

## KONTRIBUSI KECEPATAN, KELINCAHAN DAN KOORDINASI MATA-KAKI TERHADAP KEMAMPUAN *DRIBBLING*

Reksa Okri Markis<sup>1</sup>, Maidarman<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang  
E-mail: reksamarkis@gmail.com<sup>1</sup>, maidarman@gmail.com<sup>2</sup>

### ABSTRAK

Masalah dalam penelitian ini adalah kurangnya kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan. Jenis penelitian adalah korelasional. Populasi dalam penelitian berjumlah 37 orang pemain. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah 37 orang pemain. Teknik pengambilan data yaitu : 1) kecepatan di tes dengan lari 50 meter, 2) Kelincahan di tes dengan *arrowhead aqibility test*, 3) Koordinasi mata-kaki dites dengan menendang bola kedinding sasaran, 4) Kemampuan *dribbling* dites dengan mengiring bola melewati patok. Data dianalisis dengan korelasi *product moment* dan korelasi ganda dengan taraf signifikan  $\alpha = 0.05$ . Hasil analisis data diperoleh sebagai berikut : 1) Kecepatan memberikan kontribusi terhadap kemampuan *dribbling* sebesar 38,94%. 2) Kelincahan memberikan kontribusi terhadap kemampuan *dribbling* sebesar 33,76%. 3) Koordinasi mata-kaki memberikan kontribusi terhadap kemampuan *dribbling* sebesar 30,80%. 4) Kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama memberikan kontribusi terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan sebesar 56,70%.

**Kata Kunci:** kecepatan; kelincahan; koordinasi mata-kaki; *dribbling*.

### PENDAHULUAN

Sepakbola adalah suatu permainan beregu yang terdiri dari sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang. Dalam cabang olahraga permainan sepakbola teknik dasar merupakan salah satu pondasi bagi seseorang untuk dapat bermain sepakbola dengan baik dan benar. Selain kondisi fisik dan teknik, dalam permainan sepakbola taktik dan mental juga sangat dibutuhkan, hal ini diperlukan ketika pemain melakukan *dribbling*, *shooting* kegawang maupun melakukan *passing* supaya bola tidak mudah direbut oleh pihak lawan. Begitu juga dengan mental, seorang pemain sepakbola juga harus mempunyai mental yang kuat, karena hal ini diperlukan saat melakukan *dribbling*, *passing* kita dihadang lawan dan juga saat melakukan *shooting*, dimana seorang pemain tidak boleh takut atau gentar.

Berdasarkan uraian di atas jelas bahwa *dribbling* merupakan salah satu teknik dasar bermain sepakbola. *Dribbling* adalah membawa bola dengan kaki dengan tujuan melewati lawan, mencari kesempatan memberi umpan kepada kawan, dan untuk menahan bola tetap ada dalam penguasaan. Salah satu teknik dasar sepakbola yang sering menjadi permasalahan dalam pertandingan adalah kemampuan *dribbling*, kondisi fisik yang berperan penting dalam menunjang keberhasilan kemampuan *dribbling*, seperti kecepatan, kelincahan, keseimbangan, kekuatan, daya tahan, kelentukan, koordinasi.

SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan merupakan salah satu SSB yang sangat peduli terhadap pembinaan olahraga sepakbola, dengan tujuan mendapatkan bibit berpotensi. Berdasarkan data dan informasi yang peneliti peroleh dari pelatih SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan, SSB ini sudah sering mengikuti pertandingan sepakbola, tapi belum pernah mendapatkan juara, contohnya pada tahun 2017 mengikuti pertandingan antar Kecamatan hanya masuk babak 8 besar, pada tahun 2018 mengikuti pertandingan antar Kabupaten hanya masuk 16 besar. pada tahun 2018 mengikuti Minang Kabau Cup, masuk 16 besar, pada tahun 2018 mengikuti Liga III Tingkat Provinsi Sumbar, hanya masuk babak penyisihan.

