

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, secara emosional. Juga dikatakan bahwa guru pendidikan jasmani mencoba mencapai tujuannya dengan mengajarkan dan memajukan aktivitas-aktivitas jasmani. Seorang gurupendidikan jasmani memiliki kesulitan sendiri dalam mendemonstrasikan pelajaran pendidikan jasmani, bukan pada kegiatan prakteknya saja tetapi agar murid juga dapat tertarik dengan teori olahraga sebelum kegiatan praktek dilapangan.

Sepak bola adalah suatu permainan beregu yang dimainkan masing-masing regunya terdiri dari 11 orang pemain termasuk penjaga gawang yang dimainkan dengan kaki kecuali penjaga gawang diperbolehkan menggunakan tangan di area kotak penalti. Dalam permainan sepak bola terdapat beberapa teknik yang merupakan dasar yang harus di kuasai oleh seseorang pemain agar dapat bermain dengan baik, seperti menendang bola, menyundul bola, menggiring bola, dan sebagainya. Namun dalam hubungannya dengan penelitian ini hanya berfokus pada suatu teknik saja yakni teknik menggiring bola.

Menggiring bola dalam situasi bermain artinya membawa bola dari satu lini ke lini lainnya dengan cara mengontrol bola dari kaki ke kaki. Teknik menggiring bola merupakan salah satu faktor yang cukup penting dalam permainan sepak bola karena dapat menunjang terciptanya gol dalam suatu

pertandingan. Seperti halnya seorang pemain yang sukses menggiring bola dalam usahanya keluar dari kawalan lawan pada saat berada di depan gawang akan memberikan peluang yang besar untuk menciptakan gol karena keberhasilannya menggiring bola dengan melewati lawan yang menghadang menuju ke arah kosong membuat posisinya bebas dan leluasa dalam melakukan tendangan ke gawang.

Untuk mencapai kesuksesan menggiring bola dalam usaha keluar dari kawalan lawan, maka pemain tersebut harus mampu melakukan gerakan menggiring bola secara berkelok – kelok atau gerakan merubah arah secara tiba-tiba dengan cepat, karena dengan gerakan- gerakan yang seperti ini akan memudahkan dalam melewati lawan yang menghadang.

Perlu di ketahui bahwa kemampuan menggiring bola seperti yang di uraikan di atas, tidak dapat terjadi tanpa dukungan oleh beberapa unsur yang menunjang, dan salah satunya yang paling dominan adalah unsur kemampuan fisik. Hal ini di sebabkan karena tanpa kemampuan fisik yang memadai sulit untuk mengembangkan teknik menggiring yang baik. Begitu pula sebaliknya dengan kemampuan fisik yang baik maka pelaksanaan teknik gerakan menggiring bola akan di tampilkan secara sempurna.

Kemampuan fisik yang dimaksud terutama di tekankan pada bagian tubuh yang memegang peranan penting dalam menggiring bola seperti unsur fisik kecepatan dan koordinasi mata kaki merupakan hal yang sangat penting agar dapat melakukan gerakan atau kemampuan menggiring bola dengan cepat dan tepat pada berlari dengan bola.

Kecepatan adalah untuk meningkatkan kemampuan fisik yang optimal di perlukan kemampuan berpindah dari satu tempat ke tempat yang lain dalam waktu sesingkat-singkatnya pada saat membawa bola atau menggiring bola. Jadi kecepatan di sini bersifat lokomotor dan gerakannya bersifat siklik satu jenis gerakan yang dilakukan secara berulang-ulang seperti berlari sambil membawa atau menggiring bola dari satu lini ke lini yang lain, secara otomatis memiliki peranan yang besar, jadi kecepatan sangat dibutuhkan dalam menggiring bola.

Koordinasi mata kaki adalah kemampuan seseorang dalam memadukan berbagai unsur gerakan ke dalam suatu gerakan menjadi suatu gerakan yang efektif dan efisien dalam menggiring bola. Pada saat menggiring bola, gerak, langkah dan waktu harus mampu dipadukan sedemikian rupa menjadi satu kesatuan yang baik dan harmonis, sehingga menghasilkan hasil yang baik pula. Seorang pemain sepakbola dapat melakukan gerakan yang baik dalam menggiring bola apabila mempunyai koordinasi yang baik pula.

Keseimbangan mempunyai peranan yang besar, bola yang digiring oleh pemain kadang kala berdiri dan berlari dalam keadaan tidak stabil sehingga mudah terjatuh dan bola akan mudah direbut oleh lawan. Seorang pemain yang memiliki jiwa sepakbola tentunya tidak lagi terjadi kesalahan. Secara otomatis kaki memiliki peranan yang besar, jadi perlu adanya keseimbangan badan dalam menggiring bola.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di SD MI Datok Sulaiman baik pada saat pelaksanaan pembelajaran sepakbola adalah murid belum menguasai sepenuhnya teknik-teknik bermain sepakbola terutama teknik

menggiring bola yang baik dan benar, di tinjau dari sarana dan prasarana yang kurang memadai sehingga menyulitkan murid di dalam pembelajaran tersebut. Di tinjau dari komponen fisik seperti kecepatan dan koordinasi mata kaki masih terdapat banyak kekurangan – kekurangan baik pada saat menggiring ataupun mengolah bola. Murid belum menguasai sepenuhnya teknik dasar dalam menggiring bola, karena dalam menggiring bola gerakan kaki masih terlihat kaku, belum terkoordinasi dengan baik dalam menggiring bola masih sangat lambat dan tidak tepat arah gerakannya akan mudah diantisipasi oleh pihak lawan dan kurangnya keseimbangan baik pada saat menggiring bola dan mudah terjatuh serta tidak dapat mempertahankan bola dengan baik.

Dari uraian di atas, sehingga di duga bahwa kecepatan dan koordinasi mata kaki yang dimiliki seseorang berhubungan erat dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola. Hal inilah yang melatar belakangi penulis untuk melakukan penelitian guna dapat mengetahui secara pasti tentang adanya hubungan tersebut dengan judul: **“Kontribusi Kecepatan, Koordinasi Mata Kaki dan Keseimbangan terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Murid SD MI Datok Sulaiman”**.

1.2 Rumusan Masalah

Adapun permasalahan dalam penelitian ini adalah :

1. Apakah ada kontribusi kecepatan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman ?
2. Apakah ada kontribusi koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman?

3. Apakah ada kontribusi keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman?
4. Apakah ada kontribusi secara bersama – sama kecepatan, koordinasi mata kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian yang ingin di capai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui apakah ada kontribusi kecepatan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman.
2. Untuk mengetahui apakah ada kontribusi koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman.
3. Untuk mengetahui apakah ada kontribusi keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman.
4. Untuk mengetahui apakah ada kontribusi secara bersama – sama kecepatan dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut :

1.4.1 Secara Teoritis

Menjadi bahan acuan atau referensi untuk mengkaji lebih dalam sejauh mana kontribusi kecepatan, koordinasi mata-kaki dan keseimbangan dan kemampuan menggiring bola.

1.4.2 Secara Praktis

- a. Bagi murid, selain diharapkan dapat meningkatkan pembelajaran sepakbola, juga dapat memotivasi murid lebih aktif dalam pembelajaran pendidikan jasmani.
- b. Bagi guru, sebagai bahan pertimbangan bagi guru pendidikan jasmani dan sebagai sumber informasi mengenai unsur fisik dan kemampuan menggiring bola dalam dalam permainan sepak bola.
- c. Bagi pihak sekolah, mudah-mudahan penelitian ini dapat memberikan sumbangan dalam upaya meningkatkan mutu dan kualitas pembelajaran di sekolah khususnya pembelajaran pendidikan jasmani.

