

HUBUNGAN KELINCAHAN, KECEPATAN, KOORDINASI MATA-KAKI DAN KESEIMBANGAN DALAM KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA PERMAINAN SEPAKBOLA

Ahmad Kafi Maliki¹, Fajar Ari Widyatmoko², Pandu Kresnapati³

kafimaliki11223@gmail.com, fajarariwidiyatmoko@upgris.ac.id, pandukresnapati@upgris.ac.id

Universitas PGRI Semarang

Abstract

The groundwork of this assessment is the low uttermost compasses of Kayen 1 Public Optional School students in spilling the ball. This sort of assessment is quantitative examination with relationship approach. The testing system used a hard and fast investigating of 24 students from SMA Negeri 1 Kayen. Data appraisal using Commonness Test, F Test, Theory Test. The results showed that there was a relationship among deftness and spilling with a fundamental worth of 0.000, under a probability worth of 0.05. There is a relationship among speed and spilling with a fundamental worth of 0.000 which isn't the very probability worth of 0.05. There is a connection between lower leg coordination and spilling with a tremendous worth of 0.000, which isn't the very probability worth of 0.05. There is a relationship among offset and spilling with a huge worth of 0.000 which isn't the very probability worth of 0.05.

Keywords: Agility, Speed, Eye-Foot Coordinatin, Balance, Dribbling

Abstrak

Dasar dari penilaian ini adalah rendahnya sikap siswa Sekolah Opsional Kayen 1 dalam menumpahkan bola. Jenis penilaian ini adalah pemeriksaan kuantitatif dengan pendekatan hubungan. Sistem pengujian menggunakan hard and fast investigation dari 24 siswa SMA Negeri 1 Kayen. Penilaian data menggunakan Uji Kesamaan, Uji F, Uji Teori. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara dominasi dan keahlian dengan nilai tengah 0,000, dengan nilai kemungkinan 0,05. Ada hubungan antara kecepatan dan tumpahan dengan nilai dasar 0,000 yang bukan nilai kemungkinan 0,05. Ada hubungan antara koordinasi batas bawah dan tumpahan dengan nilai 0,000 yang luar biasa, yang kemungkinan tidak bernilai 0,05. Ada hubungan antara offset dan spilling dengan nilai kolosal 0,000 yang bukan kemungkinan bernilai 0,05.

Kata kunci: Kelincahan, Kecepatan, Korrdinasi Mata-Kaki, Keseimbangan, Menggiring Bola

PENDAHULUAN

Sepak bola merupakan kegiatan kelompok termasuk partisipasi di antara para pemain dan menciptakan hadiah individu untuk memainkan bola dengan baik. Hal ini menunjukkan bahwa seorang pemain sepak bola harus memiliki kemampuan pengembangan individu yang baik, misalnya passing, spilling, shooting, penguasaan bola, dan akan mampu memainkan bola dengan baik. Seorang pemain sepak bola yang memiliki kemampuan pengembangan diri yang baik tentu akan berkeinginan untuk bermain sepak bola dengan baik sehingga ia dapat memenangkan pertandingan dan mencapai prestasi yang tinggi. (Pratama & Fardi, 2018).

Menggiring bola merupakan tendangan tidak terduga atau langkah demi langkah, Tepatnya kaki yang digunakan dalam menumpahkan bola tidak jelas dengan potongan kaki yang digunakan untuk menendang bola. Pusatkan tumpahan, membayar sedikit otak untuk berbagai hal, semakin dekat ke jangkauan nyata, melewati musuh, dan menggagalkan permainan. Dalam permainan sepak bola ada beberapa strategi utama yang harus dikuasai pemain. Salah satu caranya adalah dengan menggugurkan bagian dalam kaki. Saat Anda tumpah, usahakan untuk menjaga kepala tetap lurus dan mata terfokus lebar di depan Anda dan jangan terpaku pada kaki Anda (Pulungan & Bangun, 2019).

