

The Relationship Of Eye Coordination, Abdominal Muscle Strenght and Left Muscle Power with Skills Ability in The Game of Sock Takraw Extracurricular in Male Students

Hartini

SD Negeri Karungan 2
hartiniakun@gmail.com

Article History

accepted 1/8/2021

approved 17/8/2021

published 1/9/2021

Abstract

Tujuan penelitian yaitu mengetahui hubungan mata kaki, kekuatan otot perut dan kekuatan otot tungkai dengan kemampuan sepak sila dalam ekstrakurikuler sepak takraw putra siswa SDN 01 Kaliwuluh Kebakkramat Karanganyar tahun 2016. Teknik pengumpulan data dengan teknik tes dan pengukuran. Hasil penelitian ini yaitu ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata kaki dengan kemampuan sepak sila, $r_{hitung} = 0,530 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$, ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot perut dengan kemampuan sepak sila, $r_{hitung} = 0,376 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$, ada hubungan yang signifikan antara power otot tungkai dengan kemampuan sepak sila, $r_{hitung} = 0,430 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$, ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata kaki, kekuatan otot perut dan power otot tungkai dengan kemampuan sepak sila, $r_{2y(123)} \text{ sebesar } 0,468 > r_{tabel\ 5\%} \text{ pada taraf signifikansi } 5\% \text{ sebesar } 0,361 \text{ dan } f_0 \text{ sebesar } 7,6301 > f_{tabel} \text{ pada taraf signifikansi } 5\% \text{ sebesar } 2,89$.

Keywords: Relationships, Abilities, Sepak takraw

Abstrak

Tujuan penelitian yaitu mengetahui hubungan mata kaki, kekuatan otot perut dan kekuatan otot tungkai dengan kemampuan sepak sila dalam ekstrakurikuler sepak takraw putra siswa SDN 01 Kaliwuluh Kebakkramat Karanganyar tahun 2016. Teknik pengumpulan data dengan teknik tes dan pengukuran. Hasil penelitian ini yaitu ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata kaki dengan kemampuan sepak sila, $r_{hitung} = 0,530 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$, ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot perut dengan kemampuan sepak sila, $r_{hitung} = 0,376 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$, ada hubungan yang signifikan antara power otot tungkai dengan kemampuan sepak sila, $r_{hitung} = 0,430 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$, ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata kaki, kekuatan otot perut dan power otot tungkai dengan kemampuan sepak sila, $r_{2y(123)} \text{ sebesar } 0,468 > r_{tabel\ 5\%} \text{ pada taraf signifikansi } 5\% \text{ sebesar } 0,361 \text{ dan } f_0 \text{ sebesar } 7,6301 > f_{tabel} \text{ pada taraf signifikansi } 5\% \text{ sebesar } 2,89$.

Kata kunci: Hubungan, Kemampuan, Seak takraw

Social, Humanities, and Education Studies (SHEs): Conference Series
<https://jurnal.uns.ac.id/shes>

p-ISSN 2620-9284
e-ISSN 2620-9292



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

PENDAHULUAN

Perkembangan permainan sepak takraw dewasa ini menjadikan olah kaki semakin populer di masyarakat luar maupun dalam negeri. Setelah terselenggaranya sepak takraw Asia Games di Inchoen, menjadikan olahraga ini sebagai wacana masuk keikutsertaan ke olimpiade. Negara-negara mempersiapkan untuk menjadi kontestan perebutan medali emas di Olimpiade. Sepak takraw yang dikenal Indonesia sejak abad ke-15 dan sampai sekarang menjadikan olahraga yang perkembangannya sejak usia dini. Pemerintah menanggapi positif respon dari perkembangan takraw di dunia dengan memasukkan kurikulum pendidikan jasmani sepak takraw.

