**PENGARUH KOORDINASI MATA KAKI, KEKESEIMBANGAN DAN KECEPATAN REAKSI TERHADAP KEMAMPUAN SEPAKSILA DALAM PERMAINAN SEPAKTAKRAW SISWA**

**KELAS VIII MTsN 1 BAUBAU**

***THE INFLUENCE OF EYES-HANDS COORDINATION AND***

***REACTION SPEED ON SEPAKSILA SKILLS IN***

***SEPAKTAKRAW OF STUDENTS AT***

***MTs NEGERI 1 IN BAUBAU***

Ariamin Mondo

Program studi Pendidikan Jasmani dan Olahraga Program Pascasarjana

Universitas Negeri Makassar

[Ariaminmondo1988@gmail.com](mailto:Ariaminmondo1988@gmail.com)

**ABSTRAK**

Ariamin Mondo. 2018. *Pengaruh Koordinasi Mata Kaki,Keseimbangan dan Kecepatan Reaksi Kaki terhadap Kemampuan Sepaksila dalam Permainan Sepaktakraw pada Siswa kelas VIII MTsN 1 Baubau.* (Dibimbing oleh Suwardi dan Sudirman).

Penelitian ini adalah jenis penelitian analisis jalur yang bertujuan untuk mengetahui. (1) Pengaruh langsung koordinasi mata kaki terhadap kecepatan reaksi pada siswa MTsN 1 Baubau (2) Pengaruh langsung keseimbangan terhadap kecepatan reaksi pada siswa MTsN 1 Baubau (3) Pengaruh langsung koordinasi mata kaki terhadap kemampuan sepaksila pada permainan sepaktakraw pada siswa MTsN 1 Baubau. (4) Pengaruh langsung keseimbangan terhadap kemampuan sepaksila pada permainan sepaktakraw pada siswa MTsN 1 Baubau (5) Pengaruh langsung kecepatan reaksi terhadap kemampuan sepaksila pada permainan sepaktakraw pada siswa MTsN 1 Baubau (6) Pengaruh tidak langsung koordinasi mata kaki terhadap kemampuan sepaksila pada permainan sepaktakraw melalui kecepatan reaksi pada siswa MTsN 1 Baubau (7) Pengaruh tidak langsung keseimbangan terhadap kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw melalui kecepatan reaksi pada siswa MTsN 1 Baubau. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara *sampling random sampling* sehingga terpilih 30 sampel. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif dan inferensial melalui program SPSS versi 16 pada taraf signifikan α = 0,05.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: (1) Ada pengaruh langsung koordinasi mata kaki terhadap kecepatan reaksi pada siswa MTsN 1 Baubau sebesar -0,544 (2) Ada pengaruh langsung keseimbangan terhadap kecepatan reaksi pada siswa MTsN 1 Baubau sebesar -0,370 (3) Ada pengaruh langsung koordinasi mata kaki terhadap kemampuan sepaksila pada permainan sepaktakraw pada siswa MTsN 1 Baubau sebesar 0,770. (4) Ada pengaruh langsung keseimbangan terhadap kemampuan sepaksila pada permainan sepaktakraw pada siswa MTsN 1 Baubau sebesar 0,507 (5) Ada pengaruh langsung kecepatan reaksi terhadap kemampuan sepaksila pada permainan sepaktakraw pada siswa MTsN 1 Baubau sebesar 0,340 (6) Ada pengaruh tidak langsung koordinasi mata kaki terhadap kemampuan sepaksila pada permainan sepaktakraw melalui kecepatan reaksi pada siswa MTsN 1 Baubau sebesar -0,184 (7) Ada pengaruh tidak langsung keseimbangan terhadap kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw melalui kecepatan reaksi pada siswa MTsN 1 Baubau sebesar -0,125.

**ABSTRACT**

**ARIAMIN MONDO. 2018.** *The Influence of Eyes-Hands Coordination and Reaction Speed on Sepaksila Skills in Sepaktakraw of Students at Mts Negeri 1 in BauBau* (supervised by Suwardi and Sudirman).

The type of this study is path analysis research, which aims at examining (1) the direct influence of eyes-hands coordination on reaction speed of students at Mts Negeri 1 in BauBau, (2) the direct influence of balance on reaction speed of students at Mts Negeri 1 in BauBau, (3) the direct influence of eyes-hands coordination on sepaksilla skills in sepaktakraw of students at Mts Negeri 1 in BauBau, (4) the direct influence of balance on sepaksilla skills in sepaktakraw of students at Mts Negeri 1 in BauBau, (5) the direct influence of eaction speed on sepaksila skills in sepaktakraw of students at Mts Negeri 1 in BauBau, (6) the indirect influence of eyes-hands coordination on sepaksila skills in sepaktakraw through reaction speed of students at Mts Negeri 1 in BauBau, and (7) the indirect influence of balance on sepaksila skills in sepaktakraw through reaction speed of students at Mts Negeri 1 in BauBau. Sample was selected by employing random sampling technique and obtained 30 samples. Data were analyzed by using descriptive analysis and inferential analysis through SPSS version 16 program at the level of significance α = 0.05

The results of the study reveal that (1) there is direct influence of eyes-hands coordination on reaction speed of students at Mts Negeri 1 in BauBau by -0.544, (2) there is direct influence of balance on reaction speed of students at Mts Negeri 1 in BauBau by -0.370, (3) there is direct influence of eyes-hands cordination on sepaksila skills in sepaktakraw of students at Mts Negeri 1 in Baubau by 0.770, (4) there is direct influence of balance on sepaksila skills in sepaktakrawof students at Mts Negeri 1 in BauBau by 0.507, (5) there is direct influence of reaction speed on sepaksila skills in sepaktakraw of students at Mts Negeri 1 in BauBau by 0.340, (6) there is indirect influence of eyes-hands coordination on sepaksila skills in sepaktakraw through reaction speed of students at Mts Negeri 1 in BauBau -0.184, and (7) there is indirect influence og balance on sepaksila skills in sepaktakraw through reaction speed of students at Mts Negeri 1 in BauBau by -0.125.

1. **PENDAHULUAN**

Olahraga adalah proses sistematik yang terdiri atas setiap kegiatan dan usaha yang dapat membantu perkembangan atau pun membina potensi-potensi jasmaniah dan rohaniah seseorang sebagai perorangan, atau pun anggota masyaraka. Dengan melakukan olahraga dapat mengalihkan pikiran manusia dari rasa khawatir dengan jalan meredakan berbagai ketegangan otot yang ada pada tubuh. Olahraga merupakan kegiatan yang dilakukan untuk melatih tubuh manusia sehingga tubuh terasa lebih sehat dan kuat, baik secara jasmaniah maupun secara rohaniah.

11

11

Olahraga adalah aktivitas seseorang untuk melatih tubuh entah itu jasmani atau rohani di mana orang yang memlakukan olah raga secara teratur akan mendapatkan manfaat yang berlimpah seperti tubuh menjadi bugar dan segar, tubuh menjadi seimbang antara berat badan dan tinggi badan, badan menjadi atletis dimana kita akan menunjang juga dengan rasa percaya diri di dalam hati menjadi berlipat dikarenakan badan atau body menjadi atletis dan seimbang.

Akan tetapi faktanya pada kehidupan sekarang adalah masyarakat enggan berolahraga dikarenakan masyarakat sibuk dengan berbagai macam aktivitas masing-masing dan tidak sempat melakukan olahraga, ini adalah cara hidup yang tidak sehat di mana keseimbangan aktivitas dengan pola makan dan tidak adanya olahraga akan mengakibatkan tidak adanya keseimmbangan di dalam tubuh, contoh tubuh tidak seimbang adalah aktivitas hidup antara pekerjaaan dengan pola makan sperti otak dan tenaga sering kali terkuras di pekerjaan orang atau perorangan di suatu masyarakat, ini mengakibatkan daya tahan tubuh akan menurun dan pola makan yang tidak teratur ataupun makanan yang tidak sehat itu juga akan mengakibtakan munculnya penyakit-penyakit di dalam tubuh dan kita sendiri yang akan merasakanya, itu semua akan bisa terhindar jika kita mengatur konsep hidup sehat dimana kita bekerja dengan waktu yang cukup, makan dengan teratur dan mengkonsumsi makanan yang berserat bagus, dan tidak ketinggalan olahraga secukupnya setidaknya menyisihkan waktu untuk berolahraga, itu adalah waktu yang cukup untuk berolahraga secara teratur.

Secara umum pengertian olahraga adalah sebagai salah satu aktivitas fisik maupun psikis seseorang yang berguna untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan seseorang setelah olahraga. “Olahraga” datang dari bahasa Perancis Kuno desport yang bermakna “kesenangan”, serta pengertian berbahasa Inggris tertua ditemukan seputar th. 1300 yakni “segala hal yang mengasyikkan serta menghibur untuk manusia”. Olahraga adalah satu diantara sumber utama dari hiburan karenanya ada pendukung olahraga yang umumnya terbagi dalam beberapa besar orang dan bisa disiarkan lebih luas lagi lewat tayangan olahraga.

Salah satu pendukung pembentukan manusia yang berkualitas adalah melalui olahraga, pembangunan olahraga telah berhasil menumbuhkan budaya olahraga guna meningkatkan kualitas manusia indonesia sehingga memiliki tingkat kesehatan dan kebugaran yang cukup, yang harus dimulai dari usia dini melalui pendidikan olahraga disekolah dan masyarakat. Dalam kehidupan moderen manusia tidak dapat dipisahkan dari olahraga, baik sebagai arena adu prestasi, maupun kebutuhan untuk menjaga kondisi tubuh agar tetap bugar dan sehat.

Dalam dunia olahraga, kondisi fisik dapat dikatakan fondasi dalam pencapaian taraf hidup yang sehat serta dalam pencapaian prestasi yang optimal, karena dengan kondisi yang baik akan berpengaruh terhadap sistem sirkulasi dan kerja jantung , komponen fisik (daya tahan, kekuatan, kecepatan dan lain-lain), gerakan menjadi ekonomis, pemulihan (*recovery*), respon organ-organ tubuh. Pembinaan prestasi dalam olahraga, terus-menerus dilakukan baik oleh pemerintah maupun oleh organisasi olahrag lainya. Satu cara atau usaha untuk mengharumkan nama bangsa dan negara adalah leawat olahraga. Nama indonesia harum berkat prestasi bulu tangkis. Oleh karena itu pembinaan setiap cabang olahraga harus diarahkan kepeningkatan prestasi yang nantinya akan mengharumkan nama bangsa dan negara.

Sepaktakraw adalah salah satu cabang olahraga yang perkembangannya mulai mengalami peningkatan itu bisa dilihat dari setiap event dan kejuaraan selalu di pertandingkan cabang olahraga Sepaktakraw. Baik itu pertandingan yang bertaraf Internasional, Nasional dan yang berlangsung di daerah. Tentunya di perlukan atlet-atlet Sepaktakraw yang bisa bersaing dengan wakil-wakil dari daerah lain. Maka untuk mendapatkan atlet yang berprestasi di bidang olahraga Sepaktakraw maka perlu dilakukan pembinaan bagi setiap atlet Sepaktakraw. Maka diperlukan perhatian pemerintah setempat dalam memberikan dukungan kepada setiap atlet agar bisa mengharumkan nama daerahnya serta mengharumkan nama bangsa dikancah internasional.

Olahraga sepaktakraw merupakan olahraga tradisional yang bersal dari Indonesia dan telah lama berkembang di tanah air, dan banyak dimainkan oleh masyarakat Indonesia terutama yang berdomisili di daerah pantai, seperti kepulauan Riau, Sumatera bagian barat dan Makassar, peramianan sepaktakraw tersebut dahulu di Makassar sering disebut sepak raga yang banyak dimainkan oleh para nelayan sebagai pengisi waktu luang sebelum mereka melaut.

Di berbagai daerah sepak raga sering dijadikan permainan yang dipertunjukan bila ada perhelatan negeri. Di Sulawesi Selatan sepak raga merupakan permainan anak raja. Adapun arti permainan dalam bahasa Bugis disebut “*marraga*” atau “*mandaga*” dalam bahasa makassar disebut “*akraga*” sedangkan di Sumatera disebut “*beramain rago*” dan Nusantara disebut “*sepak raga*”.

Sepaktakraw adalah salah satu cabang olahraga yang perkembanganya mulai mengalami peningkatan itu bisa dilihat dari event dan kejuaraan selalu dipertandingkan cabang olahraga sepaktakraw. Baik itu pertandingan yang berlangsung didaerah, nasional, dan bahkan yang bertaraf internasional. Tentunya diperlukan atlet-atlet sepaktakraw yang bisa bersaing dengan wakil-wakil daerah lain. Olehnya itu untuk mendapatkan atlet yang berprestasi dibidang sepaktakraw maka perlu dilakukan pembinaan bagi setiap atlet sepaktakraw. Olehnya itu pemerintah daerah sangat berperan penting dalam memberikan perhatian kepada setiap atlet agar bisa mengharumkan nama daerahnya. Cabang olahraga sepaktakraw juga mengalami peningkatan yang cukup signifikan tentunya tidak terlepas dari pemerintah. Pemerintah telah banyak menempuh berbagai cara dalam meningkatkan kualitas atlet sepaktakraw seperti pembinaan usia dini, memprogramkan sepak takraw sebagai mata pelajaran ekstrakurikuler di sekolah, dan melaksanakan berbagai pertandingan.

Sepaksila pada permainan sepaktakraw merupakan salah satu bagian penting yang harus diperhatikan oleh para Pelatih/guru dalam memberikan pelajaran karena sepaksila adalah teknik dasar dalam permainan sepaktakraw, yang digunakan dari awal hingga akhir permainan serta berperan penting dalam proses penyerangan maupun pertahanan dalam permainan sepaktakraw.

Untuk mendapatkan sepaksila yang baik dan mengontrol bola dengan baik maka diperlukan kemampuan dari gerakan-gerakan yang terkoordinasi sehingga menampakan satu kesatuan gerakan sepaksila yang baik dan benar. Sepaksila yang benar sangat membutuhkan kondisi fisik seperti koordinasi mata kaki, keseimbangan dan kecepatan.

