

Kemampuan menggiring bola ditinjau dari keseimbangan dan koordinasi mata kaki

Muhammad Rijal Hafidzullah*, Eko Sudarmanto, Muhad Fatoni

Program Studi Pendidikan Olahraga, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia.

*Correspondence: a810170092@student.ums.ac.id

Abstract

The purpose of this study was to examine dribbling ability in terms of balance and ankle coordination. The population used in this study were students who participated in extracurricular soccer totaling 30 boys. This research sample uses total sampling. The research method used is descriptive with a correlational study. The data collection technique uses a one-legged stand test (Stork stand), Foot-Eye Coordination Test, and Dribbling Skills Test. Data analysis uses prerequisite analysis tests, hypothesis testing. As a result, toe coordination obtained a median of 11 times, with the most achievements 14 times and the least 8 times. The average balance was 33.8", with a maximum achievement of 60.5" and a minimum of 13.1. dribbling ability obtained an average of 17.35 ", with the fastest achievement of 19.7 and the longest 14.2. The conclusion is that there is a significant positive relationship between body balance and body balance and foot-eye coordination with dribbling ability. The implications of these findings can be used to improve training programs in the development of basic skills in primary school level football.

Keyword: Ankle coordination; balance; dribbling

Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk mengkaji kemampuan menggiring bola ditinjau dari keseimbangan dan koordinasi mata kaki. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa yang mengikuti Ekstrakurikuler Sepakbola yang berjumlah 30 orang anak laki-laki. Sample penelitian ini menggunakan total sampling. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan studi korelasional. Teknik pengumpulan data menggunakan tes berdiri dengan satu kaki (Stork stand), Tes Koordinasi Mata Kaki, dan Tes Keterampilan Menggiring Bola. Analisis data menggunakan ujian analisis prasyarat, uji hipotesis. Hasilnya koordinasi mata kaki diperoleh median sebesar 11 kali, dengan pencapaian terbanyak 14 kali dan paling sedikit 8 kali. Keseimbangan rata-rata sebesar 33.8", dengan pencapaian maksimum 60.5" dan minimum 13.1. kemampuan menggiring bola diperoleh rata-rata sebesar 17.35", dengan pencapaian tercepat 19.7" dan terlama 14.2. Simpulannya adanya hubungan positif yang signifikan antara keseimbangan tubuh dan keseimbangan tubuh dan koordinasi mata kaki dengan kemampuan menggiring bola. Implikasi dari temuan ini dapat digunakan untuk meningkatkan program latihan dalam pengembangan keterampilan dasar dalam sepak bola tingkat sekolah dasar.

Kata kunci: Keseimbangan; koordinasi mata kaki; menggiring bola

Received: 10 Maret 2024 | Revised: 24, 26 Mei 2024

Accepted: 29 Mei 2024 | Published: 30 Juni 2024



Jurnal Porkes is licensed under a [Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Pendahuluan

Permainan sepakbola merupakan suatu permainan perlu kerjasama yang baik dan rapi (M. Pratama et al., 2020). Menurut (Arpansyah et al., 2022) sepakbola adalah permainan beregu, oleh karena itu kerjasama tim merupakan kebutuhan permainan sepakbola yang harus dipenuhi oleh setiap kesebelasan yang menginginkan kemenangan. Kemenangan dalam permainan sepakbola hanya akan diraih dengan melalui kerjasama dari tim tersebut. Menurut (Nugraha & Hadinata, 2019) sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang dimainkan oleh dua kelompok yang saling memperlihatkan teknik bermain yang baik. Masing-masing kelompok terdiri dari sebelas orang, kedua kelompok akan berusaha memasukan bola kedalam gawang lawan sebanyak mungkin sehingga kelompok yang memasukan bola paling banyak akan memenangkan permainan sepakbola diikat oleh berbagai peraturan yang dipimpin oleh seorang wasit dan kebijakan dipegang oleh organisasi sepakbola tersebut dimana untuk tingkat internasional disebut FIFA (*Federation International Football Association*), sedangkan untuk dinegara kita bernama PSSI (Persatuan Sepakbol Seluruh Indonesia) (Jusran & Maifa, 2018).

Sepakbola merupakan cabang olahraga yang paling banyak diminati oleh seluruh kalangan masyarakat di seluruh dunia (Gumantan et al., 2021). Olahraga ini merupakan olahraga yang melibatkan banyak orang dengan biaya yang tidak terlalu besar dan pelaksanaannya tidak terlalu rumit dibandingkan dengan olahraga lain (Setiawan & Syafi'i, 2020). Dewasa ini permainan sepakbola berkembang dengan pesat di seluruh dunia hampir semua negara melakukan pembinaan di usia dini termasuk di negara kita (Hasanuddin, 2023). Kondisi fisik pemain sepakbola menjadi objek utama untuk dibina dan dikembangkan oleh pelatih sepakbola selain teknik, taktik, mental dan kematangan bertanding merupakan unsur yang penting dalam permainan sepakbola (Ramadhan et al., 2020).