Sekolah merupakan gudang bibit olahragawan yang tidak ada habisnya, apabila program pendidikan olahraga di sekolah dapat dilaksanakan sebaik-baiknya. Kita ketahui bahwa prestasi olahraga tidak dapat diciptakan dalam waktu yang singkat, tetapi memerlukan waktu pembinaan yang panjang dimulai sejak usia dini atau di bangku sekolah. Kenyataan yang ada di lapangan menunjukkan suatu keadaan yang perlu mendapatkan perhatian dari pemerintah, terutama kurangnya guru penjasorkes di jenjang sekolah, sehingga sekolah belum sepenuhnya mengembangkan atlet yang berprestasi. Dalam konteks pendidikan, sepaktakraw merupakan salah satu materi pilihan yang disajikan dalam bentuk kurikulum pendidikan jasmani di sekolah, sehingga sepak takraw dapat digunakan sebagai media sarana dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah tersebut (Putra et al., 2020).

Permainan sepak takraw merupakan salah satu cabang olahraga yang cukup digemari oleh mayoritas siswa di sekolah, namun harapannya jangan hanya gemar melakukan tetapi sedapat mungkin berprestasi dalam pelaksanaan. Berkaitan dalam hal itu maka SD N 01 Kaliwuluh Kebakkramat mengadakan ekstrakurikuler sepak takraw dan berusaha mengadakan pembinaan atlet-atlet sepak takraw agar dapat berprestasi dalam Pekan Olahraga Siswa, Kejuaraan antar mahasiswa, Kejurda, Kejurnas maupun tingkat selanjutnya. Siswa pembinaan sepak takraw kiranya perlu mendapat perhatian yang lebih agar dapat mencapai prestasi yang maksimal. Namun, demikian usaha dalam menciptakan atlet yang berprestasi tentu tidak sederhana dan bertahan pada pola yang statis tetapi harus bersifat kompleks. Kompleksitas tersebut antara lain berkaitan dengan mahasiswa atau atlet itu sendiri, pelatih, sarana dan prasarana yang memadai dan program. Sarana dan prasarana untuk bermain sepak takraw yang belum dimiliki sekolah merupakan masalah pertama, sehingga modifikasi sarana dan prasarana diperlukan dalam proses pembelajaran agar tujuan dari pembelajaran dapat tercapai (Zetou et al., 2014).

Tujuan sepak takraw dalam pertandingan adalah memenangkan pertandingan atau mencapai prestasi yang setinggi-tingginya. Terdapat banyak faktor yang berpengaruh dalam pencapaian prestasi yang maksimal. Bagi pemain sepak takraw erat sekali hubungannya dengan faktor indogen poin ketiga yaitu kondisi fisik. Dengan kondisi dan kemampuan fisik yang baik, maka prestasi maksimal akan tercapai, tetapi tidak lepas dari faktor-faktor yang lainnya. Hal ini diperkuat Sajoto dalam (Setiawan, 2015), bahwa komponen fisik yang harus dimiliki dan dikembangkan dalam usaha mencapai prestasi optimal yaitu: kekuatan, daya tahan otot, kecepatan, kelentukan, kelincahan, koordinasi, keseimbangan, ketepatan dan reaksi. Maka dari itu, perlu mencari tahu faktor apa saja yang dapat mempengaruhi keterampilan bermain sepak takraw yang erat hubungannya dengan kondisi dan kemampuan fisik. serta metode yang efektif.

Berdasarkan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi prestasi atlet di ekstrakurikuler sepak takraw SD N 1 Kaliwuluh Kebakkramat Karanganyar, banyak hal yang perlu dikaji. Masalah yang cukup penting yang perlu menjadi perhatian adalah kualitas pemain. Kualitas pemain yang perlu dikembangkan untuk meningkatkan prestasi yaitu, fisik, teknik, taktik dan mental.