Koordinasi mata kaki merupakan salah satu komponen fisik yang harus dikembangkan untuk dapat menguasai teknik dasar sepaksila dengan baik. Peranan koordinasi mata kaki dalam melakukan sepaksila adalah sangat penting, terutama pada saat bola disepak, disini dibutuhkan koordinasi antara mata dan kaki supaya perkenaanya tepat pada kaki sehingga sepakan yang dilakukan dapat terkontrol dengan sempurna.

Keseimbangan sangat dibutuhkan dalam melakukan sepaksila, dimana dalam pelaksanaanya sepaksila dilakukan dengan berdiri pada satu kaki dan kaki yang lain melakukan sepakan. Dalam keadaan demikian sangat diperlukan kseseimbangan badan yang tinggi agar dapat melakukan sepakan pada bola dalam keadaan berdiri pada satu kaki, dengan kemampuan tersebut memungkinkan bola yang disepak dapat terarah dan terkontrol dengan baik sesuai dengan yang diinginkan dan hal ini tentu menunjang untuk memperoleh sepaksila yang baik.

Kecepatan dalam teori olahraga berarti kemampuan menggerakan anggota badan, kaki atau lengan atau bagian statis pengumpil tubuh bahkan menggerakan keseluruhan tubuh dengan kecepatan terbesar yang mampu dilakukan. Kecepatan reaksi merupakan komponen fisik yang penting, kecepatan menjadi faktor penentu di cabang-cabang olahraga, kecepatan merupakan hal yang sangat dibutuhkan dalam suatu pertandingan. Dalam olahraga sepaktakraw kecepatan merupakan hal yang mutlak diperlukan terutama dalam melakukan servis, smash dan block serta menerima servis dari lawan. Dengan kecepatan reaksi yang dimiliki seseorang akan mampu melakukan sepaksila dengan baik, sehingga memungkinkan memperoleh sepaksila yang optimal.

Dari uraian diatas memberikan gambaran bahwa untuk dapat melakukan sepaksila yang baik dalam permainan sepaktaktraw, maka harus di tunjang dari beberapa unsur komponen fisik diantaranya koordinasi mata kaki, keseimbangan dan kecepatan. Jika koordinasi mata kaki, keseimbangan serta kecepatan reaksi kurang baik maka bisa dipastikan seseorang tidak akan mencapai prestasi yang maksimal, khususnya pada saat melakukan sepaksila dalam permainan sepaktakraw. Hal ini merupakan masalah yang segera di harus pecahkan melalui sebuah penelitian, agar dapat mengetahui secara pasti apakah komponen kondisi fisik tersebut di atas dapat mempengaruhi kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw siswa MTs Negeri 1 Baubau, sehingga inilah yang melatar belakangi penulis untuk melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh koordinasi mata kaki, Keseimbangan dan Kecepatan Reaksi Terhadap Kemampuan SepakSila Dalam Permainan SepakTakraw siswa kelas VIII MTsN 1 Baubau Kota Baubau”** Dengan harapan dapat bermanfaat bagi perkembangan dan peningkatan prestasi olahraga khususnya olahraga sepaktakraw di MTsN 1 Baubau Kota Baubau, serta daerah dan di Indonesia pada umumnya.

1. **TINJAUAN PUSTAKA**
2. **Kemampuan Sepaksila Dalam Permainan Sepaktakraw**

Permainan sepaktakraw termasuk suatu permainan yang dilakukan diatas lapangan empat persegi panjang, rata, baik terbuka maupun tertutup, serta bebas dari semua rintangan. Lapangan dibatasi oleh net. Bola yang dipakai terbuat dari rotan atau plastik *synthetic fibre* yang dianyam bulat. Permainan ini menggunakan seluruh anggota tubuh, kecuali tangan dan bola dimainkan dengan mengembalikanya ke lapangan lawan melewati net.

Sepaktakraw perpaduan atau pengembangan tiga macam permainan, yaitu sepak bola, bola voli, dan bulu tangkis. Dikatakan sama dengan sepak bola karena permainan itu dengan menggunakan kaki dan anggota badan yang lain kecuali tangan. Dikatakan bola voli karena ada teknik umpan *blok, smash* dan dikatakan bulu tangkis karena ukuran lapangan dan net hampir sama dengan bulu tangkis serta sistem perhitungan nilai (Darwis dan Basah, 1992: 2).

sepaktakraw adalah cabang olahraga yang dipertandingkan dan hasil modifikasi olahraga asli tradisional sepak raga. Walaupun sepaktakraw hasil modifikasi olahraga asli tradisional sepak raga, cara penilaian dan cara bermain atau peraturan permainanya sangat jauh berbeda (Tampubolon, 1996: 6)

Permainan sepaktakraw adalah olahraga beregu yang dimainkan oleh dua regu, setiap regu terdiri dari tiga orang pemain (M. Winarno, 2004)**.**

Menurut Waharsono, permainan sepaktakraw adalah permainan yang pelaksanaannya seperti pada permainan dengan net yang sederhana dapat dikatakan seperti dalam permainan kombinasi bola voli dan bulu tangksi. Cara memainkan bola pada sepaktakraw dengan menggunakan kaki, kepala atau badan, asalkan dalam keadaan memantul (1997: 1).

Istilah sepaktakraw atau sepak raga di Negara Asia Tenggara dikenal dengan beberapa nama. Di Burma menyebut dengan istilah “*ching loong*”’, Sri Langka “raga”, Brunei mengenal dengan istilah “*olahraga jala*”, di Filipina disebut “*sipa*”, di Thailand dikenal dengan istilah” *takraw*”, di Indonesia khususnya Sulawesi Selatan disebut dengan “*rago*”, (Hanafi, 1995:3).

Secara garis besar teknik dasar bermain sepaktakraw meliputi: (1). Servis yang dilakukan tekong, (2). Menimang, (3). Smash, (4). Heading, dan (5). *Block* (Depdikud, 1998: 27).

Sedangkan ukuran lapangan sepaktakraw ini: (1). Ukuran lapangan empat persegi panjang dengan ukuran 13,40x6,10 meter, (2). Tinggi net putra 1,55m di pinggir dan minimal 1,52m di tengah, tinggi net putri 1,45 m di pinggir dan minimal 1,42 m di tengah, (3). Berat bola antara 170-180 gram untuk putra dan 150-160 gram untuk putri dan keliling bola 42-44 cm untuk putra dan 43-45 cm untuk putri, (4). Jumlah permainan satu regu 3-4 orang (Adam, 1990: 7-9).

Untuk lapangan sepaktakraw atau luasnya menyerupai untuk lapangan bulu tangkis, yang dipergunakan untuk posisi ganda atau berpasangan, hanya di sepaktakraw dipergunakan untuk 3 (tiga) orang pemain. Sehingga para pemain sepaktakraw mampu menguasai lapangan dengan permainan sepaktakraw baik untuk memberikan umpan maupun melakukan smash.

Menurut Waharsono permainan sepaktakraw adalah permainan yang pelaksanaanya seperti pada permainan dengan net yang sederhana dapat dikatakan seperti dalam permainan kombinasi bola voli dan bulu tangkis. Cara memainkan bola pada sepaktakraw dengan menggunakan kaki, kepala atau badan asalkan dalam keadaan memantul (1997: 1).

Adapun keterampilan bermain sepaktakraw mempunyai berbagai komponen teknik-teknik dasar permainan sepaktakraw, yaitu sepakan yang terdiri dari sepaksila, sepak kuda, sepak cungkil, sepak telapak kaki, kemudian mengkop, menahan dengan dada, menahan dengan paha dan menahan dengan bahu (Diktora, 1980: 4).

Sepaktakraw merupakan permainan yang memerlukan tingkat kesegaran jasmani yang tinggi. Unsur-unsur kesegaran yang diperlukan dalam permainan sepaktakraw meliputi: koordinasi, kecepatan, kelentukan, kelincahan, dan daya tahan. Komponenen tersebut merupakan faktor dominan yang selayaknya dimiliki oleh para pemain sepaktakraw (Harsono, 1988: 87).

Penguasaan keterampilan sepaktakraw diperlukan, keterampilan yang dimaksud dapat berupa keterampilan individual, dan keterampilan penguasaan pertandingan. Keterampilan individual meliputi: sepaksila, sepak kuda, sepak badek, sepak petik, sepak cangkuk, menggunakan paha, dan menyundul bola (*heading*). Sedangkan keterampilan penguasaan permainan meliputi: sepak mula (servis), timangan, memberikan umpan (*passing*), melakukan smash dan *block* (Abd. Rahman, 1996: 3).

Dari pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa permainan sepaktakraw adalah sebuah permainan yang melibatkan banyak unsur teknik dasar seperti sepaksila, sepak cungkil, memaha, menahan bola dengan kepala serta masih banyak teknik dasar yang lain. Sehingga sangat disarankan untuk memainkan sebuah permainan sepaktakraw yang indah, seseorang perlu menguasai teknik dasar tersebut.

#### Sepaksila

#### Sepakan dalam permainan sepaktakraw merupakan gerak dominan, karena dalam permainan sepaktakraw lebih banyak dimainkan dengan kaki, diantara kemampuan menyepak antara lain sepaksila. Adapun sepak sila adalah menyepak bola dengan menggunakan kaki bagian dalam, sepaksila digunakan untuk menerima dan menimang atau menguasai bola, mengumpan antara bola dan menyelamatkan serangan lawan (Denny, dkk, 1999: 4)

#### Dalam permainan sepaktakraw sepaksila (timangan) adalah sangat penting, karena dapat dikatakan bahwa kemampuan menimang bola sangat dominan mulai dari permulaan permainan sampai membuat angka dapat dilakukan dengan sepaksila (timangan).

#### Untuk dapat bermain sepaktakraw yang baik, seseorang dituntut untuk mempunyai kemampuan atau keterampilan dasar bermain yang baik (Sulaiman,2004: 18).

#### Kemampuan yang dimaksud adalah kemampuan dasar bermain sepaktakraw.Sepaksila adalah menyepak bola dengan menggunakan kaki bagian dalam. Sepaksila digunakan untuk menerima dan menguasai bola,mengumpan untuk serangan *smash* dan untuk menyelamatkan serangan lawan (Sulaiman,2004: 18).

Teknik melakukan Sepaksila :

1. Posisi kedua kaki terbuka dengan jarak selebar bahu
2. Penyepakanya dengan posisi melipat setinggi lutut kaki tumpu.
3. Pengenaan bola dengan kaki penyepak berada diantara kedua paha atau dekat lutut yang berdiri
4. Kaki tumpuan agak ditekukan sedikit
5. Badan agak membungkuk
6. Bola disepak oleh bagian kaki dibawah mata kaki
7. Pergelangan kaki sepak pada waktu menyepak ditegangkan
8. Bola disepak keatas lurus melewati kepala

Tujuanya: untuk menerima dan menimang / menguasai bola, mengumpan antara bola dan untuk menyelamatkan serangan lawan.

1. **Koordinasi mata-kaki**

Peningkatan keterampilan sepaksila pada permainan sepaktakraw banyak dipengaruhi oleh kemampuan fisik, maupun kemampuan teknik yang merupakan suatu dasar yang harus dimiliki oleh setiap siswa. Salah satu kemampuan fisik yang harus dimiliki untuk meningkatkan keterampilan sepaksila yaitu:

Koordinasi.Menurut Sharkley (2011:169), koordinasi mengimplikasikan hubungan yang harmonis, penyatuan aliran gerakan yang halus dalam melakukan pekerjaan. Pendapat lain dari Bompa mengatakan bahwa koordinasi adalah kemampuan gerak dasar kompleks, pendekatan yang berhubungan dengan kecepatan, kekuatan, daya tahan dan kelentukan, ini adalah faktor penting yang mendapatkan teknik sempurna dan taktis.

Pendapat Bompa dalam (Ramli, 2011:56) memperjelas bahwa dalam aktivitas olahraga, hampir tidak mungkin seseorang melakukan aktivitasnya hanya dilakukan oleh satu elemen saja, seperti pada keterampilan sepaksila pada permainan sepaktakraw yang terdiri dari rangkaian gerak seperti yang dikemukakan oleh Khalim dkk (1996:19), yaitu : sebelum sentuhan, perlakuan awal, sentuhan dan setelah sentuhan. Rangkaian gerak ini harus memiliki koordinasi mata dan kaki dengan baik untuk mendapatkan perkenaan bola pada kaki secara tepat agar hasil sepakan atau arah bola dapat di arahkan dengan baik.

Untuk menggabungkan rangkaian gerak tersebut membutuhkan koordinasi. seperti pendapat Broer dan Zernikle dalam Harsono (1988:221) yang mengatakan koordinasi adalah kemampuan untuk mengkombinasikan beberapa gerakan tanpa ketegangan, dengan urutan yang benar dan melakukan gerakan yang kompleks secaar mulus tanpa pengeluran energi yang berlebihan.

Koordinasi atau keterampilan dicapai dengan latihan. Pengulangan keterampilan menurunkan hambatan synaptik dalam sistem saraf, yang menaikkan kemungkinan dan akurasi gerakan secara otomatis. Menurut Tjaliek (1992:116) dengan jelas mengatakan bahwa dalam proses kontraksi normal otot dipacu oleh saraf sehingga fungsi otot ini tak bisa dipisahkan dari fungsi saraf. Kedua fungsi tersebut disebut *neuro-muscular*. Menurut Sukadiyanto (2010:232) koordinasi *neuro-muscular* adalah setiap gerak yang terjadi dalam urutan dan waktu yang tepat serta gerakannya mengandung tenaga.

Harsono (1988:220) mengatakan bahwa tingkat koordinasi atau baik tidaknya koordinasi gerak seseorang tercermin dalam kemampuannya untuk melakukan suatu gerakan secara mulus, tepat dan efisien. Sesuai dengan pendapat dia atas Tjaliek (1992:116) menjelaskan secara terperinci tentang koordinasi *neuro muscular* sebagai berikut :

Ada hal yang penting mengenai *neuro muscular* yaitu motor unit. Motor unit adalah seberapa banyak serabut saraf meng ”innevasi” serabut otot. Artinya satu serabut saraf memerintah lebih dari satu serabut otot. Makin banyak serabut otot, makin banyak pula serabut saraf yang menginnervasi otot. Bila jumlah serabut saraf hanya satu dan semua serabut otot diinevasi oleh satu serabut otot maka dapat dipastikan kontraksi otot tersebut akan maksimal atau tak akan berkontraksi sama sekali, sehingga tak ada gradasi kekuatan otot. Normal satu serabut saraf “memerintah” ± 150 serabut otot. Padahal satu otot bisa memiliki beribu ribu serabut otot. Makin banyak motor unit pada otot, maka makin banyak pula gradasi kekuatan otot tersebut, sehingga gerakannya tampak “*fluent*”.

