



**KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KOORDINASI MATA-KAKI DENGAN
KEMAMPUAN *DRIBBLING* PADA ATLET
PERSATUAN SEPAK BOLA KEPENUHAN**

Hendri^{1,a)}, Janiarli, M², Manurizal, L³

^{1,2,3}Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Pasir Pengaraian, Indonesia.

^{a)}e-mail : hendri7099@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh beberapa permasalahan yang peneliti temui dilapangan yaitu dijumpai kurang maksimalnya kemampuan *dribbling* pada Atlet Persatuan Sepak bola Kepenuhan hal ini terlihat saat atlet membawa bola sering lepas dan cenderung lambat dalam melakukan *dribbling*.

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui kontribusi kelincahan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *dribbling* Sepak bola pada Atlet Persatuan Sepak bola Kepenuhan. Penelitian ini termasuk jenis penelitian korelasional dengan jumlah sampel 13 orang dan dianalisa dengan menggunakan korelasi *product moment*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan *dribbling* pada Atlet Persatuan Sepak bola Kepenuhan. Dengan nilai R_{hitung} (0.751) maka $r_{x1y} > R_{tabel}$ yaitu (0.751 > 0.401). 2) Terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki dengan *dribbling* Atlet Persatuan Sepak bola Kepenuhan. Dengan nilai R_{hitung} (0.514) maka $r_{x2y} > R_{tabel}$ yaitu (0.514 > 0.401). 3) Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan *dribbling* pada Atlet Persatuan Sepak bola Kepenuhan. Dengan nilai R_{hitung} (0.785), maka $r_{x1.x2.y} > R_{tabel}$ yaitu (0.785 > 0.401).

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang sangat signifikan antara kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan Kemampuan *dribbling* pada Atlet Persatuan Sepak bola Kepenuhan.

Kata kunci: Kelincahan, Koordinasi Mata-Kaki dan *Dribbling*

© Department of Sport Education and Health, Universitas Pasir Pengaraian

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan suatu kegiatan yang tidak bisa diabaikan dalam aktivitas keseharian manusia, karena dengan berolahraga manusia akan memiliki kesegaran jasmani yang baik didalam tubuhnya. Kesegaran jasmani disini dimaksudkan adalah saat melakukan kegiatan berat, manusia tersebut masih bisa melakukan kegiatan ringan tanpa ada kelelahan yang berarti. Olahraga merupakan bentuk-bentuk kegiatan jasmani yang terdapat di dalam permainan, perlombaan dan kegiatan jasmani yang intensif dalam rangka memperoleh rekreasi, kemenangan dan prestasi optimal. Dalam Undang-Undang Republik Indonesia nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 1 ayat 4 (2006:3). Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial.

Dimasa ini Sepak bola merupakan salah satu olahraga yang paling digemari didunia khususnya diIndonesia, hingga kita sering mendengar sebuah istilah didalam masyarakat untuk menggambarkan ketertarikannya terhadap permainan Sepak bola dengan istilah “ demam Sepak bola atau dalam istilah asingnya, *football fever*”. Sepak bola disukai oleh berbagai kalangan mulai dari orang tua, dewasa, remaja sampai ke anak-anak.

Permainan Sepak bola merupakan permainan yang dimainkan dalam tempo waktu selama 2x45 menit (waktu normal), tiap regu terdiri atas 11 (sebelas) orang ditambah 7 orang pemain cadangan, setiap pemain saling berusaha untuk menciptakan gol sebanyak mungkin”. Di dalam permainan Sepak bola terdapat beberapa teknik dasar di dalamnya seperti teknik *dribbling*, *passing*, *throw-in* serta *shooting*. Selain teknik yang baik, taktik serta mental juga dibutuhkan dalam permainan Sepak bola, karena ketiga hal ini tidak bisa dipisahkan begitu saja. Semakin baik taktik, mental dan teknik yang dilakukan oleh seorang pemain, maka akan berpengaruh juga terhadap hasil *dribbling* seseorang tersebut. Di dalam melakukan

dribbling yang baik, sebagai pemain tentu memerlukan kondisi fisik yang baik, salah satunya adalah kelincahan dan koordinasi mata-kaki. Karena kelincahan yang nantinya sangat membantu mereka bergerak bebas,cepat dan berkelit dari sergapan maupun penyergapan lawan pada saat pemain melakukan *dribble*.