Salah satu permasalahan yang dihadapi, khususnya atlet di SD N 1 Kaliwuluh adalah masih kurangnya penguasaan teknik bermain sepak takraw. Perhatian pelatih perlu dikonsentrasikan pada peningkatan kemampuan teknik tanpa mengurangi perhatian pada aspek lainnya. Penguasaan teknik merupakan unsur dasar untuk mengembangkan mutu dan seni yang tinggi dalam suatu permainan atau pertandingan. Menurut Purwanto & Rifandy (2022), terdapat teknik-teknik dasar permainan sepak takraw di antaranya: (1) teknik sepakan, (2) teknik memaha, (3) teknik mendada/control, dan (4) teknik membahu/control. Penguasaan pemain terhadap teknik teknik tersebut harus ditingkatkan melalui proses belajar dan berlatih secara tekun dan teratur.

Permainan sepak takraw memiliki beberapa teknik dasar yang harus dikuasai diantaranya adalah teknik sepak sila atau teknik penguasaan bola (Putra et al., 2020). Dinamakan sepak sila karena posisi kaki saat perkenaan dengan bola seperti orang bersila. Sepak sila merupakan pergerakan dasar dengan bermacam kegunaan salah satunya untuk menahan atau menerima servis, pasing, memberi bola, dan bagi pemula digunakan pada saat servis (Setiawan et al., 2014). Teknik dasar sepak sila juga merupakan teknik yang sangat efektif untuk melakukan umpan (operan) kepada teman untuk disماش. Dalam suatu pertandingan diperlukan operan yang baik yaitu operan yang tidak menyusahkan teman sendiri, untuk menyusun pola penyerangan. Dengan operan yang baik maka akan dapat diatur pola penyerangan secara mantap, sehingga dapat memperoleh kemenangan dalam suatu pertandingan. Untuk itu maka pemain harus menguasai teknik sepak sila dengan baik. Mardis et al., (2020) berpendapat bahwa, salah satu teknik yang sangat berperan dan yang paling penting adalah sepak sila, dimana sepak sila pada permainan sepak takraw merupakan salah satu bagian penting yang harus diperhatikan oleh para pelatih dalam memberikan latihan karena sepak sila adalah induk dalam permainan sepak takraw.

Salah satu faktor yang sangat berpengaruh dalam peningkatan kemampuan bermain sepak takraw adalah fisik (Karim & Ikadarny, 2018). Kondisi fisik mempunyai peranan pada setiap prestasi sehingga kondisi fisik ditujukan untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan kesehatan jasmani yang baik sehingga diharapkan akan mencapai prestasi terbaik dari seorang atlet sepak takraw itu sendiri. Selain itu, upaya peningkatan prestasi ekstrakurikuler sepak takraw dapat dilakukan dengan meningkatkan kemampuan sepak sila melalui latihan secara intensif. Pemberian latihan sepak sila perlu memperhatikan unsur-unsur yang mempengaruhinya. Unsur yang perlu mendapat perhatian diantaranya yaitu koordinasi mata kaki, kekuatan otot perut dan power otot tungkai. Diantara faktor-faktor yang dapat mempengaruhi untuk mencapai hasil yang optimal dalam permainan sepak takraw adalah koordinasi mata kaki hal ini karena unsur fisik dalam permainan sepak takraw yang dominan. Koordinasi mata, dan kaki adalah kemampuan dalam mengkoordinasikan mata, dan kaki dalam sebuah rangkaian gerak yang utuh, menyeluruh, serta terus menerus secara cepat dan tepat dalam irama gerak yang terkontrol (Anggraini, 2016).

Selain itu kekuatan otot perut yang baik sangat dibutuhkan untuk menampilkan gerak dengan daya dan alur kesimbangan yang selaras, terutama ayunan kaki serta power otot tungkai menempatkan diri saat menerima bola sehingga dalam mengontrol bola akan lebih baik. Kekuatan otot tungkai adalah komponen yang penting sekali dalam upaya sebagai peningkatan kondisi fisik menyeluruh dikarenakan kekuatan otot tungkai menjadi penggerak utama setiap aktivitas yang melibatkan fisik terutama dalam servis sepak takraw (Murti et al., 2021). Faktor lain yang tidak kalah pentingnya dalam permainan sepak takraw adalah kekuatan otot perut. Kekuatan otot perut sangat mempengaruhi kemampuan dalam melakukan gerakan sepak sila agar tidak mudah jatuh dan supaya badan dalam keadaan seimbang, hal ini merupakan kunci keberhasilan dalam meningkatkan keterampilan bermain sepak takraw, terutama dalam melakukan sepak sila dalam permainan sepak takraw. Putra et al. (2020)