Berdasarkan pengamatan observasi yang peneliti lakukan sewaktu pemain melakukan latihan terhadap pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan pada bulan Februari 2019, penulis melihat salah satu penyebab kurangnya prestasi pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan disebabkan oleh kemampuan *dribbling* bola pemain tidak baik. Hal ini diketahui pada saat melakukan *dribbling* bola pemain tidak mampu berlari dengan cepat sambil melewati lawan dan pemain kesulitan merebut bola dari lawan. Sewaktu melakukan *dribbling* bola pemain kesulitan melewati hadangan-hadangan lawan dengan tujuan untuk mengecoh, menyerang dan menciptakan *goal*. sewaktu melakukan *dribbling* bola sering lepas dari kontrolan kaki pemain sehingga bola dapat direbut oleh pihak lawan. Banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan *dribbling*, salah satunya kondisi fisik, seperti kecepatan, kelincahan, keseimbangan, kelentukan, koordinasi mata-kaki. Pada permainan sepakbola pemain yang memiliki

kecepatan yang baik akan mampu menggiring bola dengan cepat sambil melewati lawan, dan juga dapat merebut bola dengan cepat.

Kelincahan juga diperlukan dalam membebaskan diri dari kawalan lawan dengan menggiring bola, melewati lawan dengan menyerang untuk menciptakan suatu gol yang akan membawa pada kemenangan. Keseimbangan, keseimbangan diartikan sebagai kemampuan tubuh untuk mempertahankan posisi atau sikap tubuh secara tepat pada saat melakukan gerakan. Apabila keseimbangan tidak baik maka akan berpengaruh terhadap gerakan *dribbling* yang dilakukan. Kelentukan merupakan kemampuan pergelangan/ persendian untuk dapat melakukan gerakan dengan amplitude gerakan (*range of motion*) yang besar dan luas sesuai dengan fungsi persendian yang digerakan. Dengan demikian dapat diartikan bahwa kelentukan yang dominan dalam melakukan gerakan *mendribbling* bola dalam permainan sepakbola adalah persendian/pergelangan kaki, sehingga bola dapat digerakan kesemua arah. Koordinasi mata-kaki juga sangat berperan penting dalam permainan sepakbola. Karena mata berfungsi untuk melihatan dan kaki merupakan alat gerak bagian bawah, kedua bagian tubuh ini bekerjasama dalam mencapai tujuan seperti gerakan dalam *dribbling*. Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian.

Teori yang dibahas dalam penelitian ini adalah :

1. Kemampuan *Dribbling*

*Dribbling* merupakan teknik dalam usaha membawa bola dari suatu daerah ke daerah lain pada saat permainan sedang berlangsung. Menurut Koger (2007) menggiring bola adalah "metode menggerakkan bola dari suatu titik ke titik yang lain di lapangan dengan menggunakan kaki". Berdasarkan pendapat di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa menggiring bola (*dribbling*) adalah suatu gerakan dalam permainan sepakbola yang menggunakan kaki untuk mendorong bola sehingga berpindah dari satu tempat ke tempat lain sesuai dengan yang diharapkan dan selalu tetap dalam penguasaan

2. Kecepatan

Kecepatan adalah kemampuan bergerak memindahkan tubuh secepat mungkin . Menurut Sugeng (2004) "Kecepatan adalah kemampuan yang berdasakan kelentukan, proses sistem persyarafan dan alat-alat otot untuk melakukan gerakan-gerakan dalam satu satuan waktu tertentu. Dari pendapat ahli di atas, maka disimpulkan bahwa

kecepatan adalah suatu kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan dalam waktu yang sesingkat mungkin.

### 3. Kelincahan

Kelincahan merupakan unsur kemampuan gerak yang harus dimiliki seorang pemain sebab dengan kelincahan pemain dapat mengubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara cepat dan tepat. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Ismaryati (2006) mengatakan “Kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara cepat dan tepat”. Menurut Kadek (2017) “Kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak”.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuh

### 4. Koordinasi Mata-kaki

Menurut Irawadi (2013) “Koordinasi merupakan suatu proses kerjasama otot yang akan menghasilkan suatu gerakan yang tersusun dan terarah, yang bertujuan untuk membentuk gerakan-gerakan yang dibutuhkan dalam pelaksanaan suatu keterampilan teknik”.

