mengukur kemampuan dribbling penelitian ini menggunakan tes menggiring bola (Nurhasan, 2001).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data hasil tes pengukuran kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola, akan dianalisis dengan teknik statistik deskriptif dan

statistik inferensial. Statistik deskriptif dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran umum data penelitian setiap variabel. Sedangkan statistik inferensial dimaksudkan untuk menguji hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini. Namun sebelum dilakukan analisis untuk menguji hipotesis dilakukan pengujian persyaratan analisis dengan uji normalitas data.

Analisis data deskriptif dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran umum data penelitian. Analisis deskriptif dilakukan terhadap data kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola. Analisis deskriptif meliputi; total nilai, rata-rata, maksimal dan minimum. Dari nilai-nilai statistik ini diharapkan dapat memberi gambaran umum tentang keadaan data kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola. Hasil analisis deskriptif setiap variabel penelitian ini dapat dilihat pada tabel 1

Tabel 1. Analisis Deskriptif Kelincahan, Koordinasi dan Menggiring

| Variabel | N | Min | Max | Mean | SD |
|----------------------------------|----|-------|-------|--------|-------|
| Kelincahan | 30 | 5.36 | 9.03 | 184.72 | 7.39 |
| Koordinasi | 30 | 8 | 14 | 286 | 11.04 |
| Kemampuan Menggiring Bola | 30 | 11.08 | 16.21 | 341.70 | 16.21 |

Berdasarkan tabel di atas merupakan gambaran data Kelincahan dan koordinasi dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola. dapat dikemukakan sebagai berikut: 1) Data kelincahan diperoleh nilai, total 184.72, rata-rata 7.39 data minimum 5.36, data maksimum 9.03 rentang 3.67. 2) Data koordinasi diperoleh nilai, total 286, rata-rata 11.04, data minimum 8, data maksimum 14 rentang 6. 3) Data kemampuan menggiring bola, diperoleh nilai, total 341.70, data minimum 11.08, data maksimum 16.21, rentang 5.13.

Uji normalitas data digunakan untuk mengetahui apakah sampel yang telah diambil berasal dari populasi yang sama (populasi data berdistribusi normal). Hasil uji normalitas data dengan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Z Test (K-SZ test)* dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Uji Normalitas Data

| Variabel | KS-Z | Ket |
|----------------------------------|-------|--------|
| Kelincahan | 0.543 | Normal |
| Koordinasi | 1.054 | Normal |
| Kemampuan Menggiring Bola | 0.602 | Normal |

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat di peroleh gambaran bahwa pengujian normalitas yang dilakukan secara statistik dengan menggunakan uji *kolmogorov-smirnov Z* di temukan nilai signifikansi di atas atau $p > 0,05$ maka dari itu dapat di simpulkan bahwa semua data yang ada berdistribusi normal. sehingga uji analisis parametrik dapat dilakukan.

Untuk menguji hipotesis tersebut maka dilakukan uji korelasi antara data kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola. dengan menggunakan teknik korelasi

Tabel 3. Rangkuman hasil analisis korelasi kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola

| Variabel | r | P | Keterangan |
|--------------------------------------|-------|-------|------------|
| KLC (X ₁) dengan KMB (Y) | 0.780 | 0.000 | Signifikan |

Kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola. Dengan demikian apabila pemain memiliki kelincahan yang baik, maka akan diikuti pula dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola yang baik pula. Untuk mengetahui keterkaitan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola

Tabel 4. Rangkuman hasil analisis korelasi koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola

| Variabel | r | P | Keterangan |
|--------------------------------------|-------|-------|------------|
| KMK (X ₂) dengan KMB (Y) | 0.666 | 0.000 | Signifikan |

Kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola. Dengan demikian apabila pemain memiliki koordinasi mata-kaki yang baik, maka akan diikuti pula dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola yang baik pula. Untuk mengetahui keterkaitan kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola

Tabel 5. Rangkuman hasil analisis korelasi kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola

| Variabel | R | P | Keterangan |
|--|-------|-------|------------|
| KLC (X ₁) KMK (X ₂) dengan KMB (Y) | 0.791 | 0.000 | Signifikan |

Kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola. Dengan demikian apabila pemain memiliki kelincahan dan koordinasi mata-kaki yang baik, maka akan diikuti pula dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola yang baik pula.