BAB II

KAJIAN TEORI

2.1 Tinjauan Pustaka

Tinjauan pustaka merupakan kerangka acuan atau sebagai landasan teori dalam melakukan suatu penelitian. Teori – teori dikemukakan merupakan pernyataan dasar yang diharapkan dapat menunjang penyusunan kerangka berfikir yang nantinya menjadi acuan dalam merumuskan hipotesis sebagai jawaban sementara terhadap masalah dalam penelitian ini.

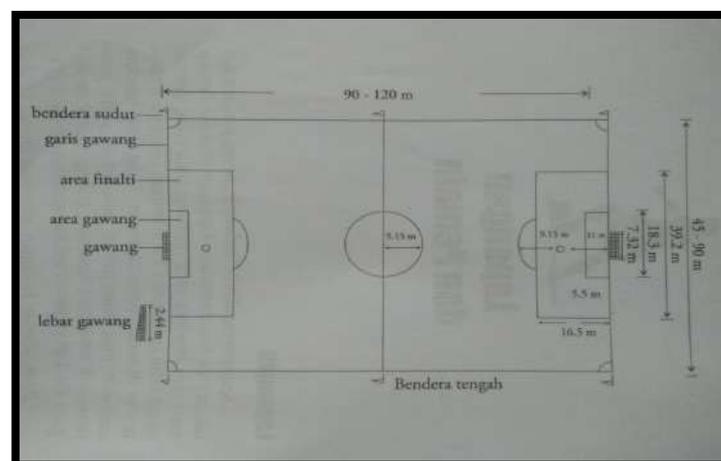
2.1.1 Permainan sepakbola

Sepakbola merupakan olahraga yang paling populer di masyarakat. Hal ini tentunya banyak digemari oleh anak-anak usia sekolah dasar. Hal ini terlihat dari pelajaran sepak bola merupakan materi ajar wajib di mata pelajaran Penjasorkes di sekolah. Muhdhor, (2013:9) mengemukakan bahwa Sepakbola adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim dengan masing-masing beranggotakan sebelas orang. Sedangkan menurut Mellius & J. Santoso (2014:11) Bentuk lapangan sepakbola adalah persegi panjang. Dalam peraturan yang sesungguhnya, lapangan standar sepakbola berukuran 100-110 meter, lebar 64-75 meter.

Menurut Muhdhor (2013:9) Sepakbola adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim dengan masing-masing beranggotakan sebelas orang. Sepakbola dalam pendidikan jasmani adalah sebagai mediator untuk mendidik anak agar berkembang kemampuan kognitif, afektif, psikomotor, dan sosialnya. Tujuan dari permainan sepakbola adalah masing-masing regu atau kesebelasan yaitu berusaha menguasai bola, memasukan bola ke dalam gawang

lawan sebanyak mungkin, dan berusaha mematahkan serangan lawan untuk melindungi atau menjaga gawangnya agar tidak kemasukan bola.

Permainan sepakbola merupakan permainan beregu yang memerlukan dasar kerjasama antar sesama anggota regu, sebagai salah satu ciri khas dari permainan sepakbola. Untuk bisa bermain sepakbola dengan baik dan benar para pemain menguasai teknik-teknik dasar menggiring bola dalam permainan sepakbola. Untuk bermain bola dengan baik pemain dibekali dengan teknik dasar yang baik, pemain yang memiliki teknik dasar yang baik pemain tersebut cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula. Dari beberapa teknik dasar dalam permainan sepakbola seperti yang dikemukakan diatas, maka salah satu teknik yang menjadi fokus atau titik perhatian sehubungan dengan penelitian ini yakni hanya tertuju pada teknik atau kemampuan menggiring bola (*dribble*).



Gambar 2.1 Lapangan Sepakbola
Sumber : Andi Cipta Nugraha (2013:28)

2.1.2 Menggiring bola

Dalam permainan sepakbola keterampilan dasar seseorang sangat penting. Seorang pemain sepakbola harus memiliki keterampilan dasar yang baik. Baik

buruknya keterampilan dasar sepakbola seseorang dapat dilihat dari teknik-teknik dasar sepakbola yang dikuasai. Menurut Muhdhor, (2013:31) mengatakan bahwa, Pemain sepakbola yang baik mengerti dan terampil melakukan teknik dasar sepakbola, teknik-teknik dasar ini meliputi menendang bola (*kicking*), menggiring bola (*dribbling*), mengoper bola (*passing*), menghentikan bola (*stopping*), dan menembak bola (*shooting*). Nugraha (2013:9), Menggiring bola (*dribbling*) adalah olahraga yang paling populer di dunia. Semua kalangan baik tua maupun muda, bahkan tanpa membedakan laki-laki dan perempuan, sangat menggemari olahraga ini. Menurut Irawan (2009:31) menggiring bola adalah suatu usaha memindahkan bola dari suatu daerah ke daerah lain atau dengan berliku – liku untuk menghindari lawan, harus kita usahakan agar bola tetap bergulir dekat dari kita, jauh dari kaki lawan pada saat permainan berlangsung.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa keterampilan dasar sepakbola seperti teknik dasar menendang bola, menggiring bola, mengoper bola, menghentikan bola, dan menembak bola sangat penting di ketahui dalam permainan sepakbola dan keterampilan ini akan sangat bermanfaat apabila dapat dikuasai dengan benar.

Pada dasarnya menggiring bola adalah menendang terputus – putus atau pelan, menggiring bola dalam permainan sepakbola dapat menggunakan berbagai bagian kaki seperti menggiring bola menggunakan kaki bagian dalam, bagian luar dan kura-kura kaki. Nugraha (2013:9), Menggiring bola (*dribbling*) adalah olahraga yang paling populer di dunia. Semua kalangan baik tua maupun muda, bahkan tanpa membedakan laki-laki dan perempuan, sangat menggemari olahraga

ini. Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Luxbacher (2011:47), mengemukakan bahwa menggiring bola adalah keterampilan melindungi bola dari lawan yang mencoba merebutnya. Menurut Irawan (2009:31) menggiring bola adalah suatu usaha memindahkan bola dari suatu daerah ke daerah lain atau dengan berliku – liku untuk menghindari lawan, harus kita usahakan agar bola tetap bergulir dekat dari kita, jauh dari kaki lawan pada saat permainan berlangsung. Dari beberapa teori di atas dapat disimpulkan bahwa menggiring bola adalah keterampilan membawa dan melindungi bola dari lawan dalam kontrol sambil berlari.

Pada saat menggiring bola, pemain tidak boleh terus-menerus melihat bola. Mereka juga harus melihat sekeliling dengan kepala tegak agar dapat mengamati situasi lapangan. Menggiring bola bertujuan antara lain untuk mendekati jarak kesasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan.

Macam-macam teknik menggiring bola dalam permainan sepakbola sehubungan dengan bidang perkenaan kaki dengan bola sebagai berikut :

- a. Menggiring bola dengan kaki bagian dalam
- b. Menggiring bola dengan kaki bagian luar
- c. Menggiring bola dengan punggung kaki

a) Menggiring bola dengan kaki bagian dalam

Menggiring bola dengan kaki bagian dalam adalah menggiring dengan persentuhan antara bola dengan kaki bagian dalam atau dengan kata lain bahwa membawa bola dengan bagian kaki dalam. Menggiring bola dengan bagian kaki dalam memiliki kelebihan tersendiri yakni bagian kaki yang menyentuh bola

daerahnya luas. Namun demikian gerakan ke depan sangat lambat akibat posisi kaki yang tidak berjalan atau searah dengan gerakan kaki ke depan dan ini jarang sekali digunakan.

Untuk mengatasi teknik pelaksanaan menggiring bola dengan kaki sebelah dalam, maka yang perlu diperhatikan adalah sikap dan posisi badan yang meliputi kaki tumpu, kaki sentuh dan badan. Mengenai teknik pelaksanaannya yaitu kaki tumpu diletakkan di samping bola yang sedang menggelinding ke depan, berat badan berada pada kaki tumpu. Pada saat kaki tumpu menyentuh tanah, kaki sentuh mulai terangkat dan langsung bola disentuh dengan bidang perkenaan pada kaki bagian dalam, ujung kaki diputar keluar sehingga bagian kaki berhadapan dengan bola. Setelah bola disentuh maka kaki kembali melangkah ke depan. Diupayakan setiap melangkah, secara teratur bola disentuh dan didorong bergulir ke depan. Badan tetap condong ke depan untuk mengimbangi serta mempercepat proses gerakan ke depan.



