

**HUBUNGAN KELINCAHAN, *POWER* OTOT TUNGKAI
DAN KOORDINASI MATA-KAKI DENGAN KETERAMPILAN
MENGGIRING BOLA PADA SISWA PSB BONANSA UNS SURAKARTA
USIA 12 TAHUN TAHUN 2019**

Azendio Agung Wahana Kusuma¹, Hanik Liskustyawati²
^{1,2} Fakultas Keolahragaan Universitas Sebelas Maret Surakarta

ABSTRAK – Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) Untuk mengetahui hubungan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola peserta PSB Bonansa UNS Surakarta. (2) Untuk mengetahui hubungan antara power otot tungkai dengan keterampilan menggiring bola peserta PSB Bonansa UNS Surakarta. (3) Untuk mengetahui hubungan antara koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola peserta PSB Bonansa UNS Surakarta. (4) Untuk mengetahui hubungan antara kelincahan, power otot tungkai dan koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola peserta PSB Bonansa UNS Surakarta. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan studi korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa peserta PSB Bonansa UNS Surakarta. Penelitian ini menggunakan sampel 27 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah Total Sampling. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah dengan menggunakan tes dan pengukuran. Uji prasyarat instrumen yang digunakan adalah uji normalitas, dan uji linieritas. Teknik analisis data menggunakan uji hipotesis untuk mengetahui seberapa besar jawaban pada setiap soal. Berdasarkan hasil penelitian menggunakan taraf signifikansi 0,05 ini diperoleh simpulan bahwa: (1) Ada hubungan positif antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola (dribbling) pada siswa PSB BONANSA UNS Surakarta. Pernyataan tersebut dibuktikan berdasarkan uji korelasi product moment yang menunjukkan signifikansi hitung sebesar 0,001 yang lebih kecil dari signifikansi 0,05, dan hasil koefisien korelasi sebesar +0,602, positif berarti searah, sehingga semakin tinggi kelincahannya maka akan semakin tinggi pula keterampilan menggiring bolanya. (2) Ada hubungan negatif antara power otot tungkai dengan keterampilan menggiring bola (dribbling) pada siswa PSB BONANSA UNS Surakarta. Pernyataan tersebut dibuktikan berdasarkan uji korelasi product moment yang menunjukkan signifikansi hitung sebesar 0,014 yang lebih kecil dari signifikansi 0,05, dan hasil koefisien korelasi sebesar -0,466, negatif yang berarti berbeda arah, sehingga semakin tinggi hasil power yang didapat maka diikuti oleh semakin rendah catatan waktu keterampilan menggiring bolanya. (3) Ada hubungan negatif antara koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola (dribbling) pada siswa PSB BONANSA UNS Surakarta. Pernyataan tersebut dibuktikan berdasarkan uji korelasi product moment yang menunjukkan signifikansi hitung sebesar 0,000 yang lebih kecil dari signifikansi 0,05, dan hasil koefisien korelasi sebesar -0,689, negatif yang berarti berbeda arah, sehingga semakin banyak angka koordinasi mata-kaki maka diikuti oleh semakin rendah catatan waktu keterampilan menggiring bolanya. (4) Ada hubungan antara kelincahan, power otot tungkai, dan koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola (dribbling) pada siswa PSB BONANSA UNS Surakarta. Pernyataan tersebut dibuktikan berdasarkan uji regresi ganda yang menunjukkan signifikansi hitung sebesar 0,000 yang lebih kecil dari signifikansi 0,05. Berdasarkan hasil uji regresi ganda diketahui bahwa sumbangan efektif dari variabel Kelincahan, power otot tungkai, dan Koordinasi mata kaki dengan

keterampilan menggiring bola sebesar 69% dan sisanya 31% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak ada dalam penelitian ini.