Permainan sepaktakraw terdiri dari banyak kemampuan yang harus dikuasai sehingga membutuhkan koordinasi saat mengubah gerak dari kemampuan yang satu ke kemampuan yang lain.

Dari beberapa pendapat yang dikemukakan di atas dapat disimpulkan bahwa koordinasi merupakan kemampuan untuk menggunakan panca indera seperti penglihatan dan pendengaran bersama dengan bagian-bagian tubuh tertentu di dalam melakukan kegiatan motorik agar harmonis dengan ketepatan tinggi.

1. **Keseimbangan**

Keseimbangan merupakan kemampuan seseorang mempertahankan sistem tubuh baik dalam posisi gerak dinamis maupun statis 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 unsur kelincahan.

Seperti yang dikemukakan oleh Harsono (1988:224) bahwa “Keseimbangan berhubungan 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.

Menurut Sajoto (1995:9) 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.

Senada dengan diatas Hidayat (2014:60) keseimbangan adalah kemampuan seseorang untuk mempertahankan posisi tubuh baik dalam kondisi statik maupun dinamik. Sedangkan menurut Widiastuti (2011:144) mengemukakan bahwa keseimbangan merupakan kemampuan mempertahankan sikap dan posisi tubuh secara tepat pada saat berdiri (*static balance*) atau pada saat melakukan gerak (*dynamic balance*)

Lebih lanjut Harsono (1988:223) mengemukakan bahwa keseimbangan atau balance adalah “Kemampuan untuk mempertahankan sistem neuromuscular kita dalam kondisi statis, atau mengontrol sistem neuromuscular tersebut dalam suatu posisi atau sikap yang efisien selagi kita bergerak”.

Menurut Sharkley (2011:168) keseimbangan dinamis adalah kemampuan untuk mempertahankan keseimbangan dalam gerakan yang bersemangat. Keseimbangan tergantung pada kemampuan untuk menggabungkan input visual dengan informasi dari kanal semi-lingkaran di dalam telinga, dan dari reseptor otot.

1. **Kecepatan Reaksi Kaki**

Dalam dunia olahraga, rangsangan dapat berupa sinar yang diterima oleh indera mata, suara atau bunyi yang diterima oleh indera telinga, sentuhan yang diterima oleh indera kulit dan posisi tubuh yang diterima oleh alat keseimbangan dalam tubuh. Rangsangan dalam bidang olahraga yang paling sering dialami yang erat kaitanya dengan waktu reaksi adalah bunyi letusan pistol yang diterima oleh indera telinga pada waktu star untuk cabang lari, renang dan lain-lainya. Dapat pula rangsangan tersebut berupa gerakan lengan memukul atau tungkai menendang dari lawan yang diterima oleh indera mata yang harus dihindari secepatnya pada olahraga beladiri dan sebagainya. Semmua rangsangan yang diterima oleh alat penerima (panca indera) atau receptor ini, dikirim melalui urat syaraf *afferen* ke sistem syaraf pusat (otak). Setelah dipelajari dan diolah disistem ini, kemudian ada perintah (dari otak), melalui urat syaraf *afferen* menuju ke *efector* yakni otot *sceletal* untuk beraksi. Waktu yang dibutuhkan sejak rangsangan mulai diterima oleh *receptor* (panca indera) sampai *efector* (otot) bereaksi terhadap rangsangan tersebut, waktu inilah yang disebut waktu reaksi. Agar lebih jelas, secara singkat perjalanan mulai dari ada rangsangan sampai timbul reaksi, secara anatomis-fisiologis baganya sebagai berikut :

1. Munculnya rangsangan yang diterima oleh *receptor* (telinga, mata, kulit, dan lain-lain).
2. Dari *receptor* rangsangan ini dialirkan melalui urat syaraf *afferen* sensoris menuju ke sistem syaraf pusat (otak).
3. Perpindahan rangsangan dari urat syaraf *afferen* ke sistem syaraf pusat dan menghasilkan tanda isyarat yang akan dikirim kepada *afector*.
4. Menjalarnya tanda isyarat ini dari sisten syaraf pusat melalui syaraf *afferen* motorik menuju ke otot sceletal (*efector*).
5. Rangsangan isyarat ini pada otot sceletal menimbulkan kontraksi, gerakan, aktivitas fisik atau kerja (Nala, 1998).

Makin cepat atau pendek jalan yang ditempuh oleh rangsangan, sejak dari adanya rangsangan pada *receptor* sampai timbulnya reaksi dari otot, akan semakin baik waktu reaksinya. Komponen biomotorik waktu reaksi ini sering dikelirukan dengan komponen waktu refleks atau dengan komponen kecepatan (lari cepat jarak pendek, renang cepat jarak pendek, dsb). Refleks adalah suatu reaksi gerakan yang timbul tampa disadari akibat suatu rangsangan. Jadi waktu refleks adalah waktu yang dibutuhkan dari mulainya ada rangsangan, sampai munculnya gerakan yang tidak disadari. Akibat latihan yang baik dan benar, gerakan yang disadari ini dapat menjadi gerakan tak disadari (refleks kondisi), sehingga waktu reaksi akan dipercepat. Sedangkan waktu yang dibutuhkan untuk menempuh jarak dari garis awal (*start*) sampai garis akhir (*finish*) disebut waktu tempuh atau waktu bergerak. Waktu reaksi dan waktu bergerak meningkat, sampai umur 20 tahun, baik untuk laki-laki maupun perempuan. Setelah itu menetap dan pada umur 30 tahun sudah mulai menurun. Waktu bergerak jauh lebih tajam penurunanya dibandingkan dengan waktu reaksi (Berger, 1992).

Dari penegrtian tentang kecepatan reaksi diatas, maka dapat dikatakan bahwa kecepatan merupakan kemampuan seseorang dalam hal mengendalikan organ-organ tubuh atau sistem syaraf untuk melakukan gerakan secepat mungkin dalam hal melakukan gerak sepak sila.

1. **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini melibatkan dua variabel bebas (*independent variable)* meliputi Koordinasi mata-kaki dan keseimbangan sedangkan variabel antara(*intervening variable)* yaitu kecepatan reaksi kaki yang telah diteliti pengaruhnya terhadap variabel terikat (*dependent variable*) yaitu keterampilan sepaksila pada permainan sepaktakraw.

Penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif dan metode yang digunakan adalah metode *survey* dengan teknik analisis jalur untuk analisis datanya. Lokasi penelitian ini dilaksanakan MTsN 1 Baubau Kota Baubau.

Sugiyono (2012 : 115) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulanya. Jadi populasi bukan hanya orang, tetapi juga obyek dan juga benda-benda alam lainya. Populasi juga bukan hanya sekedar jumlah yang ada pada obyek/subyek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik/sifat yang dimiliki oleh subyek atau obyek itu dalam penelitian ini jumlah populasi adalah 100 orang siswa MTsN 1 Baubau Kota Baubau.

Sugiyono (2012 : 116) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Untuk menentukan sampel dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *simple random sampling*. Dikatakan bahwa simple (sederhana) karnah pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatiakan starata yang ada dalam populasi itu, karna setiap anggota populasi memiliki kesempatan yang sama utnuk dipilih secara acak menjadi sampel, dengan cara pengambilanya menggunakan nomor undian dan di ambil 30% dari jumlah populasi. Dalam penelitian ini sampel yang diambil adalah 30 siswa MTsN 1 Baubau, Kota Baubau.

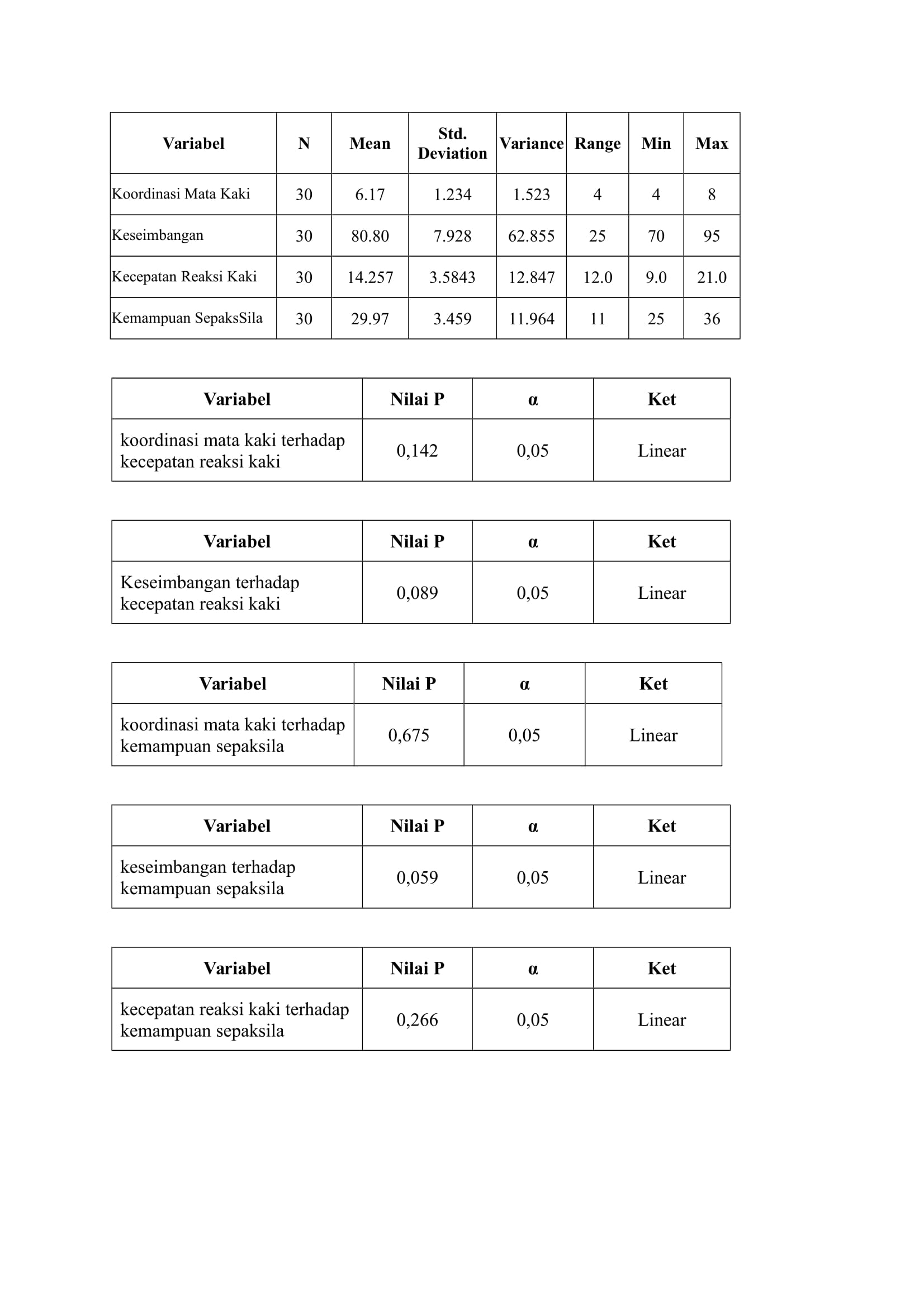
Data yang terkumpul tersebut perlu dianalisis secara statistik *deskriptif* maupun *inferensial* atau uji hipotesis untuk keperluan pengujian hipotesis penelitian. Adapun gambaran yang digunakan dalam penelitian adalah sebagai berikut:

1. Analisis data secara deskriptif dimaksud untuk mendapatkan gambaran umum tentang data yang meliputi : total nila, niali rata-rata,standar deviasi, rentang nilai, nilai maksimal dan nilai minimal.
2. Analisis secara inferensial digunakan untuk menguji hipotesisi-hipotesis penelitian yang menggunakan uji analisis jalur (*Path Analisys*).

Jadi keseluruhan analisys data statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis komputer dengan menggunakan program SPSS Versi 16.00 dengan taraf signifikan 95% atau α 0,05.

1. **HASIL DAN PEMBAHASAN**
2. **Analisis Deskriptif**

Untuk mendapatkan gambaran umum suatu penelitian maka digunakanlah analisis data koordinasi mata kaki, keseimbangan, kecepatan reaksi kaki dan kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw pada siswa MTsN 1 Baubau Kota Baubau. Hal ini dimaksudkan untuk memberi makna pada hasil analisis yang telah dilakukan. Hasil analisis deskriptif data tersebut dapat pada tabel berikut:



1. **Koordinasi Mata Kaki**

Berdasarkan data penelitian koordinasi mata kaki (X1) pada siswa MTsN 1 Baubau Kota Baubau, maka diperoleh nilai maksimum 8 nilai minimum 4 sehingga rentangnya 4, nilai rata-rata sebesar 6.17, simpangan baku (S) sebesar 1.234 dan varian sebesar 1.523.

1. **Keseimbangan**

Berdasarkan data hasil penelitian keseimbangan (X2) pada siswa MTs Negeri 1 Baubau Kota Baubau, maka diperoleh nilai maksimum 95, nilai minimum 70, sehingga rentangnya 25, nilai rata-rata sebesar 80.80, simpangan baku (s) sebesar 7.928 dan varians sebesar 62.855.

1. **Kecepatan Reaksi**

Berdasarkan data hasil penelitian kecepatan reaksi (X3) pada siswa MTsN 1 Baubau Kota Baubau, maka diperoleh nilai maksimum 21, nilai minum 9, sehingga rentangnya 12, nilai rata-rata sebesar 14.257, simpangan baku (s) sebesar 3.5843 dan varians sebesar 12.847.

1. **Kemampuan Sepaksila pada Permainan Sepaktakraw**

Berdasarkan data hasil penelitian kemampuan sepaksila (Y) pada siswa MTsN 1 Baubau Kota Baubau, maka diperoleh nilai maksimum 36, nilai minimum 25, sehingga rentangnya 11, nilai rata-rata sebesar 29.97 simpangan baku (s) sebesar 3.459 dan varians sebesar 11.964.