Kelincahan adalah kemampuan untuk mengontrol peningkatan secara keseluruhan dengan kecepatan yang paling jelas dan gerakan tubuh tetap berubah. Kebugaran juga diantisipasi dalam membebaskan diri dari kendali lawan, dengan menumpahkan untuk menimbulkan tujuan yang akan mendorong kemenangan. Seorang pemain yang kurang nyaman dalam menyelesaikan peningkatan akan merasa berusaha untuk menjauh dari kontak individu yang dapat menyebabkan kesalahan individu. (Hamzah, 2019).

Kecepatan merupakan kemampuan tertentu untuk menjawab, dengan bergerak secepat mungkin menuju tujuan yang telah ditetapkan untuk reaksi. seorang pemain yang tumpah dapat masuk dan melumpuhkan area keamanan lawan dengan kecepatan lari yang tinggi, sehingga tingkat kecepatan lari dalam pertandingan sepak bola penting untuk dipersiapkan dan selanjutnya dilakukan melalui metode persiapan yang tersertifikasi dan standar.(D. Kurniawan et al., 2016).

Koordinasi mata-kaki adalah Kemampuan seorang individu untuk melengkapi akurasi dan kesempurnaan dari kemajuan otot dimulai dengan satu rencana pengembangan

kemudian ke rencana pengembangan berikutnya dengan progresi yang mahir dilakukan dengan menyatukan tampilan dengan gerak kaki (Supriadi, 2015). Menurut (Antoni Widodo 1, 2021) Bagian koordinasi mata-kaki yang sesungguhnya dalam menyelesaikan proses spilling adalah peningkatan, secara eksplisit sejauh mungkin dalam melakukan spilling tidak terikat pada kemampuan bergerak, Lagi pula selain ikut tayangan lima mata untuk melihat jalannya perkembangan baru bola. datang dari dan mengoper bola ke gawang. Koordinasi pada umumnya adalah kapasitas untuk dua atau tiga desain ulang menjadi satu rencana pembaruan yang ramah. Keseimbangan adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan otot-otot yang kosong selama peningkatan bertahap dalam ruang di mana campuran gravitasi tubuh berada dalam posisi statis dan dalam posisi yang umumnya baik. Keseimbangan diperlukan saat pemain melakukan gerak maju cepat, misalnya menumpahkan sambil berlari, berputar, dan berputar-putar melewati musuh agar tidak jatuh total saat berang dengan musuh. (Ikhsan, 2019).

Menurut (Hamzah, 2019) “Hubungan Kelincahan Dengan Kemampuan Dribbling Dalam Permainan Sepakbola Di Klub SSB Gemilang” berkesimpulan bahwa keahlian adalah sosok hasil dari kemampuan menumpahkan. Menurut (D. Kurniawan et al., 2016) “Hubungan Antara Kecepatan Lari Dengan Kemampuan Menggiring Bola Sepak Pada Siswa Usia 13-14 Tahun SSB Unibraw 82 Malang” berkesimpulan bahwa salah satu pesaing tidak sepenuhnya puas dengan faktor kecepatan lari dan masih bertahan di sana dengan beberapa kondisi berbeda. Menurut (Amir Supriadi, 2015) “Hubungan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola” berkesimpulan Kemampuan untuk menumpahkan juga dapat dikembangkan dengan menciptakan lebih banyak koordinasi mata-kaki. Menurut (Antoni Widodo, Iska Noviardila) “Hubungan Koordinasi Mata-Kaki Dan Kelincahan Dengan Kemampuan Menggiring Bola Pada Sekolah Sepakbola Bina Bintang Muda Kepri” berkesimpulan bahwa Koordinasi mata-kaki dan keseimbangan bekerja pada kemampuan menumpahkan siswa ekstrakurikuler sepak bola dengan tingkat hubungan yang sangat luar biasa.