menyatakan bahwa untuk meningkatkan kualitas koordinasi gerak sebagai cerminan dari persepsi kinestetik, pelatih harus mampu membuat program dan latihan-latihan meningkatkan kemampuan persepsi kinestetik untuk para pemain sepak takraw supaya memiliki kepekaan terhadap gerakan yang dilakukan sehingga memberikan kontribusi terhadap penampilannya saat melakukan sepak takraw.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan di SD N 01 Kaliwuluh, Kebakkramat, Karanganyar. Penelitian ini akan dilaksanakan dengan dua kali pengambilan data yaitu *test* dan *re-test*. Penelitian ini dilaksanakan pada Tanggal 21 April 2016 s/d 22 Mei 2016. *Test* dilaksanakan pada tanggal 20 Mei 2016, *Re-test* dilaksanakan pada tanggal 21 Mei 2016.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif studi korelasional. Penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara koordinasi mata kaki, kekuatan otot perut dan power otot tungkai terhadap kemampuan sepak sila. Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu koordinasi mata kaki, kekuatan otot perut dan power otot tungkai. Variabel terikat dalam penelitian ini yaitu kemampuan sepak sila.

Populasi penelitian ini adalah Ekstrakurikuler siswa putra SD N 01 Kaliwuluh, Kebakkramat, Karanganyar Tahun 2016. Yang berjumlah 30 siswa. Besar sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 30 pemain, yang diperoleh dengan teknik *total sampling* Ketentuan-ketentuan tersebut yaitu; (1) Jenis kelamin laki-laki, berminat untuk mengikuti penelitian, (3) sehat jasmani dan rohani, (4) bersedia menjadi sampel penelitian, (5) memiliki kemampuan sepak sila baik atau kurang, berdasarkan hasil observasi dan informasi.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik les dan pengukuran. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis statistik korelasi *product*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Korelasi Tiap Prediktor

Hasil analisis korelasi masing-masing prediktor dengan kriterium penelitian ini yaitu; (1) berdasarkan analisis korelasi antara Koordinasi mata kaki (X_1) dengan Kemampuan Sepak Sila (Y), diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,530. Dengan $N = 30$, nilai $r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. Ternyata $r_{hitung} = 0,530 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Koordinasi mata kaki (X_1) dengan Kemampuan Sepak Sila (Y), berdasarkan analisis korelasi antara Kekuatan otot perut (X_2) dengan Kemampuan Sepak Sila (Y), diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,376. Dengan $N = 30$, nilai $r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. Ternyata $r_{hitung} = 0,376 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Kekuatan otot perut (X_2) dengan Kemampuan Sepak Sila (Y), (3) berdasarkan analisis korelasi antara Power otot tungkai (X_3) dengan Kemampuan Sepak Sila (Y), diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,430. Dengan $N = 30$, nilai $r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. Ternyata $r_{hitung} = 0,430 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Power otot tungkai (X_3) dengan Kemampuan Sepak Sila (Y). Ringkasan hasil analisis korelasi masing-masing prediktor dengan kriterium penelitian ini adalah sebagai berikut.

Tabel 1. Rangkuman Hasil Analisis Korelasi Tiap Prediktor dengan Kriteriaum

Variabel	r_{hitung}	r_{tabel}	Simpulan
X_1Y	0,530	0,361	Korelasi signifikan
X_2Y	0,376	0,361	Korelasi signifikan
X_3Y	0,430	0,361	Korelasi signifikan

Analisis Regresi

Analisis regresi pada penelitian ini menggunakan analisis regresi ganda tiga prediktor. Hasil analisis regresi antara data tes Power otot tungkai (X_1), Koordinasi mata kaki (X_2), Kekuatan otot perut (X_3) Power otot tungkai dengan Kemampuan Sepak Sila (Y) penelitian ini adalah sebagai berikut.