Kata kunci : Kelincahan, Power Otot Tungkai, Koordinasi Mata Kaki, menggiring Bola, Sepakbola, PSB Bonansa UNS Surakarta

PENDAHULUAN

Teknik-teknik dasar dalam permainan sepakbola ada beberapa macam, seperti: *passing* (mengumpan), *shooting* (menendang bola ke gawang), dan *dribbling* (menggiring bola). Menggiring bola adalah teknik dasar bermain sepakbola yang memiliki kontribusi besar untuk mendukung penyerangan pertahanan lawan. Keterampilan seorang pemain dalam menggiring bola dapat dimanfaatkan untuk mengecoh pertahanan lawan, sehingga akan mendukung terciptanya gol ke gawang lawan. Menggiring bola merupakan teknik dasar bermain sepakbola yang menuntut skill yang tinggi dan memiliki gerakan yang cukup kompleks. Keterampilan seorang pemain menggiring bola untuk melewati lawan-lawannya dibutuhkan mobilitas gerak yang baik. Agar dalam menggiring bola berhasil dengan baik, pemain harus mempunyai kemampuan mengontrol bola, kemampuan melakukan gerak tipu, dan kemampuan mengubah arah. Di samping itu, dalam menggiring bola pemain harus selalu memperhatikan situasi atau posisi lawan maupun teman. Dalam menggiring bola diperlukan beberapa faktor yaitu teknik, mental dan fisik. Ketiganya saling berkaitan menunjang keberhasilan menggiring bola mengecoh lawan.

Teknik menggiring bola yang baik adalah bagaimana kemampuan siswa mampu menguasai bola hingga tidak hilang dari penguasaan. Selain itu faktor mental juga mempengaruhi siswa ketika berhadapan dengan lawan atau haling rintang yang menghasilkan keputusan dan lebih tenang dalam

menguasai bola tersebut. Selanjutnya dalam menggiring bola diperlukan kondisi fisik yang baik. Kondisi fisik dibagi menjadi beberapa komponen yaitu kekuatan, daya tahan, *power*, kecepatan, kelentukan, kelincahan, koordinasi, keseimbangan, ketepatan dan reaksi. Semua komponen kondisi fisik di atas harus dipadukan sedemikian rupa agar dapat menjadi pemain sepakbola yang baik secara fisik, teknik, taktik, dan mental, sehingga dapat menjadi pemain yang berkualitas dan berprestasi.

Sebagai orang coba dalam penelitian ini adalah siswa Pendidikan Sepakbola (PSB) Bonansa UNS Surakarta usia 12 tahun. Peneliti tertarik pada siswa Pendidikan Sepakbola (PSB) Bonansa UNS Surakarta, karena selama ini PSB Bonansa cukup dikenal oleh masyarakat Surakarta terlebih dalam lingkup pembinaan sepakbola usia muda di Surakarta. Selain itu sudah banyak prestasi yang dihasilkan oleh PSB Bonansa dan mencetak pemain berprestasi di Provinsi maupun Nasional membuktikan bahwa program latihan yang dijalankan sudah cukup baik. Disini peneliti hanya ingin mengetahui beberapa faktor yang mempengaruhi hasil dan prestasi untuk menjadi pemain sepakbola.