Seorang pemain yang memiliki kelincahan akan dapat menyesuaikan diri dengan pergerakan yang selalu berubah ketika sipemain kehilangan bola, lebih memungkinkan baginya untuk mendapatkan bola itu kembali, tentu saja dengan usaha dan latihan yang keras. Dengan demikian, dalam latihan penguasaan teknik dasar terutama menggiring bola, unsur kelincahan hendaklah mendapatkan perhatian khusus.

Kelincahan itu merupakan gerakan keseluruhan yang mengaktifkan pergelangan kaki dan pinggul serta tulang punggung serta ikut bergerak memutar dengan cepat sering dilakukan disertai dengan koordinasi yang baik. Kelincahan dalam menggiring bola menyebabkan pemain dapat menghemat tenaga serta faktor keseimbangan sangat berpengaruh terhadap kemampuan kelincahan seseorang. Kelincahan dalam permainan Sepak bola sangat berkaitan erat antara kelenturan dan kecepatan. Faktor lain dalam pergerakan menggiring bola adalah faktor koordinasi, dimana koordinasi adalah hubungan yang harmonis antara otot satu dengan otot lainnya yang saling bekerja sama untuk menciptakan suatu keutuhan gerak dalam melakukan sebuah aktivitas gerak, seseorang tidak dapat bergerak dengan lincah tentu dipengaruhi oleh kurang baiknya koordinasi gerak tubuh seseorang. Jadi antara kelincahan dan koordinasi gerak sangat dibutuhkan sekali dalam menggiring sebuah bola dalam permainan Sepak bola.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan bapak Muslim, S.Pd sebagai pelatih pada hari Senin tanggal 14 September 2020 yang dilakukan peneliti di lapangan Sepak bola Kepenuhan, khususnya pada Atlet Persatuan Sepak bola Kepenuhan dijumpai kurang maksimalnya kemampuan *dribbling* pada Atlet Persatuan Sepak bola

Kepenuhan hal ini terlihat saat atlet membawa bola sering lepas dan cenderung lambat dalam melakukan *dribbling*.

Adapun yang mempengaruhi kemampuan *dribbling* atlet dapat dilihat dari faktor internal dan eksternal. Faktor internal seperti terlihat masih banyak kesalahan teknik dasar dalam melakukan *dribbling*, kurangnya kemampuan kondisi fisik seperti koordinasi mata-kaki sehingga bola sering lepas pada saat melakukan *dribbling*. Selain itu, kelincahan atlet pada saat melakukan *dribbling* masih kurang lincah, hal ini terlihat pada saat atlet membawa bola, pergerakan *dribbling* atlet masih mudah dibaca oleh lawan, sehingga dengan mudahnya lawan merebut bola dari kakinya.

Kemudian faktor eksternal kurangnya sarana dan prasarana latihan seperti bola, kun sehingga saat latihan kurang maksimal dalam melakukan *dribbling*, selain itu juga masalah yang nampak adalah tidak terlaksananya program latihan dengan baik sehingga mengakibatkan atlet malas untuk berolahraga.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional. Menurut Sugiyono (2016:224) Jenis korelasional yaitu jenis penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan Kemampuan *Dribbling* Sepak bola pada Atlet Persatuan Sepak bola Kepenuhan. Penelitian ini menggunakan tiga variabel, terdiri dari dua variabel bebas dan satu variabel terikat. Variabel bebas tersebut adalah kelincahan dan koordinasi mata-kaki, sedangkan variabel terikatnya adalah Kemampuan *Dribbling* Sepak bola.