Persamaan garis regresinya adalah:

$$\hat{y} = 5,626 X_1 + 0,167 X_2 + 31,866 X_3 + -88,037$$

Koefisien korelasi dan determinasi antara prediktor dan kriteriaum:

$$R_{y(1,2,3)} = 0.684$$

$$R^2_{y(1,2,3)} = 0.468$$

Uji signifikansi analisis regresi. Hasil uji signifikansi regresi penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 2. Ringkasan Hasil Analisis Regresi

Sumber Variasi	Db	JK	RK	Freg
Regresi (reg)	3	3611,9922	1203,9974	7,6301
Residu (res)	26	4102,6745	157,7952	-
Total	29	7714,6667	-	-

Dari hasil analisis regresi tersebut dapat disimpulkan, dengan db = m lawan N - m - 1 = 3 lawan 26, harga $F_{tabel\ 5\%}$ adalah 2,89. Sedangkan nilai F yang diperoleh adalah 7,6301, ternyata lebih besar dari angka batas penolakan hipotesa nol. Dengan demikian hipotesa nol ditolak, yang berarti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Koordinasi mata kaki (X_1), Kekuatan otot perut (X_2), Power otot tungkai (X_3) dengan Kemampuan Sepak Sila (Y). Adapun besarnya nilai R^2 antara Koordinasi mata kaki (X_1), Kekuatan otot perut (X_2), Power otot tungkai (X_3) dengan Kemampuan Sepak Sila (Y) adalah 0, 468.

Hubungan Antara Koordinasi Mata Kaki dengan Kemampuan Sepak Sila

Dari hasil analisis korelasi pada data koordinasi mata kaki dengan kemampuan sepak sila, diperoleh nilai r sebesar 0,530, dimana nilai tersebut lebih besar dari nilai r_{tabel} pada taraf signifikansi 5% yaitu 0,361. Karena nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$, maka nilai korelasi signifikan. Hal ini berarti bahwa perubahan variansi kemampuan sepak sila dipengaruhi oleh komponen variansi koordinasi mata kaki.

Hubungan Antara Kekuatan Otot Perut dengan Kemampuan Sepak Sila

Berdasarkan hasil analisis terhadap data kekuatan otot perut terhadap kemampuan sepak sila, diperoleh nilai r sebesar 0,376, dimana nilai tersebut lebih besar dari nilai r_{tabel} pada taraf signifikansi 5% yaitu 0,361. Karena nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$, maka nilai korelasi signifikan. Hal ini berarti bahwa variasi unsur Kekuatan otot perut berpengaruh terhadap peningkatan variasi kemampuan sepak sila.

Hubungan Antara Power Otot Tungkai dengan Kemampuan Sepak Sila

Berdasarkan hasil analisis data power otot tungkai terhadap kemampuan sepak sila, diperoleh nilai r sebesar 0,430, dimana nilai tersebut lebih besar dari nilai r_{tabel} pada taraf signifikansi 5% yaitu 0,361. Karena nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$, maka nilai korelasi signifikan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Power otot tungkai memiliki hubungan yang signifikan terhadap kemampuan sepak sila.

Hubungan Koordinasi Mata Kaki, Kekuatan Otot Perut dan Power Otot Tungkai dengan Kemampuan Sepak Sila

Pada hipotesis dinyatakan bahwa hubungan antara koordinasi mata kaki, kekuatan otot perut dan power otot tungkai dengan kemampuan sepak sila diketahui $r^2_{y(123)} = 0,472$ sedangkan r_{tabel} pada taraf signifikansi 0,05 dan $n = 30$ di dapat $r_{tabel} = 0,361$, dengan hasil tersebut $r_{hitung} > r_{tabel5\%}$ dan $f_{hitung} = 7.7691$, sedangkan $f_{tabel5\%}$ dengan db 3:26 = 2,89, ini berarti $F_0 > F_{tabel5\%}$. Maka hipotesis di terima.