1. **Uji Normalitas Data**

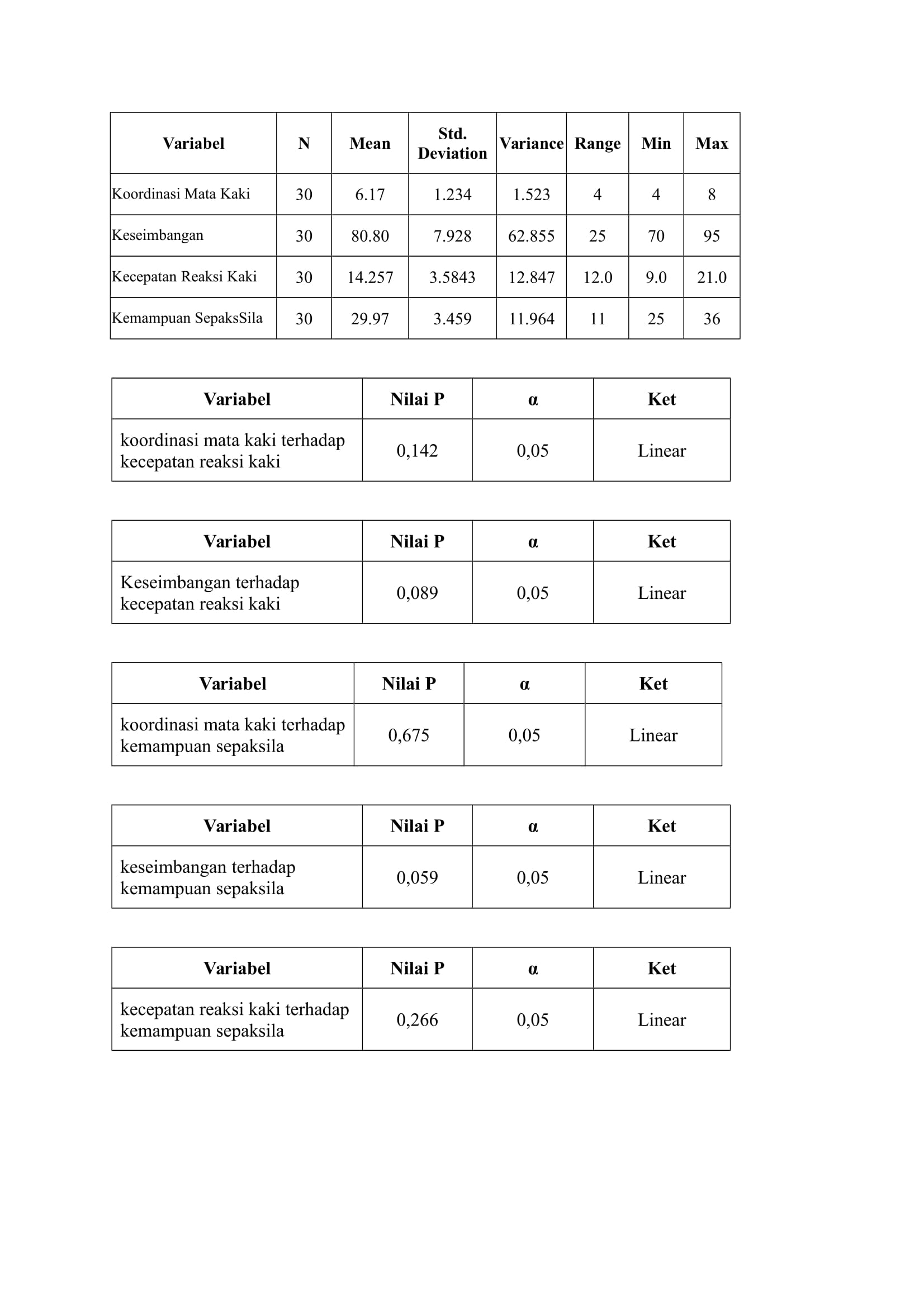
Salah satu asumsi yang harus dipenuhi agar uji parametrik dapat digunakan dalam penelitian adalah data harus mengikuti sebaran normal, maka dilakukan uji normalitas data. Pengujian normalitas data dapat dilakukan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh pada hasil penelitian berada pada sebaran normal. Pengujian normalitas data dapat dilakukan dengan uji *Kolmogrov Smirnov.*

Kriteria untuk menyatakan apakah data berasal dari sampel yang digunakan berdistribusi normal atau tidak dapat dilakukan dengan membandingkan *Koefisien Sig.* Atau nilai P dengan 0,05 (taraf signifikan). Apabila nilai P lebih besar dari 0,05 (taraf signifikansi), maka memiliki makna bahwa data berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Sebaliknya apabila P-*Value* lebih kecil dari 0,05, maka memiliki makna bahwa data berasal dari populasi yang berdistribusikan tidak normal.

1. **Analisis Linearitas Data**

Sebuah hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini perlu di uji dan dibuktikan melalui data empiris yang diperoleh dilapangan melalui tes pengukuran terhadap seluruh variabel yang diteliti. Karena data penelitian ini mengikuti sebaran normal,maka untuk menguji hipotesis penelitian ini digunakan analisis statistik parametrik dengan menggunakan analisis linearitas. Analisis linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan linear atau tidak linear secara signifikan. Salah satu persyaratan suatu data dikatakan linear apabila P-value lebih besar dari 0,05 (P-value> 0,05). Adapun hasil linearitas antar variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

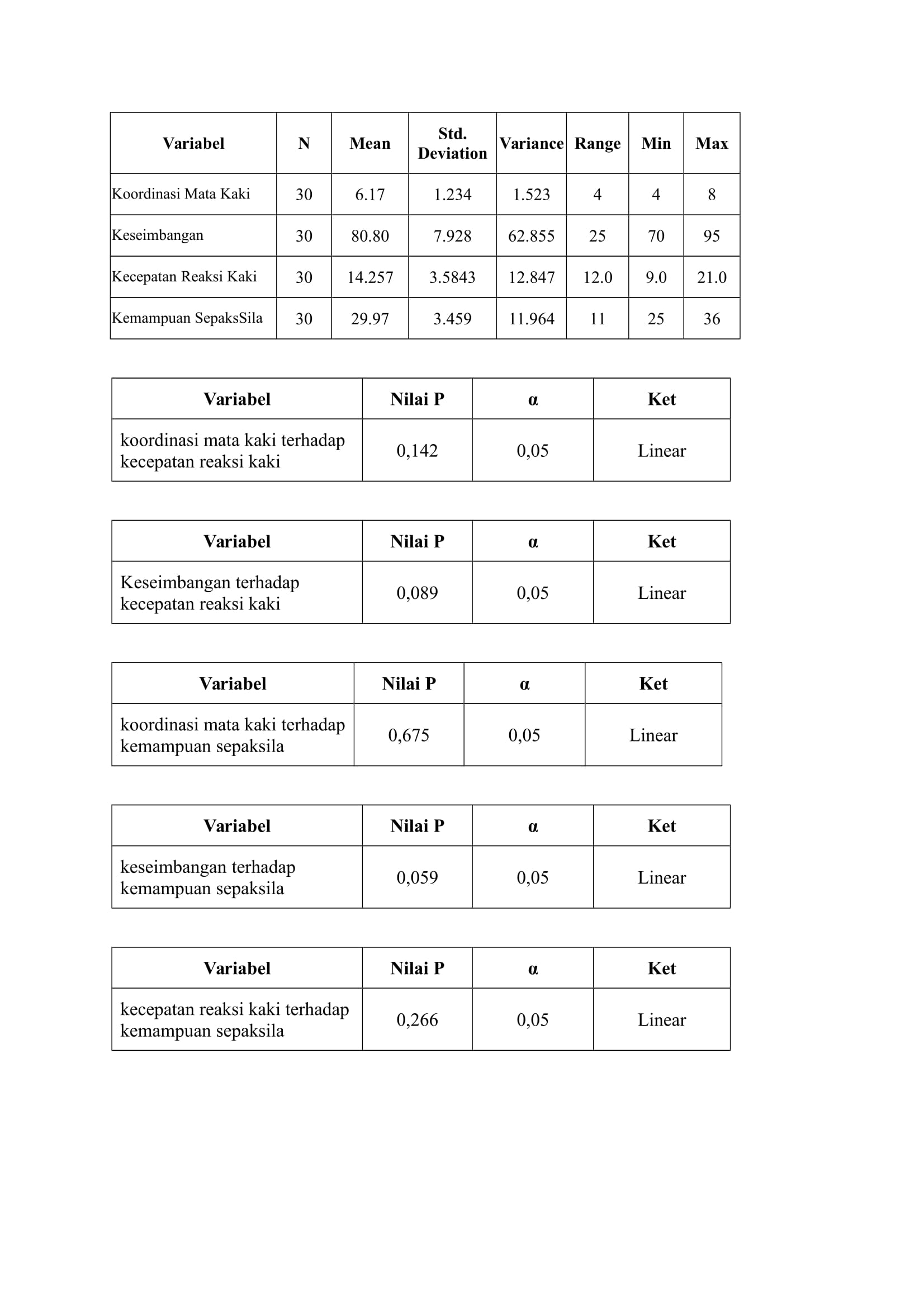
1. Analisis linearitas koordinasi mata kaki terhadap kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw pada siswa MTsN 1 Baubau.

Hasil uji linearitas koordinasi mata kaki terhadap kecepatan reaksi kaki MTs Negeri 1 Baubau

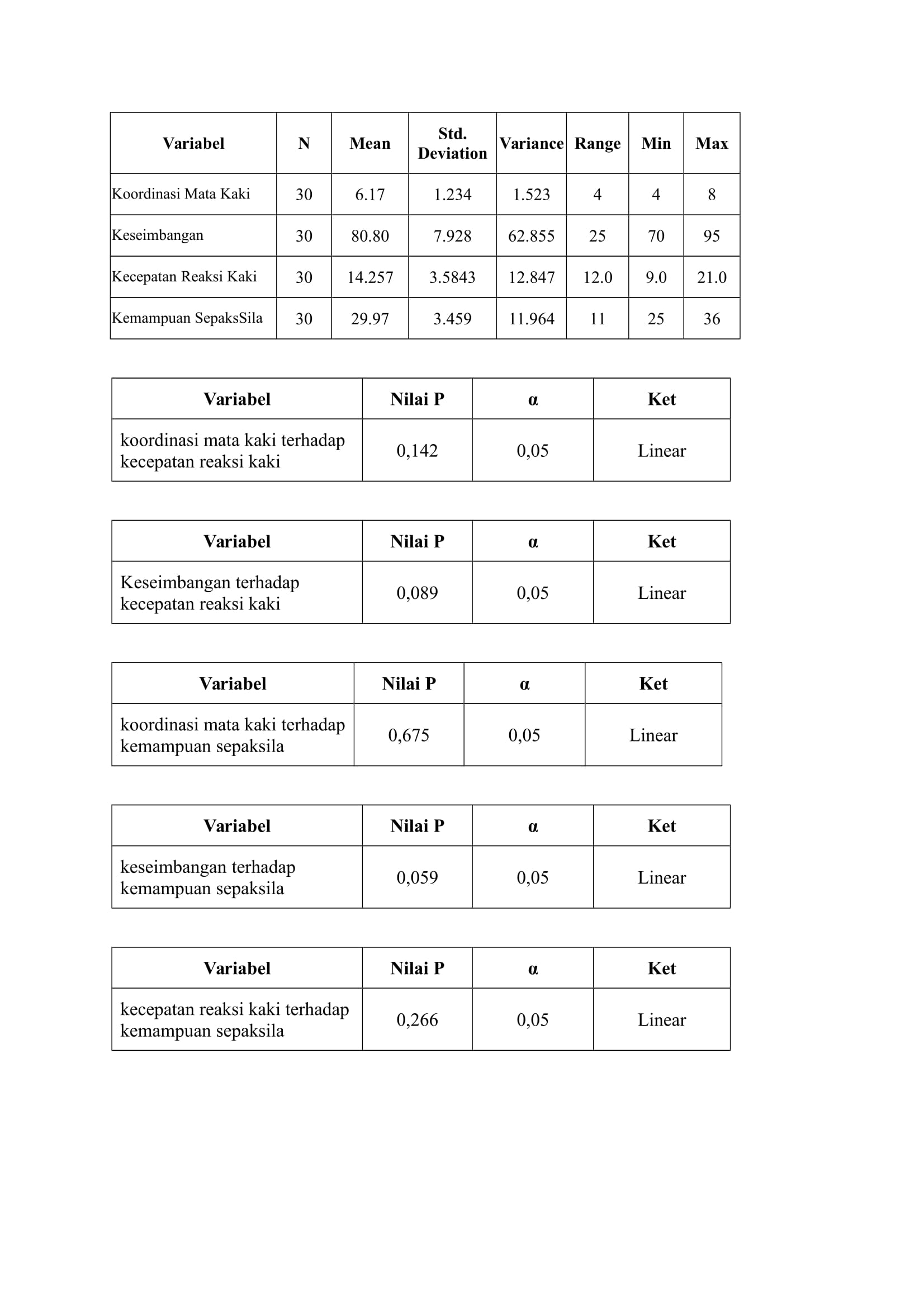
Berdasarkan tabel diatas terlihat bahwa hasil uji linearitas dari variabel koordinasi mata kaki terhadap kecepatan reaksi kaki diperoleh nilai linearitas sebesar 0,142, karena nilai linearitas data tersebut lebih besar dari 0,05 (0,142> 0,05) maka dapat disimpulkan bahwa antara koordinasi mata kaki dengan kecepatan reaksi kaki terdapat hubungan yang linear.