Selanjutnya, Populasi dalam penelitian ini adalah atlet persatuan Sepak bola Kepenuhan yang berjumlah 13 atlet putra. Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari

dan kemudian ditarik kesimpulannya, Sugiyono (2016:61)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Untuk mengetahui kelincahan atlet, maka digunakan tes pengukuran dengan menggunakan tes *modifikasi boormerang run* yang tujuannya untuk mengukur kelincahan. Dalam hal ini hasil pengukuran tes kelincahan atlet dengan menggunakan tes *modifikasi boormerang run* dengan melakukan 3 kali percobaan, dimana nilai tertinggi dijadikan datanya, untuk lebih jelasnya maka diperoleh hasil sebagai berikut: nilai tertinggi (*max*) 14,94 dan terendah (*min*) 11,69, dengan rata-rata 12.92, standar deviasi atau simpangan baku 0.88.

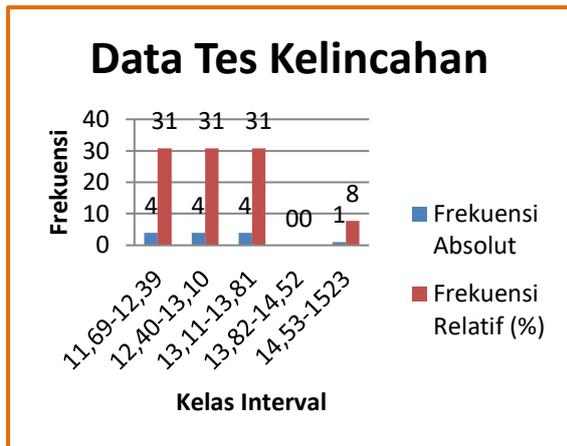
Deskripsi hasil penelitian tersebut disajikan dalam distribusi frekuensi dengan rumus mencari banyak kelas = $1 + 3,3 \text{ Log } N$, rentang = nilai maksimum – nilai minimum dan panjang kelas dengan rumus = rentang / banyak kelas. Hasil analisis distribusi frekuensi disajikan dalam bentuk tabel di bawah ini.

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Kelincahan

No	Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
1	11,69-12,39	4	31
2	12,40-13,10	4	31
3	13,11-13,81	4	31
4	13,82-14,52	0	0
5	14,53-15,23	1	8
Jumlah		13	100

Sumber: Hasil Pengolahan Data Juli 2021
Berdasarkan data distribusi frekuensi data hasil kelincahan pada tabel 4.1 presentasi dari 13 atlet ternyata sebanyak 4 orang sampel (31%) memiliki dengan rentang nilai 11,69-12,39, sebanyak 4 orang sampel (31%) dengan rentang nilai 12,40-13,10, sebanyak 4 orang sampel (31%) dengan rentang nilai 13,11-13,81, sebanyak 0 orang sampel (0%) dengan rentang nilai 13,82-14,52, sebanyak 1 orang sampel (8%) dengan rentang nilai 14,53-15,23, untuk lebih

jelasan dapat dilihat pada histogram di bawah ini:



Gambar 4.1 Histogram Data Tes Kelincahan

Untuk mengetahui koordinasi mata-kaki Atlet Persatuan Sepak bola Kepenuhan, maka digunakan tes dan pengukuran menggunakan tes *Soccer Dribble* yang bertujuan untuk mengukur koordinasi mata-kaki. Dalam hal ini hasil pengukuran tes *Soccer Dribble* dilakukan dalam tiga kali percobaan, maka diperoleh hasil sebagai berikut: nilai tertinggi (*max*) adalah 13,07 dan terendah (*min*) adalah 10,84, dengan rata-rata 12,07, standar deviasi atau simpangan baku 0.66. Untuk lebih jelasnya seperti tabel 4.2