Hasil observasi menunjukkan ada beberapa faktor yang mempengaruhi keterampilan menggiring bola siswa PSB Bonansa UNS Surakarta salah satunya adalah kelincahan. Kelincahan merupakan salah satu komponen yang sangat diperlukan pada semua aktivitas yang membutuhkan kecepatan perubahan posisi tubuh dan bagian-bagiannya. 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. Faktor yang kedua adalah *power* otot tungkai. Dari hasil observasi pada siswa PSB Bonansa UNS mereka belum mengetahui berapa besar kemampuan *power* otot yang mereka miliki sehingga penting sekali untuk mengukur seberapa besar kemampuan mereka. *Power* otot tungkai merupakan salah satu komponen kebugaran yang sangat penting pengaruhnya. *Power* otot tungkai atau daya ledak merupakan kemampuan sebuah otot untuk mengatasi tahanan beban dengan kekuatan dan kecepatan tinggi dalam satu gerakan. Dalam hal ini *power* otot tungkai dibutuhkan dalam menggiring bola pada saat akan melakukan gerakan menggiring bola, karena pada saat akan melakukan gerakan menggiring bola bagian kaki khususnya tungkai akan menggunakan otot-ototnya untuk melakukan daya ledak dalam waktu kerja tertentu. Sehingga *power* otot tungkai sangat penting bagi peserta PSB Bonansa UNS untuk menunjang keterampilan dalam melakukan menggiring bola. Faktor yang ketiga adalah koordinasi mata kaki, pada PSB Bonansa UNS Surakarta belum diketahui seberapa besar koordinasi mata kaki yang dimiliki para siswa sehingga menarik bagi peneliti. Koordinasi merupakan kemampuan untuk melakukan gerakan dengan berbagai tingkat kesulitan dengan cepat dan efisien dan penuh ketepatan. Koordinasi diperlukan hampir disemua cabang olahraga termasuk cabang olahraga sepakbola. Bentuk latihan koordinasi yang diberikan kepada anak usia sekolah menengah didasarkan pada tahap gerak dasar yang menyenangkan. Koordinasi yang diperlukan setiap pemain dalam bermain sepakbola adalah koordinasi antara mata kaki, 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 sepakbola yang di dominasi dalam penggunaan kaki membuat peranan kekuatan otot tungkai sangat penting.

Berdasarkan uraian yang telah diungkapkan diatas, penelitian ingin mengkaji dan meneliti seberapa besar hubungan kelincahan, *power* otot tungkai dan koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola pada siswa PSB Bonansa UNS Surakarta. Ketiga komponen tersebut diduga memiliki hubungan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Namun belum diketahui seberapa besar sumbangan kelincahan, *power* otot tungkai, dan koordinasi mata-kaki terhadap keterampilan menggiring bola, maka perlu dikaji dan diteliti lebih mendalam baik secara teori dan praktik melalui tes dan pengukuran terhadap komponen-komponen tersebut. Setelah diketahui seberapa besar pengaruh kelincahan, *power* otot tungkai, koordinasi mata kaki terhadap keterampilan menggiring bola, peneliti berharap faktor fisik yang dominan mampu dikembangkan menjadi lebih baik lagi sedangkan faktor fisik yang kurang dapat menjadi catatan pelatih untuk menambah program latihan, demi lahirnya pemain sepakbola handal khususnya dalam keterampilan menggiring bola di PSB Bonansa UNS Surakarta

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan studi korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa peserta PSB Bonansa

UNS Surakarta. Penelitian ini menggunakan sampel 27 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah Total Sampling. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah dengan menggunakan tes dan pengukuran. Uji prasyarat instrumen yang digunakan adalah uji normalitas, dan uji linieritas. Teknik analisis data menggunakan uji hipotesis untuk mengetahui seberapa besar jawaban pada setiap soal.

HASIL PENELITIAN

1. Uji Normalitas

Uji normalitas data pada penelitian ini adalah dengan uji Lilliefors yaitu uji Kolmogorov-Smirnov Z dan dilakukan dengan bantuan software SPSS. Ringkasan hasil analisis dengan bantuan software komputer disajikan pada tabel berikut ini.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

No	Data yang Diuji	Kolmogorov-Smirnov ^{a)}		Keterangan
		Statistik	Sig. (p)	
1.	Kelincahan (X ₁)	0.140	0.186	Normal
2.	Power Otot Tungkai (X ₂)	0.165	0.056	Normal
3.	Koordinasi Mata Kaki (X ₃)	0.135	0.200	Normal
4.	Keterampilan Menggiring Bola (Y)	0.142	0.174	Normal