1. Analisis linearitas keseimbangan terhadap kecepatan reaksi kaki dalam permainan sepaktakraw pada siswa MTsN 1 Baubau.

Hasil uji linearitas keseimbangan terhadap kecepatan reaksi kaki siswa MTsN 1 Baubau



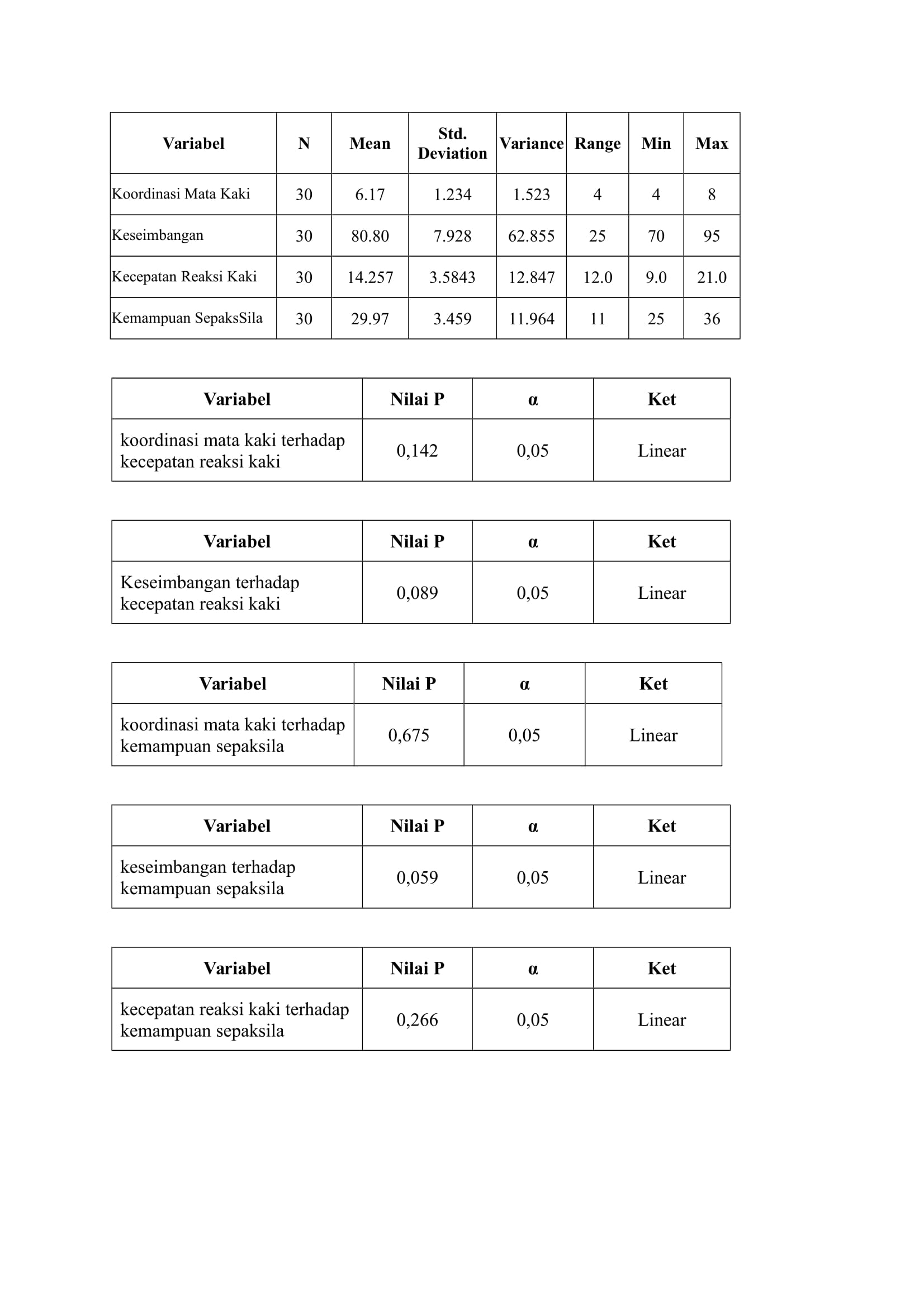
Berdasarkan tabel diatas terlihat bahwa hasil uji linearitas dari variabel keseimbangan terhadap kecepatan reaksi kaki diperoleh nilai linearitas sebesar 0,089 karena nilai linearitas data tersebut lebih besar dari 0,05 (0,089> 0,05) maka dapat disimpulkan bahwa antara keseimbangan terhadap kecepatan reaksi kaki terdapat hubungan yang linear.

1. Analisis linearitas koordinasi mata kaki terhadap kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw siswa MTsN 1 BaubauHasil uji linearitas koordinasi mata kaki terhadap kemampuan sepaksila siswa MTsN 1 Baubau

Berdasarkan tabel diatas terlihat bahwa hasil uji linearitas koordinasi mata kaki terhadap kemampuan sepaksila diperoleh nilai linearitas sebesar 0,675 karena nilai linearitas data tersebut lebih besar dari 0,05 (0,675> 0,05) maka dapat disimpulkan bahwa antara koordinasi mata kaki terhadap kemampuan sepaksila terdapat hubungan yang linear.

1. Analisis linearitas keseimbangan terhadap kemampuan sepaksila siswa MTsN 1 Baubau.

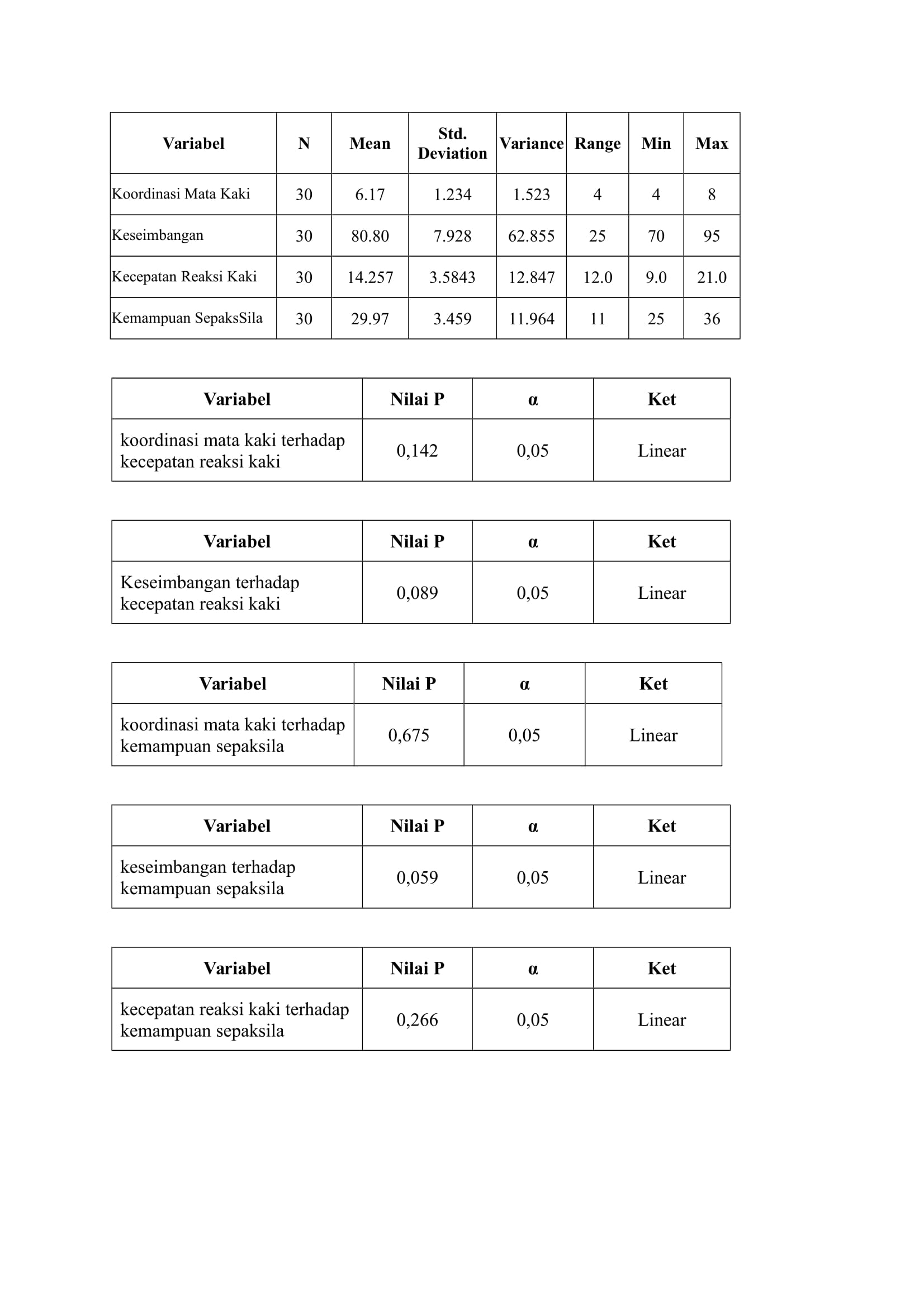
Hasil uji linearitas keseimbangan terhadap kemampuan sepaksila siswa MTsN 1 Baubau



Berdasarkan tabel diatas terlihat bahwa hasil uji linearitas keseimbangan terhadap kemampuan sepaksila diperoleh nilai linearitas sebesar 0,059, karena nilai linearitas data tersebut lebih besar dari 0,05 (0,059>0,05) maka dapat disimpulkan bahwa antara keseimbangan terhadap kemampuan sepaksila terdapat hubungan yang linear.

1. Analisis linearitas kecepatan reaksi kaki terhadap kemampuan sepaksila siswa MTsN 1 Baubau

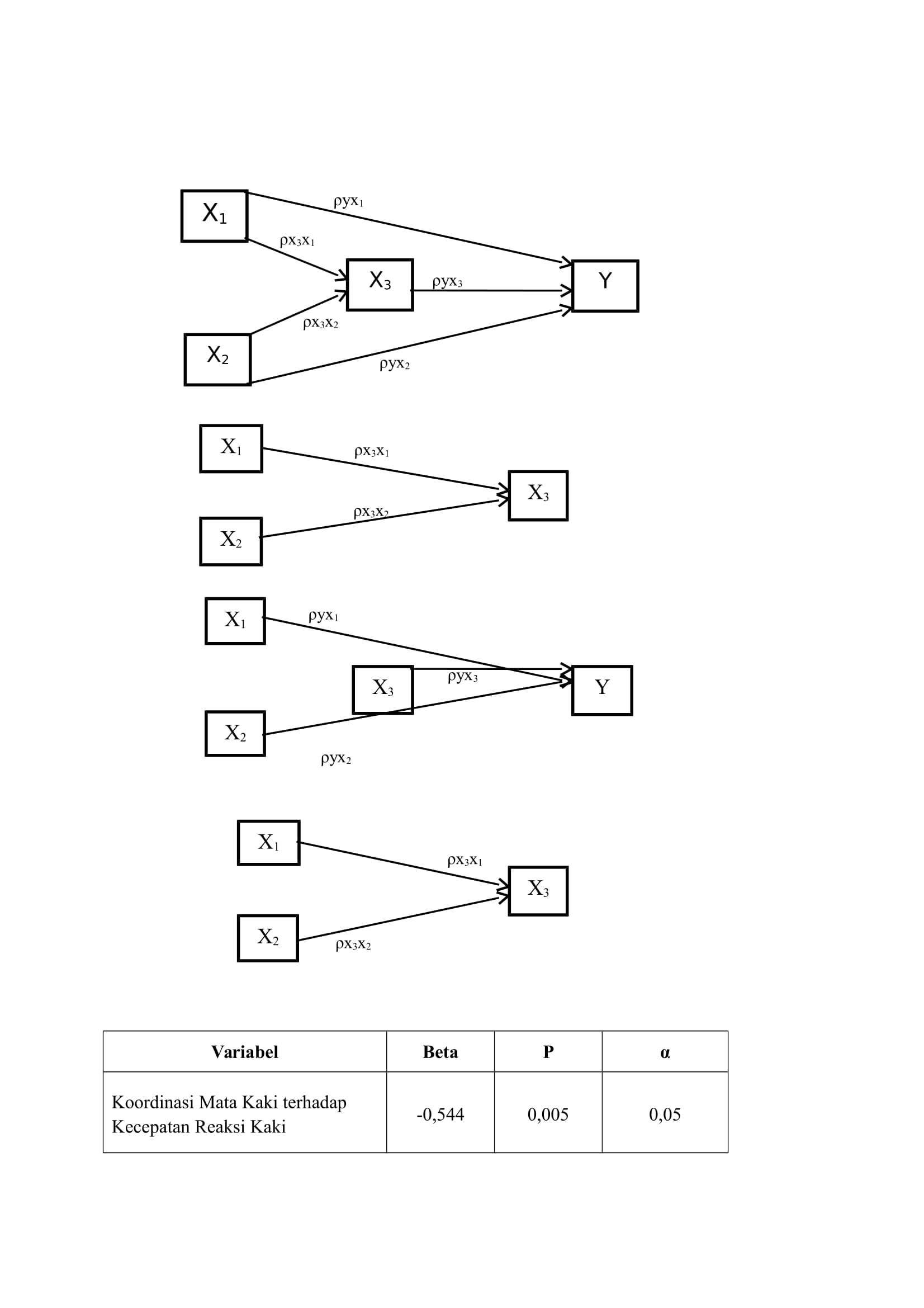
Hasil linearitas kecepatan reaksi kaki terhadap kemampuan sepaksila siswa MTsN 1 Baubau



Berdasarkan tabel diatas terlihat bahwa hasil uji linearitas kecepatan reaksi kaki terhadap kemampuan sepaksila diperoleh nilai linearitas sebesar 0,266, karena nilai linearitas data tersebut lebih besar dari 0,05 (0,266> 0,05) maka dapat disimpulkan bahwa antara kecepatan reaksi kaki terhadap kemampuan sepaksila terdapat hubungan yang linear.