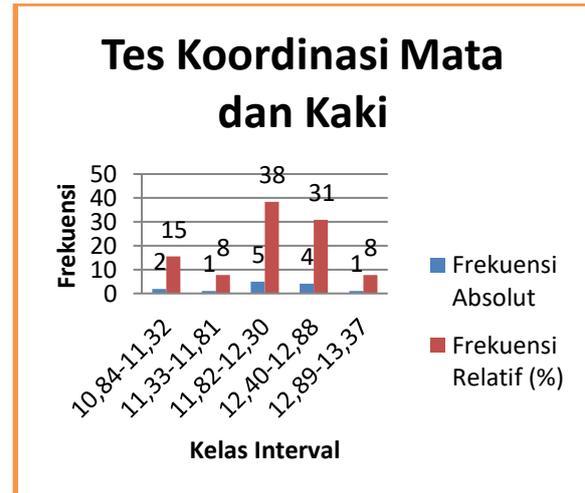
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Koordinasi Mata-kaki

No	Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
1	10,84-11,32	2	15
2	11,33-11,81	1	8
3	11,82-12,30	5	38
4	12,40-12,88	4	31
5	12,89-13,37	1	8
Jumlah		13	100

Sumber: Hasil Pengolahan Data Juli 2021

Berdasarkan data distribusi frekuensi data hasil koordinasi mata-kaki pada tabel 4.2, prestasi dari 13 orang sebanyak 2 orang sampel (15%) memiliki hasil koordinasi mata-kaki dengan rentang nilai 10,84 -11,32, sebanyak 1 orang sampel (8%) memiliki hasil koordinasi mata-kaki

dengan rentang nilai 11,33-11,81, sebanyak 5 orang sampel (38%) memiliki hasil koordinasi mata-kaki dengan rentang nilai 11,82-12,30, sebanyak 4 orang sampel (31%) memiliki hasil koordinasi mata-kaki dengan rentang nilai 12,40-12,88, dan 1 orang sampel (8%) memiliki koordinasi mata-kaki dengan rentang nilai 12,40-12,88. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram di bawah ini.



Gambar 4.2 Histogram Data Tes Koordinasi Mata-kaki

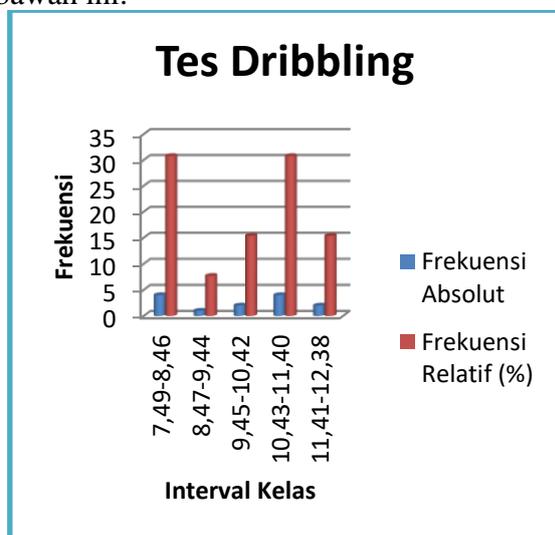
Untuk mengetahui hasil tes *dribbling*, maka digunakan tes dan pengukuran dengan menggunakan tes *dribbling*. Setelah dilakukan tes maka diperoleh hasil jumlah skor sebagai berikut: nilai tertinggi (*max*) adalah 12.03 dan terendah (*min*) adalah 7.49, dengan rata-rata 9.82, standar deviasi atau simpangan baku 1.57. Untuk lebih jelasnya seperti tabel 4.3

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Data *Dribbling*

No	Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
1	7,49-8,46	4	31
2	8,47-9,44	1	8
3	9,45-10,42	2	15
4	10,43-11,40	4	31
5	11,41-12,38	2	15
Jumlah		13	100

Sumber: Hasil Pengolahan Data Juli 2021

Berdasarkan data distribusi frekuensi data hasil *dribbling* pada tabel 4.3, kemampuan 13 orang sebanyak 4 orang sampel (31%) memiliki hasil *dribbling* dengan rentang nilai 7.19-8,49, sebanyak 1 orang sampel (8%) memiliki hasil *dribbling* dengan rentang nilai 8,47-9,44 sebanyak 2 orang sampel (15%) memiliki *dribbling* dengan rentang nilai 9,45-10,42, sebanyak 4 orang sampel (31%) memiliki hasil *dribbling* dengan rentang nilai 10,43-11,40, sebanyak 2 orang sampel (15%) memiliki hasil *dribbling* dengan rentang nilai 11,41-12,38. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram di bawah ini:



Gambar 4.3 Histogram Data *Dribbling*

Hipotesis 3 (Tiga): Kelincahan dan Koordinasi Mata dan Kaki Memberikan Hubungan yang Signifikan dengan *Dribbling* Pada Atlet Persatuan Sepak bola Kepenuhan

Analisis uji normalitas data dilakukan dengan uji lilliefors. Hasil analisis uji normalitas masing-masing variabel disajikan dalam bentuk tabel di bawah ini.

Tabel 4.4 Uji Normalitas Kelincahan, Koordinasi Mata-kaki dan *Dribbling*

Variabel	N	L _{observasi}	L _{tabel}	Keterangan
Kelincahan	13	0.1333	0.2340	Normal
Koordinasi Mata-kaki	13	0.1618	0.2340	Normal
<i>Dribbling</i>	13	0.1132	0.2340	Normal

Sumber: Hasil Pengolahan Data Juli 2021

Pada tabel 4.4 dapat dilihat bahwa data kelincahan (X1) diperoleh L_{observasi} = 0.1333 dan dari tabel = 0.2340 diperoleh berdistribusi normal sebab L_{observasi} < L_{tabel} atau 0.1333 < 0.2340 disimpulkan bahwa data normal. Data hasil koordinasi mata-kaki (X2) diperoleh L_{observasi} (0,1618) dan dari L_{tabel} (0.2340), diperoleh berdistribusi normal sebab L_{observasi} < L_{tabel} atau 0.1618 < 0.2340 disimpulkan bahwa data normal dan data hasil *dribbling* (Y) diperoleh L_{observasi} (0.1132) dan dari L_{tabel} (0.2340) diperoleh populasi berdistribusi normal sebab L_{observasi} < L_{tabel} atau 0.1132 < 0.2340 disimpulkan bahwa data normal.

Hipotesisi 1 (Satu): kelincahan memberikan hubungan yang signifikan dengan *dribbling* Pada Atlet Persatuan Sepak bola Kepenuhan

Hasil analisis Korelasi Product Moment menunjukkan R_{hitung} (0.751) > R_{tabel} (0.401), sedangkan T_{hitung} (4.823) > T_{tabel} (1.796). Dengan demikian, dapat disimpulkan hipotesisi kerja yang diajukan Ho ditolak dan Ha diterima, yang berarti hipotesisi satu diterima, yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan *dribbling* Atlet Persatuan Sepak bola Kepenuhan

Tabel 4.5 Rangkuman Hasil Analisis Uji Keberartian Koefisien Korelasi Kelincahan dengan *Dribbling*

Koefisien Korelasi	T _{hitung}	T _{tabel}	Kesimpulan
rx_{1y}			
0.751	4.823	1.796	Signifikan

Sumber: Hasil Pengolahan Data Juli 2021

Hipotesisi 2 (Dua): Koordinasi Mata-Kaki Memberikan Hubungan yang Signifikan dengan *dribbling* Pada Atlet Persatuan Sepak bola Kepenuhan

Hasil analisis Korelasi Product Moment menunjukkan R_{hitung} (0.514) > R_{tabel} (0.401), sedangkan T_{hitung} (2.540) > T_{tabel} (1.796). Dengan demikian, dapat disimpulkan hipotesisi kerja yang diajukan Ho ditolak dan

Ha diterima, yang berarti hipotesis satu diterima, yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki dengan *dribbling* pada Atlet Persatuan Sepak bola Kepenuhan.

Tabel 4.6 Rangkuman Hasil Analisis Uji Keberartian Koefisien Korelasi Koordinasi Mata-kaki dengan *Dribbling*

Koefisien Korelasi r_{x_1y}	T_{hitung}	T_{tabel}	Kesimpulan
0.514	2.540	1.796	Signifikan

Sumber: Hasil Pengolahan Data Juli 2021

Dari hasil analisis statistik variabel Kelincahan (X_1), Koordinasi Mata-kaki (X_2) memiliki hubungan secara bersama-sama ($X_1 X_2$) yang signifikan dengan kemampuan *dribbling*, di mana hasil analisis Korelasi Ganda 2 (dua) prediktor, data penelitian dapat dilihat bahwa terdapat hubungan kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan *dribbling* dengan $R_{hitung} (0.785) > R_{tabel} (0.401)$, berarti secara bersama hubungan kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan *dribbling* searah, dengan $F_{hitung} (13.664) > F_{tabel} (4.26)$, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan *dribbling*. Dengan demikian hipotesis kerja yang diajukan H_a dapat diterima.

Rangkuman analisis hasil uji keberartian untuk lebih lengkapnya dapat dilihat pada tabel 4.7 berikut:

Tabel 4.7 Rangkuman Hasil Analisis Uji Keberartian Koefisien Korelasi Kelincahan dan Koordinasi dengan Kemampuan *Dribbling*.

Koefisien Korelasi r_{x_1y}	F_{hitung}	F_{tabel}	Kesimpulan
0.785	13.664	4.26	Signifikan

Sumber: Hasil Pengolahan Data Juli 2021

Kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya. Menurut Agus, (2012:71) kelincahan adalah

kemampuan seseorang untuk mengubah arah dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak tanpa kehilangan keseimbangan. Kemudian menurut Bafirman dalam Marta (2020:5) menjelaskan kelincahan adalah kemampuan tubuh untuk merubah-ubah posisi tubuh dan mengatasi rintangan dengan waktu yang singkat. Peneliti melihat bahwa kelincahan atlet sangat mempengaruhi kemampuan *dribbling*. Karena itulah dalam penelitian ini peneliti membuat kelincahan sebagai variabel bebas (X_1). dalam penelitian ini, Namun Peneliti juga memasukkan hasil penelitian terdahulu sebagai bahan perbandingan dari hasil penelitian peneliti, adapun hasil penelitiannya sebagai berikut:

penelitian yang dilakukan oleh Mubarak.2018. Kontribusi Kelincahan Dengan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Keterampilan *Dribbling* Dalam Permainan Sepak bola. Kesimpulan hasil penelitian ini adalah: 1) Terdapat kontribusi yang signifikan antara kelincahan dengan keterampilan *dribbling* dalam permainan Sepak bola; 2) Terdapat kontribusi yang signifikan antara kemampuan koordinasi mata-kaki dengan keterampilan *dribbling* dalam permainan Sepak bola; 3) Terdapat kontribusi yang signifikan antara kelincahan dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama terhadap keterampilan *dribbling* dalam permainan Sepak bola.

Marta1 & Oktarifaldi.2020. Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Sepak bola. Hasil penelitian dan analisis data menunjukkan bahwa: (1) Koordinasi Mata-Kaki berpengaruh secara langsung dan signifikan terhadap Kemampuan *dribbling* diperoleh nilai $sig = 0,026 < 0,05$. (2) Kelincahan berpengaruh secara langsung dan signifikan terhadap Kemampuan *dribbling* karena nilai $sig = 0,000 < 0,05$ (3) Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan berpengaruh secara bersama-sama terhadap Kemampuan *dribbling* dengan nilai $Sig 0,000 < 0,05$ dan $Y' = 6,117 + 0,316X_1 + 0,562X_2$. Simpulan, terdapat pengaruh yang signifikan antara koordinasi mata-kaki dan kelincahan secara

simultan terhadap kemampuan *dribbling* pemain Sekolah Sepak bola.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa kelincahan adalah suatu kemampuan bergerak kesegala arah tanpa kehilangan keseimbangan. kelincahan mempunyai peran penting dalam *dribbling*, karena dengan adanya kelincahan yang baik maka atlet tersebut akan mudah dalam melakukan *dribbling*.