2. Uji Linieritas

Uji linieritas hubungan digunakan pada penelitian ini digunakan uji F_{beda} yang dianalisis dengan bantuan software komputer SPSS, yang menghasilkan F_{hitung} (*Deviation from Linearity*). Hasil uji linieritas secara ringkas dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 2. Hasil Uji Linieritas

No.	Hubungan Fungsional	F _{hitung}	P	Kesimpulan
1	Kelincahan (X ₁) dengan Keterampilan Menggiring Bola (Y)	0.805	0.636	Linier
2	Power Otot Tungkai (X ₂) dengan	0.807	0.667	Linier

	Keterampilan Menggiring Bola (Y)			
3	Koordinasi Mata Kaki (X ₃) dengan Keterampilan Menggiring Bola (Y)	0.370	0.863	Linier

Keterangan: F_{hitung} adalah F *Deviation from Linearity*, yang berarti penyimpangan dari linieritas, apabila p>0,05 berarti tidak menyimpang atau linier.

Berdasarkan pengujian linieritas yang disajikan pada tabel di atas, diketahui bahwa F_{hitung} pada hubungan antara Kelincahan (X₁) dengan keterampilan menggiring bola (Y) sebesar 0.805 dengan p>0,05 dengan demikian hubungan fungsional tersebut linier. Hasil F_{hitung} pada hubungan antara power otot tungkai (X₂) dengan keterampilan menggiring bola (Y) sebesar 0.807 dengan p>0,05 dengan demikian hubungan fungsional tersebut linier. Hasil F_{hitung} pada hubungan antara koordinasi mata kaki (X₃) dengan keterampilan menggiring bola (Y) sebesar 0.370 dengan p>0,05 dengan demikian hubungan fungsional tersebut linier.

Hasil Uji Hipotesis

1. Pengujian Hipotesis 1

Teknik analisis korelasi *product moment* digunakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Pengambilan keputusan berdasarkan signifikansi hitung, yaitu: jika signifikansi hitung lebih besar dari 0,05, maka H₀ diterima dan H_a ditolak, sebaliknya jika signifikansi hitung kurang dari 0,05, maka H_a diterima dan H₀

ditolak. Berikut adalah perumusan hipotesis pertama dalam penelitian ini: H_{01} : Tidak ada hubungan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola.

H_{a1} : Ada hubungan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola.

Berikut ini adalah hasil pengujian hipotesis di atas dengan uji korelasi *product moment*

Tabel 3. Hasil Korelasi Kelincahan Dengan Keterampilan Menggiring Bola

Variabel	R	P	Kesimpulan
X1.Y	0.602	0.001	Signifikan

Berdasarkan hasil dari hasil uji korelasi *product moment* variabel kelincahan dengan variabel keterampilan menggiring bola yang tertera pada tabel di atas, terlihat bahwa nilai signifikansi hitung uji korelasi *productmoment* adalah 0,001 dengan $p < 0,05$. Hal tersebut membuat H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola, pada siswa peserta PSB Bonansa UNS Surakarta.

2. Pengujian Hipotesis 2

Pengujian hipotesis kedua dalam penelitian ini juga menggunakan teknik korelasi *product moment*. Adapun hipotesis kedua yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

H_{02} : Tidak ada hubungan antara power otot tungkai dengan keterampilan menggiring bola.

H_{a2} : Ada hubungan antara power otot tungkai dengan keterampilan menggiring bola.

Berikut ini adalah hasil pengujian korelasi *product moment* pada perumusan hipotesis di atas

Tabel 4. Hasil Korelasi Power Otot Tungkai Dengan Keterampilan Menggiring Bola

Variabel	R	P	Kesimpulan
X2 .Y	-0.466	0.014	Signifikan

Berdasarkan hasil dari korelasi *product moment* terhadap variabel power otot tungkai dengan variabel keterampilan menggiring bola di atas, terlihat bahwa nilai signifikansi hitung dari korelasi *product moment* adalah 0,014 dengan $p < 0,05$. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima, hasil data di atas menunjukkan hasil negatif yang berarti data yang diambil menunjukkan arah yang berbeda, semakin besar hasil yang diperoleh semakin baik power otot tungkai yang dimiliki. Dari hasil pengujian hipotesis disimpulkan bahwa ada hubungan antara power otot tungkai dengan keterampilan menggiring bola, pada siswa peserta PSB Bonansa UNS Surakarta.