Gambar 2.2 Menggiring bola dengan kaki bagian dalam
Sumber: Tri Minarsih (2010:10)

b) Menggiring bola dengan kaki bagian luar

Membawa bola dengan cara ini hanya dipergunakan ketika bola membelok dan merubah arah. Menggiring bola dengan kaki bagian luar yaitu dimana bidang persentuhan atau perkenaan ujung kaki bagian luar.

Mengenai teknik pelaksanaannya pada dasarnya sama dengan menggiring bola dengan kaki bagian dalam, perbedaannya hanya terletak pada bidang perkenaan atau sentuhan yaitu kaki bagian luar, yakni kaki yang digunakan menggiring bola hanya menyentuh dan mendorong bola bergulir ke depan. Kedua lutut sedikit ditekuk agar mudah untuk menguasai bola. Pandangan ke arah bola dan berganti-ganti ke arah kanan maupun ke arah lawan.



Gambar 2.3 Menggiring bola dengan kaki bagian luar
Sumber: Tri Minarsih (2010:11)

c) Menggiring bola dengan punggung kaki

Menggiring bola dengan punggung kaki, tidak seluas perkenaan menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian lain yang banyak digunakan dalam permainan. Sebab menggiring bola dengan cara ini praktis untuk memperoleh kecepatan ke depan. Hal ini disebabkan karena posisi kaki yang memungkinkan

untuk bergerak ke depan dengan secepat mungkin. Kaki yang digunakan menggiring bola hanya menyentuh dan mendorong bola tanpa terlebih dahulu ditarik ke belakang dan diayun ke depan. Teknik-teknik menggiring bola perlu dimiliki oleh setiap pemain dan sebaiknya setiap pemain dapat mempergunakan bagian-bagian dari kedua kakinya sesuai dengan tuntutan gerakan yang dibutuhkan dalam situasi permainan agar tingkat kemampuan menggiring bola dapat tercapai secara optimal.



Gambar 2.4 Menggiring bola dengan kaki bagian tengah (kura-kura)
Sumber: Tri Minarsih (2010:10)

Dengan demikian dapatlah dikatakan bahwa tanpa penguasaan teknik menggiring bola sukarlah bagi seorang pemain untuk dapat bermain dengan baik, karena teknik menggiring bola sangat berguna dalam situasi bermain. Teknik menggiring bola yang baik dapat dimiliki dan dikuasai apabila dipelajari dan dilatih dengan baik secara teratur dan sistematis serta harus didukung oleh unsur kondisi fisik yang baik pula.

2.1.3 Kecepatan

Widiastuti (2011:114) menjelaskan bahwa kecepatan adalah kemampuan untuk melakukan gerakan – gerakan yang sejenis secara berturut – turut dalam waktu yang singkat, atau kemampuan untuk menempuh suatu jarak dalam waktu yang sesingkat – singkatnya. Sedangkan menurut Atmojo (2010:60) bahwa kecepatan adalah kemampuan untuk melakukan suatu gerak dalam periode waktu yang singkat. Kecepatan sangat di perlukan bagi pelari jarak pendek atau juga bagi seorang pemain sepakbola. Menurut Ozolin dalam Lhaksana (2012:27), kecepatan adalah kemampuan untuk berpindah atau bergerak dari satu tempat ke tempat lain dalam waktu yang singkat/secepat-cepatnya. Sedangkan menurut Mutohir & Maskum (2007:55), kecepatan (*speed*) adalah kemampuan untuk mengerjakan suatu aktivitas yang sama berulang – ulang serta berkesinambungan dalam waktu yang sesingkat–singkatnya.

Suharno dalam Halim (2011:100) mengatakan bahwa kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengerjakan gerakan berkesinambungan dalam bentuk yang sama dalam waktu yang sesingkat – singkatnya seperti lari cepat , pukulan dalam tinju dan sebagainya. Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kecepatan adalah merupakan kemampuan seseorang dalam melakukan gerak dalam waktu singkat. Gerakan-gerakan kecepatan dilakukan melawan perlawanan yang berbeda-beda yaitu (berat badan, berat besi, air dan lain-lain) dengan efek pengaruh kekuatan juga menjadi faktor yang kuat. Karena gesekan-gesekan kecepatan dilakukan dalam waktu yang sesingkat mungkin, kecepatan secara langsung pada waktu yang ada.

2.1.4 Koordinasi Mata Kaki

Komponen koordinasi ini hampir dibutuhkan oleh setiap atlet pada cabang olahraga apapun yang digelutinya. Komponen koordinasi bersama dengan komponen keseimbangan merupakan unsur penunjang utama manusia agar dapat berdiri, berlari, melompat, menendang, melempar, dan berbagai kegiatan lainnya. Komponen koordinasi diukur dengan cara melakukan berbagai gerakan tertentu secepat-cepatnya dan dihitung waktu mulai aktivitas awal sampai terjadinya kesalahan gerakan (dalam detik).

Komponen koordinasi ini tidaklah berdiri sendiri, tetapi merupakan hubungan berbagai kemampuan komponen biometrik lainnya. Komponen yang ada kaitannya dengan koordinasi ini adalah keseimbangan, kekuatan, daya tahan, koordinasi mata kaki dan keseimbangan. Permainan sepakbola memerlukan tingkat koordinasi yang baik, hal ini disebabkan karena permainan sepakbola dimainkan dengan dominan menggunakan salah satu alat gerak dari bagian tubuh yaitu tungkai.

Salah satu tehnik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepakbola adalah kemampuan menggiring bola, karena menggiring bola adalah salah satu kunci sukses dalam suatu penyerangan. Pada saat menggiring bola, gerak, langkah dan waktu harus mampu dipadukan sedemikian rupa menjadi satu kesatuan yang baik dan harmonis, sehingga menghasilkan hasil yang baik pula. Seorang pemain sepakbola dapat melakukan gerakan yang baik dalam menggiring bola apabila mempunyai koordinasi yang baik pula.

Menurut Nala (2011:21) mengemukakan bahwa “koordinasi adalah kemampuan tubuh untuk mengintegrasikan berbagai gerakan yang berbeda menjadi gerakan yang tunggal yang harmonis dan efektif “.

Adapun faktor-faktor yang berpengaruh terhadap komponen koordinasi ini, menurut Bumpa dalam Nala (2011:161) sebagai berikut :

- a. Intelegensia
- b. Semakin tinggi intelegensia seorang atlet akan semakin baik pengembangan koordinasinya .
- c. Kepekaan organ sensoris
- d. Kepekaan yang tinggi terutama dibutuhkan pada sensor analisis motorik dan kinestetik seperti keseimbangan dan irama kontraksi otot.
- e. Pengalaman motorik
- f. Banyaknya pengalaman dalam bidang aktivitas fisik dan teknik akan meningkatkan kemampuan komponen koordinasi.
- g. Tingkat pengembangan kemampuan biomotorik
- h. Pengembangan biomotorik yang perlu dikembangkan terutama keseimbangan, kekuatan, daya tahan dan kelentukan, agar dapat menunjang kemampuan koordinasi.