Menurut Syafrudin (2013:120) mengatakan bahwa koordinasi adalah kemampuan untuk menyelesaikan tugas-tugas motorik secara cepat dan terarah dan ditentukan oleh proses pengendalian dan peraturan gerakan serta kerja sama sistem persyarafan pusat. Pengertian ini mengandung makna bahwa kemampuan koordinasi sangat terkait dengan fungsi sistem pernafasan pusat.

Koordinasi sangat penting dikembangkan mengingat koordinasi adalah salah satu faktor kebugaran jasmani selain daya tahan, kelincahan, kecepatan dan keseimbangan. Peneliti melihat bahwa koordinasi atlet sangat mempengaruhi kemampuan *dribbling*. Karena itulah peneliti membuat koordinasi sebagai variabel bebas (X_2) dalam penelitian ini

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan koordinasi merupakan kemampuan melakukan gerakan-gerakan dengan cepat dan terarah. Koordinasi merupakan bagian terpenting dalam aktivitas olahraga, karena dengan adanya koordinasi tubuh yang baik seseorang akan mudah dalam melaksanakan berbagai macam aktivitas dalam berolahraga, termasuk dalam melakukan teknik *dribbling*.

Menurut Hidayat, (2017:30) “menggiring bola adalah kegiatan mengontrol pergerakan bola dengan menggunakan kaki. Selain itu dengan menggiring bola maka pemain bisa melindungi bola tersebut dari sergapan pemain lawan. Menggiring bola bertujuan untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan.

Dalam melakukan gerakan *dribbling* frekuensi langkah yang dipercepat sehingga

condrung posisi kedua kaki dalam keadaan melayang diatas permukaan tanah. Pada dasarnya untuk meningkatkan *dribbling* yang baik maka diperlukan latihan yang baik pula, namun termasuk juga faktor lain yang biasanya mempengaruhi kemampuan *dribbling* tersebut, yaitu factor eksternal dan internal. Akan tetapi dalam penelitian ini faktor yang mempengaruhi kemampuan *dribbling* yang benar-benar mendekati kegiatan aktivitasnya menurut peneliti adalah kelincahan dan koordinasi mata-dan kaki Peneliti juga memasukkan hasil penelitian terdahulu sebagai bahan perbandingan dari hasil penelitian peneliti, adapun hasil penelitiannya sebagai berikut:

Penelitian yang dilakukan oleh Putra. 2020. Kontribusi Kelincahan dan Koordinasi Mata-Kaki dengan Kemampuan *Dribbling* Bola. Dari hasil analisis data dengan menggunakan *product moment* menunjukkan bahwa; 1) Terdapat kontribusi Kelincahan dengan Kemampuan *Dribbling* Bola 2) Terdapat kontribusi antara Koordinasi Mata-Kaki dengan Kemampuan *Dribbling* Bola 3) Terdapat kontribusi antara Kelincahan dan Koordinasi Mata-Kaki dengan Kemampuan *Dribbling* Bola.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data dengan perhitungan statistik dan hasil pengujian hipotesis serta dari pembahasan, maka hasil penelitian ini disimpulkan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan *dribbling* Pada Atlet Persatuan Sepak bola Kepenuhan. Dengan nilai R_{hitung} (0.751) maka $r_{x1y} > R_{tabel}$ yaitu (0.751 > 0.401). Dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti hipotesis satu diterima.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki dengan *dribbling* Atlet Persatuan Sepak bola Kepenuhan. Dengan nilai R_{hitung} (0.514) maka $r_{x2y} > R_{tabel}$ yaitu (0.514 > 0.401). Dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dan koordinasi mata-

kaki dengan *dribbling* Atlet Persatuan - Sepak bola Kepenuhan. Dengan nilai R_{hitung} (0.785), maka $r_{x1.x2.y} > R_{tabel}$ yaitu ($0.785 > 0.401$). Dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima. Kesimpulan hipotesis diterima pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$ dengan kata lain terdapat hubungan yang sangat signifikan antara kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan *dribbling* pada Atlet Persatuan Sepak bola Kepenuhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus. 2012. Olahraga Kebugaran Jasmani. Padang: Sukabina Press
- Agustina. 2019. Buku Jago Sepak bola. Bandung: Cemerlang
- Daryanto & Hidayat. 2015. Pengaruh Latihan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, Vol. 4, No. 2 Hal 7
- Fetri, & Donie. (2019). Latihan Kelincahan Berpengaruh Terhadap Kemampuan Dribbling Sepak bola. *Jurnal Patriot*, Vol 1, No 3, 1169–1178. Hal 7
- Hasanuddin, M.I., & Hasruddin. 2018. Kontribusi antara kecepatan, kelincahan dan Koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring Bola dalam permainan Sepak bola pada Siswa Mts Negeri 1 Kotabaru. *Jurnal Ilmiah Pendidikan, Volume 6 No. 1*. Hal 10
- Hidayat. 2017. Buku Pintar Sepak bola. Bandung: Anugrah
- Humaedi., & Susandi E.W. (2017). Sumbangan Kelincahan dan Keseimbangan Dinamis Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Futsal Pada Mahasiswa Pjkr. *Journal Sport Sciences and Physical Education*, Vol. 5, No. 1, 80–94. Hal 8
- Ilmi, M., & Kiram, Y. (2019). Hubungan Koordinasi Mata-Kaki Dan Kelincahan Dengan Kemampuan Dribbling Pemain Sepak bola Di Sekolah Sepak bola (Ssb) Excellent Kota Batusangkar Miftahul. *Patriot*, 1(1), 204–212. Hal 13
- Kurniawan, Gemael, & Afrinaldi. (2018). kelincahan dan kordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan Sepak bola pada siswa SMA Negeri 5 Karawang. *Pendidikan Kepelatihan Olahraga*, 10(3), 99–104 Hal 13
- Malasari. 2019. Pengaruh Latihan *Shuttle-Run* Dan *Zig-Zag Run* Terhadap Kelincahan Atlet Taekwondo. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga* Volume 3, Nomor 1 Hal 9
- Marta & Oktarifaldi. 2020. Koordinasi Mata-Kaki Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Sepak bola. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga* Vol 4., No. 1 Hal 16
- Markis, R.O & Maidarman. 2020. Kontribusi Kecepatan, Kelincahan Dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan *Dribbling*. *Jurnal Patriot* Volume 2 Nomor 1
- Irawadi. 2011. Kondisi Fisik dan Pengukurannya. Padang: UNP Press
- Lubis., & Wardoyo. (2014). *Pencak Silat*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Mubarok. 2018. Kontribusi Kelincahan Dengan Koordinasi Mata - Kaki Terhadap Keterampilan *Dribbling* Dalam Permainan Sepak bola. *Jurnal Kependidikan Jasmani dan Olahraga* Volume 2, No 1. Hal 16
- Putra. 2020. Kontribusi Kelincahan dan Koordinasi Mata Kaki dengan Kemampuan *Dribbling* Bola. *Jurnal Sains Olahraga dan Pendidikan Jasmani* Volume 20 Nomor 2. Hal 16
- Mylsidayu & Kurniawan. 2015. Ilmu Kepelatihan Dasar. Bandung: Alfabeta
- Safrudin. 2013. Ilmu Kepelatihan Olahraga. Padang. UNP Pres
- Sugiyono. 2016. Statistik untuk Penelitian. Bandung: Alfabeta
- Saputro, Manurizal, & Sinurat. 2020. Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Koordinasi Mata-Tangan Dengan Kemampuan Shooting Permainan Bola Basket Pada Siswa

Ekstrakurikuler Sma Negeri 1 Ujung
Batu. Joset vol. 1 no. 1 (2020) Hal 12
UU Nomor 3 Tahun 2005 tentang System
Keolahragaan Nasional.
Widiastuti. 2015. Tes dan Pengukuran
Olahraga. Jakarta: Raja Grafindo
Persada.