Berdasarkan kutipan di atas, maka dapat disimpulkan koordinasi mata-kaki adalah kemampuan pemain dalam menggabungkan hubungan timbal balik antara pusat susunan syaraf dengan alat gerak secara harmonis, dalam mengatur dan mengendalikan kerja otot untuk pelaksanaan suatu gerakan secara bersama antara mata (pandangan) dengan gerakan kaki secara efektif, tepat dan terarah.

## METODE

Jenis penelitian adalah korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan yang berjumlah 37 orang pemain. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah 37 orang pemain. Teknik pengambilan data yaitu : 1) kecepatan di tes dengan lari 50 meter, 2) Kelincahan di tes dengan *arrowhead aqibility test*, 3) Koordinasi mata-kaki dites

dengan menendang bola kedinding sasaran,4) Kemampuan *dribbling* dites dengan mengiring bola melewati patok. Data dianalisis dengan korelasi *product moment* dan korelasi ganda dengan taraf signifikan  $\alpha = 0.05$

**HASIL**

**1. Deskripsi Data Penelitian.**

**a. Kecepatan**

Berdasarkan hasil tes kecepatan dengan lari 50 meter terhadap pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan, dari 37 orang pemain diperoleh rerata hitung (*mean*) = 7,87, standar deviasi = 1,07, nilai maksimum = 11,62 dan minimum = 6,45. Selanjutnya distribusi frekuensi data kecepatan dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Data Kecepatan

No	Kelas Interval (Detik)	Kategori	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif %
1	4,6	Baik Sekali	0	0
2	4,7 - 5,7	Baik	0	0
3	5,8 - 6,8	Sedang	6	16,22
4	6,9 - 7,9	Kurang	16	43,24
5	8	Kurang Sekali	15	40,54
Jumlah			37	100

Berdasarkan tabel 1 di atas, maka dapat disimpulkan bahwa dari 37 orang pemain, tidak ada pemain yang memiliki kecepatan dengan kategori baik sekali dan baik, 6 orang (16,22%) pemain dengan kategori sedang, 16 orang (43,24%) pemain dengan kategori kurang dan 15 orang (40,54%) pemain dengan kategori kurang sekali. Untuk lebih jelasnya histogram distribusi frekuensi data kecepatan pemain dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1 Histogram Distribusi Frekuensi Data Kecepatan

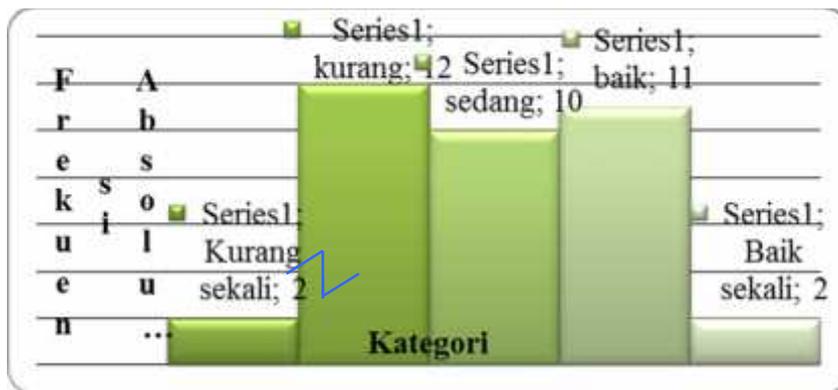
**b. Kelincahan**

Berdasarkan hasil tes kelincahan dengan *arrowhead aqibility test* terhadap pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan, dari 37 orang pemain diperoleh rerata hitung (*mean*) = 9,18 standar deviasi = 0.87, nilai maksimum = 10,78 dan minimum = 7,10 Selanjutnya distribusi frekuensi data kelincahan dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Data Kelincahan

No	Kelas Interval (Detik)	kategori	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif %
1	7,88	Baik Sekali	2	5,41
2	7,89-8,75	Baik	11	29,73
3	8,76-9,62	Sedang	10	27,03
4	9,63-10,48	Kurang	11	32,43
5	10,49	Kurang Sekali	2	5,41
Jumlah			37	100

Berdasarkan tabel 2 di atas, maka dapat disimpulkan bahwa dari 37 orang pemain, 2 orang (5,41%) pemain dengan kategori baik sekali, 11 orang (29,73%) dengan kategori baik, 10 orang (27,03%) pemain dengan kategori sedang, 12 orang (32,43%) pemain dengan kategori kurang dan 2 orang (5,41%) pemain dengan kategori kurang sekali. Untuk lebih jelasnya histogram distribusi frekuensi data kelincahan pemain dapat dilihat pada gambar 2.