Macam-macam koordinasi menurut Bumpa dalam Nala (2011:161) mengklasifikasikan komponen koordinasi ini atas :

- a. Koordinasi umum.
Setiap atlet harus mempunyai kemampuan komponen koordinasi dasar sehingga dapat melakukan berbagai aktivitas fisik yang umum dalam berolahraga. Koordinasi umum ini dibutuhkan terutama dalam pengembangan prinsip pelatihan multilateral.
- b. Koordinasi khusus
Kemampuan untuk menguasai komponen koordinasi khusus ini amat dibutuhkan pada penampilan berbagai gerakan olahraga yang amat cepat, tetapi juga dibutuhkan pada yang memerlukan ketenangan, kesempurnaan dan ketepatan. Koordinasi khusus ini amat erat kaitannya dengan kemampuan untuk menampilkan ketrampilan motorik tertentu, sehingga dengan demikian dapat melakukan penampilan yang efisien. Koordinasi khusus ini dapat bergabung dengan kemampuan biomotorik lainnya, tergantung jenis olahraganya.

Metode pelatihan komponen koordinasi ini tidaklah sama seperti melatih komponen biomotorik lainnya. Lagi pula komponen ini lebih bersifat genetik. Bagi mereka yang tidak di anugrahi bakat alami ini akan lebih sulit untuk melatih koordinasinya.

Latihan yang baik untuk memperbaiki koordinasi adalah dengan melakukan berbagai variasi gerak dan keterampilan atlet-atlet yang mempunyai spesialisasi suatu cabang olahraga tertentu sebaiknya dilibatkan didalam keterampilan dalam berbagai cabang olahraga lainnya. Dalam permainan sepakbola koordinasi digunakan para pemain agar dapat melakukan gerakan secara berkesinambungan, misalnya berlari kemudian melakukan *controle*, melakukan *passing*, melakukan *dribble* kearah gawang.

Dari beberapa penjelasan para pakar tentang koordinasi maka dapat disimpulkan bahwa koordinasi adalah kemampuan seseorang dalam memadukan berbagai unsur gerakan ke dalam suatu gerakan menjadi suatu gerakan yang efektif dan efisien.

2.1.5 Keseimbangan

Kesegaran jasmani merupakan satu kesatuan yang utuh yang tidak dapat dipisahkan, baik peningkatannya maupun pemeliharaannya, artinya bahwa setiap usaha peningkatan kesegaran jasmani, maka harus mengembangkan semua komponen tersebut walaupun perlu dilakukan dengan prioritas. Komponen kesegaran jasmani sangatlah penting selama mengikuti pertandingan, diantaranya adalah keseimbangan tubuh baik statis maupun dinamis. Dalam permainan sepakbola dibutuhkan keseimbangan posisi saat berdiri, berlari, lompat maupun

menendang bola. Tetapi pemain sepakbola lebih membutuhkan keseimbangan pada saat bergerak atau keseimbangan dinamis yang baik karena pergerakannya yang aktif di lapangan. Tanpa adanya keseimbangan yang baik, pergerakan cepat akan mengarah pada ketidakmampuan mengontrol gerakan akibatnya resiko terjatuh akan semakin besar dan membuat performa pemain di lapangan menjadi turun.

Keseimbangan adalah salah faktor yang menunjang dalam peningkatan prestasi di bidang olahraga khususnya dalam menggiring bola pada permainan sepakbola. Keseimbangan merupakan kemampuan seseorang mempertahankan sistem tubuh baik dalam posisi statis maupun dalam posisi gerak dinamis yang mana keseimbangan juga merupakan hal yang sangat penting di dalam melakukan suatu gerakan karena dengan keseimbangan yang baik, maka seseorang mampu mengkoordinasikan gerakan-gerakan dan dalam beberapa ketangkasan atau *ball feeling*, seperti yang dikemukakan oleh Harsono (1988) bahwa: "Keseimbangan berhubungan dengan koordinasi dari, 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.

Keseimbangan atau *balance* diartikan sebagai kemampuan untuk mempertahankan sistem *neuromuscular* tubuh dalam kondisi statis, atau mengontrol sistem *neuromuscular* dalam suatu posisi atau sikap yang efisien sementara bergerak.

Kajian keseimbangan dalam posisi badan pada saat bergerak oleh Wahjoedi (2001:61) memberikan pengertian keseimbangan sebagai "Kemampuan untuk mempertahankan posisi atau sikap tubuh secara tepat pada saat melakukan gerakan". Mempertahankan posisi badan dalam berbagai situasi memerlukan kemampuan tersendiri oleh pemain.

Keseimbangan terdiri dari dua jenis yaitu keseimbangan statis dan dinamis demikian di jelaskan oleh Widiastuti (2011 : 144) bahwa Keseimbangan adalah kemampuan mempertahankan sikap dan posisi tubuh secara tepat pada saat berdiri (*static balance*) atau pada saat melakukan gerakan (*dynamic balance*). Keseimbangan statik maupun keseimbangan dinamik merupakan komponen kebugaran jasmani yang sering dilakukan oleh anak-anak maupun dewasa. Setiap orang sangat memerlukan keseimbangan yang dapat mempertahankan stabilitas posisi tubuh dalam kondisi static ataupun dinamik. Untuk melaksanakan tugas sehari-hari, ataupun dalam melakukan aktifitas keolahragaan seperti bermain sepakbola, keseimbangan sangat dibutuhkan.

2.2 Kerangka Berfikir

Berdasarkan tinjauan pustaka, maka kerangka berfikir yang merupakan dasar dalam merumuskan hipotesis dapat di uraiukan sebagai berikut :

1. Jika seseorang memiliki kecepatan yang baik, maka di prediksi dapat memberikan kontribusi yang nyata terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola.

2. Jika seseorang memiliki koordinasi mata kaki yang baik, maka di prediksi dapat memberikan kontribusi yang nyata terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola.
3. Jika seseorang memiliki keseimbangan yang baik, maka di prediksi dapat memberikan kontribusi yang nyata terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola.
4. Jika seseorang memiliki kecepatan dan koordinasi mata kaki yang baik, maka di prediksi dapat memberikan kontribusi yang nyata terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola.

2.3 Hipotesis

Hipotesis merupakan dugaan sementara terhadap masalah dalam persiapan penelitian yang disusun berdasarkan kerangka pikir. Hipotesis dalam proposal penelitian ini adalah :

1. Ada kontribusi antara kecepatan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman.
2. Ada kontribusi antara koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman.
3. Ada kontribusi antara keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman.
4. Ada kontribusi antara kecepatan, koordinasi mata kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola SD MI Datok Sulaiman.

Hipotesis statistik yang di uji :

1. $H_0 : \beta_{x1y} = 0$

$H_1 : \beta_{x1y} \neq 0$

2. $H_0 : \beta_{x2y} = 0$

$H_1 : \beta_{x2y} \neq 0$

3. $H_0 : \beta_{x3y} = 0$

$H_1 : \beta_{x3y} \neq 0$

4. $H_0 : R_{x1.2.y} = 0$

$H_1 : R_{x1.2.y} \neq 0$

Keterangan :

H_0 = hipotesis nol (nihil)

H_1 = Hipotesis alternative

β_{x1y} = korelasi variable X_1 dan Y

β_{x2y} = korelasi Variabel X_2 dan Y

$R_{x1.2.y}$ = korelasi variable X_1, X_2 dan Y

BAB III

METODE PENELITIAN

Pada dasarnya metode adalah alat yang dipergunakan untuk mencari pembuktian secara ilmiah yang dilakukan secara sistematis untuk mengungkapkan dan memberikan jawaban atas permasalahan yang dikemukakan dalam suatu penelitian sehingga arah dan tujuan pengungkapan fakta atau kebenaran sesuai terhadapapa yang dikemukakan dalam penelitian sehingga betul-betul sesuai terhadap tujuan yang diharapkan.