Menurut (Nuruhidin et al., 2023) seorang pemain sepakbola dalam bertahan maupun menyerang kadang-kadang menghadapi persaingan yang berat, ataupun harus lari dengan kecepatan penuh ataupun berkelit menghindari lawan, berhentimendadak untuk menguasai bola tiba-tiba. Seorang pemain sepakbola dalam mengatasi hal seperti itu haruslah dibina dan dilatih sejak awal (Anwar, 2013). Kondisi fisik yang prima serta penguasaan teknik yang baik dapat memberikan sumbangan yang cukup menentukan untuk memiliki kecakapan bermain sepakbola (Ariestika et al., 2022). Menggiring bola dapat diartikan sebagai menendang bola dengan cara terputus-putus dan pelan-pelan untuk mendekatkan jarak atau sasaran, menghabiskan permainan dan untuk melewati lawan (Iskandar & Pradana, 2017).

Teknik ini bertujuan mengarahkan bola ke arah yang kita inginkan, karena itu, usahakan bola tidak jauh dari kaki, setiap pemain sepak bola harus menguasai teknik menggiring bola. Teknik ini berpengaruh terhadap penguasaan bola, teknik *dribbling* berguna untuk menyerang maupun bertahan (Marta & Oktarifaldi, 2020). Pemain yang mampu menggiring bola dengan baik, maka bola tidak akan mudah direbut pemain lawan (Wahid, 2023). Permainan sepakbola memerlukan kerjasama tim yang baik antar pemain, baik disaat penyerangan, disaat bertahan, mengoper bola, menerima bola untuk mendukung permainan tim. Koordinasi mata-kaki merupakan suatu takaran kecepatan dan ketepatan antara penglihatan "mata" dan gerakan yang telah dilakukan oleh kaki.

Koordinasi sebagai hubungan yang saling berpengaruh diantara kelompok- kelompok otot selama melakukan kerja yang ditunjukkan dengan berbagai tingkat keterampilan (Handayani, 2018). Koordinasi merupakan perpaduan fungsi beberapa otot secara tepat dengan seimbang menjadi satu pola gerak (Pristiwanto et al., 2022). Koordinasi yang baik akan mampu mengkombinasikan beberapa gerakan yang kompleks secara mulus tanpa mengeluarkan energi berlebihan dengan adanya keterampilan saat melakukan menggiring bola (Ihsan et al., 2022). Keseimbangan merupakan hal yang sangat penting pada hampir semua cabang olahraga dan merupakan dasar yang dapat menunjang penguasaan gerak keterampilan olahraga (Humaedi et al., 2017).

Menurut (Herlambang et al., 2022) keseimbangan adalah kemampuan mempertahankan sikap dan posisi tubuh secara tepat pada saat berdiri (*static balance*) atau pada saat melakukan gerakan (*dynamic balance*). Setiap orang sangat memerlukan keseimbangan untuk dapat mempertahankan stabilitas posisi tubuh dalam kondisi statik maupun dinamik (Ridwan & Hasyim, 2018). Dalam melaksanakan tugas sehari-hari ataupun dalam melakukan aktivitas keolahragaan keseimbangan sangat dibutuhkan. Dengan keseimbangan yang baik, maka seseorang mampu mengkoordinasikan gerakan-gerakan dan dalam beberapa ketangkasan unsur keseimbangan, seperti yang dikemukakan oleh (Ridwan & Hasyim, 2018) bahwa “Keseimbangan berkontribusi dengan koordinasi diri, dan dalam beberapa keterampilan, juga dengan agilitas”.

Dengan demikian untuk menjaga keseimbangan dalam melakukan kegiatan jasmani, maka gerakan-gerakan yang dilakukan perlu dikoordinasikan dengan baik sebagai usaha untuk mengontrol semua gerakan (Kamadi, 2020). Menurut (Habibi et al., 2022) kemampuan menguasai letak titik berat badan yang dikenal dengan istilah keseimbangan bahwa: Keseimbangan atau *balance* adalah kemampuan seseorang mengendalikan organ-organ syaraf ototnya selama melakukan gerakan-gerakan yang cepat dengan perubahan letak titik berat badan yang cepat pula baik dalam keadaan statis maupun lebih-lebih dalam keadaan gerak dinamis (Mappaompo, 2019).

Menurut (Ridwan & Hasyim, 2020) kemampuan mempertahankan posisi badan dalam berbagai situasi memerlukan kemampuan tersendiri dari orang tersebut, situasi dan kondisi keseimbangan membagi ke dalam tiga bagian: (1) Keseimbangan statis (*static balance*) adalah keseimbangan mengacu pada kecakapan mempertahankan posisi badan dalam posisi diam, (2) Keseimbangan dinamis (*dynamic balance*) adalah keseimbangan yang memacu kepada posisi badan bergerak, dan (3) Keseimbangan rotasi (*rotation balance*) adalah keseimbangan yang mengacu kepada kecakapan untuk mempertahankan keseimbangan badan pada suatu sumbu dan berkontribusi dengan kecepatan untuk memperoleh kembali stimulasi yang diproduksi oleh aparatus vestibular dalam gerakan memutar.