Hasil uji hipotesis; Ada sumbangsi yang signifikan antara kelincahan dan koordinasi mata-kaki dalam kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola. Apabila hasil penelitian ini dikaitkan dengan teori dan kerangka berfikir yang mendasarinya, maka pada dasarnya hasil penelitian ini mendukung dan memperkuat teori dan hasil-hasil penelitian yang telah dijelaskan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki memberikan sumbangsi dalam bergerak serta taiming yang tepat dalam melakukan menggiring bola, sebagai sumber tenaga dengan kemampuan bergerak semaksimal mungkin.

Unsur kelincahan dan koordinasi merupakan salah satu faktor terpenting dalam mencapai prestasi, seperti kekuatan, kelincahan, keseimbangan dan sebagainya. Menurut Syam (2000:21) bahwa: "Latihan merupakan salah satu proses atau priode waktu yang berlangsung selama beberapa tahun sampai olahragawan mencapai standar penampilan yang tinggi." dan Syam (2000:21) mengemukakan pula bahwa: "Latihan latihan fisik yang dilakukan secara teratur, sistematis dan berkesinambungan, yang dituangkan dalam suatu program latihan dapat meningkatkan kemampuan fisik secara nyata."

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasannya, tentang Penelitian kelincahan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola, dapat disimpulkan sebagai berikut: 1) Ada keterkaitan yang signifikan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola, 2) Ada keterkaitan yang signifikan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola, 3) Ada keterkaitan yang signifikan secara bersama-sama kelincahan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola

DAFTAR PUSTAKA

- Ateng, abdulkadid. 1992. *Asas dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Jakarta : P2LPTK. Ditjen Dikti Depdikbud.
- Arikunto, Suharsimi, 1988., *Pertumbuhan dan Perkembangan Fisik*, FPOK IKIP Ujungpandang.
- _____, 1996., *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Renika Cipta, Jakarta.
- Halim, Ichsan Nur, 2004., *Tes dan Pengukuran Kesegaran Jasmani*. Universitas Negeri Makassar, Makassar
- Harsono, 1988., *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. P2LPTK Depdiknas. Jakarta.
- Ismaryati. 2006. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta : Sebelas Maret University Press.
- Jansen, C. R., Gordon, W. I and Bengester, BL. 1983. *Aplied kinesiology and biomekanic*. New York : Mc. Graw Hill Book Company.
- Kosasih, Engkos, 1981., *Olahraga dan Kesehatan*. BPK Gunung Mulia, Jakarta.
- Kusuma, Dede, 1989., *Olahraga dan Manfaatnya*. CV. Karya Ilmiah, Jakarta.
- Lay, Paulus, 1980., *Lompat Jauh, Lompat Jangkit, Lompat Tinggi*. Proyek Penataran Pelatih Atletik, Jakarta.
- Rani, Abd. Adib. 1992. *Pembinaan prestasi olahraga*. FPOK IKIP Ujung Pandang.
- Sajoto, Mochamad, 1988., *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Bidang Olahraga*. Depdikbud Dirjen Dikti, Jakarta.
- Sugiyono.2008. *Metodelogi Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Usman, H dan Akbar. S, 1998., *Metodologi Penelitian sosial*. Bumi Aksara, Jakarta.
- Willmoer. J. H. 1977. *Athletic training and phisical fitness*. Sidney : Allyn and Bacon Inc.
- Yahya, Kasmad, M. 1994. *Belajar Gerak: Suatu Kajian Belajar Keterampilan Gerak*. Ujung Pandang. Proyek Pengembangan Buku Kuliah IKIP Ujung Pandang.