3.1 Variabel dan Desain Penelitian

3.1.1 Variabel penelitian

Ada dua variabel yang terlibat dalam penelitian ini, yakni variabel bebas dan terikat. Kedua variabel tersebut akan diidentifikasi ke dalam penelitian ini sebagai berikut :

Variabel bebas yakni :

1. Kecepatan
2. Koordinasi mata kaki
3. Keseimbangan

Variabel terikat yakni :

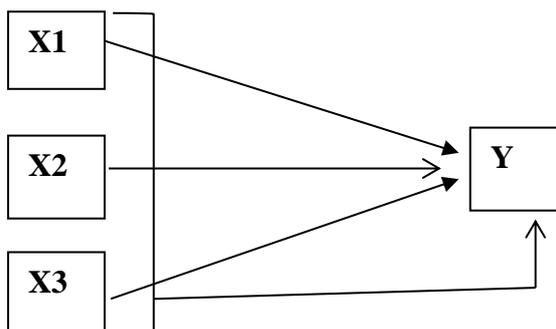
1. Kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola.

3.1.2 Desain Penelitian

Desain penelitian sebagai rancangan atau gambaran yang dijadikan sebagai acuan dalam melakukan suatu penelitian. Penelitian ini adalah penelitian bersifat deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya kontribusi

antara kecepatan, koordinasi mata kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola.

Dengan demikian model desain penelitian yang digunakan secara sederhana dapat di lihat pada gambar sebagai berikut:



Gambar 3.1 Desain Penelitian

Keterangan :

X1 = Kecepatan

X2 = Koordinasi Mata kaki

X3 = Keseimbangan

Y = Kemampuan menggiring bola

3.2 Definisi Operasional Variabel

Untuk menghindari salah pengertian terhadap variabel yang terlibat dalam penelitian ini, maka variabel – variabel tersebut perlu didefinisikan secara operasional sebagai berikut :

1. Kecepatan

Kecepatan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan untuk melakukan gerakan – gerakan yang sejenis secara berturut – turut dalam waktu

yang sesingkat – singkatnya, atau kemampuan untuk menempuh suatu jarak dalam waktu yang sesingkat – singkatnya. Tingkat kecepatan seseorang diukur dengan menggunakan tes lari 50 meter.

2. Koordinasi Mata Kaki

Koordinasi mata kaki adalah kemampuan tubuh untuk mengintergrasikan berbagai gerakan yang berbeda menjadi sebuah gerakan tunggal yang harmonis dan efektif. Tingkat koordinasi mata kaki seseorang diukur dengan menggunakan tes menyepak dan menghentikan bola.

3. Keseimbangan

Keseimbangan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan untuk mempertahankan sikap dan posisi tubuh pada saat melakukan gerakan. Keseimbangan dinamis dapat diukur dengan tes *Modified Bass Test of Dynamic Balance*.

4. Kemampuan menggiring bola

Kemampuan menggiring bola yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan seseorang dalam mengolah dan mengendalikan bola sambil berlari secepat mungkin dengan melalui atau melewati beberapa rintangan atau tiang yang telah ditentukan sebelumnya. Tingkat kemampuan menggiring bola seseorang diukur dengan menggunakan tes menggiring bola.

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Sugiyono (2014:119) “Populasi adalah wilayah *generalisasi* yang terdiri atas: *objek/subyek* yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”.

Sedangkan menurut Noor (2012:147) “populasi adalah untuk menyebutkan seluruh elemen/anggota dari suatu wilayah yang menjadi sasaran penelitian atau merupakan keseluruhan (*universum*) dari obyek penelitian”.

Bertolak dari pendapat diatas dapat ditarik suatu makna bahwa seluruh obyek yang memiliki karakteristik tertentu diistilahkan sebagai populasi. Jadi populasi dalam penelitian ini adalah murid SD MI Datok Sulaiman sebanyak 250 orang.

3.3.2 Sampel

Sampel adalah sebagian individu yang diperoleh dari populasi di harapkan dapat mewakili terhadap seluruh populasi. Sampel inilah yang menjadi objek penelitian sehingga hasil penelitian diharapkan di dapat sejumlah anggota yang dipilih/di ambil dari suatu populasi. Winarno (2013:69) “ Sampel adalah bagian dari populasi yang menjadi pusat perhatian atau yang menjadi target atau sasaran penelitian yang mewakili populasi. Sampel yang representative adalah sampel yang benar –benar mencerminkan populasi. Berdasarkan usulan tersebut maka teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah *simple random sampling* yaitu teknik undian secara acak. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 40 orang.

3.4 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah merupakan syarat mutlak dalam melakukan suatu kerja ilmiah. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah untuk data kecepatan menggunakan tes kecepatan lari 50 m, data koordinasi mata kaki menggunakan tes menyepak dan menghentikan bola, data

kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola menggunakan tes kemampuan menggiring bola.

1. Tes Kecepatan Lari 50 meter

Tujuan :

Tes ini bertujuan untuk mengukur kecepatan lari seseorang.

Alat yang digunakan :

- a. *Stop Watch*
- b. Bendera start 1 buah
- c. Lintasan lurus dan rata dengan jarak 30 meter antara garis start dan garis finish.
- d. Tiang pengamat garis finish 2 buah
- e. Formulir dan alat tulis.

Pelaksanaan tes :

- a. Start dilakukan dengan start berdiri.
- b. Pada aba –aba “Bersedia”, murid (*testee*) berdiri dengan salah satu ujung jari kakinya sedekat mungkin dengan garis start.
- c. Pada aba – aba “Siap”, murid (*testee*) siap untuk berlari.
- d. Pada aba – aba “Ya”, murid (*testee*) berlari secepat – cepatnya menempuh jarak 50 meter sampai melewati garis finish.
- e. Setiap *testee* diberi kesempatan melakukan 2 kali

Penilaian :

- a. Hasil yang dicatat adalah waktu yang dicapai untuk menempuh jarak tersebut.

- b. Waktu yang dicapai dihitung sampai persepuluh detik.
- c. Kedua hasil tes tersebut dicatat.

Catatan :

Start yang gagal harus diulang. Yang dimaksud start gagal adalah mendahului lari sebelum aba – aba “Ya”.



Gambar 3.2 Lari 50 meter
Sumber : Nursahan (2011:13)

2. Tes koordinasi mata kaki/menyeapak dan menghentikan bola (*passing and stopping test*)

Tujuan : Untuk mengukur koordinasi mata-kaki

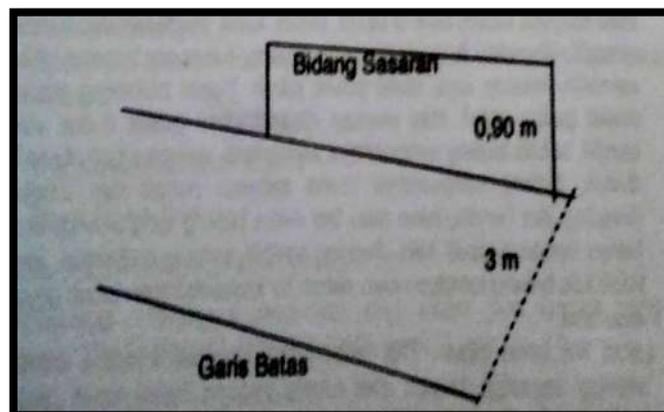
Fasilitas/alat : lapangan yang datar dengan ukuran minimal 20 x 15 meter, target (sasaran) pada dinding tembok atau papan berukuran 0,90 m dari lantai jarak antara dinding dan tembok atau papan dengan garis batas tendangan 3 m, bola sepak, *stop watch*, blanko(kertas), pensil(pulpen).

Pelaksanaan : Peserta tes berdiri di belakang garis batas tendangan, bola diletakkan di depan kakinya dalam keadaan siap menyeapak bola. Pada aba-aba “Ya” *stop watch* dijalankan, peserta tes segera menyeapak bola kearah

target(sasaran). Pantulan bola dihentikan dan ditahan sebentar dan segera disepak kembali ke arah target (sasaran)

ini dilakukan secara berulang-ulang selama 10 detik. Waktu menyepak dan menghentikan bola, peserta tes harus tetap berada di belakang garis batas tendangan. Apabila peserta tes tidak dapat menghentikan bola karena bola memantul jauh, peserta tes harus segera mengambilnya dan kembali di belakang garis tendangan serta mulai menyepak dan menghentikan bola kembali sampai batas waktu 10 detik. Aba-aba “Stop” diberikan tepat pada detik ke 10 dan *stopwatch* dihentikan. Tendangan dan menghentikan bola tidak dihitung apabila bola keluar dari target (sasaran) dan menginjak atau melampaui garis batas tendangan pada waktu menyepak dan menghentikan bola.