Dari berbagai pengertian tentang keseimbangan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa keseimbangan merupakan kemampuan seseorang mengendalikan organ-organ saraf otot untuk menahan beban atau tahanan yang dilakukan dalam melakukan gerakan olahraga. Seperti pada saat menggiring bola dalam permainan sepakbola, disini dibutuhkan keseimbangan yang tinggi dalam mempertahankan titik berat badan agar tidak mudah jatuh atau goyang, sehingga seseorang mampu menggiring bola melewati lawan. Melihat kenyataan itu, diduga ada faktor yang mendasar yang menjadi penghambat tercapainya prestasi tersebut, salah satu yang diduga

sangat dominan sebagai penghambat adalah aspek teknik itu sendiri.

Aspek tersebut adalah teknik menggiring bola pada dasarnya masih terbagi beberapa bagian lagi diantaranya adalah menggiring bola. Kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola bagi ekstrakurikuler sepak bolasiswa SDIT Al-Ihsan Colomadu, dengan komponen fisik yang diduga sangat berperan dalam kemampuan menggiring bola menjadi indikasi kurang maksimalnya kemampuan menggiring bola pada siswa tersebut.

Metode

Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif dengan studi korelasional, yang bertujuan untuk mendapatkan informasi yang ada pada saat penelitian. Menurut (Hanif et al., 2020) penelitian korelasional adalah penelitian yang sifatnya menanyakan hubungan antara dua variabel atau lebih. ada, berapa eratnya hubungan serta berarti atau tidak hubungannya. Penelitian di laksanakan di SDIT Al-Ihsan Colomadu, Kabupaten Karananyar. Proses penelitian memerlukan suatu populasi sebagai sumber data dan memerlukan keseluruhan bahan atau elemen yang diselidiki atau diteliti. Menurut (Saleha, 2016) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa SDIT Al-Ihsan Colomadu yang mengikuti Ekstrakurikuler Sepakbola yang berjumlah 30 orang anak laki-laki. Menurut (Kaharu & Budiarti, 2016) sampel adalah bagian dari jumlahdankarakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Teknik pengmabilan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling* karena jumlah populasi kurang dari 100 maka teknik *total sampling* digunakan dalam penelitian ini yaitu 30 orang siswa SDIT Al-Ihsan Colomadu yang mengikuti Ekstrakurikuler Sepakbola.

Berdasarkan rumusan masalah dan hipotesis yang telah diajukan dalam judul penelitian ini, maka data yang dikumpulkan dalam penelitian ini diambil dengan tes dan pengukuran dalam olahraga. Tes yang digunakan untuk mengukur keseimbangan adalah tes berdiri dengan satu kaki (*stork stand*). Tes koordinasi mata kaki, tes ini menggunakan *mitcel soccer test*. tes keterampilan menggiring bola, tes keterampilan menggiring bola yang akan dilaksanakan menggunakan pedoman tes.

Tabel 1. Kategori Keseimbangan

Sangat Baik	Di atas rata-rata	Rata-rata	Di bawah rata-rata	Buruk
>50 secs	50-41 secs	40-31 secs	30-20 secs	<20 secs

Analisis data merupakan suatu langkah yang penting dalam penelitian untuk memperoleh suatu kesimpulan dan gambaran masalah yang diteliti. Data yang sudah terkumpul tidak berarti apa-apa apabila tidak diolah, karena itu perlu analisis data tersebut. Adapun langkah-langkah analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini. Untuk mengetahui data memenuhi syarat atau tidak maka diperlukan uji prasyart. Uji prasyart dalam penelitian ini menggunakan uji normalitas, linearitas dan multikolinearitas yang bertujuan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal dan linear atau tidak serta terbebas dari gejala multikolinearitas. Untuk menguji Hipotesis peneliti menggunakan software SPSS 25.

Hasil dan Pembahasan

Hasil

Pada penelitian ini dilaksanakan di lapangan SDIT Al-Ihsan Colomadu dengan sampel berjumlah 30 orang siswa SDIT Al-Ihsan Colomadu. Setelah terkumpulnya data, maka tahap selanjutnya akan dianalisis, berikut hasil analisis deskripsi terhadap variable penelitian koordinasi mata kaki adalah kemampuan mengintegrasikan antara pandangan mata dan gerakan kaki secara bersamaan dalam melakukan suatu gerakan (Sakti, 2017). Koordinasi mata kaki pada penelitian ini diukur melalui *mitcel soccer test* di mana dalam 20 detik seseorang dapat melakukan gerakan memantulkan bola pada tembok sebanyak mungkin menggunakan kaki.