Menurut (ikhsan, 2019)“Hubungan Antara Kelincahan Dan Keseimbangan Dengan Kemampuan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Murid SDN 91 Tiroang Kabupaten Pinrang” percaya bahwa semakin banyak ketangkasan dan keramahan, semakin banyak kemampuan untuk menumpahkan bola, dan semakin rendah kelincahan dan kesepakatan, semakin sedikit kemampuan untuk menumpahkan. Mempertimbangkan gambaran di atas, bahwa ketangkasan, kecepatan, koordinasi mata-kaki, dan keselarasan seorang individu memiliki hubungan yang baik dengan kemampuan untuk tumpah dalam pertandingan sepak

bola. Untuk situasi saat ini produsen perlu melihat secara observasional untuk menunjukkan variabel yang paling kuat yang mempengaruhi kemampuan untuk menumpahkan dari yang terbaik ke yang terkecil.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini melibatkan strategi kuantitatif untuk menangani jenis pemeriksaan yang menggunakan prosedur kerangka dengan kerangka pengujian dan evaluasi. Penelitian ini menggunakan sistem perencanaan evaluasi korelasional. Dalam tinjauan ini, semua siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Kayen berjumlah 24 siswa. Pengujian dalam ulasan ini menggunakan Nonprobability. Teknik Nonprobability sampling yang dipilih dalam penelitian ini adalah sampling jenuh. Teknik analisis data menggunakan korelasi regresi ganda.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kelincahan, kecepatan, koordinasi mata-kaki dan keseimbangan

A. Deskripsi Umum Objek Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Kayen. Subyek penelitian ini adalah 24 siswa SMA Negeri 1 Kayen. Penilaian berhasil dengan tegas dan tanpa masalah. Tepatnya pada saat penilaian didorong pada Juni 2023, beliau didampingi oleh Pak Lukman sebagai tutor SMA Negeri 1 Kayen. Penilaian dimulai dengan garis besar dan beberapa saat kemudian menguji ketangkasan, kecepatan, koordinasi mata-kaki dan keseimbangan. Kemudian dari tes tersebut diberikan bola yang akan digunakan untuk penilaian. Data dalam audit ini meliputi status, kecepatan, koordinasi mata kaki, keserasian dan ketangkasan siswa SLB Kayen 1. Hasil penelitian diperoleh bahwa tingkat persiapan siswa SMA Negeri 1 Kayen dari 14 siswa menunjukkan bahwa 10 siswa memiliki nilai baik atau 41,67%, nilai sedang 10 siswa atau 41,67%, dan nilai buruk 4 siswa atau 16,67%. Tingkat kecepatan siswa SMA Negeri 1 Kayen dari 24 siswa seharusnya terlihat bahwa terdapat 5 siswa atau 20,83% nilai luar biasa, 11 siswa atau 45,83% nilai luar biasa dan 8 siswa atau 33,33% nilai sedang. Koordinasi tungkai bawah siswa SMA Negeri 1 Kayen dari 24 siswa menunjukkan bahwa 5 siswa atau 20,83% memiliki nilai luar biasa,

14 siswa atau 58,33% memiliki nilai sedang, dan 5 siswa atau 20,83 memiliki nilai buruk. Keharmonisan siswa SMA Negeri 1 Kayen dari 24 siswa seharusnya terlihat bahwa terdapat 15 siswa atau 62,5% nilai yang mencengangkan, dan 9 siswa atau 37,5% nilai baik. Dari 24 siswa yang menumpahkan bola di SMA Negeri 1 Kayen terlihat bahwa 5 siswa atau 20,83% memiliki nilai luar biasa, 15 siswa atau 62,5% nilai sedang, dan 4 siswa atau 16,67% nilai kurang.

