

ARTIKEL

KORELASI KOORDINASI MATA - KAKI, KELINCAHAN DAN KESEIMBANGAN DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA EKSTRAKURIKULER FUTSAL DI SMAN NGADILUWIH TAHUN AJARAN 2018/2019



Oleh:

SEPTIAN PUTRA YULIANTO

NPM : 14.1.01.09.0167

Dibimbing oleh :

1. Drs. H. Sugito, M.Pd.
2. Dhedhy Yuliawan, M.Or.

PROGRAM STUDI PENJASKESREK
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UN PGRI KEDIRI
2019

SURAT PERNYATAAN ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2019

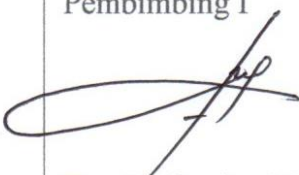

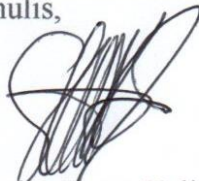
Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Septian Putra Yulianto
NPM : 14.1.01.09.0167
Telepon/HP : 085649337757
Alamat Surel (Email) : roep90@gmail.com
Judul Artikel : Korelasi Koordinasi Mata-kaki, Kelincahan Dan Keseimbangan dengan Kemampuan Menggiring Bola Pada ekstrakurikuler Futsal Di SMAN Ngadiluwih Tahun Ajaran 2018/2019
Fakultas – Program Studi : FKIP-PENJASKESREK
Nama Perguruan Tinggi : UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
Alamat Perguruan Tinggi : Kampus I Jl. KH. Achmad Dahlan No. 76 kediri

Dengan ini menyatakan bahwa :

- artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiarisme;
- artikel telah diteliti dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggungjawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		Kediri, 06 Februari 2019
Pembimbing I  <u>Drs. H. Sugito, M.Pd.</u> NIDN. 0004086001	Pembimbing II  <u>Dhedhy Yuliawan, M.Or.</u> NIDN. 0723038705	Penulis,  <u>Septian Putra Yulianto</u> NPM. 14.1.01.09.0167

**KORELASI KOORDINASI MATA - KAKI, KELINCAHAN DAN KESEIMBANGAN
DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA EKSTRAKURIKULER
FUTSAL DI SMAN NGADILUWIH
TAHUN AJARAN 2018/2019**

Septian Putra Yulianto

14.1.01.09.0167

FKIP – PENJASKESREK

roep90@gmail.com

Drs. H. Sugito, M.Pd. dan Dhedhy Yulianawan, M.Or.

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Menggiring bola sangat penting dalam permainan futsal karena berguna untuk melewati lawan, mencari kesempatan memberi umpan kepada kawan dan untuk menahan bola tetap ada dalam penguasaan. Dalam melakukan teknik menggiring bola perlu dilatih dengan posisi yang cukup, disamping itu untuk mendapatkan hasil yang baik pada saat menggiring bola tentu ditunjang dengan komponen kondisi fisik yang baik. Adapun kondisi fisik yang berhubungan dengan menggiring bola antara lain kordinasi mata-kaki, kelincahan dan keseimbangan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui korelasi koordinasi mata-kaki, kelincahan dan keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola pada peserta didik putra Ekstrakurikuler Futsal Di SMAN Ngadiluwih Tahun Ajaran 2018/2019

Teknik penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasional. Teknik korelasional adalah suatu penelitian yang melibatkan tindakan pengumpulan data guna menentukan, apakah ada hubungan dan tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik putra usia 16 – 18 tahun kelas X - XII yang mengikuti Ekstrakurikuler Futsal Di SMAN Ngadiluwih yang berjumlah 14 siswa, dengan menggunakan teknik total sampling maka jumlah sampel sama dengan jumlah populasi. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi *Product Moment* untuk pengujian hipotesis 1 sampai 3 dan korelasi ganda untuk pengujian hipotesis 4.

Hasil penelitian ini adalah : 1) ada korelasi antara koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola, dengan nilai $r_{hitung} 0,841 > 0,532 r_{tabel}$ 2) ada korelasi antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola, dengan nilai $r_{hitung} 0,813 > 0,532 r_{tabel}$. 3) ada korelasi keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola, dengan nilai $0,799 > 0,532 r_{tabel}$. 4) ada korelasi antara koordinasi mata-kaki, kelincahan dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola, dengan nilai $F_{hitung} 12,055 > 3,708 F_{tabel}$.