3. Pengujian Hipotesis 3

Pengujian hipotesis ketiga dalam penelitian ini juga menggunakan teknik korelasi *product moment*. Adapun hipotesis ketiga yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

H_{03} : Tidak ada hubungan antara koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola.

H_{a3} : Ada hubungan antara koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola.

Berikut ini adalah hasil pengujian korelasi *product moment* pada perumusan hipotesis di atas.

Tabel 5. Hasil Korelasi Koordinasi Mata Kaki Dengan Keterampilan Menggiring Bola

Variabel	R	P	Kesimpulan
X3.Y	-0.689	0.000	Signifikan

Berdasarkan hasil dari korelasi *product moment* terhadap variabel koordinasi mata kaki dengan variabel keterampilan menggiring bola di atas, terlihat bahwa nilai signifikansi hitung dari korelasi *product moment* adalah 0,000 dengan $p < 0,05$. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima, hasil data diatas menunjukkan hasil negatif yang berarti data yang diambil menunjukkan arah yang berbeda, semakin besar hasil yang diperoleh semakin baik koordinasi mata kaki yang dimiliki. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola, pada siswa peserta PSB Bonansa UNS Surakarta.

4. Pengujian Hipotesis 4

Analisis regresi berganda bertujuan untuk menguji hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat, dimana variabel bebasnya berjumlah lebih dari satu. Pengambilan keputusan pada uji regresi berganda ini adalah, jika nilai signifikansi hitung pada uji regresi berganda kurang dari 0,05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima, sebaliknya jika diperoleh nilai signifikansi hitung pada uji regresi berganda lebih dari 0,05 maka H_0 diterima dan H_a ditolak, Berikut adalah rumusan hipotesis ketiga dalam penelitian ini:

H_{03} : Tidak ada hubungan antara kelincahan, power otot tungkai dan koordinasi mata-kaki

dengan keterampilan menggiring bola.

H_{a3} : Ada hubungan antara kelincahan, power otot tungkai dan koordinasi mata-kaki dengan keterampilan menggiring bola.

Berikut adalah hasil pengujian hipotesis di atas dengan uji regresi berganda, yaitu untuk mencari hubungan antara variabel kelincahan, power otot tungkai dan koordinasi mata kaki dengan variabel keterampilan menggiring bola.

Tabel 6. Hasil Korelasi Kelincahan, Power Otot Tungkai, Koordinasi Mata Kaki dengan Keterampilan Menggiring Bola

Variabel	R	R^2	P	Kesimpulan
X1 X2 X3 . Y	0.831	0.691	0.000	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis regresi ganda diperoleh koefisien korelasi ganda (R) sebesar 0.831, R^2 sebesar 0.691 dan signifikansi hitung atau p sebesar 0,000 dengan $p < 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian berarti ada hubungan yang signifikan antara kelincahan, power otot tungkai, dan koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola (*dribbling*) pada siswa PSB BONANSA UNS Surakarta.

Dari hasil tersebut di atas, dapat disimpulkan bahwa hipotesis nihil yang menyatakan “Tidak ada hubungan antara kelincahan, power otot tungkai, dan koordinasi mata-kaki dengan keterampilan menggiring bola (*dribbling*) pada siswa PSB BONANSA UNS Surakarta” **ditolak** dan hipotesis asli yang menyatakan “Ada hubungan antara kelincahan, power otot tungkai, dan koordinasi mata-kaki dengan keterampilan menggiring bola (*dribbling*) pada

siswa PSB BONANSA UNS Surakarta” diterima.