B. Hasil Penelitian dan Analisis Data

1. Uji Normalitas

Tujuan uji normalitas adalah untuk memeriksa apakah data yang diperoleh dari masing-masing variabel yang diteliti benar-benar mengikuti rencana kendaraan pabrik atau tidak. Perlu dilakukan pengujian koneksi atau outline yang membutuhkan koefisien hubungan. Prosedur terbaik untuk melakukan uji normalitas dengan kondisi Kolmogorov-Smirnov. yang digunakan untuk memilih jika sebaran konvensional adalah $p > 0,05$ kendaraan diangkat run of the mill, dan jika $p < 0,05$ aliran harus ganjil. Garis besar hasil tes konvensionalitas harus jelas di tabel berikut ini.

		Unstandardized Residual
N		24
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	.15016655
Most Extreme Differences	Absolute	.145
	Positive	.097
	Negative	-.145
Test Statistic		.145
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

Dari tabel hasil SPSS versi 25 dengan mempertimbangkan uji kenormalan di atas menunjukkan bahwa nilai Asymp Sig (2-followed) adalah $0,200 > 0,05$ sehingga informasi tersebar secara andal.

2. Uji F

Uji F digunakan untuk mengetahui sementara antara komponen bebas terhadap variabel terikat. Hasil tes F harus terlihat di tabel berikut:

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	11.683	4	2.921	58.928	.000 ^b
	Residual	.942	19	.050		
	Total	12.625	23			

F hitung 58,928 > F tabel 3,98 maka terdapat pengaruh signifikan antara kelincahan, kecepatan, koordinasi mata-kaki dan keseimbangan terhadap menggiring bola, Nilai sig 0,000 < 0,05 maka terdapat pengaruh signifikan.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis digunakan untuk mengetahui pengaruh setiap variabel independent terhadap variabel dependent. Hasil uji hipotesis dapat dilihat sebagai berikut :

Correlations

		Kelincahan	Kecepatan	Koordinasi_Mata_Kaki	Keseimbangan	Menggiring_Bola
Kelincahan	Pearson Correlation	1	.696**	.812**	.499*	.768**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.013	.000
	N	24	24	24	24	24
Kecepatan	Pearson Correlation	.696**	1	.791**	.523**	.704**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.009	.000
	N	24	24	24	24	24
Koordinasi_Mata_Kaki	Pearson Correlation	.812**	.791**	1	.662**	.890**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.000	.000
	N	24	24	24	24	24
Keseimbangan	Pearson Correlation	.499*	.523**	.662**	1	.850**
	Sig. (2-tailed)	.013	.009	.000		.000
	N	24	24	24	24	24
Menggiring_Bola	Pearson Correlation	.768**	.704**	.890**	.850**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	
	N	24	24	24	24	24

Berdasarkan tabel diatas dapat dijelaskan sebagai berikut :

H₁ : Kelincahan terhadap menggiring bola

Berdasarkan tabel di atas diperoleh nilai signifikan sebesar 0,000. Mempertimbangkan tabel di atas, nilai dasar 0,000 diperoleh, yang bukan nilai kemungkinan 0,05. Artinya, agak ada hubungan antara kelincahan dengan menggiring bola.

H₂ : Kecepatan terhadap menggiring bola

Mempertimbangkan tabel di atas, nilai dasar 0,000 diperoleh, yang bukan nilai kemungkinan 0,05. Artinya, ada hubungan antara kecepatan dengan menggiring bola.

H₃ : Koordinasi mata-kaki terhadap menggiring bola

Mempertimbangkan tabel di sebelah utara, nilai dasar 0,000 diperoleh, yang bukan nilai probabilitas 0,05. Artinya, terbilang ada hubungan antara koordinasi mata-kaki dengan spilling.

H₄ : Keseimbangan terhadap menggiring bola

Mempertimbangkan tabel di sebelah utara, nilai dasar 0,000 diperoleh, yang bukan nilai probabilitas 0,05. Artinya, secara parsial terdapat hubungan antara keseimbangan dengan menggiring bola.

4. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk memilah hubungan antara persiapan, kecepatan, koordinasi mata-kaki dan kesesuaian dalam kekalahan dalam pertandingan sepak bola. Mempertimbangkan dampak dari tinjauan menunjukkan bahwa ada hubungan antara keahlian, kecepatan, koordinasi mata-kaki dan konkordansi menuju meleset dengan nilai esensial 0,000 yang lebih rendah dari nilai normal 0,05. Artinya, ada hubungan antara status, kecepatan, koordinasi mata kaki dan keseimbangan pada spilling.

Berdasarkan uji F hitung $58,928 > F$ tabel 3,98 maka terdapat pengaruh yang mendasar antara kelincahan, kecepatan, koordinasi mata kaki dan keselarasan terhadap spilling, sig menganggap $0.000 < 0.05$ maka terdapat pengaruh yang sangat besar dari faktor ketangkasan, kecepatan, koordinasi mata kaki dan keseimbangan terhadap spilling. Kesiapan, kecepatan, koordinasi mata-kaki dan konkordansi dianggap mempengaruhi batas tumpahan, sehingga ia harus benar-benar memiliki ketangkasan yang luar biasa. Kondisi yang berbeda juga mempengaruhi hasil kebobolan bola ke arah yang bijaksana seperti konkordansi, koordinasi mata kaki dan kecepatan serta kondisi yang berbeda.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan dapat diambil kesimpulan bahwa

1. Ada hubungan antara penyiapan dan penumpahan dengan nilai dasar 0,000, dengan nilai probabilitas 0,05.
2. Ada hubungan antara kecepatan dan tumpahan dengan nilai dasar 0,000 yang lebih sederhana daripada nilai probabilitas 0,05.
3. Ada hubungan antara koordinasi mata-kaki dan tumpahan dengan nilai sangat besar 0,000, dengan nilai probabilitas 0,05.
4. Ada hubungan antara offset dan spilling dengan nilai kolosal 0,000 yang lebih tidak mencolok daripada nilai probabilitas 0,05.

DAFTAR PUSTAKA

- Antoni Widodo 1, I. N. (2021). Hubungan Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan Dengan Kemampuan Menggiring Bola Pada Sekolah Sepakbola Bina Bintang Muda Kepri. *Olahraga, Bersama Asia, Laju*, 4(1), 1–17.
- Hamzah. (2019). Hubungan Antara Kelincahan Dengan Kemampuan Dribbling Dalam Permainan Sepakbola Di Klub SSB Gemilang. *Jurnal Olahraga Indragi (JOI)*, 4(1), 57–69.
- Ikhsan, M. (2019). Hubungan antar Kelincahan dan Keseimbangan dengan Kemampuan Menggiring Bola pada Permainan Sepakbola Murid SDN 91 Tiroang Kabupaten Pinrang. *Fakultas Ilmu Keolahragaan*, 809(2), 1–14.
- Kurniawan, D., Nurrochmah, S., & H Paulina, F. (2016). Hubungan Antara Kecepatan Lari Dengan Kemampuan Menggiring Bola Sepak Pada Siswa Usia 13-14 Tahun Ssb Unibraw 82 Malang. *Pendidikan Jasmani*, 26(02), 381–397.
- Mubarok, M. Z., & Mudzakir, D. O. (2020). Pengaruh Latihan Small Sided Games Terhadap Peningkatan Keterampilan Dribbling Pemain Sepakbola. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 9(1), 28.
- Pulungan, F., & Bangun, S. Y. (2019). Peningkatan Hasil Belajar Materi Dribbling Sepak Bola Melalui Pendekatan Bermain. *Jurnal Prestasi*, 3(5), 25–33.
- Supriadi, A. (2015). Hubungan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Keterampilan Menggiirng Bola Pada Permainan Sepakbola Title. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Vol.*, 14(1), 1–14.