Dari hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan bahwa ada korelasi koordinasi mata-kaki, kelincahan dan keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola pada peserta didik putra Ekstrakurikuler Futsal Di SMAN Ngadiluwih Tahun Ajaran 2018/2019. Maka dari itu dapat disarankan untuk dapat meningkatkan kemampuan menggiring pada permainan futsal maka sebaiknya memperhatikan koordinasi mata-kaki, kelincahan dan keseimbangan.

KATA KUNCI : koordinasi mata-kaki, kelincahan, keseimbangan dan kemampuan menggiring bola.

I. LATAR BELAKANG

Olahraga futsal merupakan salah satu olahraga yang banyak di gemari dan diminati berbagai kalangan karena menjadi alternatif untuk mengisi waktu senggang diakhir pekan awalnya sekedar hobi, namun saat ini banyak anak muda yang menekuni bidang futsal sebagai olahraga yang berprestasi. Karena tidak membutuhkan terlalu banyak orang untuk menjadikan sebuah tim untuk bertanding menjadi kemudahan futsal. Berbeda dengan sepakbola yang harus dengan 11 pemain, futsal hanya membutuhkan 5 orang saja.

Menurut Tenang (2008: 15) futsal adalah singkatan dari *futbol* (sepakbola) dan *sala* (ruangan) dari bahasa spanyol atau *futebol* (portugal/brasil) dan *salon* (prancis). Olahraga ini membentuk seorang pemain agar selalu siap menerima dan mengumpan bola dengan cepat dalam tekanan pemain lawan . dengan lapangan sempit, permainan ini menuntut teknik penguasaan bola tinggi, kerja sama antar pemain, dan kekompakan tim.

Untuk pencapaian prestasi, tidak hanya aspek teknik saja yang perlu di latih namun di perlukan beberapa aspek yang wajib di berikan kepada siswa saat latihan seperti fisik, taktik, dan mental, hal ini seperti yang di jelaskan Harsono,

(1988: 100) yaitu” ada empat aspek latihan yang perlu di perhatikan dan di latih seksama oleh siswa yaitu latihan fisik, latihan teknik, latihan taktik, latihan mental” keempat faktor ini mulak harus dimiliki oleh pemain futsal.

Kondisi fisik permainan futsal menjadi sumber bahan untuk dibina oleh pakar futsal selain teknik, taktik mental dan kemandirian bertanding kondisi fisik yang baik dan prima serta siap untuk menghadapi lawan pertandingan merupakan unsur yang penting dalam permainan futsal. Seorang pemain futsal dalam bertahan maupun menyerang terkadang menghadapi benturan keras, ataupun harus lari dengan kecepatan penuh ataupun berkelit menghindar lawan, berarti menguasai bola dengan tiba-tiba. Seorang pemain futsal dalam mengatasi hal seperti itu haruslah dibina dan dilatih sejak awal baik dari segi fisik teknik dan mental.

Seorang pemain futsal harus memiliki dan menguasai teknik bermain yang baik terutama teknik dengan bola, yang diperlukan kesebelasan yang kuat, baik dan tangguh adalah kesebelasan yang terdiri pemain-pemain yang memiliki kerjasama tim yang baik. Untuk itu diperlukan pemain-pemain yang menguasai keterampilan dasar dalam bermain futsal. Sucipto (2000: 17)

berikut beberapa teknik dasar yang harus dikuasai dalam permainan futsal yaitu menendang (*kicking*). Menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tackling*), lemparan kedalam (*throw-in*), penjaga gawang (*goal keeper*).

Salah satu teknik dasar bermain futsal yang harus dikuasai pemain adalah teknik menggiring bola. Menggiring bola tidak hanya membawa bola menyusuri tanah dan lurus ke depan melainkan menghadapi lawan yang jaraknya cukup dekat dan rapat. Hal ini menuntut seorang pemain untuk memiliki kemampuan menggiring bola dengan baik.

Menggiring bola adalah membawa bola dengan kaki dengan tujuan melewati lawan. *Dribbling* berguna untuk melewati lawan, mencari kesempatan memberi umpan kepada kawan dan untuk menahan bola tetap ada dalam penguasaan. *Dribbling* memerlukan ketrampilan yang baik dan dukungan dari unsure-unsur kondisi fisik yang baik pula seperti kecepatan dan kelincahan dapat memberikan kemampuan gerak lebih cepat. Dengan metode ulangan yang banyak maka kemampuan *dribbling* yang lincah dan cepat dapat dicapai dan ditampilkan dalam pertandingan. Dalam melakukan

teknik menggiring bola (*dribbling*) perlu dilatih dengan posisi yang cukup, disamping itu untuk mendapatkan hasil yang baik pada saat menggiring bola tentu ditunjang dengan komponen kondisi fisik yang baik.