1. **Pengujian Hipotesis**

Penelitian ini menurunkan lima hipotesis, dimana kelima hipotesis ini harus diuji kebenaranya dengan menggunakan analisis statistik inverensial yakni dengan menggunakan analisis jalur (*Path Analisis*). Secara beruntun, hiotesis dalam penelitian ini dapat diungkapkan sebagai berikut :Model persamaan struktural dari penelitian ini adalah sebagai berikut:



Gambar 4.1. Model Persamaan Struktural

Keterangan:

X1 : Koordinasi Mata Kaki

X2 : Keseimbangan

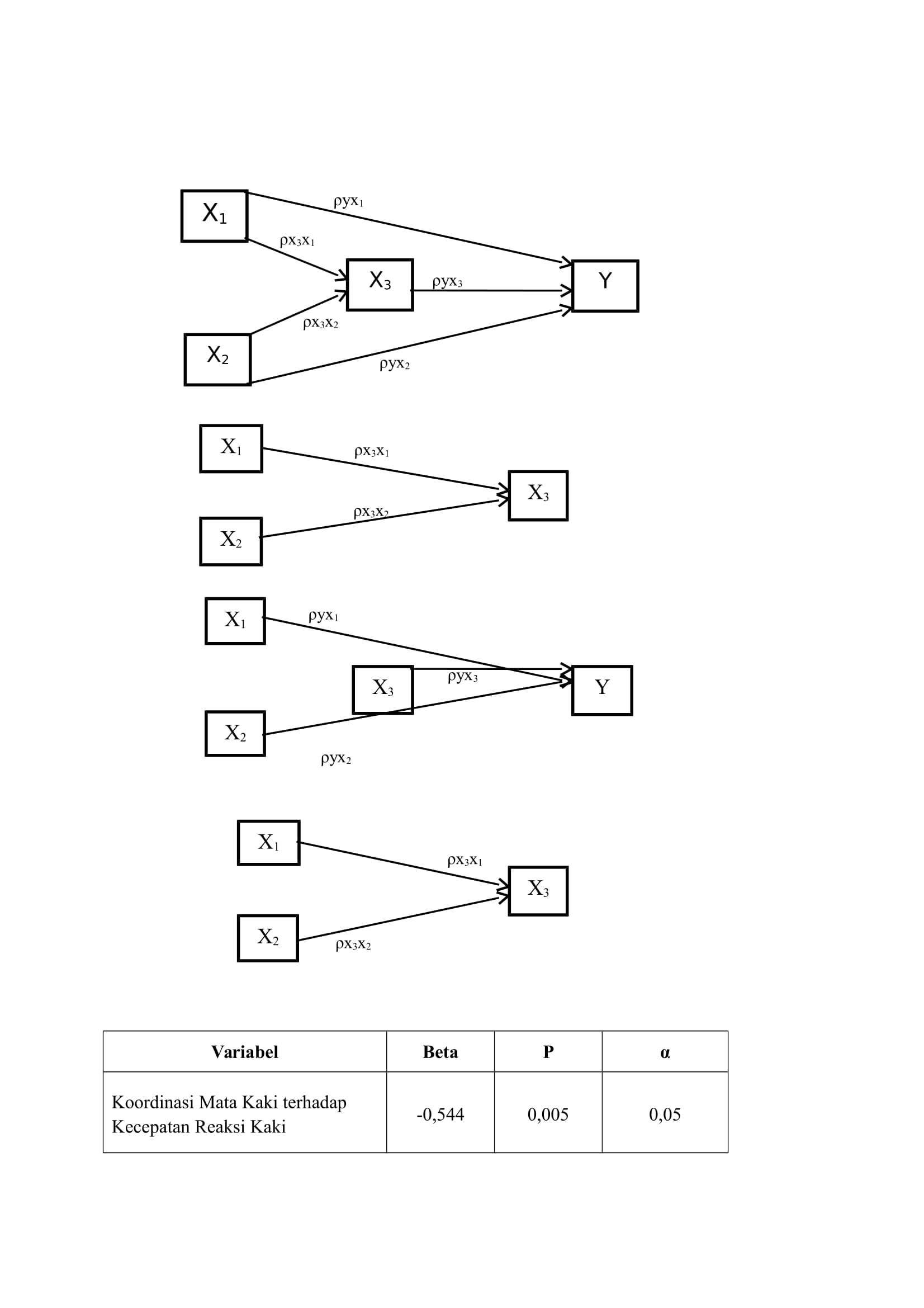
X3 : Kecepatan Reaksi Kaki

Y : Kemampuan Sepaksila

Berdasarkan model persamaan sturuktur diatas, selanjutnya dalam penelitian ini model persamaan sturuktur tersebut dibedakan menjadi 2 sub sturuktur. Persamaan sub sturuktur merupakan model persamaan antara variabel koordinasi mata kaki, keseimbangan, kecepatan reaksi kaki dan kemampuan sepaksila. Adapun model persamaan sub sturuktur tersebut dapat dilihat pada gambar berikut ini:

Adapun model struktural tersebut dapat dilihat pada gambar berikut ini:

**Struktural 1**



Gambar 4.2 Model Struktural 1

**Struktural 2**

ρyx3

ρyx2

ρyx1

X1

X2

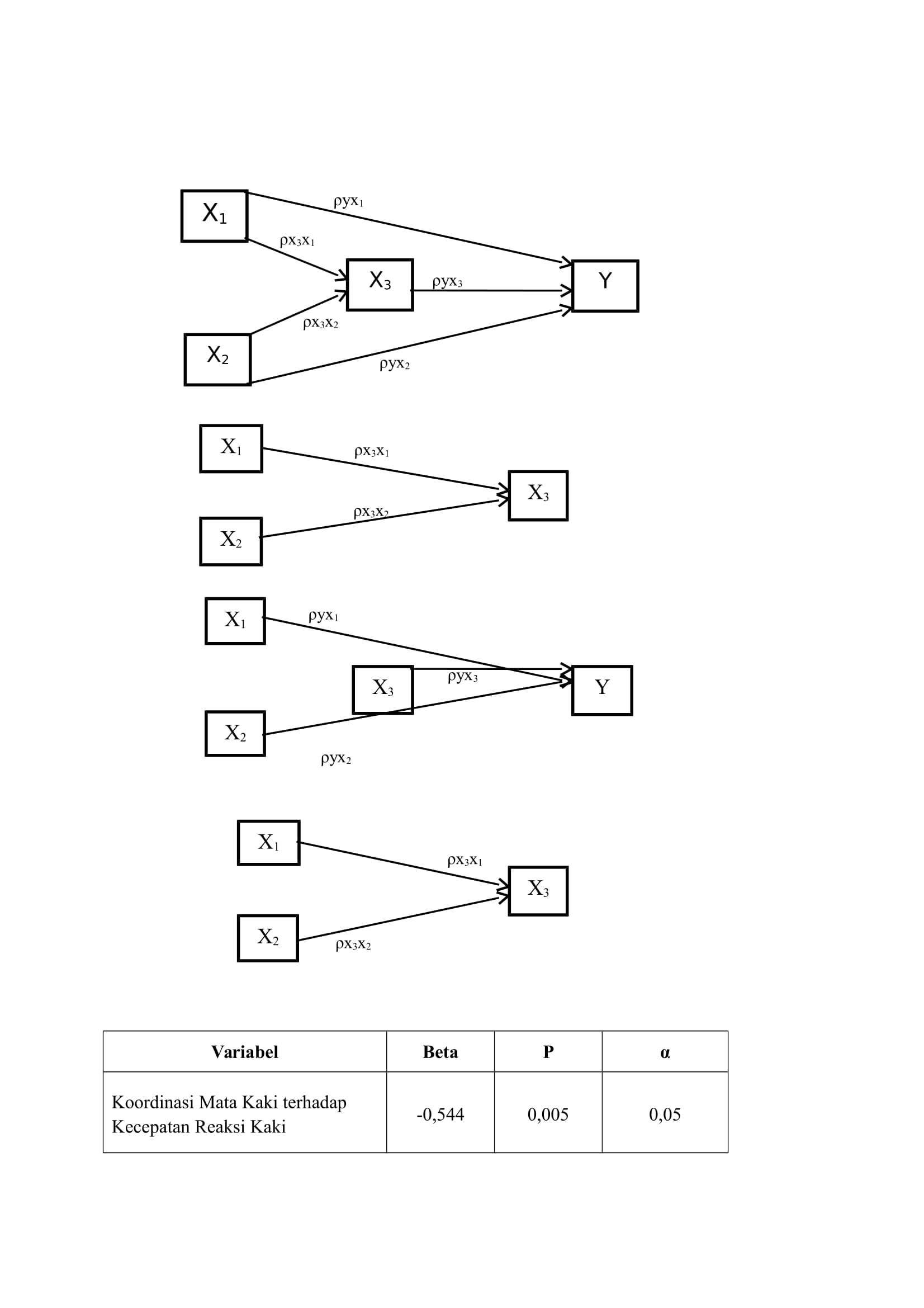
Y

X3

Gambar 4.3 Model Struktural 2

Berdasarkan gambar model persamaan sturuktur diatas, dimana terdapat dua model persamaan sturuktur dalam pengujuian hipotesis dalam penelitian ini. Adapun hasil pengujian hipotesis untuk setiap sturuktur yang dikemukakan adalah sebagai berikut:

1. **Pengujian hipotesis strukural 1**



Gambar 4.4 Model Pengujian Hipotesis Struktural 1

Berdasarkan pada model pnegujian hipotesis sub struktur I pada gambar di atas, ada dua hipotesis penelitian yang diajukan hipotesis tersebut adalah:

1. H0: Tidak terdapat pengaruh langsung yang signifikan koordinasi mata kaki terhadap kecepatan reaksi kaki

H1: Terdapat pengaruh langsung keseimbangan yang signifikan koordinasi mata kaki terhadap kecepatan reaksi kaki

1. H0: Tidak terdapat pengaruh langsung signifikan keseimbangan terhadap kecepatan reaksi kaki

H1: Terdapat pengaruh langsung signifikan keseimbangan terhadap kecepatan reaksi kaki.

Berdasarkan pada model persamaan struktur I diatas, selanjutnya hipotesis tersebut dilakukan pengujian. Adapun hasil pengujian hipotesis model persamaan sub struktur I adalah sebagai berikut:

1. Uji Hipotesis Individual Sub Struktur I

Hipotesis statistik dirumuskan sebagai berikut:

1. H0 : βX3X1=0

H1 : βX3X1≠0

1. H0 : βX3X2=0

H1 : βX3X2≠0

Secara kalimat sebagai berikut:

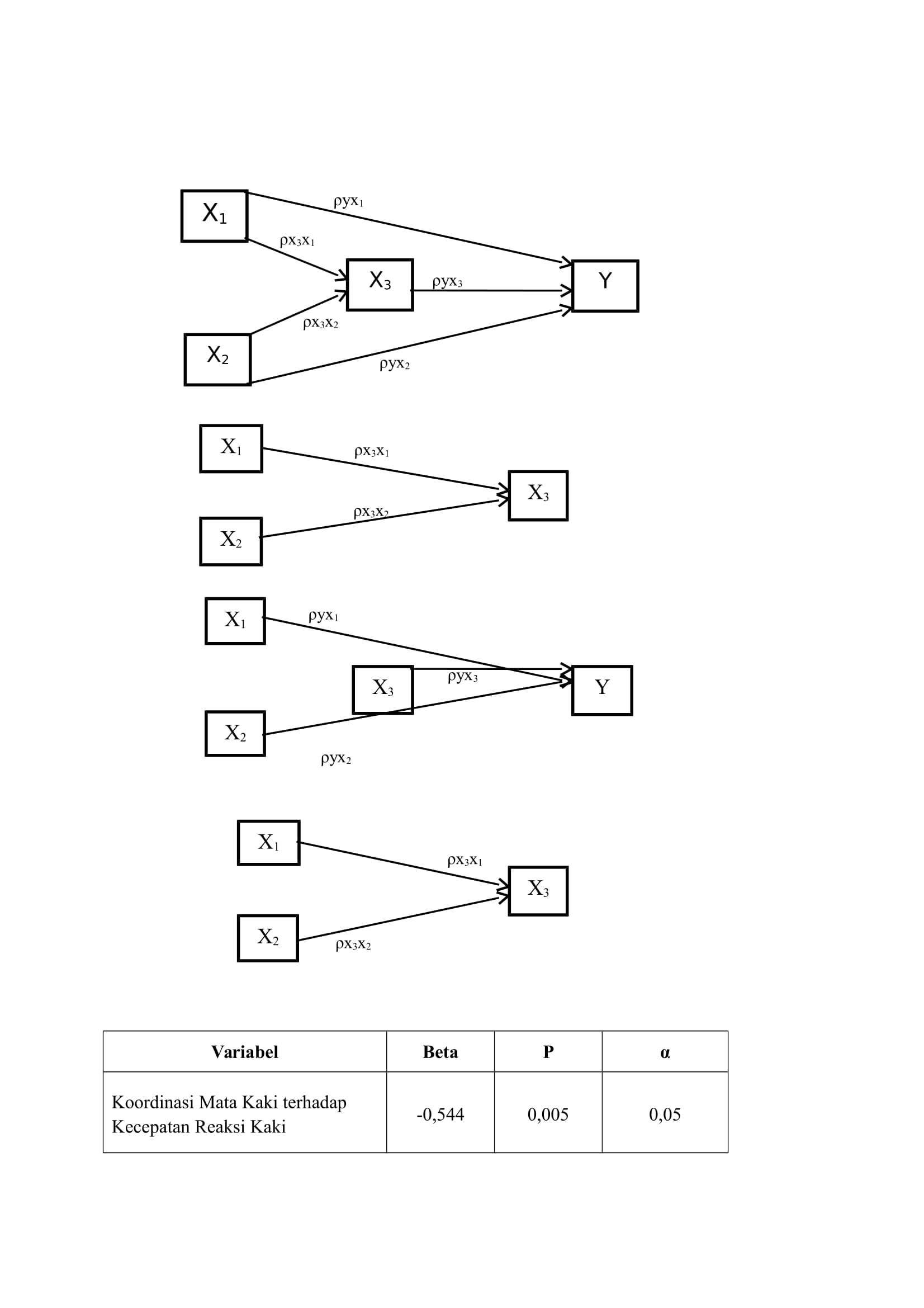
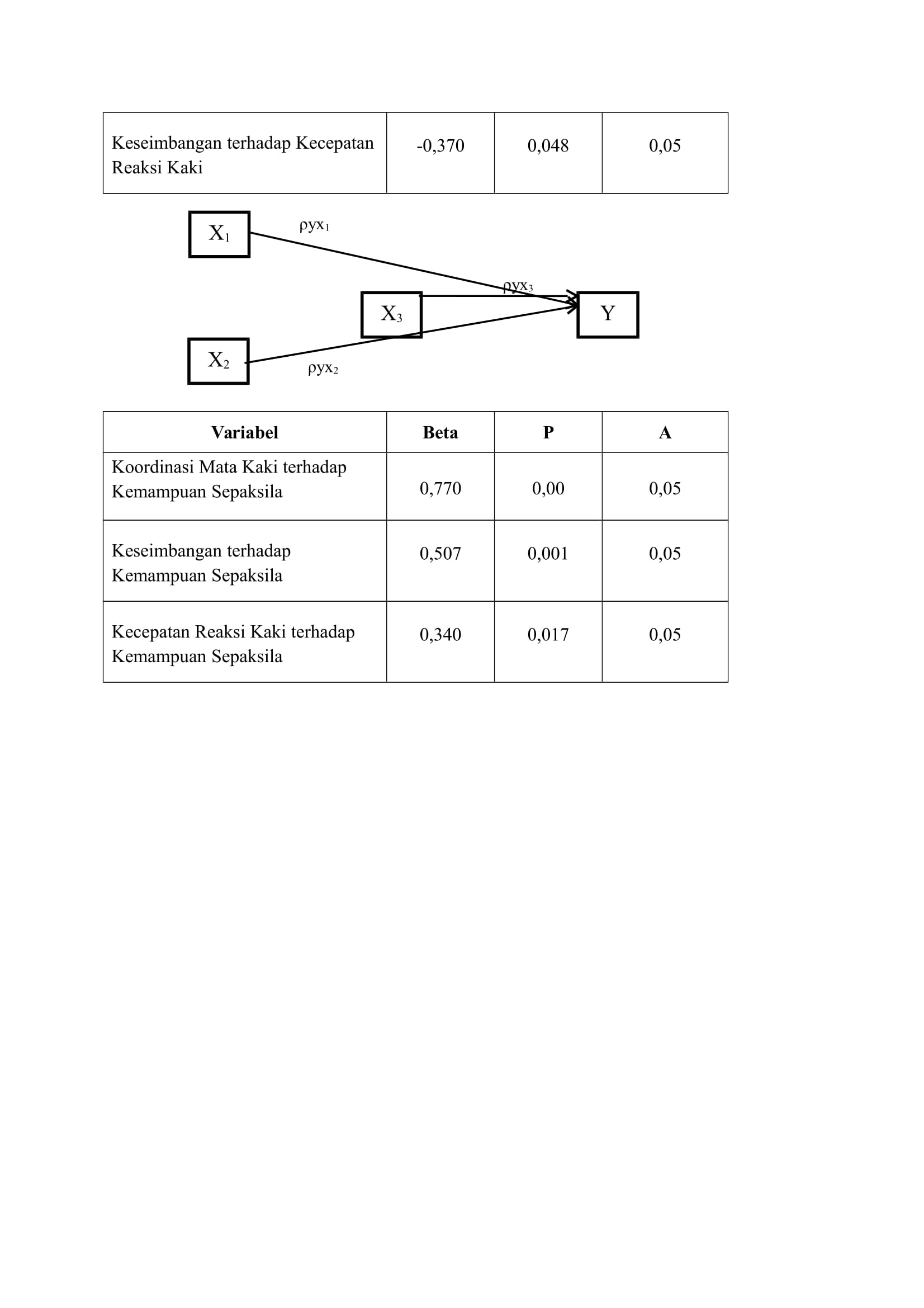
1. H0 : Tidak terdapat pengaruh langsung yang signifikan koordinasi mata kaki terhadap kecepatan reaksi kaki.

H1 : Terdapat pengaruh langsung yang signifikan koordinasi mata kaki terhadap kecepatan reaksi.

1. H0 : Tidak terdapat pengaruh langsung yang signifikan keseimbangan terhadap kecepatan reaksi kaki.

H1 : Terdapat pengaruh langsung yang signifikan keseimbangan terhadap kecepatan reaksi kaki.

Hasil analisis multivariat regresi struktur I variabel koordinasi mata kaki dan keseimbangan terhadap kecepatan reaksi kaki



Persamaan diatas dikatakan layak untuk digunakan karena nilai P pada uji tersebut < 0,05. Dari tabel koefisien model sub struktur I diatas diperoleh nilai persamaan struktural untuk variabel koordinasi mata kaki -0,544 sedangkan nilai signifikan yang diperoleh untuk variabel koordinasi mata kaki adalah 0,005 karena nilai signifikan kurang dari 0,05 (0,005<0,05) maka dapat diambil keputusan H0 ditolak. Artinya terdapat pengaruh langsung yang signifikan koordinasi mata kaki terhadap kecepatan reaksi kaki.

Kooefisien persamaan struktural yang diperoleh untuk variabel keseimbangan adalah -0,370 sedangkan nilai signifikan yang diperoleh adalah 0,048 karena nilai signifikan kurang dari 0,05 (0,048<0,05) maka dapat diambil kesimpulan H0 ditolak. Artinya terdapat pengaruh langsung keseimbangan terhadap kecepatan reaksi kaki.

1. **Pengujian Hipotesis Sub Struktur II**

Model kedua yang diajukan dalam pengujian hipotesis dalam penelitian persamaan yaitu model sub struktur 2. Adapun gambaran model tersebut dapat dilihat pada gambar berikut ini

:

ρyx3

ρyx2

ρyx1

X1

X2

Y

X3

Gambar 4.6. Model Pengujian Hipotesis Struktural 2

Berdasarkan pada model pengujian hipotesis sub struktur 2 pada gambar diatas, ada tiga hipotesis penelitian yang diajukan. Hipotesis tersebut adalah sebagai berikut:

1. H0 : Tidak terdapat pengaruh langsung yang signifikan koordinasi mata kaki terhadap spaksila

H1 : Terdapat pengaruh langsung yang signifikan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan sepaksila

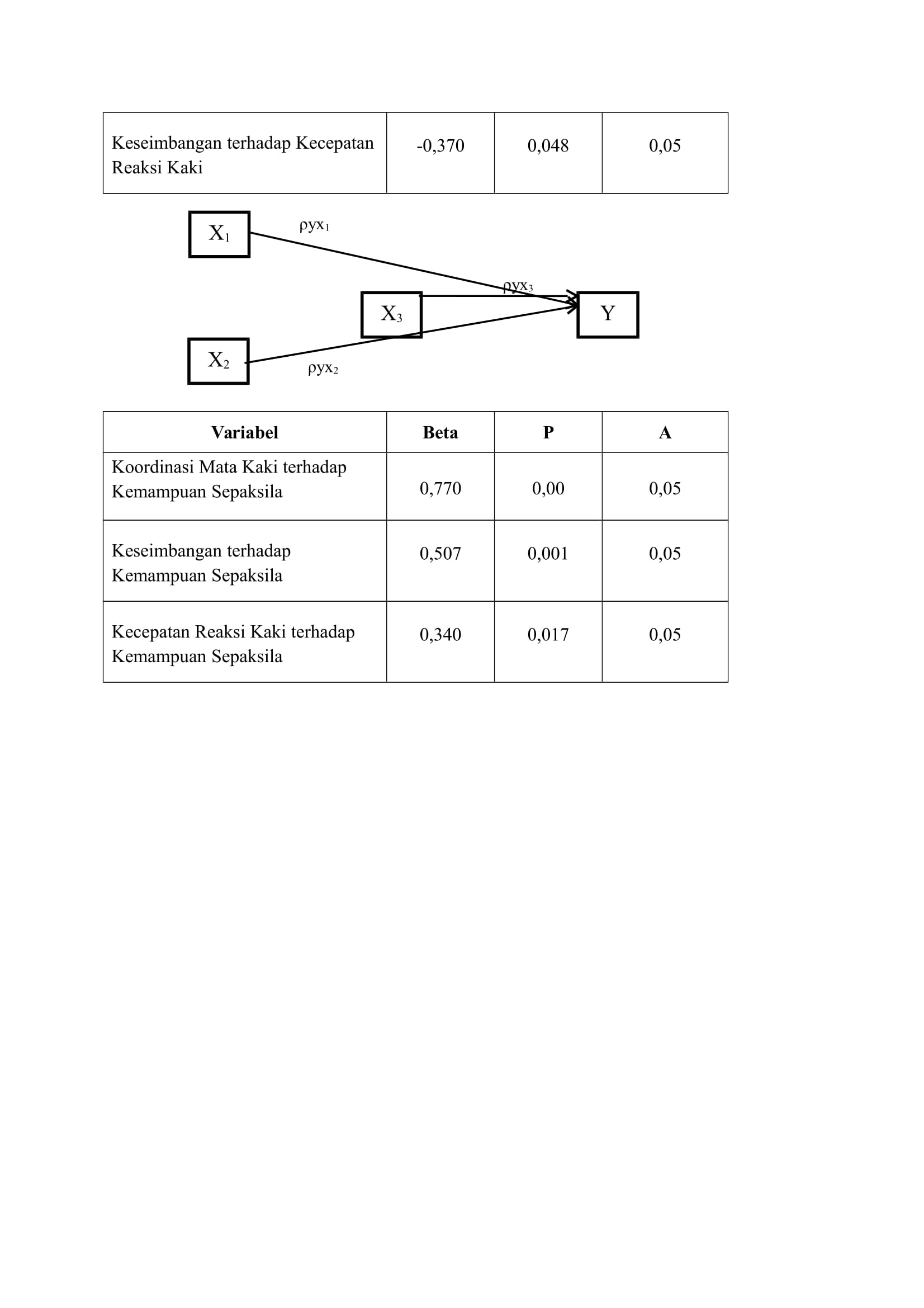
1. H0 : Tidak terdapat pengaruh langsung yang signifikan keseimbangan terhadap kemampuan sepaksila

H1 : Terdapat pengaruh langsung yang signifikan keseimbangan terhadap kemampuan sepaksila

1. H0 : Tidak terdapat pengaruh langsung yang signifikan kecepatan reaksi kaki terhadap kemampuan sepaksila

H1 : Terdapat pengaruh langsung yang signifikan kecepatan reaksi kaki terhadap kemampuan sepaksila.

Hasil analisis multivariat regresi struktur 2, variabel koordinasi mata kaki, keseimbangan, kecepatan reaksi kaki terhadap kemampuan sepaksila.



1. Dari tabel koefisien sub struktur 2 diatas diperoleh nilai koefisien persamaan struktural untuk koordinasi mata kaki sebesar 0,770 dengan signifikan yang diperoleh 0,00. karena nilai signifikan kurang dari 0,05 (0,00<0,05) maka dapat diambil keputusan H0 ditolak. Artinya terdapat pengaruh langsung koordinasi mata kaki terhadap kemampuan sepaksila.
2. Nilai koefisien keseimbangan sebesar 0,507 dengan signifikan yang diperoleh 0,001. karena nilai signifikan kurang dari 0,05 (0,001<0,05) maka dapat diambil keputusan H0 ditolak. Artinya terdapat pengaruh langsung yang signifikan keeimbangan terhadap kemampuan sepaksila.
3. Sedangkan perolehan nilai koefisien variabel kecepatan reaksi kaki sebesar 0,340 dengan signifikan yang diperoleh adalah 0,017. karena nilai signifikan kurang dari 0,05 (0,017<0,05) maka dapat diambil keputusan H0 ditolak. Artinya terdapat pengaruh langsung yang signifikan kecepatan reaksi kaki terhadap kemampuan sepaksila.

Mengingat desain analisis jalur terdapat pengaruh secara tidak langsung, maka hipotesis tersebut juga perlu di uji apakah memiliki pengaruh tidak langsung yang signifikan atau tidak memiliki pengaruh tidak yang signifikan. Koefisien yang dapat menjelaskan pengaruh antar variabel ini adalah *standarized coefficien beta.* Dalam hal ini akan dilihat hasil hipotesis ke enam yaitu pengaruh tidak langsung koordinasi mata kaki terhadap kemampuan sepaksila melalui kecepatan reaksi kaki. Dan hipotesis ke tujuh yaitu pengaruh tidak langsung keseimbangan terhadap kemampuan sepaksila melalui kecepatan reaksi kaki.

Pada hipotesis ke enam yaitu pengaruh tidak langsung koordinasi mata kaki terhadap kemampuan sepaksila melalui kecepatan reaksi kaki. Diketahui nilai koefisien beta pengaruh langsung koordinasi mata kaki terhadap kecepatan reaksi kaki adalah -0.544 dan nilai koefisen beta pengaruh langsung kecepatan reaksi kaki terhadap kemampuan sepaksila adalah 0.340. Maka nilai koefisien beta pengaruh tidak langsung koordinasi mata kaki terhadap kemampuan sepaksila melalui kecepatan reaksi adalah (-0.544 x 0.340 = -0.184).

Pada hipotesis ketujuh yaitu untuk mengetahui apakah ada pengaruh tidak langsung keseimbangan terhadap kemampuan sepaksila melalui kecepatan reaksi.

Diketahui nilai koefisien beta pengaruh keseimbangan terhadap kecepatan reaksi adalah -0.370 dan nilai koefisien beta pengaruh langsung kecepatan reaksi terhadap kemampuan sepaksila adalah 0.340 maka nilai koefisien beta pengaruh tidak langsung kesesimbangan melalui kecepatan reaksi kaki terhadap kemampuan sepaksila adalah (-0.370 x 0.340 = -0.125)

1. **Pembahasan**

Berdasarkan hasil analisis koefisien regresi dari variabel koordinasi mata kaki, keseimbangan, kecepatan reaksi kaki dan kemampuan sepaksila. Selanjutnya pengujian hipotesis perlu dikaji lebih lanjut dengan memberikan intrepretasi antara hasil analisis yang dicapai dengan dengan teori yang mendasari penulisan. Penjelasan ini diperlukan agar dapat diketahui kesesuaian teori dengan hasil penelitian yang dicapai.

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis yang diperoleh bahwa dari tujuh hipotesis yang diajukan terdapat pengaruh yang signifikan. Dengan kata lain ada tujuh hipotesis yang diterima dan signifikan. Untuk mengetahui bagaimana keadan pengaruh antara variabel koordinasi mata kaki, keseimbangan, kecepatan reaksi kaki dan kemampuan sepaksila dapat dijabarkan sebagai berikut :

1. **Ada pengaruh langsung koordinasi mata kaki terhadap kecepatan reaksi kaki**

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan, niali signifikan yang diperoleh adalah 0,005 karena nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 (0,005<0,05) maka hipotesis yang diajukan diterima. Tingkat koordinasi seseorang mencerminkan kemampuan untuk melakukan gerak pada berbagai tingkat kesulitan secara tepat, cepat dan efisien. Sedangkan kecepatan reaksi kaki merupakan kemampuan seseorang dalam hal mengendalikan organ-organ tubuh atau sistem syaraf untuk melakukan gerakan secepat mungkin. Berdasarkan uraian dan hasil uji hipotesis diatas, maka ada pengaruh langsung koordinasi mata kaki terhadap kecepatan reaksi pada permainan sepaktakraw.