Berdasarkan hasil dan pembahasan di atas terdapat hubungan yang signifikan dan dalam kategori sangat kuat antara kekuatan mata kaki, otot perut, dan otot tungkai terhadap kemampuan sepak sila dalam permainan sepak takraw di SD N 01 Kaliwuluh. Hasil yang diperoleh tersebut apabila dikaitkan dengan asumsi maupun teori-teori yang mendasarinya, pada dasarnya hasil penelitian ini mendukung teori yang ada. Hal ini dapat dijelaskan bahwa apabila atlet memiliki kekuatan mata kaki, otot perut, dan otot tungkai yang baik, maka akan mampu melakukan sepak sila dengan baik. Sejalan dengan penelitian dari Mardis menunjukkan bahwa berdasarkan persamaan regresi $\hat{Y} = -17,738 + 1,914 X_1$, dan nilai koefisien korelasi 0,835. Hasil ini memberikan makna bahwa semakin baik kekuatan otot tungkai seseorang maka akan semakin baik pula kemampuannya melakukan sepak sila, sebaliknya jika kekuatan otot tungkainya kurang baik maka dalam kemampuannya melakukan sepak sila tidak begitu baik. Berkaitan dengan tersebut, Sade dalam (Suhartiwi, 2018) menyatakan bahwa, koordinasi mata kaki juga penting untuk meningkatkan keterampilan gerak seseorang termasuk diantaranya adalah keterampilan sepak sila yang memerlukan hubungan yang harmonis antara gerak kaki dan informasi yang diberikan oleh mata agar perkenaan bola tepat pada posisi yang sebenarnya. Sejalan dengan penelitian dari (Nusufi, 2019)

Putra bahwa koordinasi mata kaki memberikan kontribusi terhadap keterampilan sepak sila dengan persentase sebesar 9.36 %. Sedangkan sisanya atau 90.64 % dipengaruhi oleh faktor pendukung lainnya. Faktor pendukung dalam olahraga sepak takraw meliputi pengaruh kekuatan otot tungkai, kelentukan, dan keseimbangan.

Mengacu dari hasil penelitian ini, seorang atlet sepak takraw hendaknya mampu menyikapi secara positif akan arti penting kekuatan otot tungkai serta kemampuannya dalam mengkoordinasikan kekuatan otot tersebut sebagai upaya untuk meningkatkan prestasinya pada olahraga sepak takraw. Dengan demikian kekuatan otot yang besar mutlak dimiliki oleh atlet sepak takraw, selain faktor-faktor lain yang sudah dijelaskan di atas yang juga mempengaruhi kemampuan melakukan sepak sila dalam permainan sepak takraw.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis regresi dan korelasi *product moment* dapat diperoleh simpulan yaitu: (1) ada hubungan yang signifikan antara Koordinasi mata kaki dengan Kemampuan Sepak Sila pada permainan Sepak Takraw

di SD N 01 Kaliwuluh Kebakkramat, $r_{hitung} = 0,530 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$, (2) ada hubungan yang signifikan antara Kekuatan otot perut dengan Kemampuan Sepak Sila pada permainan Sepak Takraw di SD N 01 Kaliwuluh Kebakkramat, $r_{hitung} = 0,376 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$, (3) ada hubungan yang signifikan antara Power otot tungkai dengan Kemampuan Sepak Sila pada permainan Sepak Takraw di SD N 01 Kaliwuluh Kebakkramat, $r_{hitung} = 0,430 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$, (4) ada hubungan yang signifikan antara Koordinasi mata kaki, Kekuatan otot perut dan Power otot tungkai dengan Kemampuan Sepak Sila pada permainan Sepak Takraw di SD N 01 Kaliwuluh Kebakkramat, $R^2_{y(123)}$ sebesar $0,468 > r_{tabel\ 5\%}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar 0.361 dan F_0 sebesar $7,6301 > f_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar 2,89. Implikasi dari penelitian di atas yaitu peranan koordinasi mata kaki, kekuatan otot perut dan power otot tungkai terhadap kemampuan sepak sila sangat signifikan, sehingga unsur–unsur tersebut tidak boleh diabaikan. Saran yang dapat diberikan yaitu latihan fisik yang diberikan harus proporsional. besarnya porsi latihan untuk tiap unsur koordinasi mata kaki, kekuatan otot perut dan power otot tungkai disesuaikan dengan besarnya nilai hubungan tiap variabel terhadap kemampuan sepak sila.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, D. (2016). Hubungan Koordinasi Mata dan Kaki Dengan Kemampuan Passing Pada Permainan Sepak Takraw Siswa SMPN 1 Teluk Kuantan. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 3(2), 1–11.
- Karim, A., & Ikadarny. (2018). Kontribusi Koordinasi Mata Kaki, Keseimbangan, dan Kelentukan Terhadap Kemampuan Servis pada Permainan Sepaktakraw Siswa SD Negeri Mamajang II Kota Makassar. *Jurnal Pengembangan Sumber Daya Insani*, 03(2), 363–369.
- Mardis, M., Hasyim, H. H., & Arhma, A. (2020). Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Sepak Sila Pada Permainan Sepak Takraw Siswa Sma Cokroaminoto Makassar. *Sports Review Journal*, 1, 17–26. <https://journal.unismuh.ac.id/index.php/Perspektif/article/view/1668>
- Murti, A. W., Darrle, L., Marani, I. N., & Rihatno, T. (2021). Pengaruh Kekuatan Otot Tungkai, Kelentukan Togok dan Keseimbangan Terhadap Servis Sepak Takraw. *Jendela Olahraga*, 6(1), 66–77. <https://doi.org/10.26877/jo.v6i1.6358>
- Nusufi, M. (2019). Korelasi Antara Koordinasi Mata-Kaki Dengan Kemampuan Sepak Sila Dalam Permainan Sepak Takraw Atlet Klub Dondong Merah Tahun 2014. 9–25.
- Purwanto, D., & Rifandy, A. A. (2022). Analisis Keterampilan Bermain Sepak Takraw Atlet Kabupaten Toli-Toli Analysis of the Takraw Playing Skills of Athletes in Toli-Toli districts. 2, 35–41.
- Putra, F. W., Suwo, R., & Nasarudin, N. (2020). Hubungan Persepsi Kinestetik Dengan Keterampilan Sepak Sila Pada Permainan Sepak Takraw. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(1), 41–46.
- Setiawan, D., Yunitaningrum, W., & Atiq, A. (2014). Pengaruh Media Bola Plastik Terhadap Teknik Dasar Sepak Sila di Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 4(2). <http://jurnal.untan.ac.id/index.php/j%0Aapdpb/article/download/9035/pdf>
- Setiawan, A. (2015). Hubungan kekuatan otot tungkai terhadap di Unit Kegiatan Mahasiswa Universitas Nusantara PGRI Kediri Tahun 2015. *Unit Kegiatan Mahasiswa Universitas Nusantara PGRI Kediri*.
- Suhartiwi, S. (2018). Pengaruh Kelentukan, Kekuatan Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Keterampilan Sepaksila Pada Atlet Sepaktakraw Sulawesi

- Selatan. *Jurnal Pendidikan Glasser*, 2(2), 1–13.
<https://doi.org/10.32529/glasser.v2i2.14>
- Zetou, E., Papadakis, L., Vernadakis, N., Derri, V., Bebetsos, E., & Filippou, F. (2014). The Effect of Variable and Stable Practice on Performance and Learning the Header Skill of Young Athletes in Soccer. *Social and Behavioral Sciences*.