Penilaian : Jumlah sepakan dan menghentikan bola yang sah dari belakang garis batas tendangan selama 10 detik, sebagai hasil akhir peserta tes.



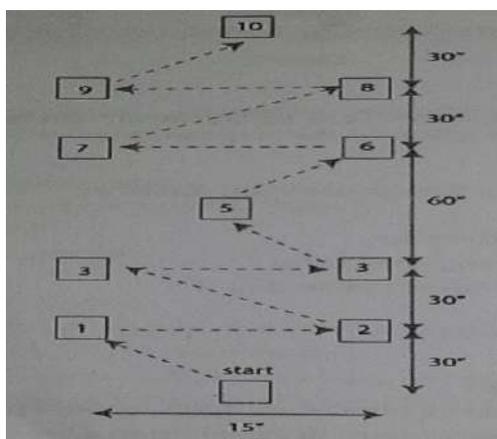
Gambar 3.3 Garis batas tes menyepak dan menghentikan bola
Sumber : Nur Ichsana Halim (2011:135)

3. Tes kemampuan menggiring bola (*dribbling*)\

Tujuan : Untuk mengukur keseimbangan dinamis

Pelaksanaan : Testee mulai berdiri diam dikaki kanan atau disebut dengan titik awal, subjek kemudian melompat ke tanda pertama dengan kaki kiri dan mempertahankan sikap ini pada posisi statis selama lima detik. Setelah 5 detik, ia kemudian melompat ke tanda kedua dengan mempertahankan sikap ini dengan posisi statis selama lima detik, ini terus berlanjut dengan kaki bergantian melompat dengan posisi statis selama lima detik selama lima detik pada setiap titik sampai semua tanda dilewati. Pada setiap titik, telapak kaki benar-benar harus menginjak setiap tanda pita sehingga tidak dapat dilihat. Sebelum tes dimulai murid atau teste diperbolehkan untuk mencoba tes tersebut

Penilaian : hasilnya dicatat sebagai sukses atau gagal. Sebuah tes yang sukses terdiri dari melompat ke setiap tanda pita dan dapat bertahan selama 5 detik dengan posisi kaki yang lainnya tidak menyentuh lantai dan tetap menjaga keseimbangan. Setiap dapat melakukan lompatan dengan benar dan bertahan selama 5 detik mendapat poin 5, jika tidak dapat melakukan gerakan sesuai ketentuan pelaksanaan maka tidak memiliki nilai.



Gambar 3.4 Tes keseimbangan dinamis

Sumber: Widiastuti (2011:145-146)

4. Tes kemampuan menggiring bola (*dribbling*)

Tujuan :

Mengukur keterampilan, menggiring bola dengan kaki dengan cepat di sertai perubahan arah.

Alat yang digunakan :

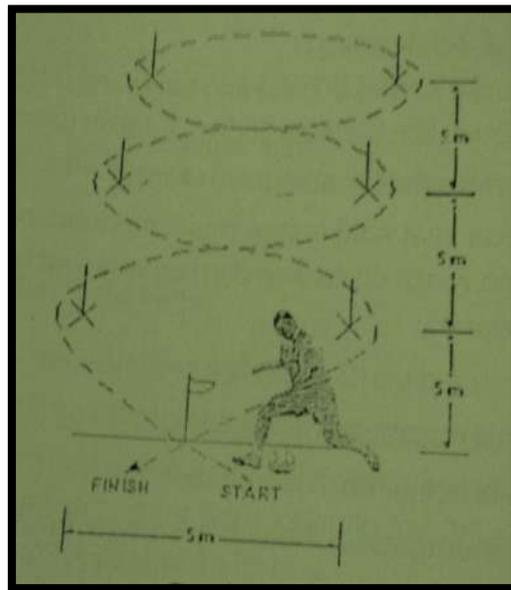
- a. Bola
- b. Stop Watch
- c. 6 buah rintangan (tongkat/lembing)
- d. Tiang bendera
- e. Kapur

Petunjuk pelaksanaan :

- a. Pada aba – aba “siap” testee berdiri dibelakang garis start dengan bola dalam penguasaan kakinya.
- b. Pada aba – aba “ya”, testee mulai menggiring bola ke arah kiri melewati rintangan pertama dan berikutnya menuju rintangan berikutnya sesuai dengan arah panah yang telah ditetapkan sampai ia melewati garis finish.
- c. Bila salah arah dalam menggiring bola, ia harus memperbaikinya tanpa menggunakan anggota badan selain kaki di tempat kesalahan terjadi dan selama itu pula *stopwatch* tetap jalan.
- d. Bola digiring oleh kaki kanan dan kiri secara bergantian, atau paling tidak salah satu kaki pernah menyentuh bola satu kali sentuhan.

Penilaian :

Waktu yang ditempuh oleh testee dari mulai aba – aba “ya”, sampai ia melewati garis finish.



Gambar 3.5 Diagram Lapangan Tes Menggiring Bola
Sumber: Nurhasan (2001:161)

3.5 Teknik Analisis Data

Data yang dikumpulkan melalui tes merupakan data dasar. Data tersebut selanjutnya dianalisis dengan menggunakan uji statistik korelasional dengan bantuan paket SPSS versi 22 dalam komputer. Analisis yang dimaksud dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif untuk menggambarkan apa adanya, sedangkan inferensial untuk menguji hipotesis dengan menggunakan analisis regresi sederhana dan analisis regresi ganda. Sebelum menggunakan rumus tersebut, maka terlebih dahulu dilakukan analisis normalitas data dengan menggunakan teknik kolmogorov smirnow (KS-Z) dengan menggunakan SPSS dalam komputer.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian data kecepatan, koordinasi mata kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman akan dianalisis dengan teknik statistik deskriptif dan statistik inferensial. Statistik deskriptif dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran umum data penelitian setiap variabel. Sedangkan statistik inferensial dimaksudkan untuk menguji hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini. Namun sebelum dilakukan analisis untuk menguji hipotesis dilakukan dilakukan pengujian persyaratan analisis dengan uji normalitas data.

4.1.1 Analisis deskriptif

Analisis data deskriptif dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran umum data penelitian. Analisis deskriptif dilakukan terhadap data kecepatan, koordinasi mata kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman. Analisis deskriptif meliputi; total nilai, rata-rata, standar deviasi, varians, maksimal dan minimum. Dari nilai-nilai statistik ini diharapkan dapat memberi gambaran umum tentang keadaan data kecepatan, koordinasi mata kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman. Hasil analisis deskriptif setiap variabel penelitian ini dapat dilihat pada tabel 4.1.