Tabel 7. Sumbangan Kelincahan, Power Otot Tungkai, Koordinasi Mata Kaki Terhadap Keterampilan Menggiring Bola

Variabel	Sumbangan Relatif	Sumbangan Efektif
Kelincahan	39.00 %	26.91 %
Power Otot Tungkai	22.26 %	15.36 %
Koordinasi Mata Kaki	38.74 %	26.73 %
Jumlah	100 %	69 %

Sumbangan Relatif digunakan untuk mencari perbandingan relatifitas yang diberikan suatu variabel bebas kepada variabel terikat secara keseluruhan tanpa memperhatikan variabel lain yang tidak diteliti. Sedangkan sumbangan efektif digunakan untuk mengetahui besarnya sumbangan secara efektif dengan memperhatikan variabel bebas lainnya yang tidak diteliti.

Dalam perhitungan di atas terlihat sumbangan efektif masing-masing variabel yaitu variabel kelincahan 26,91%, variabel Power Otot Tungkai 15,36%, variabel Koordinasi Mata Kaki 26,73% terhadap keterampilan menggiring bola siswa PSB Bonansa UNS Surakarta. Sehingga bila ketiga sumbangan efektif atau disebut juga sebagai koefisien determinan (R^2) dari variabel tersebut dijumlahkan menjadi 69% dan sisanya 31% dari kemampuan menggiring bola siswa PSB Bonansa UNS Surakarta dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak ada dalam penelitian ini.

PEMBAHASAN

1. Hubungan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola

(*Dribbling*) pada siswa PSB BONANSA UNS Surakarta

Analisis data dan pengujian hipotesis pertama pada penelitian ini, penelitian ini membuktikan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola (*dribbling*) pada siswa PSB BONANSA UNS Surakarta. Hubungan yang signifikan tersebut berarti bahwa semakin baik kelincahan, semakin baik pula terhadap keterampilan menggiring bola (*dribbling*) pada siswa PSB BONANSA UNS Surakarta, dan sebaliknya semakin kurang baik kelincahan, semakin kurang baik pula keterampilan menggiring bola (*dribbling*) pada siswa PSB BONANSA UNS Surakarta.

2. Hubungan Power Otot Tungkai dengan Keterampilan Menggiring Bola (*Dribbling*) pada siswa PSB BONANSA UNS Surakarta

Dari hasil analisis data dan pengujian hipotesis kedua, penelitian ini membuktikan bahwa ada hubungan yang signifikan antara power otot tungkai dengan keterampilan menggiring bola (*dribbling*) pada siswa PSB BONANSA UNS Surakarta. Hubungan yang signifikan tersebut berarti bahwa semakin baik power otot tungkai, semakin baik pula keterampilan menggiring bola (*dribbling*) pada siswa PSB BONANSA UNS Surakarta, semakin kurang baik pula keterampilan menggiring bola (*dribbling*) pada siswa PSB BONANSA UNS Surakarta.

3. Hubungan Koordinasi Mata Kaki dengan Keterampilan Menggiring Bola (*Dribbling*) pada siswa PSB BONANSA UNS Surakarta

Berdasarkan hasil analisis data dan pengujian hipotesis, penelitian ini membuktikan bahwa ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata kaki terhadap keterampilan menggiring bola (*dribbling*) pada siswa PSB BONANSA UNS Surakarta. Hubungan yang signifikan tersebut berarti bahwa semakin baik koordinasi mata kaki, semakin baik pula keterampilan menggiring bola (*dribbling*) pada siswa PSB BONANSA UNS Surakarta, dan sebaliknya semakin kurang baik koordinasi mata kaki, semakin kurang baik pula keterampilan menggiring bola (*dribbling*) pada siswa PSB BONANSA UNS Surakarta.