Tabel 2. Hasil analisis deskriptif koordinasi mata kaki

Statistik	Hasil
Mean	11.10
Median	11
Mode	11
Standar Deviasi	1.826
Minimum (sedikit)	8
Maksimum (terbanyak)	14

Pada tabel diatas di atas menunjukkan bahwa koordinasi mata kaki pada siswa ekstrakurikuler sepakbola SDIT Al-Ihsan Colomadu diperoleh median sebesar 11 kali, dengan pencapaian terbanyak 14 kali dan paling sedikit 8 kali. Keseimbangan adalah kemampuan untuk mempertahankan kesetimbangan tubuh ketika di tempatkan di berbagai posisi, kemampuan untuk mempertahankan pusat gravitasi pada bidang tumpu terutama ketika saat posisi tegak (Mekayanti et al., 2015). Keseimbangan di ukur menggunakan tes keseimbangan yaitu tes berdiri dengan satu kaki (*stork stand*).

Tabel 3. Mengukur keseimbangan

Tendensi Sentral	Hasil
Mean	33.8
Median	28.9
Mode	60
Standar Deviasi	15.5
Minimum	13.1
Maksimum	60.5

Pada tabel diatas di atas menunjukkan bahwa kemampuan menggiring bola siswa ekstrakurikuler sepakbola SDIT Al-Ihsan Colomadu diperoleh rata-rata sebesar 33.8”, dengan pencapaian maksimum 60.5” dan minimum 13.1”. Kemampuan menggiring bola adalah kemampuan seseorang membawa bola menggunakan kaki melewati lawan atau rintangan hingga menuju titik terdekat sasaran gawang maupun umpan kepada teman (Matitaputty, 2019). Kemampuan ini dapat diketahui melalui tes menggiring bola zig-zag melewati bendera mulai dari garis start hingga finish dengan satuan hasil yang digunakan yaitu detik.

Tabel 4. Hasil analisis deskriptif kemampuan menggiring bola

Tendensi Sentral	Hasil
Mean	17.35
Median	17.5
Mode	19.2
Standar Deviasi	1.6
Minimum (terlama)	14.2
Maksimum (tercepat)	19.7

Pada tabel diatas di atas menunjukkan bahwa keterampilan menggiring bola siswa ekstrakurikuler sepakbola SDIT Al-Ihsan Colomadu diperoleh rata-rata sebesar 17.35”, dengan pencapaian tercepat 19.7” dan terlama 14.2”. Pada bagian ini akan dibahas tentang prasyarat analisis data, meliputi: (1) uji normalitas, (2) uji linieritas, dan (3) uji multikolenieritas. Ketiga uji tersebut adalah untuk memenuhi prasyarat analisis dari: analisis korelasi sederhana (*product moment*) dan analisis regresi ganda. Uji normalitas data pada penelitian ini adalah dengan uji lilliefors yaitu uji Komlmogrov-Smirnov Z dan dilakukan dengan bantuan *software* SPSS. Hasil analisis disajikan pada tabel berikut ini:

Tabel 5. Uji normalitas

Variabel	Sig.	Keterangan
Koordinasi Mata Kaki (X1)	0.079	Normal
Keseimbangan (X2)	0.069	Normal
Kemampuan Dribbling (Y)	0.200	Normal

Tabel 6. One-sample kolmogorov-smirnov test

		KoordinasiMat aKaki_X1	Kesimbangan_ X2	KemampuanDr ibbling_Y
N		30	30	30
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	11.10	33.747	17.350
	Std. Deviation	1.826	15.5049	1.6233
Most Extreme Differences	Absolute	.151	.154	.106
	Positive	.122	.154	.074
	Negative	-.151	-.146	-.106
Test Statistic		.151	.154	.106
Asymp. Sig. (2-tailed)		.079c	.069c	.200c,d

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan tabel diatas hasil pengujian normalitas data pada tiap-tiap variabel penelitian menunjukkan nilai Sig. lebih dari 0.05 yang berarti setiap variable dapat dinyatakan berdistribusi normal. Uji linieritas dilakukan dengan bantuan *software* SPSS. Hasil analisis disajikan pada tabel berikut ini.

Tabel 7. Uji linieritas

Hubungan Fungsional	Sig.	Keterangan
Koordinasi Mata Kaki (X1) dan Kemampuan Dribbling (Y)	0.379	Linear
Keseimbangan (X2) dan Kemampuan Dribbling (Y)	0.826	Linear

Tabel 8. Anova 1

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
KemampuanDribbling_Y * KoordinasiMataKaki_X1	Between Groups	(Combined) Linearity	53.912	6	8.985	9.184	.000
		Deviation from Linearity	48.453	1	48.453	49.524	.000
			5.459	5	1.092	1.116	.379
	Within Groups		22.503	23	.978		
	Total		76.415	29			

Tabel 9. Anova 2

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
KemampuanDribbling_Y * Kesimbangan_X2	Between Groups	(Combined) Linearity	67.588	27	2.503	.567	.809
		Deviation from Linearity	6.209	1	6.209	1.407	.357
			61.380	26	2.361	.535	.826
	Within Groups		8.827	2	4.413		
	Total		76.415	29			

Hasil dari uji linearitas pada variabel koordinasi mata-kaki (X1) terhadap kemampuan *dribbling* (Y) dan kesimbangan (X2) terhadap kemampuan *dribbling* (Y) untuk mengetahui apakah data dari variabel penelitian mempunyai hubungan yang linear atau tidak secara signifikan (p), dengan menggunakan uji ANOVA. Hasil tersebut dilihat dari nilai masing-masing *deviation from Linearity Sig* yaitu 0,379 dan 0,826 > 0,05, maka menunjukkan adanya hubungan linier antara variabel keseimbangan (X1) dan koordinasi mata-kaki (X2) terhadap kemampuan *dribbling* (Y). Uji multikolinearitas dilakukan dengan bantuan *software* SPSS. Hasil analisis disajikan pada tabel berikut ini.