1. **Ada pengaruh langsung keseimbangan terhadap kecepatan reaksi kaki**

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan, nilai signifikan yang diperoleh adalah 0,048 karena nilai siginfikan lebih kecil dari 0,05 (0,048<0,05) maka hipotesis yang diajukan diterima. Keseimbangan (*balance*) dibutuhkan pada saat seseorang mempertahankan sistem tubuhnya baik dalam posisi dinamis maupun statis hal ini sangat penting di dalam melakukan suatu gerakan karena seseorang mampu mengkoordinasikan gerakannya. Sedangkan kecepatan reaksi kaki merupakan kemampuan seseorang dalam hal mengendalikan organ-organ tubuh atau sistem syaraf untuk melakukan gerakan secepat mungkin. Meskipun seseorang memiliki keseimbangan yang baik jika tidak memiliki kecepatan dalam melakukan suatu gerakan, maka kaki tidak bisa mengenai bola secara tepat. Berdasarkan uraian dan hasil uji hipotesis di atas, maka terdapat pengaruh langsung keseimbangan terhadap kecepatan reaksi kaki.

1. **Ada pengaruh langsung koordinasi mata kaki terhadap kemampuan sepak sila dalam permainan sepaktakraw**

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan, niali signifikan yang diperoleh adalah 0,00 karena nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 (0,00<0,05) maka hipotesis yang diajukan diterima. Koordinasi mata dan kaki merupakan kemampuan untuk melakukan suatu gerakan berdasarkan penglihatan dan anggota gerak bagian bawah (kaki)**.** Sedangkanketerampilan sepaksila dalam permainan sepaktakraw juga berfungsi sebagai penahan serangan, baik itu menahan servis maupun smash yang memerlukan koordinasi mata dan kaki yang baik agar perkenaan kaki dan bola saat bola yang melaju kencang itu dapat ditahan dan kaki posisi kaki tidak bergeser dari arah bola. Berdasarkan uraian dan hasil uji hipotesis di atas maka terdapat pengaruh langsung antara koordinasi mata kaki terhadap keterampilan sepaksila dalam permainan sepaktakraw.

1. **Ada pengaruh langsung keseimbangan terhadap kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw**

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan, nilai signifikan yang diperoleh adalah 0,001 karena nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 (0,001<0,05) maka hipotesis yang diajukan diterima. Keseimbangan umumnya diperlukan dalam melakukan aktivitas, juga menahan beban. Seperti pada saat melakukan sepaksila, disini ada aksi yang berlangsung cepat dalam suatu aktivitas yang membutuhkan keseimbangan tinggi dan meletakkan titik berat badan yang tepat sehingga dapat melakukan gerakan sepaksila dengan tubuh dalam keadaan stabil atau seimbang sehingga melahirkan teknik yang baik.Keterampilan sepaksila yang baik dapat di lakukan apabila terdapat keseimbangan di dalamnya, oleh karena itu keseimbangan saat melipat kaki dapa terjaga dengan tidak menjatukan badan ke kanan maupun kekiri. Keterampilan sepaksila dalam permainan sepaktakraw juga berfungsi sebagai penahan serangan, baik itu menahan servis maupun smash yang memerlukan kekuatan keseimbangan yang baik agar perkenaan kaki dan bola saat bola yang melaju kencang itu dapat ditahan dan kaki posisi kaki tidak bergeser dari arah bola. Berdasarkan uraian dan hasil uji hipotesis di atas maka terdapat pengaruh langsung antara keseimbangan terhadap keterampilan sepaksila dalam permainan sepaktakraw.

1. **Ada pengaruh langsung kecepatan reaksi kaki terhadap kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw**

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan, nilai signifikan yang diperoleh adalah 0,017 karena nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 (0,017<0,05) maka hipotesis yang diajukan diterima. Kecepatan reaksi adalah salah satu bagian dari salah satu kondisi fisik yang dimiliki seseorang. Kecepatan reaksi memberikan pengaruh besar terhadap penampilan, keterampilan serta prestasi yang akan didapat oleh seorang atlet, terutama sepaksila. Kecepatan reaksi berbeda dengan refleks, karenah kecepatan reaksi seseorang dapat dilatih sehingga akhirnya membentuk otomatisasi gerakan. Sepaksila merupakan satu dari sekian banyak teknik dasar dalam permainan sepaktakraw. Dimana keberhasilanya perlu didukung oleh kemampuan kondisi fisik yang optimal, salah satunya adalah kecepatan reaksi. Dengan kecepatan reaksi yang baik, dimungkinkan tercapainya hasil yang diharapkan. Karenah kecepatan reaksi adalah kemampuan organisme atlit untuk menjawab rangsangan secepat mungkin dalam mencapai hasil yang sebaik-baiknya. Berdasrarkan uraian dan hasil uji hipotesis diatas terdapat pengaruh langsung antara kecepatan reaksi terhadap kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw.

1. **Ada pengaruh koordinasi mata kaki terhadap kemampuan sepaksila melalui kecepatan reaksi dalam permainan sepaktakraw**

Berdasarkan hasil data yang diperoleh, nilai pengaruh langsung koordinasi mata kaki terhadap kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw adalah sebesar -0.184 dalam hal ini diperlihatkan presentase pengaruh tidak langsung tersebut sebesar 18,4% hal tersebut menunjukan apabila siswa memiliki koordinasi mata kaki berkorelasi dengan kecepatan reaksi kaki maka akan berdampak baik terhadap kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw. Ini berarti bahwa kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw dipengaruhi oleh koordinasi mata kaki dan dapat meningkat apabila turut dipengaruhi oleh kecepatan reaksi kaki. Jika dihubungkan dengan ipotesis ketiga dimana terdapat pengaruh langsung koordinasi mata kaki terhadap kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw, dimana jika turut dipengaruhi oleh kecepatan reaksi kaki, maka dengan adanya pengaruh kecepatan reaksi kaki tersebut dapat meningkatkan kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw.

1. **Ada pengaruh keseimbangan terhadap kemampuan sepaksila melalui kecepatan reaksi dalam permainan sepaktakraw.**

Berdasarkan hasil data yang diperole, nilai pengaruh langsung keseimbangan terhadap kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw adalah sebesar -0.125 dalam hal ini diperlihatkan presentase pengaruh tidak langsung tersebut sebesar 12,5% hal tersebut menunjukan apabila seorang pemain atau siswa memiliki keseimbangan berkorelasi dengan kecepatan reaksi kaki maka akan berdampak baik terhadap kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw. Ini berarti bahwa kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw dipengaruhi oleh keseimbangan dan dapat meningkat jika turut dipengaruhi oleh kecepatan reaksi kaki. Jika dihubungkan dengan hipotesis keempat dimana terdapat pengaruh langsung keseimbangan terhadap kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw, dimana jika turut dipengaruhi oleh kecepatan reaksi kaki, maka dengan adanya pengaruh kecepatan reaksi kaki tersebut dapat dikatakan berpotensi untuk meningkatkan kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw.Dengan demikian berarti bahwa untuk menjadi pemain sepaktakraw yang terampil, ada banyak faktor yang dapat berpengaruh, selain faktor koordinasi mata kaki dan keseimbangan, perlu juga kecepatan reaksi kaki yang akan ikut mepengaruhi. Sehingga ketika kita bermain sepaktakraw, ada baiknya kita memperhatikan faktor-faktor tersebut. Karena dalam penelitian komponen tersebut sangat mempengaruhi kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw. Namun, selain itu faktor lain juga perlu diperhatikan. Karena dalam olahraga, apapun faktor fisik, teknik, mental dan taktik merupakan dasar yang paling diperlukan untuk menjadi olahragawan yang terampil dalam bidang yang digeluti agar dapat berprestasi.

1. **KESIMPULAN DAN SARAN**
2. **Kesimpulan**

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

1. Terdapat pengaruh langsung koordinasi mata kaki terhadap kecepatan reaksi kaki dalam permainan sepaktakraw pada siswa kelas VIII MTsN 1 Baubau Kota Baubau.
2. Terdapat pengaruh langsung keseimbangan terhadap kecepatan reaksi kaki dalam permainan sepaktakraw pada siswa kelas VIII MTsN 1 Baubau Kota Baubau.
3. Terdapat pengaruh langsung koordinasi mata kaki terhadap kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw pada siswa kelas VIII MTsN 1 Baubau Kota Baubau.
4. Terdapat pengaruh langsung keseimbangan terhadap kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw pada siswa kelas VIII MTsN 1 Baubau Kota Baubau.
5. Terdapat pengaruh langsung kecepatan reaksi kaki terhadap kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw pada siswa kelas VIII MTsN 1 Baubau Kota Baubau.
6. Terdapat pengaruh koordinasi mata kaki terhadap kemampuan sepaksila melalui kecepatan reaksi kaki dalam permainan sepaktakraw pada siswa kelas VIII MTsN 1 Baubau Kota Baubau.
7. Terdapat pengaruh keseimbangan terhadap kemampuan sepaksila melalui kecepatan reaksi kaki dalam permainan sepaktakraw pada siswa kelas VIII MTsN 1 Baubau Kota Baubau.
8. **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah diuraikan, maka dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Diharapkan kepada pelatih/guru siswa kelas VIII MTsN 1 Baubau Kota Baubau agar dapat menentukan program latihan/program belajar yang berkelanjutan guna untuk pencapaian prestasi yang maksimal dikancah regional, nasional maupun internasional bagi para pemainnya.
2. Dijadikan masukan dalam mengevaluasi siswa kelas VIII MTsN 1 Baubau Kota Baubau, sehingga bagi siswa/atlet yang memiliki kemampuan yang dibawah standar dapat diberikan latihan tambahan demi mencapai kemampuan fisik yang masikmal.
3. Untuk bidang ilmu olahraga, dijadikan sebagai sumber pikiran sebagai penambahan cakrawala khususnya ilmu keolahragaan agar lebih luas dalam pengembangannya. Sebagai bahan tambahan ilmu pengetahuan bagi mahasiswa Pedididkan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, masyarakat serta pembaca.

**DAFTAR PUSTAKA**

Abd. Rahman, Tuan Syed Akhir Syed. *Manual Latihan Sepak Takraw*: Tunas Cemerlang, Malaysia: Pustaka Delta Pelajaran Sdn Bhd, 1996.

Achmad Sofyan Hanif. 2017. *Kepelatihan Dasar Sepak Takraw*, Cetakan ke 2 Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada.

Achmad Sofyan Hanif. 2015. *Sepaktakraw Untuk Pelajar*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Adam, Asmizar. *Peraturan Perwasitan, Peraturan Permainan, Peraturan Pertandingan Sepaktakraw*, Jakarta: PB PERSETASI, 1990.

Berger, Peter I., Brigitte., Kellner. 1992. *The Homelles Mind, Modernization and Consciousness, Pikiran Kembara*, terj. Widyamartajaya, A. Yogyakarta: Penerbit Karnisius.

Charsian Anwar. 1992. *Mari Bermain Sepaktakraw*. PB. Persetasi

Darwis. Ratinus. 1992. *Olahraga Pilihan Sepaktakraw*. Jakarta : Dirjen. Dikti. Depdikbud.

Denny. Muslim. 1999. *Bermain Sepaktakraw* ; PB. Persetasi, Jakarta.

Depdikbud. *Permainan Sepakraga dan Sepaktakraw*. Jakarta: Depdikbud, 1982.

Diktora. *Penuntun Pelatih dan Peraturan Permainan Sepaktakraw*. Jakarta: Ditjen Diklusepora Depdikbud, 1980.

Halim, Nur Ichsan. 2011. *Tes dan Pengukuran dalam Bidang Olahraga*, Cetakan Pertama. Makassar: UNM.

Halim, Nur Ichsani. 2011. *Tes dan Pengukuran Kesehatan Jasmani.*Revisi ke 2 Makassar : UNM.

Hanafi, Hanif. *Sepaktakraw*. Kuala Lumpur: Pustaka Cita Tinggi, 1995.

Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek- Aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti P2LPTK

Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-aspek psikologis dalam Coaching*. Jakarta : Depdikbud.

Hidayat, Syarif. 2014. *Pelatihan olahraga teori dan metodologi.* Cetakan pertama. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Tjaliek. 1992. *Ilmu Faal*. Jakarta. Departemen Pendidikan dan Kebeudayaan.

Khalim. 1996. *Manual Latihan Sepaktakraw*. Malaysia : Baron Production Sdn. Bhd.

Nala, N. 1998. *Prinsip Pelatihan Fisik Olahraga*. Denpasar: Universitas Udayana

Nofriadi. 2014. *Java Fundamental Dengan Netbeans* 8.0.2. Yogyakarta : DeePublish.

Ramli. 2011. *Pengaruh Daya Ledak Otot Tungkai, Kelentukan, Keseimbangan, dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Keterampilan Servis Pada Permainan Sepaktakraw (Survey Pada Atlet Klub Sepaktakraw Makassar).* Desertasi. Jakarta: UNJ

Sajoto M. 1995. *Peningkatanndan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik dalam Olahraga.*Cetakan Pertama. Edisi Revisi*.* Semarang:Dahara Prize.

Sajoto, M. 1988. *Peningkatan dan Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Semarang : Dhahara Prize.

Sharkley, Bj. 2011. *Kebugaran dan Kesehatan. Desmarini*, Eri, N. 2003 (ahli bahasa). Ed. 2, Cet 2. PT Raja Grafido Persada. Jakarta.

Sugiyono. 1997. *Teori Motivasi dan Aplikaasinya*. Jakarta : Rineka Cipta.

Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung : ALFABETA

Sukadiyanto dan Muluk, D. 2011. *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: Lubuk Agung

Sulaiman. 2004. *Paparan Mata Kuliah Sepak Takraw*. Semarang: FIK UNNES

Waharsono. 1977. *Pembelajaran Sepaktakraw*. Jakarta : Dikmenum. Depdikbud

Widiastuti. 2011. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Cetakan pertama. Jakarta : PT Bumi Timur Jaya.

Winarno, M.E. 2004. *Pengembangan Permainan Sepaktakraw*. Malang: Universitas Negeri Malang.