SMAN Ngadiluwih adalah satu sekolah menengah kejuruan di wilayah Ngadiluwih. Berdasarkan hasil observasi awal keterbatasan waktu latihan menyebabkan kemampuan siswa ekstrakurikuler futsal kurang maksimal. Salah satunya adalah penguasaan teknik menggiring bola yang kurang optimal. Hal ini terlihat dari cara pemain pada saat menggiring bola yang kurang dapat mengontrol bola dan kurang lincah, sehingga pada saat berhadapan dengan lawan sangat mudah sekali bola diambil lawan.

Dari hasil pengamatan gerakan menggiring pemain juga kurang cepat sehingga lawan sangat mudah sekali menyusul dan merebut bola. Padahal dalam menggiring bola kecepatan dan kelincahan sangatlah penting. Selain itu koordinasi mata-kaki juga diperlunakn dalam menngiring bola, karena dalam menggiring dibutuhkan keselarasan antara mata untuk mencapai menentukan sasaran dan kaki untuk menggiring. Namun pada kenyataannya masih ada pemain yang koordinasi mata-kaki

kurang bagus dimana ada salah satu pemain yang pada saat menggiring bola, bolanya hilang dari penguasaan.

Dari hasil wawancara dengan pelatih rendahnya kelincahan dan kecepatan pemain disebabkan kurangnya perhatian latihan kondisi fisik pemain dan tidak adanya latihan kondisi fisik yang terprogram dengan baik. Padahal kondisi fisik yang baik dapat memberikan sumbangan cukup besar memiliki kecakapan bermain futsal.

Latihan kondisi fisik secara teratur dan berkesinambungan dapat memberikan sumbangan yang besar bagi peningkatan kemampuan pengembangan teknik dalam pertandingan. Upaya untuk mendapatkan hasil menggiring bola yang bagus dapat terjadi apabila menggiring bola tersebut didukung oleh kordinasi mata-kaki, kelincahan dan keseimbangan sehingga perlu diupayakan peningkatan latihan, terutama latihan kordinasi mata-kaki, kelincahan dan keseimbangan.

Koordinasi adalah kemampuan seseorang atlet dalam merangkai berbagai gerakan menjadi satu dalam satu satuan waktu dengan gerakan yang selaras dan sesuai dengan tujuan, artinya tujuan dalam melakukan teknik sepakbola seperti menggiring bola. Dalam melakukan menggiring bola

sangat membutuhkan koordinasi mata-kaki, karena dibutuhkan oleh pemain dalam mengarahkan suatu bola menuju sasaran yang akan dicapai, sehingga dengan koordinasi mata-kaki yang baik, maka persentase keberhasilan dalam melakukan menggiring bola akan semakin tinggi.

Sedangkan kelincahan adalah kemampuan untuk bergerak mengubah arah dan posisi dengan cepat dan tepat sehingga memberikan kemungkinan seseorang untuk melakukan gerakan ke arah yang berlawanan dan mengatasi situasi yang dihadapi lebih cepat dan lebih efisien. Dalam menggiring bola seorang pemain harus dapat mengubah arah dengan cepat dan dapat menghindari dari lawan serta harus dapat menggunakan seluruh bagian kakinya sesuai dengan yang ingin dicapai. Untuk dapat melakukan semua itu sangat dibutuhkan unsur fisik berupa kelincahan.

Menurut Widiastuti (2015:161) keseimbangan adalah kemampuan untuk mempertahankan sikap dan posisi tubuh secara tepat pada saat berdiri (*static balance*) atau pada saat bergerak (*dynamic balance*). Dalam menggiring bola keseimbangan juga penting, karena dengan adanya keseimbangan kaki yang baik maka dalam melakukan gerakan lari

dapat dilakukan dengan sempurna, sehingga dapat memberikan bantuan menggerakkan seluruh tenaga badan sekuat-kuatnya dalam menggiring bola.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis ingin mengadakan penelitian yang berjudul “Korelasi Koordinasi Mata-kaki, Kelincahan Dan Keseimbangan dengan Kemampuan Menggiring Bola Pada Ekstrakurikuler Futsal Di SMAN Ngadiluwih Tahun Ajaran 2018/2019”.

II. METODE

Didalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu: variabel terikat adalah kemampuan menggiring bola dan variabel bebas adalah koordinasi mata-kaki, kelincahan dan keseimbangan.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kuantitatif, karena ada penelitian berupa angka-angka dan analisisnya menggunakan statistik (Sugiyono, 2014:38). Dalam penelitian ini teknik yang digunakan adalah teknik korelasional karena untuk menentukan, apakah ada hubungan dan tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih (Sukardi, 2008:166).

Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah seluruh peserta didik putra usia 16 – 18 tahun kelas X - XII

yang mengikuti Ekstrakurikuler Futsal Di SMAN Ngadiluwih Tahun Ajaran 2018/2019 yang berjumlah 14 siswa.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik total sampling. Teknik total sampling adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel (Riduwan, 2013: 22). Sehingga sampel dalam penelitian ini adalah peserta didik putra usia 16 – 18 tahun kelas X - XII yang mengikuti Ekstrakurikuler Futsal Di SMAN Ngadiluwih Tahun Ajaran 2018/2019 yang berjumlah 14 siswa.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian yaitu tes pengukuran. Tes pengukuran yang digunakan yaitu :

1. Tes *Soccer Wall Volley Tes* untuk mengukur koordinasi mata kaki.
2. Tes *Suttle Run* untuk mengukur *power* otot tungkai ke arah ve kelincahan.
3. Tes *bass test* untuk mengukur keseimbangan
4. Tes menggiring bola.

Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi. Dimana korelasi yang digunakan adalah korelasi sederhana untuk menguji hipotesis 1-3 dan korelasi ganda untuk menguji hipotesis 4 dengan program *SPSS v.21 for Windows*, Jika nilai $sig < \alpha (0,05)$,

maka H_0 ditolak. Sebelum melakukan analisis korelasi terlebih dahulu data harus di uji normalitas, dan linieritas. Dari hasil pengujian menunjukkan data berdistribusi normal, dan linier.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

1. Berdasarkan hasil uji korelasi koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola, diperoleh nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$ atau nilai $r_{hitung} 0,841 > 0,532 r_{tabel}$, maka H_0 ditolak H_1 diterima. Hal ini berarti ada korelasi antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola peserta didik putra yang mengikuti Ekstrakurikuler Futsal Di SMAN Ngadiluwih Tahun Ajaran 2018/2019. Dengan demikian besarnya korelasi koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola sebesar 70,7%.
2. Berdasarkan hasil uji korelasi korelasi kelincahan dengan kemampuan menggiring bola, diperoleh nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$ atau nilai $r_{hitung} 0,813 > 0,532 r_{tabel}$, maka H_0 ditolak H_2 diterima. Hal ini berarti ada korelasi antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola peserta didik putra yang mengikuti Ekstrakurikuler Futsal Di SMAN Ngadiluwih Tahun Ajaran 2018/2019. Dengan demikian besarnya korelasi kelincahan dengan kemampuan menggiring bola sebesar 66,09%.
3. Berdasarkan hasil uji korelasi keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola, diperoleh nilai signifikan sebesar $0,004 < 0,05$ atau nilai $r_{hitung} 0,799 > 0,532 r_{tabel}$, maka H_0 ditolak H_3 diterima. Hal ini berarti ada korelasi keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola peserta didik putra yang mengikuti Ekstrakurikuler Futsal Di SMAN Ngadiluwih Tahun Ajaran 2018/2019. Dengan demikian besarnya korelasi keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola sebesar 63,8%.
4. Berdasarkan hasil uji korelasi ganda dengan uji F regresi koordinasi mata-kaki, kelincahan dan keseimbangan dengan variabel hasil menggiring bola pada tabel 4.16 di atas, diperoleh nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$ atau nilai $F_{hitung} 12,055 > 3,708 F_{tabel}$, maka H_0 ditolak H_4 diterima. Hal ini berarti ada korelasi antara koordinasi mata-kaki, kelincahan dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring

bola peserta didik putra yang mengikuti Ekstrakurikuler Futsal Di SMAN Ngadiluwih Tahun Ajaran 2018/2019.

Jika dilihat dari hasil koefisien determinasi diperoleh nilai R_{square} sebesar 0,783. Dengan demikian menunjukkan bahwa adalah besarnya koordinasi mata-kaki, kelincahan dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola peserta didik putra yang mengikuti Ekstrakurikuler Futsal Di SMAN Ngadiluwih Tahun Ajaran 2018/2019 78,3% dan sisanya yaitu 21,7% dijelaskan variabel lain yang tidak dikaji dalam penelitian ini.

Sukardi. 2008. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara

IV. DAFTAR PUSTAKA

- Tenang, J. D. 2008. *Mahir Bermain Futsal Dilengkapi Tehnik Dan Strategi Bermain*. Bandung
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologi Dalam Coaching*. Jakarta: C,V, Tambak Kusumah
- Sucipto. 2000. *Sepakbola Latihan dan Strategi*. Jakarta : Jaya Putra
- Widiastuti.2015. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta : Rajawali
- Riduwan, 2013. *Dasar-dasar Statistika*, Bandung: Alabeta
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta