

HUBUNGAN ANTARA KECEPATAN, KELINCAHAN DAN KOORDINASI MATA KAKI DENGAN KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA

**Ayi Rahmat¹, Lukmanul Hakim², Dedi Aryadi³, Ridwan Sudirman⁴,
Taufik Hidayat Suharto⁵, Ira Arini⁶, Mukhtar Ridwan⁷**

Universitas Setia Budhi Rangkasbitung¹, Universitas Setia Budhi Rangkasbitung², Universitas Setia Budhi Rangkasbitung³,
Universitas Setia Budhi Rangkasbitung⁴, Universitas Setia Budhi Rangkasbitung⁵, Universitas Setia Budhi Rangkasbitung⁶
Email : ayirahmat20448@gmail.com, LukmanulHakim@gmail.com, dediaryadipendor@gmail.com,
ridwansudirmanpendor@gmail.com, taufik.hidayat.suharto.ths@gmail.com, ira.arini@gmail.com,
mukhtarridwanunj@gmail.com

ABSTRAKSI

Penelitian ini dilatar belakangi dengan adanya mahasiswa yang kurang baik dalam melakukan keterampilan menggiring bola. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecepatan, kelincahan, koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola. Hal ini dilakukan agar pelatih dapat menerapkan latihan fisik yang lebih terkonsentrasi pada faktor pendukung teknik menggiring bola. Populasi Penelitian ini adalah seluruh mahasiswa yang mengikuti kegiatan unit kegiatan mahasiswa (UKM) sepak bola di STKIP Setia Budhi Rangkasbitung yang berjumlah 30 mahasiswa. Data pada penelitian ini diambil dengan menggunakan instrumen tes kecepatan lari 150 m, tes kelincahan menggunakan Balsom Agility Test, tes Koordinasi mata kaki menggunakan tes Mitcel Soccer dan tes keterampilan menggiring bola. Metode analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik analisis korelasi product Moment dan analisis regresi linear berganda. Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan yang signifikan ($p < 0,05$) antara kecepatan dengan keterampilan menggiring bola pada mahasiswa UKM sepak bola di STKIP Setia Budhi Rangkasbitung, ada hubungan yang signifikan ($p < 0,05$) antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada mahasiswa UKM sepak bola di STKIP Setia Budhi Rangkasbitung, ada hubungan yang signifikan ($p < 0,05$) antara koordinasi mata-kaki dengan keterampilan menggiring bola pada mahasiswa UKM sepak bola di STKIP Setia Budhi Rangkasbitung. ada hubungan yang signifikan ($p < 0,05$) antara kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola pada mahasiswa UKM sepak bola di STKIP Setia Budhi Rangkasbitung.

Kata Kunci: Kecepatan, Kelincahan, Koordinasi mata-kaki, Sepak bola, UKM

ABSTRACT

This research is motivated by the presence of students who are not good at dribbling skills. This study aims to determine the relationship between speed, agility, eye-foot coordination with dribbling skills. This is done so that the coach can apply physical training that is more closed to the supporting factors for dribbling techniques. The population of this study were all students who took part in soccer student activity units (UKM) at STKIP Setia Budhi Rangkasbitung, totaling 30 students. The data in this study were taken using a 150 m running speed test instrument, agility tests using the Balsom Agility Test, ankle coordination tests using the Mitcel Soccer test and dribbling skills tests. The method of data analysis in this study uses product moment correlation analysis techniques and multiple linear regression analysis. The results of this study showed that there was a significant relationship ($p < 0.05$) between speed and dribbling skills in soccer UKM students at STKIP Setia Budhi Rangkasbitung, there was a significant relationship ($p < 0.05$) between agility and dribbling skills in STKIP Setia Budhi Rangkasbitung football UKM, there is a significant relationship ($p < 0.05$) between eye-foot coordination and dribbling skills in football UKM students at STKIP Setia Budhi Rangkasbitung students. there is a significant relationship ($p < 0.05$) between speed, agility and ankle coordination with dribbling skills in soccer UKM students at STKIP Setia Budhi Rangkasbitung.

Keywords: Speed, Agility, Eye-foot coordination, Soccer, UKM

Tanggal Submit : 23/07/2023

Tanggal Diterima : 26/08/2023

Tanggal Terbit : 15/12/2023



Copyright: © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 (CC BY-NC-SA 4.0) International License (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).

Publisher's Note: JPPM stays neutral with regard to jurisdictional claims in published maps and institutional affiliations.

I. PENDAHULUAN

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga populer di dunia termasuk di Indonesia. Sepak bola sangat digemari oleh masyarakat, baik masyarakat kota maupun masyarakat desa. Sepak bola dapat dijadikan sebagai olahraga rekreasi maupun prestasi. Sepak bola merupakan cabang olahraga permainan beregu atau tim. Sepak bola terdiri dari dua tim yang saling berlawanan dengan masing-masing tim terdiri dari 11 orang pemain. Tujuan Sepak bola adalah memasukkan bola ke dalam gawang lawan sebanyak mungkin dan menjaga gawang sendiri agar tidak kebobolan. Tim yang mencetak skor lebih banyak adalah pemenangnya.

Perkembangannya, Sepak bola semakin populer dan peminatnya semakin banyak berasal dari segala golongan usia, dari anak-anak sampai orang dewasa. Selain itu Sepak bola juga diterapkan di dalam pendidikan baik SD, SMP, SMA, Maupun di Perguruan Tinggi. Di bidang pendidikan, Perguruan tinggi memfasilitasi mahasiswa yang memiliki minat dan bakat dalam Sepak bola dengan mengadakan Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Sepak bola. Salah satu Unit Kegiatan Mahasiswa tersebut adalah STKIP Setiabudhi Rangkasbitung Dengan penyaluran bakat dan minat mahasiswa akan lebih mengenal dengan baik tentang cara bermain Sepak bola yang baik dan benar. Sehingga kemampuan mahasiswa dalam Sepak bola dapat terasah dan meningkat.

Suatu tim akan dapat menyajikan permainan yang menarik apabila tim tersebut memiliki kekompakan, artinya kerjasama antar pemain dalam satu tim tersebut dapat berjalan lancar, hal ini dapat dilakukan apabila setiap pemain dapat menguasai beberapa teknik dasar dalam permainan Sepak bola dalam peningkatan teknik perlu dijabarkan lagi komponen-komponen teknik dasar tersebut, ialah 1) *passing*, 2) *shooting*, 3) *dribbling*, 4) *heading*, 5) *cips*, 6) *intersep*.

James Tangkudung mengemukakan, didalam usaha untuk mencapai prestasi yang cepat, pengajar/pelatih menekankan pada anak-anak pada latihan yang intensif dan spesifik tanpa membentuk dasar yang baik, ini seperti membangun gedung bertingkat namun pondasinya lemah yang mengakibatkan robohnya bangunan tersebut.(Tangkudung, 2012)

Penampilan prima para pemain Sepak bola dipengaruhi oleh berbagai aspek, sehingga aspek-aspek tersebut perlu mendapatkan perhatian secara proposional. Seperti yang dikemukakan oleh Bempa, terdapat empat aspek utama yang perlu dipersiapkan dalam melakukan latihan untuk seluruh cabang olahraga, termasuk juga untuk para pemain Sepak bola, yang meliputi; (1) persiapan fisik, (2) persiapan teknik, (3) persiapan taktik, (4) persiapan psikologi.(Bempa, 2019) Dengan menempatkan faktor-faktor penting penunjang penampilan Sepak bola secara proposional, maka para pemain akan mampu tampil secara optimal sesuai dengan kondisi yang dimiliki.

Keempat aspek tersebut, memiliki kedudukan yang sama-sama penting, meskipun masing-masing aspek memiliki persentase yang berbeda-beda sesuai dengan kondisi dan tingkat kemampuan masing-masing individu. Keempat aspek tersebut tersusun secara hierarki, sehingga aspek fisik merupakan salah satu aspek penting, yang harus diperhatikan pertama kali. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa aspek fisik perlu diberikan pertama, sebelum aspek-aspek lain diberikan.

Berbagai aspek yang memiliki kaitan erat dengan permainan Sepak bola antara lain: kecepatan, kelincahan dan koordinasi. Kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengerjakan gerakan kesinambungan dalam bentuk yang sama dalam waktu yang sesingkat-singkatnya, kelincahan adalah kemampuan mengubah cepat arah tubuh atau bagian tubuh tanpa gangguan pada keseimbangan, Kelincahan dalam menggiring bola sangat diperlukan sebagai gerak tipu agar lawan menuju arah yang salah. sedangkan koordinasi yang dibutuhkan adalah koordinasi mata kaki yang digunakan untuk mengontrol bola, mengumpan, melakukan tendangan ke arah gawang dengan tepat dan menggiring bola.

Menggiring bola dapat dilakukan dengan menggunakan beberapa cara yaitu menggiring bola dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan kaki bagian punggung atau kura-kura baik dilakukan dengan kaki bagian kanan dan kaki bagian kiri. Menggiring bola adalah mengulirkan bola terus menerus di tanah sambil lari, menggiring bola adalah kemampuan seseorang pemain penyerang menguasai bola untuk melewati lawan. Agar dapat menjadi pemain Sepak bola yang berkualitas, seorang pemain perlu mengembangkan kemahirannya dalam menggiring bola. Tujuan menggiring bola dalam hal ini adalah membawa bola ke arah gawang, melewati lawan, memperlambat atau mengatur irama permainan.

Pelatih UKM Sepak Bola STKIP Setia Budhi Rangkasbitung bertugas membantu pemain dalam memperbaiki keterampilan siswa dalam bermain sepak bola. Yang setelah diamati bahwa teknik menggiring bola sangat penting di kuasai untuk digunakan mengecoh pemain lawan, beberapa pemain UKM STKIP Setia Budhi Rangkasbitung ketika menggiring bola masih ada yang kurang baik sehingga kecepatan, kelincahan dan penempatan bola dengan kaki, tidak stabil untuk di kontrol dan sehingga penguasaan bola pada saat menggiring bola susah dan mudah untuk di rebut lawan. Maka dari itu, untuk mencapai target tersebut dibutuhkan usaha maksimal untuk mengembangkan keterampilan menggiring bola dengan cara memberikan pemahaman tentang faktor yang mempengaruhi teknik menggiring bola.

Permasalahan yang terlihat dari hasil observasi, ada beberapa faktor yang mempengaruhi keterampilan menggiring bola pada UKM sepak bola STKIP Setia Budhi Rangkasbitung salah satunya yaitu Kecepatan. Kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengerjakan gerakan kesinambungan dalam bentuk yang sama dalam waktu yang sesingkat-singkatnya, kecepatan didefinisikan juga sebagai laju gerak dapat berlaku untuk tubuh secara keseluruhan atau bagian tubuh. Kecepatan sangat di perlukan dalam permainan sepak bola, sebab dengan kecepatan lari yang tinggi maka seorang pemain yang menggiring bola sepak dapat menerobos dan melemahkan daerah pertahanan lawan, sehingga aspek kecepatan lari dalam permainan sepak bola sangat penting untuk dilatih dan ditingkatkan melalui metode-metode yang tepat serta latihan yang teratur.[3] Kecepatan dapat dilatih dengan bola maupun tanpa bola. Bagi seorang pemain Sepak bola situasi yang berbeda-beda selalu dihadapi dalam setiap pertandingan, juga seorang pemain sepak bola menghendaki gerakan yang indah dan cepat sering dilakukan unsur kecepatan.

Unsur kelincahan dalam menggiring bola adalah pada saat pemain menghindari dari serangan pemain lawan sewaktu menguasai bola. Peserta UKM Sepak Bola STKIP Setia Budhi Rangkasbitung masih ada yang kurang dalam menghindari serangan pemain lawan sehingga bola mudah terebut oleh lawan. Kelincahan merupakan unsur kemampuan gerak yang harus dimiliki seorang pemain sepakbola sebab dengan kelincahan yang tinggi pemain dapat menghemat tenaga dalam suatu permainan. 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.[4] Namun keadaan yang ada pada peserta UKM Sepak bola di STKIP Setia Budhi Rangkasbitung masih memerlukan banyak latihan agar dapat memiliki kelincahan yang baik.

Faktor lain yang menjadi permasalahan dalam kemampuan teknik menggiring bola (*dribbling*) yaitu Koordinasi Mata-kaki, kemampuan mengkoordinasi mata kaki ketika menggiring bola pada UKM sepak bola di STKIP Setia Budhi Rangkasbitung masih selalu melihat bola dan belum dapat mengalihkan perhatiannya dari arah bola. Menurut Amir Supriadi (2015) Untuk dapat melakukan menggiring bola dengan baik seorang pemain sepakbola harus memiliki tingkat koordinasi gerak yang baik pula, karena tanpa adanya koordinasi gerak yang baik tentunya seorang pemain akan sulit membuat gerakan-gerakan menggiring yang menyulitkan pemain lawan.[5]

Koordinasi adalah kemampuan untuk melakukan gerakan dengan berbagai tingkat kesukaran dengan cepat dan efisien dan penuh ketepatan. Koordinasi diperlukan hampir disemua cabang olahraga termasuk cabang olahraga sepak bola. karena mata adalah pusat dimana pandangan untuk melihat kondisi di sekitar lapangan serta peranan kaki sebagai pengolah bola. Maka dari sinilah, latihan yang dapat diberikan misalnya variasi langkah kaki yang dipadukan dengan arah pandangan mata agar bisa dengan mudah menyelaraskan antara pandangan mata dan gerakan kaki permainan sepak bola yang didominasi dalam penggunaan kaki membuat peranan koordinasi mata-kaki sangat penting dalam menggiring bola.

Untuk membuktikan bahwa faktor-faktor tersebut berpengaruh dengan teknik menggiring bola (*dribbling*) maka penulis ingin mengetahui apakah kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki memiliki hubungan dengan keterampilan menggiring bola pada permainan sepak bola, maka perlulah peneliti mengkaji secara lebih mendalam baik secara teori maupun praktik melalui tes dan pengukuran komponen-komponen tersebut.

Sehingga Perlu diketahui seberapa besar hubungan antara kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola. Penelitian ini akan dilaksanakan di Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Sepak bola STKIP Setia Budhi, Kecamatan Rangkasbitung, Kabupaten Lebak, Propinsi Banten.

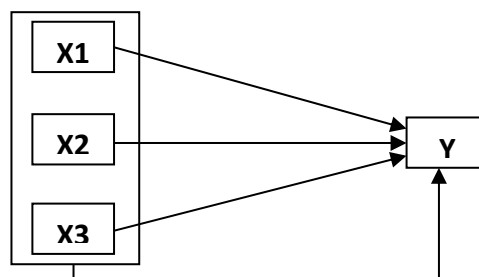
II. PENELITIAN YANG TERKAIT

Dalam penelitian yang akan saya lakukan ini, ada beberapa penelitian yang pernah membahas kajian mengenai Hubungan kecepatan, kelincahan dan Koordinasi mata kaki terhadap keterampilan menggiring bola. Berikut ini beberapa hasil penelitian yang relevan untuk mempermudah dan memperjelas kajian teoritis yang telah dikemukakan pada bagian terdahulu, yaitu:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Oca Fernandes (2021) yang meneliti tentang Analisis Kelincahan, Kecepatan, dan Koordinasi Mata-Kaki Dengan Kemampuan *Dribbling* Tim Sepak Bola USS (*UIR Soccer School*) Soccer Team.[6]
2. Penelitian yang dilakukan oleh Herman (2022) yang meneliti tentang Hubungan Keseimbangan, Kelincahan dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola,[7]
3. Penelitian yang dilakukan oleh M.Mairdarman yang meneliti tentang Kontribusi Kecepatan, Kelincahan dan Koordinasi Mata-Kaki terhadap Kemampuan *Dribbling*.[8]

III. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, metode survei, dan teknik korelasional. Variabel terikat adalah keterampilan menggiring bola dan variabel bebasnya adalah kecepatan, kelincahan, dan koordinasi mata-kaki. Konstelasi penelitiannya adalah:



Gambar 1: Konstelasi Hubungan Antar Variabel
Sumber: Sugiyono (2016)

Keterangan :

- X₁ : Kecepatan
- X₂ : Kelincahan
- X₃ : Koordinasi mata-kaki
- Y : Keterampilan Menggiring bola

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya[9, p. 80]. Sedangkan pendapat Suharsimi Arikunto bahwa Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian.[10] Jadi populasi bukan hanya orang, tetapi juga objek dan benda-benda alam yang lain. Populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada obyek yang dipelajari tetapi meliputi seluruh karakteristik/sifat yang di miliki oleh subyek atau obyek itu.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh anggota keterampilan menggiring bola pada anggota Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) sepakbola di STKIP Setiabudhi Rangkasbitung sebanyak 30 orang. Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampel jenuh yaitu teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Hal ini sering dilakukan bila jumlah populasi relative kecil, kurang dari 50 orang, istilah lain sampel jenuh adalah sensus, dimana semua anggota populasi dijadikan sampel,[9, p. 85] Sampel yang diambil dalam penelitian ini semua anggota populasi dijadikan sampel sebanyak 30 orang.

Data pada penelitian ini diambil dengan menggunakan instrumen tes kecepatan lari 150 m menurut widiastuti (2017)[11], tes Kelincahan menggunakan Balsom Agility Test menurut Saeful Rahman (2016)Saeful Rahman, “Uji Validitas Dan Reliabilitas Instrumen Kelincahan Balsom Agility Test Untuk Atlet Sekolah Menengah Pertama Kelas Khusus Olahraga Di Daerah Istimewa Yogyakarta,” 2016, 390–92. dan Koordinasi mata kaki menggunakan tes Mitcel Soccer Test menurut Fenanlampir Albertus dan Faruq Muhamad Muhyi (2015:160)[13] dan tes keterampilan menggiring bola menurut widiastuti (2017)[11]. Metode analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik analisis korelasi product Moment dan analisis regresi linear berganda.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Data hasil penelitian yang digunakan untuk analisis adalah hasil tes kecepatan, kelincahan, koordinasi mata kaki dan keterampilan menggiring bola mahasiswa yang mengikuti UKM sepak bola. Deskripsi data hasil penelitian tersebut disajikan pada tabel.

Tabel 1. Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kecepatan	30	16.45	20.15	18.0357	1.09929
Kelincahan	30	9.76	13.15	11.5167	1.02518
Koordinasi Mata-Kaki	30	15.00	20.00	17.2333	1.45468
Keterampilan Menggiring Bola	30	9.35	12.00	10.6113	.81305
Valid N (listwise)	30				

Dari data diatas descriptive statistic terdapat data nilai Keterampilan Menggiring minimum 9,35, maximum 12,00, Mean 10.6113 dan Std. Deviation 0.813, nilai minimum kecepatan 16,45, maximum 20,15, 18,03 mean dan std deviation 1,09, data kelincahan 9,76, maximum 13,15, mean 11,51 dan std deviation 1,02, dan data koordinasi mata kaki nilai minimum 15, max 20, mean 17,23 dan std deviation 1,45.

Tabel 2. Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Keterampilan Menggiring Bola	.125	30	.200*	.944	30	.117
Kecepatan	.132	30	.196	.940	30	.093
Kelincahan	.142	30	.125	.938	30	.081
Koordinasi Mata-Kaki	.135	30	.171	.939	30	.084

Berdasarkan tabel di atas terlihat nilai Sig. pada kolom Kolmogorov Smirnov dan nilai Sig. pada kolom Shapiro-Wilk masing nilainya lebih besar dari 0,05, maka data berdistribusi Normal.

Tabel 3. Uji Linearitas

NO	Hubungan Fungsional	F _{hitung}	P	Keterangan
1	Kecepatan dengan keterampilan menggiring bola (X ₁ .Y)	14.30	0,06	Linear
2	Kelincahan dengan keterampilan menggiring bola (X ₂ .Y)	0,94	0,68	Linear
3	Koordinasi Mata Kaki dengan keterampilan menggiring bola (X ₃ .Y)	0,73	0,57	Linear

Berdasarkan pengujian linieritas yang disajikan pada tabel di atas, diketahui bahwa Fhitung Pada hubungan antara Kecepatan (X1) dengan keterampilan menggiring bola (Y) sebesar 14.30 dengan 0,06 > 0,05 dengan demikian hubungan fungsional tersebut linear. Hasil Fhitung Pada hubungan antara Kelincahan (X2) dengan keterampilan menggiring bola (Y) sebesar 0,94 dengan 0,68 > 0,05 dengan demikian hubungan fungsional tersebut linear. Hasil Fhitung Pada hubungan antara Koordinasi mata-kaki (X3) dengan keterampilan menggiring bola (Y) sebesar 0,73 dengan 0,57 > 0,05 dengan demikian hubungan fungsional tersebut linear.

Tabel 4. Hasil Uji Korelasi

Variable	R	P	Kesimpulan
X ₁ Y	0,690	0,000	Signifikan
X ₂ Y	0,781	0,000	Signifikan
X ₃ Y	-0,512	0,004	Signifikan
X ₁ X ₂ X ₃ .Y	0,821	0,000	Signifikan

Berdasarkan hasil di atas terlihat hubungan kecepatan dengan keterampilan menggiring bola memiliki hubungan sebesar 0,69, kelincahan dengan keterampilan menggiring bola memiliki hubungan sebesar 0,781, koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola memiliki hubungan sebesar 0,512 dan hubungan antara kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola sebesar 0,821.

PEMBAHASAN

1. Hubungan Kecepatan dengan keterampilan menggiring bola

Berdasarkan Analisis data dan pengujian hipotesis, penelitian ini membuktikan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecepatan dengan keterampilan menggiring bola. Hubungan yang signifikan tersebut berarti bahwa semakin baik kecepatan lari, semakin baik pula keterampilan menggiring bola pada atlet UKM Sepak bola di STKIP Setia Budhi Rangkasbitung dan sebaliknya semakin kurang baik kecepatan lari, semakin kurang baik pula keterampilan menggiring bola pada atlet UKM Sepak bola di STKIP Setia Budhi Rangkasbitung.

Menurut Irwan Anhar (2017) Kecepatan merupakan unsur kemampuan gerak yang harus dimiliki seorang pemain sepak bola, sebab dengan kecepatan yang tinggi, pemain yang menggiring bola dapat menerobos dan melemahkan daerah pertahanan lawan.[14] Kecepatan bukan hanya berarti menggerakkan seluruh tubuh dengan cepat, akan tetapi dapat pula terbatas pada menggerakkan seluruh tubuh dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Kecepatan anggota tubuh seperti tungkai adalah penting pula guna memberikan akselerasi obyek-obyek eksternal dalam menggiring bola.

2. Hubungan Kelincahan dengan keterampilan menggiring bola

Dari hasil analisis data dan pengujian hipotesis kedua, penelitian ini membuktikan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola. Hubungan yang signifikan tersebut berarti bahwa semakin baik kelincahan, semakin baik pula keterampilan menggiring bola pada atlet UKM Sepak bola di STKIP Setia Budhi Rangkasbitung dan sebaliknya semakin kurang baik kelincahan, semakin kurang baik pula keterampilan menggiring bola pada atlet UKM Sepak bola di STKIP Setia Budhi Rangkasbitung.

Menurut Widyowati et al., (2021) Kelincahan merupakan unsur kemampuan gerak yang harus dimiliki seorang pemain sepak bola sebab dengan kelincahan yang tinggi pemain dapat menghemat tenaga dalam suatu permainan[15]. Menurut Sothorn (2020) 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[16]. Kelincahan diperlukan sekali dalam melakukan gerak tipu pada saat menggiring bola. Gerak tipu dapat kita kerjakan dengan mengendalikan ketepatan, kecepatan, dan kecermatan.

Berkenaan dengan hal itu, sangatlah penting bagi mahasiswa peserta UKM sepak bola di STKIP Setia Budhi untuk melatih kelincahan dengan lebih serius. Latihan untuk meningkatkan kelincahan yang baik sangat menentukan terhadap kualitas permainan sepak bola seseorang dari keterampilan menggiring bola yang dilakukan.

3. Hubungan Koordinasi Mata-Kaki dengan keterampilan menggiring bola

Analisis data dan pengujian hipotesis ketiga pada penelitian ini, membuktikan bahwa ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola. Hubungan yang signifikan tersebut berarti bahwa semakin baik koordinasi mata-kaki, semakin baik pula keterampilan menggiring bola pada atlet UKM Sepak bola di STKIP Setia Budhi Rangkasbitung dan sebaliknya semakin kurang baik koordinasi mata-kaki, semakin kurang baik pula keterampilan menggiring bola pada atlet UKM Sepak bola di STKIP Setia Budhi Rangkasbitung.

Menurut R. Yulianto & Haprabu (2021) Koordinasi mata kaki memiliki peranan yang besar, bola yang digiring oleh pemain kadangkala matanya hanya tertuju pada fokus bola sehingga disaat melakukan operan pada teman atau membawa (menggiring bola) selalu kandas dan terhalau oleh lawan.[17]

Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa koordinasi memiliki hubungan yang signifikan untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola sehingga sangatlah penting bagi mahasiswa peserta UKM sepak bola di STKIP Setia Budhi untuk melatih koordinasi mata kaki untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola dengan baik.

4. Hubungan Kecepatan, Kelincahan dan Koordinasi Mata-Kaki dengan keterampilan menggiring bola

Hasil pengujian hipotesis keempat, membuktikan bahwa ada hubungan signifikan antara kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan keterampilan menggiring bola pada atlet UKM sepak bola di STKIP Setia Budhi Rangkasbitung.

Koefisien determinan (R^2) kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan keterampilan menggiring bola pada atlet UKM sepak bola di STKIP Setia Budhi Rangkasbitung, sebesar 0,674 atau 67,4%, artinya kecepatan, kelincahan, dan koordinasi mata kaki memberikan kontribusi (sumbangan efektif) dengan keterampilan menggiring bola pada atlet UKM sepak bola di STKIP Setia Budhi Rangkasbitung. Hal ini dikarenakan program latihan untuk peningkatan keterampilan menggiring bola, melalui latihan-latihan kecepatan, kelincahan, dan koordinasi mata-kaki terlebih dahulu. Ketiga komponen tersebut merupakan faktor utama untuk peningkatan keterampilan menggiring bola.

Ada banyak komponen kondisi fisik yang harus dimiliki oleh seorang pemain dalam berolahraga, diantaranya: Daya tahan, kekuatan, kecepatan, kelincahan, daya ledak, keluntukan, ketepatan koordinasi, keseimbangan dan reaksi. Dari sepuluh komponen fisik tersebut tidak seluruhnya harus dimiliki secara baik. Ada komponen yang menjadi pelengkap dari komponen yang lain. Melihat karakteristik cabang olahraga sepak bola, dapat disimpulkan bahwa komponen yang harus lebih dominan dimiliki pemain sepak bola adalah daya tahan, kekuatan, kecepatan, kelincahan, koordinasi dan tentunya tanpa meninggalkan komponen fisik lain.

Begitu pula dengan kebutuhan atlet pada UKM sepak bola di STKIP Setia Budhi Rangkasbitung walaupun pada mereka kondisi fisik yang mereka punya masih memerlukan banyak latihan. Komponen kondisi fisik inilah yang dapat memberikan kontribusi setiap pemain dalam melakukan gerakan apapun seperti saat menggiring bola.

Keterampilan menggiring bola merupakan keterampilan dimana seseorang mampu mengkoordinasi antara pandangan mata dan gerakan kaki, menguasai membawa bola dengan cepat dan lincah untuk melewati lawan. Dari penjelasan tersebut maka perlu dibuktikannya apakah komponen kondisi fisik tersebut memberikan kontribusi pada saat menggiring bola sehingga memiliki hubungan yang signifikan.

V. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pengujian hipotesis peneliti dapat ditarik beberapa kesimpulan, sebagai berikut:

1. Ada hubungan yang signifikan ($p < 0,05$) antara kecepatan dengan keterampilan menggiring bola pada atlet UKM sepak bola di STKIP Setia Budhi Rangkasbitung.
2. Ada hubungan yang signifikan ($p < 0,05$) antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada atlet UKM sepak bola di STKIP Setia Budhi Rangkasbitung.
3. Ada hubungan yang signifikan ($p < 0,05$) antara koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola pada atlet UKM sepak bola di STKIP Setia Budhi Rangkasbitung.
4. Ada hubungan yang signifikan ($p < 0,05$) antara kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola pada atlet UKM sepak bola di STKIP Setia Budhi Rangkasbitung. Kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata kaki memberikan kontribusi dengan keterampilan menggiring bola pada atlet UKM sepak bola di STKIP Setia Budhi Rangkasbitung sebesar 69,2%

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis juga ingin menyampaikan rasa terimakasih kepada: Dr. Ridwan Sudirman, M.Pd selaku Wakil Rektor I Bidang Akademik dan Kerjasama, Dr. Dedi Aryadi, M.Pd selaku Wakil Dekan I Bidang Akademik FKIP Universitas Setia budhi Rangkasbitung, Dosen-Dosen Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Universitas Setia Budhi Rangkasbitung, serta seluruh mahasiswa yang mengikuti UKM Sepakbola di Universitas Setia Budhi Rangkasbitung yang menjadi sampel dalam penelitian. sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] J. Tangkudung, *Pembinaan Prestasi Olahraga*. Jakarta: PT Cerdas Jaya, 2012.
- [2] T. Bompa, "Theory and methodology of training,," *Iowa Kendall/Hunt Publising Co.*, 2019.
- [3] A. Mylsidayu and F. Kurniawan, "Ilmu kepelatihan dasar," in *Ilmu Kepeleatihan Dasar*, vol. 116118, Bandung: Alfabeta, 2015.
- [4] Agus Budianto, "Hubungan Antara Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Usia 14-15 Tahun Di Sekolah Sepakbola Baturetno Bantul," 2012.
- [5] A. Supriadi, "Hubungan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola," *J. Ilmu Keolahragaan*, vol. 14, no. 1, pp. 1–14, 2015.
- [6] O. F. AF, S. Maesaroh, M. I. Rahmatullah, E. Murti, and F. Sulistiya, "Analisis kelincahan, kecepatan, dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan dribbling tim Sepak Bola USS (Uir Soccer School)," *J. Sport Educ.*, vol. 3, no. 2, pp. 137–145, 2021.
- [7] H. Herman and M. Hasbillah, "Hubungan Keseimbangan, Kelincahan Dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola," *Sport. J.*, vol. 2, no. 1, pp. 9–16, 2022.
- [8] M. Maidarman, "Kontribusi Kecepatan, Kelincahan dan Koordinasi Mata-Kaki terhadap Kemampuan Dribbling," *J. Patriot*, vol. 2, no. 1, pp. 206–219, 2020.
- [9] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2014.
- [10] S. Arikunto, "Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Proses," *Jakarta: Rineka Cipta*. 2013.
- [11] Widiastuti, "Tes dan Pengukuran Olahraga," in *Tes dan Pengukuran Olahraga*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2017.
- [12] Saeful Rahman, "Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Kelincahan Balsom Agility Test Untuk Atlet Sekolah Menengah Pertama Kelas Khusus Olahraga Di Daerah Istimewa Yogyakarta," pp. 390–392, 2016.
- [13] F. Albertus and F. M. Muhyi, "Tes dan pengukuran dalam Olahraga," *Yogyakarta CV. Andi Offset*, 2015.
- [14] I. Anhar and I. Irwan, "Hubungan Kecepatan Lari dengan Keterampilan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola pada Siswa Putra Kelas VIII SMP Negeri 1 Sape Tahun Pelajaran 2013/2014.," *J. Pendidik. OLAHRAGA*, vol. 7, no. 1, pp. 8–15, 2017.
- [15] A. P. Widyowati, "Keefektifan Model Pembelajaran Atletik Berbasis Circuit Training Terhadap Kebugaran Jasmani," *J. Kreat. J. Kependidikan Dasar*, vol. 11, no. 2, pp. 171–178, 2021.

- [16] E. Ariestika and H. Amni, “Keterampilan Menggiring Bola: Apakah Ada Hubungan Kecepatan Dan Kelincahan Pada Pemain Sepakbola?,” *J. Pelita Ilmu Keolahragaan*, vol. 2, no. 1, 2022.
- [17] P. F. Yulianto and K. Budiyo, “Pengaruh Model Latihan Drill Terhadap Akurasi Shooting Sepakbola Pemain Usia Junior SSB Sukoharjo,” *J. Ilm. Spirit*, vol. 21, no. 2, pp. 1–8, 2021.