Gambar 2 Histogram Distribusi Frekuensi Data Kelincahan

**3. Koordinasi Mata-Kaki**

Berdasarkan hasil tes koordinasi mata-kaki dengan menendang bola kedindingasaran terhadap 37 orang pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan, diperoleh rerata hitung (*mean*) = 7,70, standar

deviasi = 3,50, nilai maksimum = 15 dan minimum = 2. Selanjutnya distribusi frekuensi data koordinasi mata-kaki pemain dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata-Kaki

No	Kelas Interval	Klasifikasi	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
1	> 13	Baik Sekali	3	8,11
2	10 – 13	Baik	9	24,32
3	6 – 9	Sedang	15	40,54
4	3 – 5	Kurang	9	24,32
5	< 3	Kurang Sekali	1	2,7
Jumlah			37	100

Berdasarkan tabel 3 di atas, dari 37 orang pemain, 3 orang (8,11%) pemain yang memiliki koordinasi mata-kaki dengan klasifikasi baik sekali, 9 orang (24,32%) pemain memiliki koordinasi mata-kaki dengan klasifikasi baik, 15 orang (40,54%) pemain yang memiliki koordinasi mata-kaki dengan klasifikasi sedang, 9 orang (24,32%) pemain yang memiliki koordinasi mata-kaki dengan klasifikasi kurang dan 1 orang (2,7%) pemain yang memiliki koordinasi mata-kaki dengan klasifikasi kurang sekali. Untuk lebih jelasnya histogram variabel koordinasi mata-kaki pemain dapat dilihat dibawah 3.



Gambar 3 Histogram Distribusi Koordinasi Mata-Kaki

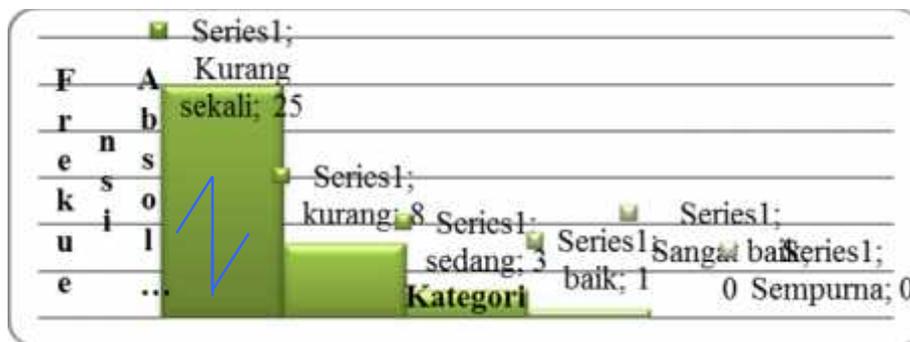
#### 4. Kemampuan *dribbling*

Berdasarkan hasil tes kemampuan *dribbling* dengan tes mengiring bola menghindari rintangan yang dilakukan terhadap 37 orang pemain SSB Bina Muda Koto Pulau Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan, diperoleh rerata hitung (*mean*) = 1689, standar deviasi = 2,87, nilai maksimum = 25,45 dan minimum = 12,47. Selanjutnya distribusi frekuensi data t dilihat pada tabel 4.