Tabel 10. Uji multikolinearitas

Variabel	VIF	Keterangan
Koordinasi Mata Kaki (X1)	1.043	Bebas Multikolinearitas
Keseimbangan (X1)	1.043	Bebas Multikolinearitas

Tabel 11. Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.	Collinearity Statistics Tolerance	VIF
	B	Std. Error					
1 (Constant)	25.402	1.152		22.049	.000		

KoordinasiMataKaki_X1	-.685	.103	-.770	-6.621	.000	.958	1.043
Keseimbangan_X2	-.013	.012	-.128	-1.101	.281	.958	1.043

a. Dependent Variable: KemampuanDribbling_Y

Berdasarkan tabel diatas nilai masing-masing variable kurang dari 10.00 hal ini menunjukkan bahwa variable tersebut bebas multikolinearitas. Hubungan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan dribbling. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SDIT Al-Ihsan Colomadu hasil analisis korelasi koordinasi mata kaki dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola disajikan dalam tabel sebagai berikut.

Tabel 12. Uji hipotesis

		KoordinasiMat aKaki_X1	Keseimbangan_ X2	KemampuanDr ibbling_Y
KoordinasiMataKaki_X1	Pearson Correlation	1	.204	-.796**
	Sig. (2-tailed)		.280	.000
	N	30	30	30
Keseimbangan_X2	Pearson Correlation	.204	1	-.285
	Sig. (2-tailed)	.280		.127
	N	30	30	30
KemampuanDribbling_Y	Pearson Correlation	-.796**	-.285	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.127	
	N	30	30	30

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Tabel 13. Hubungan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan dribbling

Korelasi	N	R	P value	Keterangan
X1. Y	30	-0.796	0.000	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis diatas menunjukkan bahwa nilai P value $0.000 < 0.05$ yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola. Hubungan keseimbangan terhadap kemampuan dribbling, berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SDIT Al-Ihsan Colomadu.

Tabel 14. Hubungan keseimbangan terhadap kemampuan dribbling

Korelasi	N	R	P value	Keterangan
X2. Y	30	-0.285	0.127	Tidak Signifikan

Berdasarkan hasil analisis diatas menunjukkan bahwa nilai P value $0.000 < 0.05$ yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola. Hubungan koordinasi mata kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan dribbling. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SDIT Al-Ihsan Colomadu,

Tabel 15. Hubungan koordinasi mata kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan dribbling

Korelasi	N	R	R ²	P value	Keterangan
X1.X2. Y	30	0.806	0.650	0.000	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis diatas menunjukkan bahwa nilai P value $0.000 < 0.05$ yang menunjukkan bahwa koordinasi mata kaki dan kesimbangan secara simultan berpengaruh terhadap koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola siswa SDIT Al-ihsan Colomadu. Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar $0,650 \times 100\% = 65\%$. Berdasarkan hasil tersebut bahwa ada hubungan antara koordinasi mata kaki dan keseimbangan secara bersama-sama terhadap kemampuan menggiring bola siswa SDIT Al-ihsan Colomadu sebesar 65% dan sisanya 35% dipengaruhi oleh beberapa faktor lain.

Pembahasan

Berdasarkan hasil pengujian analisis korelasi keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola, diperoleh nilai korelasi ($r = -0,796$ dengan tingkat probabilitas (0,000) lebih kecil dari $\alpha = 0,05$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada pemain ekstrakurikuler SDIT Al-Ihsan Colomadu. Menurut (Hasbillah & Herman, 2021) koordinasi merupakan kemampuan untuk secara bersamaan melakukan berbagai tugas gerak secara mulus dan akurat. Kemampuan seorang pemain dalam menggring bola dibutuhkan koordinasi mata kaki yang baik (Pratama et al., 2018).

Berdasarkan pendapat di atas, koordinasi mata kaki memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan menggiring bola. Seseorang yang memiliki koordinasi mata kaki yang baik, akan lebih efektif pada saat menggiring bola dalam permainan sepakbola. Dengan koordinasi mata kaki yang baik, seorang pemain tidak akan mudah berbenturan dengan pemain lawan pada saat menggiring bola. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Zulfikar & Bulqini, 2019) yang menyatakan bahwa koordinasi mata kaki berpengaruh terhadap kemampuan menggiring bola. Berdasarkan hasil pengujian analisis korelasi keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola, diperoleh nilai korelasi ($r = -0,285$ dengan tingkat probabilitas (0,000) lebih besar dari $\alpha = 0.127$.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada pemain ekstrakurikuler SDIT Al-Ihsan Colomadu. Menurut (Kristina, 2018) keseimbangan dinamis adalah kemampuan mempertahankan keadaan seimbang dalam keadaan bergerak, misalnya berlari, berjalan, melambung, dan sebagainya. Setiap atlet menentukan sikap yang berbeda atau akan mengubah sikap tubuhnya sesuai dengan tuntutan olahraganya. Jadi berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa keseimbangan memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan menggiring bola.