4. Hubungan Kelincahan, Power Otot Tungkai, dan Koordinasi Mata Kaki dengan Keterampilan Menggiring Bola (*Dribbling*) pada siswa PSB BONANSA UNS Surakarta

Hasil pengujian hipotesis keempat, membuktikan bahwa ada hubungan signifikan antarakelincahan, power otot tungkai, dan koordinasi mata kaki terhadap keterampilan menggiring bola (*dribbling*) pada siswa PSB BONANSA UNS Surakarta. Koefisien determinan (R^2) kelincahan, power otot tungkai, dan koordinasi mata kaki terhadap keterampilan menggiring bola (*dribbling*) pada siswa PSB BONANSA UNS Surakarta, sebesar 0.690 atau 69%, artinya kelincahan, power otot tungkai, dan koordinasi mata kaki memberikan kontribusi (sumbangan efektif) terhadap keterampilan menggiring bola (*dribbling*) pada siswa PSB BONANSA UNS Surakarta, sebesar 69%. Hal ini dikarenakan program

latihan untuk peningkatan keterampilan menggiring bola, melalui latihan-latihan kelincahan, power otot tungkai, 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, kelentukan, ketepatan, koordinasi, keseimbangan dan reaksi. Dari sepuluh komponen fisik tersebut tidak seluruhnya harus dimiliki secara baik. Ada komponen yang menjadi pelengkapan dari komponen yang lain. Melihat karakteristik cabang olahraga sepakbola, dapat disimpulkan bahwa komponen yang harus lebih dominan dimiliki pemain sepakbola adalah daya tahan, kekuatan, kecepatan, koordinasi, dan tentunya tanpa menginggalkan komponen fisik lain. Begitu pula dengan kebutuhan siswa PSB BONANSA UNS dalam melakukan olahraga sepakbola walaupun pada umur 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 di mana seseorang mampu mengkoordinasi antara kelincahan, daya ledak otot tungkai yang kuat untuk membawa bola, dan pandangan mata dan gerakan kaki untuk melewati lawan. Dari penjelasan tersebut maka perlu dibuktikan apakah ketiga komponen kondisi fisik tersebut memberikan kontribusi pada

saat menggiring bola sehingga memiliki hubungan yang signifikan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pengujian hipotesis penelitian menggunakan taraf signifikansi 0,05, dapat ditarik beberapa kesimpulan, sebagai berikut:

1. Ada hubungan positif antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola (*dribbling*) pada siswa PSB BONANSA UNS Surakarta. Pernyataan tersebut dibuktikan berdasarkan uji korelasi *product moment* yang menunjukkan signifikansi hitung sebesar 0,001 yang lebih kecil dari signifikansi 0,05, dan hasil koefisien korelasi sebesar +0,602, positif berarti searah, sehingga semakin tinggi kelincahannya maka akan semakin tinggi pula keterampilan menggiring bolanya.
2. Ada hubungan negatif antara power otot tungkai dengan keterampilan menggiring bola (*dribbling*) pada siswa PSB BONANSA UNS Surakarta. Pernyataan tersebut dibuktikan berdasarkan uji korelasi *product moment* yang menunjukkan signifikansi hitung sebesar 0,014 yang lebih kecil dari signifikansi 0,05, dan hasil koefisien korelasi sebesar -0,466, negatif yang berarti berbeda arah, sehingga semakin tinggi hasil power yang didapat maka diikuti oleh semakin rendah catatan waktu keterampilan menggiring bolanya.
3. Ada hubungan negatif antara koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola (*dribbling*) pada siswa PSB BONANSA UNS Surakarta. Pernyataan tersebut dibuktikan berdasarkan uji korelasi *product moment* yang menunjukkan signifikansi hitung sebesar 0,000 yang

lebih kecil dari signifikansi 0,05, dan hasil koefisien korelasi sebesar -0,689, negatif yang berarti berbeda arah, sehingga semakin banyak angka koordinasi mata-kaki maka diikuti oleh semakin rendah catatan waktu keterampilan menggiring bolanya.