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Data Kemampuan *Dribbling*

No	Kelas Interval (Detik)	Kategori	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
1	<10	Sempurna	0	0
2	10 – 11	Sangat Baik	0	0
3	11 -12	Baik	1	2,70
4	12 – 13	Sedang	3	8,11
5	13 -14	Kurang	8	21,62
6	14	Kurang Sekali	25	67,57
Jumlah			37	100

Berdasarkan tabel 4 di atas, maka dapat disimpulkan bahwa dari 37 orang pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan, tidak ada pemain yang memiliki kemampuan *dribbling* dengan kategori sempurna, sangat baik, 1 orang (2,7%) pemain dengan kategori baik, 3 orang (8,11%) pemain dengan kategori sedang, 8 orang (21,62%) pemain dengan kategori kurang dan 25 orang (67,57%) pemain kategori kurang sekali. Untuk lebih jelasnya histogram distribusi frekuensi data kemampuan *dribbling* pemain dapat dilihat pada gambar 4.



Gambar 4 Histogram Distribusi Frekuensi Data Kemampuan *Dribbling*

## 2. Uji Hipotesis

Uji statistik yang digunakan adalah analisis korelasi *product moment* pada taraf signifikansi 0.05 . Untuk jelasnya hasil analisis dapat disajikan sebagai berikut :

### 1) Terdapat kontribusi kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan

Hasil analisis menunjukkan bahwa kecepatan memiliki hubungan terhadap kemampuan *dribbling*. Hubungan (korelasi) kecepatan terhadap kemampuan *dribbling*

pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan bernilai  $r_{hitung} 0,624 > r_{tabel} 0,325$ . Berdasarkan hasil uji t, ternyata  $t_{hitung} 4,722 > t_{tabel} 1,697$  dengan  $r = 0.05$ . Dengan demikian terdapat hubungan yang berarti (signifikan) antara kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan.

Selanjutnya untuk mengetahui besarnya kontribusi kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* digunakan rumus  $K = r^2 \times 100 \%$ , hasilnya adalah :  $(0,624)^2 \times 100\% = 38,94\%$ . Dengan demikian kontribusi kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan sebesar 38,94%. Sedangkan sisanya disebabkan oleh variabel lain.

### **2) Terdapat kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan**

Hasil analisis menunjukkan bahwa kelincahan memiliki hubungan yang terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan, dimana diperoleh nilai  $r_{hitung} 0,581 > r_{tabel} 0,325$ , artinya terdapat hubungan antara kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan. Berdasarkan hasil analisis uji t, ternyata  $t_{hitung} = 4,219 > t_{tabel} 1,697$  dengan  $r = 0.05$ . Dengan demikian terdapat hubungan yang berarti (signifikan) antara kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan.

Selanjutnya untuk mengetahui besarnya kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* digunakan rumus  $K = r^2 \times 100 \%$ , hasilnya adalah :  $(0,581)^2 \times 100\% = 33,76\%$ . Dengan demikian kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan sebesar 33,76%. Sedangkan sisanya disebabkan oleh variabel lain..

### **3) Terdapat kontribusi koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan**

Hasil analisis menunjukkan bahwa koordinasi mata-kaki memiliki hubungan terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan, dimana diperoleh  $r_{hitung} 0,555 > r_{tabel} 0,325$ ,

artinya terdapat hubungan antara koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan. Berdasarkan hasil analisis uji t, ternyata  $t_{hitung} = 3,950 > t_{tabel} 1,697$  dengan  $r = 0,05$ , Dengan demikian terdapat hubungan yang berarti (signifikan) antara koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan.

Selanjutnya untuk mengetahui besarnya kontribusi koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *dribbling* digunakan rumus  $K = r^2 \times 100 \%$ , hasilnya adalah :  $(0,555)^2 \times 100\% = 30,80\%$ . Dengan demikian kontribusi koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan sebesar 30,80%. Sedangkan sisanya disebabkan oleh variabel lain.

#### **4) Terdapat kontribusi antara kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan**

Pengujian hipotesis ke empat ini dilakukan menggunakan korelasi ganda. Berdasarkan hasil perhitungan korelasi ganda diperoleh  $r_{hitung} = 0,753 > r_{tabel} 0,325$ . Artinya terdapat kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama terhadap kemampuan *dribbling*. Untuk menguji signifikan koefisien korelasi antara kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama terhadap kemampuan *dribbling* dilakukan uji F. Berdasarkan Uji F, ternyata  $F_{hitung} = 14,392 > F_{tabel} 2,92$ . Dengan demikian terdapat hubungan yang berarti (signifikan) antara kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan.

Selanjutnya untuk mengetahui besarnya kontribusi koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *dribbling* digunakan rumus  $K = r^2 \times 100 \%$ , hasilnya adalah :  $(0,753)^2 \times 100\% = 56,70\%$ . Dengan demikian kontribusi kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan sebesar 56,70%. Sedangkan sisanya disebabkan oleh variabel lain.

## PEMBAHASAN

### 1. Terdapat kontribusi kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan

Berdasarkan hasil analisis korelasi antara kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* diperoleh  $r_{hitung} 0,624 > r_{tabel} 0,325$  dan  $t_{hitung} = 4,722 > t_{tabel} 1,69$  dengan  $r = 0.05$ . Dengan demikian terdapat hubungan yang berarti (signifikan) antara kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan dan berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling* sebesar = 38,94%.

Kecepatan merupakan elemen kondisi fisik yang sangat penting. Secara fisiologis kecepatan diartikan sebagai kemampuan yang berdasarkan kelentukan (*fleksibilitas*). Menurut Bompa dan Haff dalam Hendri (2013), bahwa “kecepatan merupakan kemampuan untuk menyelesaikan suatu jarak tertentu dengan cepat”..

Berdasarkan hasil penelitian di atas, jelaslah bahwa kecepatan memberikan kontribusi cukup besar terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan. Artinya semakin baik kecepatan seseorang maka semakin baik pula kemampuan *dribbling*nya. Oleh karena itu perlu kiranya menjadi perhatian pelatih untuk dapat meningkatkan lagi kecepatan pemainnya, diantaranya memberikan latihan lari *sprint*. sehingga dengan latihan ini diharapkan nantinya dapat meningkatkan kecepatan pemain.

### 2. Terdapat kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan

Hasil analisis korelasi antara kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* diperoleh  $r_{hitung} 0,581 > r_{tabel} 0,325$ , artinya terdapat hubungan antara kelincahan terhadap kemampuan *dribbling*. Berdasarkan hasil analisis uji t, ternyata  $t_{hitung} = 4,219 > t_{tabel} 1,697$  dengan  $r = 0.05$ . Dengan demikian terdapat hubungan yang berarti (signifikan) antara kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan dan berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling* sebesar = 33,76%.

Menurut Ismaryati (2006) mengatakan “kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara cepat dan tepat”. Seorang pemain yang kurang lincah dalam melakukan suatu gerakan akan sulit untuk

menghindari sentuhan-sentuhan perseorangan yang dapat mengakibatkan kesalahan perseorangan.

Berdasarkan hasil penelitian di atas, jelaslah bahwa kelincahan memberikan kontribusi cukup besar terhadap kemampuan *dribbling* SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan. Artinya semakin baik kelincahan seseorang maka semakin baik pula kemampuan *dribbling*-nya. Dengan demikian upaya yang dapat dilakukan pelatih untuk meningkatkan kelincahan pemain yaitu melalui latihan-latihan kelincahan.

### **3. Terdapat kontribusi koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan.**

Hasil analisis korelasi antara koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *dribbling* diperoleh  $r_{hitung} 0,555 > r_{tabel} 0,325$ , artinya terdapat hubungan antara koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan. Berdasarkan hasil analisis uji t, ternyata  $t_{hitung} = 3,950 > t_{tabel} 1,697$  dengan  $\alpha = 0.05$ . Dengan demikian terdapat hubungan yang berarti (signifikan) antara koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *dribbling* SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan dan berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling* sebesar = 30,80%.

Menurut Irawadi (2013) “Koordinasi merupakan suatu proses kerjasama otot yang akan menghasilkan suatu gerakan yang tersusun dan terarah, yang bertujuan untuk membentuk gerakan-gerakan yang dibutuhkan dalam pelaksanaan suatu keterampilan teknik”. Sedangkan koordinasi mata-kaki adalah kerjasama antara mata yang akan memberitahukan kapan kaki berada disuatu titik agar kaki langsung bergerak..

Dalam sepakbola kemampuan Koordinasi mata kaki terjadi ketika mengatur peranaktif kaki dan mata dalam melakukan serangkaian gerakan teknik diantaranya dalam melakukan teknik *dribbling*. Karena mata berfungsi untuk melihat dan kaki merupakan alat gerak bagian bawah, kedua bagian tubuh ini bekerjasama dalam mencapai tujuan dalam *dribbling*. Karena keduanya sama dihubungkan oleh sistem persyarafan, ketajaman mata dalam melihat rangsangan seperti melihat jalannya bola.

Dari penjelasan di atas, maka dapat dikemukakan bahwa koordinasi mata-kaki merupakan faktor penting yang dapat mempengaruhi kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan. Oleh

karena itu perlu kiranya menjadi perhatian pelatih untuk dapat meningkatkan lagi koordinasi mata-kaki pemainnya, diantaranya memberikan bentuk latihan koordinasi mata-kaki, seperti latihan menendang bola kedalam sasaran dengan kaki, latihan menendang bola berpasangan.

#### **4. Terdapat kontribusi antara kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan**

Pengujian hipotesis ke empat ini dilakukan menggunakan korelasi ganda. Berdasarkan hasil perhitungan korelasi ganda diperoleh  $r_{hitung} = 0,753 > r_{tabel} 0,325$ , dan  $F_{hitung} = 14,392 > F_{tabel} 2,92$  Artinya terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan dan berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling* sebesar = 56,70%.

*Dribbling* merupakan suatu teknik gerakan dalam permainan sepakbola yang mengarahkan seluruh tubuh untuk bergerak, dimana pergerakan kaki mendorong bola dengan cara berlari berpindah tempat dari suatu tempat ke tempat lain sesuai dengan yang diharapkan dan selalu tepat dalam penguasaan. Hal ini senada dengan pendapat Milke (2007) yaitu “*Dribbling* adalah keterampilan dasar dalam sepakbola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau tembakan”.

Dari pendapat tersebut, dapat diambil kesimpulan bahwa *dribbling* adalah suatu gerakan dalam permainan sepakbola yang menggunakan kaki untuk mendorong bola sehingga berpindah dari satu tempat ke tempat lain sesuai dengan yang diharapkan dan selalu tetap dalam penguasaan. Berdasarkan hasil penelitian di atas, kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki merupakan faktor penting yang dapat mempengaruhi kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan.

Berdasarkan hasil penelitian di atas, jelas bahwa kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama memiliki kontribusi yang cukup besar terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan yaitu sebesar 63,36% terhadap kemampuan *dribbling*. Sisanya dipengaruhi oleh variabel yang lain. Oleh karena itu ketiga faktor tersebut di atas perlu dilatih oleh pelatih dan pemain itu sendiri, sehingga dapat

meningkatkan kemampuan *dribbling*. Dengan demikian upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* salah satunya adalah meningkatkan bentuk latihan kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan

1. Kecepatan memberikan kontribusi terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan sebesar 38,94%.
2. Kelincahan memberikan kontribusi terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan sebesar 33,76%.
3. Koordinasi mata-kaki memberikan kontribusi terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan sebesar 30,80%.
4. Kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama memberikan kontribusi terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Koto Pulai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan sebesar 56,70%.

## DAFTAR PUSTAKA

- Irawadi, Hendri . 2013. *Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. Padang : UNP Pres
- Ismaryati. 2006. *Tes Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Sebelas Maret University Press.
- Kadek, Aditya Darma. 2017. *Pengaruh Pelatihan Slalom Dribbling Terhadap Kelincahan dan Vo2max siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola. Jurnal Ilmu Keolahragaan*. Volume 3 Nomor 01, hal 1-11.
- Konger, Robert. 2007. *Latihan Dasar Sepakbola Remaja*. Jakarta : Kemenpora
- Mielke, Danny. 2007. *Dasar-dasar Sepakbola*. Bandung: PT. Intan Sejati
- Sugeng, Purwanto. 2004. *Hubungan antara Kecepatan dan Kelincahan dengan kemampuan Mengiring Bola Dalam Permainan Sepakbola. Jurnal keolahragaan*. Volume 1 Nomor 7, hal 1-7