Semakin bagus keseimbangan seseorang, maka semakin bagus pula kemampuan menggiring bolanya. Keseimbangan yang baik membuat seorang pemain tidak mudah terjatuh

pada saat menggiring bola. Namun pada penelitian ini keseimbangan pada pemain sepakbola SDIT Al-Ihsan tidak berpengaruh pada kemampuan menggiring bola. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Zulfikar & Bulqini, 2019) yang menyatakan bahwa keseimbangan tidak berpengaruh terhadap kemampuan menggiring bola. Berdasarkan hasil pengujian analisis regresi keseimbangan dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola, diperoleh nilai regresi (R) = 0,806 dengan tingkat probabilitas (0,000) lebih kecil dari $\alpha = 0,05$.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola siswa SDIT Al-ihsan Colomadu. Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar $0,650 \times 100\% = 65\%$. Berdasarkan hasil tersebut bahwa ada hubungan antara koordinasi mata kaki dan keseimbangan secara bersama-sama terhadap kemampuan menggiring bola siswa SDIT Al-ihsan Colomadu sebesar 65% dan sisanya 35% dipengaruhi oleh beberapa faktor lain. Seseorang yang memiliki keseimbangan dan koordinasi mata kaki yang baik, akan lebih mudah melakukan teknik dasar menggiring bola dalam permainan sepakbola.

Kondisi fisik merupakan unsur penting dan menjadi dasar atau pondasi dalam mengembangkan teknik, taktik, strategi dan pengembangan mental. Seorang atlet harus memiliki kondisi fisik yang baik, untuk mengoptimalkan pertandingan yang diikuti. Secara fisiologis dalam permainan sepakbola banyak hal yang dapat mempengaruhi hasil kerja dalam permainan tersebut. Contohnya pengaruh dari koordinasi mata kaki dan keseimbangan dalam kemampuan dribbling, kemampuan motorik dasar merupakan aspek penting bagi pemain.

Kemampuan ini perlu di kembangkan melalui aktifitas fisik yang dapat memberikan stimulasi termasuk melalui gerakan-gerakan pokok bahasan yang diajarkan, selain itu banyak faktor lain yang mempengaruhi setiap tes di lakukan terutama tes kecepatan, kelincahan, keseimbangan dan *dribbling*. Seperti adanya kelebihan atau perbedaan berat badan, tinggi badan dan pelatih. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Hasbillah et al., 2021) menyatakan bahwa keseimbangan dan koordinasi mata kaki secara simultan berpengaruh terhadap kemampuan menggiring bola.

Simpulan

Berdasarkan Hasil Analisis dan Pembahasan pada bab sebelumnya maka dapat disimpulkan sebagai berikut.

1. Terdapat hubungan antara koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler SDIT Al-Ihsan Colomadu.
2. Tidak ada hubungan antara keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler SDIT Al-Ihsan Colomadu.
3. Terdapat hubungan antara keseimbangan dan koordinasi mata kaki terhadap menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler SDIT Al-ihsan Colomadu

Pernyataan Penulis

Saya selaku penulis pertama mewakili yang lain menyatakan bahwa artikel dibuat belum pernah di publis pada jurnal yang lain. Apabila dikemudian hari terbukti artikel ini hasil

plagiasi, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi sesuai peraturan jurnal porkes yang berlaku.