Tabel 4.1. Hasil analisis deskriptif data kecepatan, koordinasi mata kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman

| Statistik | Kekuatan Lengan | Koordinasi Mata-Tangan | Keseimbangan | Kemampuan Passing Bawah |
|-----------------|-----------------|------------------------|--------------|-------------------------|
| Sampel | 40 | 40 | 40 | |
| Nilai Rata-Rata | 7,7228 | 5,55 | 82,13 | 33,5955 |
| Nilai Tengah | 7,7600 | 6,00 | 82,50 | 33,7300 |
| Modus | 7,67 | 6 | 83 | 33,34 |
| Simpangan Baku | 0,48990 | 1,535 | 3,451 | 3,32624 |
| Minimum | 6,75 | 3 | 75 | 26,06 |
| Maximum | 8,56 | 9 | 90 | 40,01 |
| Nilai Total | 308,91 | 222 | 3285 | 1343,82 |

Dari tabel 4.1 di atas yang merupakan gambaran data kecepatan, koordinasi mata kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman dapat dikemukakan sebagai berikut:

1. Data kecepatan, banyaknya sampel (N) sebanyak 40 diperoleh nilai rata-rata 7,7228, nilai tengah 7,7600, modus 7,67, standar deviasi 0,48990, nilai minimum 6,75, nilai maksimum 8,56 dan nilai total 308,91.
2. Data koordinasi mata-kaki, banyaknya sampel (N) sebanyak 40 diperoleh nilai rata-rata 5,55, nilai tengah 6,00, modus 6, standar deviasi 1,535, nilai minimum 3, nilai maksimum 9 dan nilai total 222.
3. Data keseimbangan, banyaknya sampel (N) sebanyak 40 diperoleh nilai rata-rata 82,13, nilai tengah 82,50, modus 83, standar deviasi 3,451, nilai minimum 75, nilai maksimum 90 dan nilai total 3285.

4. Data kemampuan menggiring bola, banyaknya sampel (N) sebanyak 40 diperoleh nilai rata-rata 33,5955, nilai tengah 33,7300, modus 33,34, standar deviasi 3,32624, nilai minimum 26,06, nilai maksimum 40,01 dan nilai total 1343,82.

4.1.2 Uji Normalitas Data

Salah satu asumsi yang harus dipenuhi agar statistik parametrik dapat digunakan dalam penelitian adalah data harus mengikuti sebaran normal. Untuk mengetahui sebaran data kecepatan, koordinasi mata kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman, maka dilakukan uji normalitas data, dapat dilihat pada tabel 4.2.

Tabel 4.2. Rangkuman hasil uji normalitas data kecepatan, koordinasi mata kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman

| Variabel | N | Shapiro-Wilk | Sig. | α | Ket |
|---------------------------|----|--------------|-------|----------|--------|
| Kecepatan | 40 | 0,965 | 0,248 | 0,05 | Normal |
| Koordinasi Mata-Kaki | 40 | 0,951 | 0,084 | 0,05 | Normal |
| Keseimbangan | 40 | 0,980 | 0,682 | 0,05 | Normal |
| Kemampuan Menggiring Bola | 40 | 0,977 | 0,590 | 0,05 | Normal |

Berdasarkan tabel 4.2 di atas menunjukkan bahwa dari hasil pengujian normalitas data dengan menggunakan alat uji kenormalan distribusi data yang digunakan, yakni:

1. Data kecepatan dengan nilai Shapiro-Wilk sebesar 0,965 dan tingkat signifikan sebesar 0,248 lebih besar dari α 0,05, maka bisa dikatakan distribusi kecepatan adalah mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal.

2. Data koordinasi mata-kaki dengan nilai Shapiro-Wilk sebesar 0,951 dan tingkat signifikan sebesar 0,084 lebih besar dari α 0,05, maka bisa dikatakan distribusi koordinasi mata-kaki adalah mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal.
3. Data keseimbangan dengan nilai Shapiro-Wilk sebesar 0,980 dan tingkat signifikan sebesar 0,682 lebih besar dari α 0,05, maka bisa dikatakan distribusi kemampuan passing bawah adalah mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal.
4. Data kemampuan menggiring bola dengan nilai Shapiro-Wilk sebesar 0,977 dan tingkat signifikan sebesar 0,590 lebih besar dari α 0,05, maka bisa dikatakan distribusi kemampuan menggiring bola adalah mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal.

4.1.3 Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini ada empat hipotesis yang akan diuji. Pengujian hipotesis tersebut akan dilakukan satu persatu sesuai dengan urutannya pada perumusan hipotesis. Di samping dilakukan pengujian hipotesis, juga akan diberikan kesimpulan singkat tentang hasil pengujian tersebut.

1. Ada kontribusi antara kecepatan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman.

Hipotesis statistik yang akan diuji :

$$H_0 : \beta_{yx_1} = 0$$

$$H_1 : \beta_{yx_1} \neq 0$$

Hasil pengujian :

Dari hasil analisis regresi kecepatan terhadap kemampuan menggiring bola, diperoleh nilai standart koefisien beta (β) sebesar 0.855 dan nilai $t = 10,146$ ($\text{sig} = 0.000$). Berdasarkan nilai tersebut dapat dinyatakan bahwa ada kontribusi yang positif dan signifikan kecepatan terhadap kemampuan menggiring bola.

Hal ini memiliki makna bahwa setiap peningkatan kecepatan siswa akan diikuti pula dengan peningkatan kemampuan menggiring bola.

Besarnya koefisien determinan varians (r^2) sebesar 0.730 yang memiliki makna bahwa kecepatan memiliki kontribusi terhadap kemampuan menggiring bola sebesar 73,0% dan sisanya sebesar 27% dipengaruhi oleh faktor lain.

2. Ada kontribusi koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman.

Hipotesis statistik yang akan diuji :

$$H_0 : \beta_{yx_2} = 0$$

$$H_1 : \beta_{yx_2} \neq 0$$

Hasil pengujian :

Dari hasil analisis regresi koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola, diperoleh nilai standart koefisien beta (β) sebesar 0.791 dan nilai $t = 7,968$ ($\text{sig} = 0.000$). Berdasarkan nilai tersebut dapat dinyatakan

bahwa ada kontribusi yang positif dan signifikan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola.

Hal ini memiliki makna bahwa setiap peningkatan koordinasi mata-kaki siswa akan diikuti pula dengan peningkatan kemampuan menggiring bola.

Besarnya koefisien determinan varians (r^2) sebesar 0.626 yang memiliki makna bahwa koordinasi mata-kaki memiliki kontribusi terhadap kemampuan menggiring bola sebesar 62,6% dan sisanya sebesar 37,4% dipengaruhi oleh faktor lain.

3. Ada kontribusi keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman.

Hipotesis statistik yang akan diuji :

$$H_0 : \beta_{yx3} = 0$$

$$H_1 : \beta_{yx3} \neq 0$$

Hasil pengujian :

Dari hasil analisis regresi keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola, diperoleh nilai standart koefisien beta (β) sebesar 0.752 dan nilai $t = 7,037$ ($\text{sig} = 0.000$). Berdasarkan nilai tersebut dapat dinyatakan bahwa ada kontribusi yang positif dan signifikan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola.

Hal ini memiliki makna bahwa setiap peningkatan keseimbangan siswa akan diikuti pula dengan peningkatan kemampuan menggiring bola.

Besarnya koefisien determinan varians (r^2) sebesar 0.566 yang memiliki makna bahwa keseimbangan memiliki kontribusi terhadap kemampuan menggiring bola sebesar 56,6% dan sisanya sebesar 43,4% dipengaruhi oleh faktor lain.

4. Ada kontribusi secara bersama-sama kecepatan, koordinasi mata-kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman.

Hipotesis statistik yang akan diuji :

$$H_0 : \beta_{y_{x_{1.2.3}}} = 0$$

$$H_1 : \beta_{y_{x_{1.2.3}}} \neq 0$$

Hasil pengujian :

Dari hasil analisis regresi kecepatan, koordinasi mata-kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola, diperoleh nilai standart koefisien beta (β) untuk kecepatan sebesar 0.492 dan nilai $t = 5,079$ (sig = 0.000), nilai standart koefisien beta (β) koordinasi mata-kaki sebesar 0.266 dan nilai $t = 2,713$ (sig = 0.000), nilai standart koefisien beta (β) keseimbangan sebesar 0.287 dan nilai $t = 3,276$ (sig = 0.002). Sedangkan koefisien determinasi secara bersama = 0.847.

Berdasarkan nilai tersebut dapat dinyatakan bahwa terdapat kontribusi yang positif dan signifikan kecepatan, koordinasi mata-kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola. Hal ini memiliki makna bahwa setiap peningkatan kecepatan, koordinasi mata-kaki dan keseimbangan murid akan diikuti pula dengan peningkatan kemampuan menggiring bola.

4.2 Pembahasan

Berdasarkan deskripsi hasil analisis data dan pengujian hipotesis penelitian yang telah dilakukan, maka dapat dijelaskan kontribusi secara bersama-sama kecepatan, koordinasi mata kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman.

1. Ada kontribusi kecepatan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman, dari hasil pengujian hipotesis pertama ditemukan bahwa kecepatan memiliki kontribusi terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien determinasi sebesar 73,0%. Kecepatan merupakan unsur kemampuan gerak yang harus dimiliki seorang pemain sepakbola sebab dengan kecepatan yang tinggi, pemain yang menggiring bola dapat menerobos atau melewati lawan. Kemampuan menggiring bola adalah suatu gerakan yang dilakukan dengan cara melindungi bola dari kawalan lawan dan mempertahankan bola dengan baik mungkin, dan ini sangat membutuhkan yang namanya kecepatan. Karena dengan kecepatan akan sangat membantu pemain dalam menggiring bola ataupun melakukan skill dalam kecepatan tinggi. Dengan kecepatan yang baik, maka gerakan-gerakan yang dilakukan untuk menggiring bola atau bergerak ke arah bola untuk mengantisipasi pemain. Pemain sepakbola yang mempunyai kecepatan yang kurang mendukung, tentu akan menemui kesulitan untuk mengembangkan permainannya, dalam permainan sepakbola diuntut senantiasa

bergerak baik dalam kecepatan pada saat menggiring bola dari satu lini ke lini yang lain.

2. Ada kontribusi koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman, dari hasil pengujian hipotesis pertama ditemukan bahwa koordinasi mata-kaki memiliki kontribusi terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien determinasi sebesar 62,6%. Koordinasi mata kaki sangat penting terutama pada permainan sepakbola yang membutuhkan berbagai macam gerakan – gerakan. Koordinasi mata kaki adalah suatu kemampuan gerak yang mempunyai hubungan erat dengan kecepatan, kekuatan, daya tahan dan kelentukan. Untuk menunjang kemampuan menggiring bola adalah koordinasi mata kaki, karena mengawasi bola, sedangkan kaki mengontrol bola sehingga tetap dalam penguasaan kita.
3. Ada kontribusi keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman, dari hasil pengujian hipotesis pertama ditemukan bahwa keseimbangan memiliki kontribusi terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien determinasi sebesar 56,6%. Keseimbangan adalah salah faktor yang menunjang dalam peningkatan prestasi di bidang olahraga khususnya dalam menggiring bola pada permainan sepakbola. Keseimbangan merupakan kemampuan seseorang mempertahankan sistem tubuh baik dalam posisi statis

maupun dalam posisi gerak dinamis yang mana keseimbangan juga merupakan hal yang sangat penting di dalam melakukan suatu gerakan karena dengan keseimbangan yang baik, maka seseorang mampu mengkoordinasikan gerakan-gerakan dan dalam beberapa ketangkasan atau *ball feeling*. Dengan demikian untuk menjaga keseimbangan dalam melakukan kegiatan jasmani, maka gerakan-gerakan yang dilakukan perlu dikoordinasikan dengan baik sebagai usaha untuk mengontrol semua gerakan.

Ada kontribusi secara bersama-sama kecepatan, koordinasi mata-kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien determinasi sebesar 84,7%. Dalam cabang olahraga sepakbola khususnya kemampuan menggiring bola, harus didukung oleh berbagai kemampuan fisik yakni kecepatan, koordinasi mata kaki dan keseimbangan. Kecepatan merupakan unsur kemampuan gerak yang harus dimiliki seorang pemain sepakbola sebab dengan kecepatan yang tinggi, pemain yang menggiring bola dapat menerobos atau melewati lawan. Kecepatan didukung dengan tenaga eksplosif berguna menggiring bola dengan baik. Kecepatan bukan hanya berarti mengerakkan seluruh tubuh dengan cepat, akan tetapi dapat pula terbatas pada mengerakkan seluruh tubuh dalam waktu sesingkat-singkatnya. Kecepatan anggota tubuh seperti tungkai adalah penting guna memberikan akselerasi objek-objek eksternal seperti sepakbola dan sebagainya. Kecepatan melibatkan koordinasi otot-otot besar pada tubuh dengan cepat dan tepat dalam suatu aktivitas tertentu. Kecepatan dapat dilihat dari sejumlah

besar kegiatan olahraga meliputi kerja kaki (*foot work*) yang efisien dan perubahan posisi tubuh dengan cepat. Seseorang yang mampu bergerak dengan koordinasi seperti diatas dengan cepat dan tepat berarti memiliki kecepatan yang baik. Kecepatan berhubungan dengan kemampuan menggiring bola karena kecepatan menggiring bola (*speed dribble*) sangat berguna ketika tidak dijaga ketat, ketika harus cepat berlari membawa bola dalam lapangan yang kosong, dan ketika harus cepat mencapai daerah pertahanan lawan. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa kecepatan sangat penting dalam teknik menggiring bola ketika harus membawa bola dari satu lini ke lini yang lain. Maka dari itu setiap pemain harus melatih kecepatannya untuk berlari dengan cepat apabila dibutuhkan suatu kecepatan menggiring bola (*speed dribble*).

Koordinasi gerak mata kaki adalah gerakan yang terjadi dari informasi yang diintegrasikan kedalam gerak anggota badan. Semua gerakan harus dapat dikontrol dengan penglihatan dan harus tepat, sesuai dengan urutan yang direncanakan dalam pikiran. Gerakan yang dimaksud antara lain menggiring atau mendribbling bola dan menghentikannya, semuanya memerlukan sejumlah input (rangsang) yang dapat dilihat, kemudian input tersebut diintegrasikan ke dalam gerak motorik sebagai out put (luaran), agar hasilnya benar – benar gerakan yang terkoordinir secara rapi dan luwes.

Dalam permainan sepakbola dibutuhkan keseimbangan pada saat berdiri, berlari, lompat maupun menendang bola. Tetapi pemain sepakbola lebih membutuhkan keseimbangan pada saat bergerak atau keseimbangan dinamis yang baik karena pergerakannya yang aktif di lapangan. Dalam permainan

sepakbola biasanya mengalami tekanan-tekanan mental yang sangat mempengaruhi penampilan dalam menggiring bola.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Bab ini memuat kesimpulan yang merupakan tujuan akhir dari suatu penelitian yang di jelaskan berdasarkan hasil analisis data dan pembahasannya. Dari kesimpulan penelitian ini akan di kemukakan beberapa saran atau rekomendasi bagi penelitian pengembangan hasil penelitian lebih lanjut.

5.1 Kesimpulan

1. Ada kontribusi yang signifikan kecepatan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman sebesar 73,0%.
2. Ada kontribusi yang signifikan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman sebesar 62,6%.
3. Ada kontribusi yang signifikan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman sebesar 56,6%.
3. Ada kontribusi secara bersama-sama secara bersama-sama kecepatan, koordinasi mata-kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD MI Datok Sulaiman sebesar 84,7%.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian ini di kemukakan beberapa saran sebagai berikut:

1. Diharapkan kepada guru atau semua pihak yang membina olahraga sepakbola agar dapat mengetahui dan memahami tentang pentingnya unsur fisik seperti kecepatan, koordinasi mata-kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola.
2. Untuk para siswa, kiranya dapat memahami pentingnya unsur fisik seperti kecepatan, koordinasi mata-kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam peningkatan prestasi dalam olahraga sepakbola.
3. Diharapkan penelitian ini mendapat kajian lebih lanjut agar dapat lebih memberikan kontribusi terhadap dunia ilmu keolahragaan dan pengembangan prestasi olahraga, khususnya olahraga sepakbola.