4. Ada hubungan antara kelincahan, power otot tungkai, dan koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola (*dribbling*) pada siswa PSB BONANSA UNS Surakarta. Pernyataan tersebut dibuktikan berdasarkan uji regresi ganda yang menunjukkan signifikansi hitung sebesar 0,000 yang lebih kecil dari signifikansi 0,05. Berdasarkan hasil uji regresi ganda diketahui bahwa sumbangan efektif dari variabel Kelincahan, power otot tungkai, dan Koordinasi mata kaki dengan keterampilan menggiring bola sebesar 69% dan sisanya 31% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak ada dalam penelitian ini.

IMPLIKASI

Penelitian ini dapat berimplikasi kepada siswa PSB Bonansa dan Pelatih sepakbola dan pengurus PSB Bonansa UNS. Dengan hasil penelitian ini siswa PSB Bonansa dan pelatih dapat berkolaborasi menambah porsi latihan untuk meningkatkan kelincahan, power otot tungkai dan koordinasi mata-kaki, sehingga keterampilan menggiring bola siswa PSB Bonansa dapat terus meningkat. Selanjutnya pengurus PSB juga ikut berkolaborasi dengan pelatih untuk menyediakan keperluan latihan dan keperluan siswa untuk menunjang latihan peningkatan kelincahan, power otot tungkai dan koordinasi mata-kaki.

Saran

Siswa PSB BONANSA UNS harus meningkatkan latihan kelincahan, power otot tungkai, koordinasi mata-kaki

sehingga keterampilan menggiring bola dapat terus meningkat. Pelatih dapat menggunakan skripsi ini untuk tambahan referensi dalam menyusun program latihan para siswa. Berharap siswa dapat latihan secara maksimal meningkatkan keterampilan menggiring bola. Bagi peneliti selanjutnya disarankan agar mampu mengembangkan dan menyempurnakan berbagai variabel dan instrumen baik yang sudah digunakan dipenelitian ini maupun yang belum ada dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Barry, Johnson L and Jack K. Nelson, (1986). *Practical Measurements for Evaluation in Physical education*. New Delhi: Surjeet Publications, (3rd ed.), Indian reprint.
- Danny Mielke. (2007). *Dasar-Dasar Sepakbola*. Bandung: Pakar Raya.
- Harsono. (2018). *Latihan Kondisi Fisik Untuk Atlet dan Kesehatan..* Jakarta: Rosda.
- Herwin. (2004). *Keterampilan Sepakbola*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Ismaryati. (2006). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta : Lembaga Pengembangan Pendidikan dan UPT UNS Press.
- Komarudin. (2000). *Dasar Gerak Sepakbola*. Yogyakarta: FIK UNY
- Luxbacher J. A. 2008. *Soccer Steps To Succes*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Ngatman. (2001). *Tes dan Pengukuran*. Yogyakarta : FIK UNY.
- Nurhasan. (2007). *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani: Prinsip-prinsip dan Penerapannya*. Jakarta: Direktorat Jendral Olahraga.
- Robert Koger. (2007). *Latihan Dasar Andal Sepakbola Remaja*. Klaten: Saka Mitra Kompetensi
- Rusli Lutan. (2000). *Dasar-Dasar Kepeleatihan*. Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah. Jakarta : Depdikbud.
- Sudjana. (2005). *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono. (2001). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Suharno. 1985. *Dalam Buku Pembinaan Kondisi Fisik Karate*. CV. Aneka. Solo.
- Suharsimi Arikunto. (2010). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Sukatamsi. (2001). *Permainan Besar I Sepakbola*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Suryosubroto.(2002). *Proses Belajar Mengajar di Sekolah*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sutrisno Hadi. (2000). *Statistik*. Yogyakarta: Andi Offset.