Daftar Pustaka

- Anwar, S. (2013). Survei Teknik Dasar dan Kondisi Fisik pada Siswa Sekolah Sepak Bola (SSB) Se-Kabupaten Demak Tahun 2012. *Jurnal Active*, 2(9), 596–604. <https://journal.unnes.ac.id/sju/peshr/article/view/1861>
- Ariestika, E., Amni, H., & Dinsyah, A. P. (2022). Keterampilan Menggiring Bola: Apakah Ada Hubungan Kecepatan dan Kelincahan pada Pemain Sepakbola? *Jurnal Pelita Ilmu Keolahragaan*, 2(1), 1–12. <https://jurnal.upg.ac.id/index.php/pjkr/article/view/237>
- Arpansyah, A., Sukasno, S., & Syafutra, W. (2022). Perbandingan antara Latihan Zig-Zag Run dan Shuttle Run Terhadap Kemampuan Dribbling pada Kegiatan Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 2 Lubuklinggau. *Jurnal Gelanggang Olahraga*, 5(2), 176–185. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v5i2.3611>
- Gumantan, A., Mahfud, I., & Yuliandra, R. (2021). Pengembangan Alat Ukur Tes Fisik dan Keterampilan Cabang Olahraga Futsal berbasis Desktop Program. *Jurnal Jossae*, 6(2), 146–155. <https://doi.org/10.26740/jossae.v6n2.p146-155>
- Habibi, H., Armade, M., & Janiarli, M. (2022). Kontribusi Kekuatan Otot Perut dan Keseimbangan dengan Kemampuan Heading pada Pemain Sepakbola R-Sport Desa Babusalam. *Jurnal Joset*, 3(1), 51–57. <https://journal.upp.ac.id/index.php/joset/article/view/561?articlesBySameAuthorPage=3>
- Handayani, W. (2018). Hubungan Koordinasi Mata Tangan dan Kekuatan Otot Lengan dengan Ketepatan Hasil Servis Forehand dalam Permainan Bulutangkis pada Peserta Ekstrakurikuler di SMA Negeri 2 Kayuagung. *Jurnal Wahana Didaktika*, 16(2), 256–266. <https://doi.org/10.31851/wahanadidaktika.v16i2.2052>
- Hanif, H., Ermawati, L., & Puspita, D. (2020). Analisis Pengaruh Budaya Kerja dan Tingkat Masyarakat Perspektif Ekonomi Islam. *Jurnal Salam*, 1(1), 1–14. <https://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/salam/article/view/7024>
- Hasanuddin, M. I. (2023). Analisis Kemampuan Menembak pada Permainan Sepakbola. *Cendekia: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 11(2), 227–235. <https://ejurnal.stkip-pb.ac.id/index.php/jurnal/article/view/285>
- Hasbillah, M., & Herman, H. (2021). Hubungan Keseimbangan dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Futsal Klub Karsa Utama Putri Wajo. *Jurnal Gelora*, 8(1), 67–72. <https://doi.org/10.33394/gjpok.v8i1.4189>
- Hasbillah, M., Studi, P., Jasmani, P., & Ypup, S. (2021). Hubungan Keseimbangan dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Futsal Klub Karsa Utama Putri Wajo. *Jurnal Gelora*, 8(1), 67–72. <https://doi.org/10.33394/gjpok.v8i1.4189>
- Herlambang, M., Maulana, F., & Nurudin, A. A. (2022). Latihan Kecepatan, Kelincahan dan Keseimbangan untuk Meningkatkan Kemampuan Dribbling dalam Permainan Futsal. *Jurnal Edicatio*, 8(4), 1601–1606. <https://doi.org/10.31949/educatio.v8i4.4047>
- Humaedi, H., Susandi, A. S. B., & Wahyudi, E. (2017). Sumbangan Kelincahan dan

- Keseimbangan Dinamis Terhadap Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Futsal pada Mahasiswa PJKR. *Tadulako Journal Sport Sciences and Physical Education*, 5(1), 80–94. <http://jurnal.untad.ac.id/jurnal/index.php/PJKR/article/view/9044>
- Ihsan, A. F., Emral, E., Erianti, E., & Rasyid, W. (2022). Hubungan Kelincahan Kordinasi Mata-Kaki dengan Kemampuan Dribbling Pemain Sepak Bola SSB Kampung Baru Korong Nan Ampek (KBKA) Kabupaten Pesisir Selatan. *Jurnal JPDO*, 5(10), 14–20. <http://jpdo.ppj.unp.ac.id/index.php/jpdo/article/view/1064>
- Iskandar, T., & Pradana, D. (2017). Hubungan Antara Keseimbangan dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola pada Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola di SMA Negeri 1 Setu. *Jurnal Motion*, 8(2), 182–190. <https://jurnal.unismabekasi.ac.id/index.php/motion/article/view/221>
- Jusran, J., & Maifa, S. (2018). Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring dalam Permainan Sepakbola pada Murid SDN 1 Sepakat 2018. *Jurnal Ilmiah Pendidikan (Cendekia)*, 6(1), 80–95. <https://ejournal.stkip-pb.ac.id/index.php/jurnal/article/view/75>
- Kaharu, D., & Budiarti, A. (2016). Pengaruh Gaya Hidup, Promosi, dan Kualitas Produk Terhadap Keputusan Pembelian pada Cosmic. *Jurnal JIRM*, 5(3), 1–10. <http://jurnalmahasiswa.stiesia.ac.id/index.php/jirm/article/view/572>
- Kamadi, L. (2020). Kontribusi Kondisi Fisik Terhadap Kemampuan Servis Bawah dalam Permainan Bolavoli. *Journal Coaching Education Sport*, 1(2), 151–160. <https://doi.org/10.31599/jces.v1i2.369>
- Kristina, P. C. (2018). Hubungan Keseimbangan dan Power Otot Tungkai dengan Hasil Tendangan Penalti pada Permainan Sepak Bola Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Prosiding Seminar Nasional Program Pascasarjana Universitas Pgri Palembang*, 292–298. <https://jurnal.univpgri-palembang.ac.id/index.php/Prosidingpps/article/view/1835>
- Mappaompo, A. (2019). Ontribusi Daya Ledak Tungkai dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Murid SD Negeri 139 Sinjai. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Halaman Olahraga Nusantara*, 2(1), 1–18. <https://doi.org/10.31851/hon.v2i1.2462>
- Marta, I. A., & Oktarifaldi, O. (2020). Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan terhadap Kemampuan Dribbling Sepakbola. *Jurnal Gelanggang Olahraga*, 4(1), 1–14. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v4i1.1201>
- Matitaputty, J. (2019). Pengaruh Latihan Kecepatan Terhadap Kecepatan Menggiring Bola Pemain Futsal Junior Fc Patriot Penjaskesrek Unpatti Ambon. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 5(2), 101–113. <https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/101>
- Mekayanti, A., Indrayani, I., & Dewi, K. (2015). Optimalisasi Kelenturan (Flexibelity), Keseimbangan (Balance), dan Kekuatan (Strength) Tubuh Manusia Secara Instan dengan Menggunakan “Secret Method. *Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Sains*, 1(1), 40–49. <https://jurnal.undhirabali.ac.id/index.php/virgin/article/view/50>
- Nugraha, U., & Hadinata, R. (2019). Pengaruh Metode Latihan dan Motivasi Berlatih Terhadap Kemampuan Passing Sepakbola. *Jurnal Cerdas Sifa Pendidikan*, 8(1), 13–27. <https://mail.online-journal.unja.ac.id/csp/article/view/9058>
- Nuruhidin, A., Rahman, F., & Mahardika, N. A. (2023). Fleksibilitas, Panjang Tungkai, Terhadap Kemampuan Dribble dalam Permainan Futsal. *Jurnal Master Penjas &*

- Olahraga*, 4(1), 282–289. <https://doi.org/10.37742/jmpo.v4i1.75>
- Pratama, A. P., Sugiyanto, S., & Kristiyanto, A. (2018). Sumbangan Koordinasi Mata-Kaki, Kelincahan, Keseimbangan Dinamis dan Fleksibilitas Togok Terhadap Kemampuan Menggiring Bola pada Permainan Sepakbola: Studi Korelasional pada Pemain Sepakbola Mahasiswa Universitas Nusantara PGRI Kediri. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 4(1), 15-27. https://doi.org/10.29407/js_unpgr.v4i1.11747
- Pratama, M., Alnedral, A., Dosa, T. H., & Soniawan, V. (2020). Metode Circuit Training Berpengaruh Terhadap Kemampuan Dribbling Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 3(2), 874–884. <http://patriot.ppj.unp.ac.id/index.php/patriot/article/view/677>
- Pristiwanto, T. R., Hidayatullah, F., & Handayani, H. Y. (2022). Implementasi Wall Toss Test Secara Daring untuk Mengukur Aspek Kebugaran Jasmani Koordinasi Mata dan Tangan pada Siswa SMPN 1 Bangkalan. *Jurnal Ilmiah Mandala Pendidikan*, 8(2), 1–10. <https://ejournal.mandalanursa.org/index.php/JIME/article/view/3245>
- Ramadhan, Z. F., Surisman, S., & Jubaedi, A. (2020). Hubungan Kecepatan dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Mahasiswa UKM Sepakbola Universitas Lampung Tahun 2019. *Sport Science and Education Journal*, 1(1), 1–13. <https://doi.org/10.33365/v1i1.621>
- Ridwan, A., & Hasyim, H. (2018). Kontribusi Keseimbangan dan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola pada Siswa SMP Negeri 33 Kepulauan Selayar. *Jurnal Competitor*, 10(2), 46–54. <https://ojs.unm.ac.id/competitor/article/view/13184>
- Ridwan, A., & Hasyim, H. (2020). Kontribusi Keseimbangan dan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola pada Siswa SMP Negeri 33 Kepulauan Selayar. *COMPETITOR: Jurnal Pendidikan Keperawatan Olahraga*, 10(2), 46. <https://doi.org/10.26858/com.v10i2.13184>
- Sakti, B. P. I. (2017). Hubungan Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola pada Siswa Ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Lubuklinggau. *Jurnal Biomatika*, 3(2), 1–7. <http://www.ejournal.unsub.ac.id/index.php/FKIP/article/view/107>
- Saleha, S. (2016). Pengaruh Lingkungan Kerja, Etos Kerja dan Budaya Kerja Terhadap Kinerja Pegawai pada Dinas Bina Marga Propinsi Sulawesi Tengah. *Jurnal Katalogis*, 4(3), 1–10. <http://jurnal.untad.ac.id/jurnal/index.php/Katalogis/article/view/6566>
- Setiawan, J. H., & Syafi'i, I. (2020). Tingkat Kepuasan Peserta Terhadap Penyelenggaraan Festival Sepakbola Usia Dini Piala Bupati Bangkalan I. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 3(4), 45–51. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/37010>
- Wahid, W. M. (2023). Pengaruh Variasi Ladder Drill dalam Peningkatan Kelincahan Keterampilan Menggiring Bola. *Jurnal Jumper*, 4(1), 188–197. <https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JUMPER/article/view/1394>
- Zulfikar, M. I., & Bulqini, A. (2019). Pengaruh Kecepatan, Kelincahan dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Dribbling Pemain Futsal di SMAN 2 Surabaya. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 2(2), 2–12. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/29611>