

**KONTRIBUSI KECEPATAN REAKSI KAKI, KELINCAHAN DAN
KESEIMBANGAN TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING
BOLA PADA PERMAINAN SEPAKBOLA MURID
SDN NO. 166 INPRES BONTORITA
KABUPATEN TAKALAR**

¹Nur Hidayat

²Pembimbing I : Dr. Irfan, M.Pd

³Pembimbing II : Dr . Hasyim, M.Pd

ABSTRAK

Nur Hidayat, 2019. Kontribusi kecepatan reaksi kaki, kelincahan dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SDN No. 166 Inpres Bontorita Kabupaten Takalar. Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui; (1) Apakah ada kontribusi kecepatan reaksi kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SDN No. 166 Inpres Bontorita Kabupaten Takalar; (2) Apakah ada kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SDN No. 166 Inpres Bontorita Kabupaten Takalar; (3) Apakah ada kontribusi keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SDN No. 166 Inpres Bontorita Kabupaten Takalar; (4) Apakah ada kontribusi kecepatan reaksi kaki, kelincahan dan keseimbangan secara bersama-sama terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SDN No. 166 Inpres Bontorita Kabupaten Takalar.

Penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif yang menggunakan rancangan penelitian "korelasional". Populasinya adalah keseluruhan murid SDN No. 166 Inpres Bontorita Kabupaten Takalar. Sampel yang digunakan adalah sebanyak 30 orang. Teknik penentuan sampel adalah dengan pemilihan secara acak (*simple random sampling*). Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif, analisis koefisien korelasi pearson product moment (r), dan hasil analisis korelasi ganda (R) pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa; (1) Ada kontribusi yang signifikan antara kecepatan reaksi kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SDN No. 166 Inpres Bontorita Kabupaten Takalar, dengan nilai r sebesar 0,719 ($\rho_{\text{value}} < \alpha 0,05$); (2) Ada kontribusi yang signifikan antara kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SDN No. 166 Inpres Bontorita Kabupaten Takalar, dengan nilai r sebesar 0,710 ($\rho_{\text{value}} < \alpha 0,05$); (3) Ada kontribusi yang signifikan antara keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SDN No. 166 Inpres Bontorita Kabupaten Takalar, dengan nilai r sebesar 0,701 ($\rho_{\text{value}} < \alpha 0,05$); (4) Ada kontribusi yang signifikan antara kecepatan reaksi kaki, kelincahan dan keseimbangan secara bersama-sama terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SDN No. 166 Inpres Bontorita Kabupaten Takalar. dengan nilai R_{hitung} sebesar 0,846 ($\rho_{\text{value}} < \alpha 0,05$); dan nilai F_{hitung} (F) sebesar 21,858.

PENDAHULUAN

Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi yang telah dicapai oleh umat manusia membawa dampak positif bagi masyarakat banyak, salah satu bidang ilmu pengetahuan tersebut adalah olahraga, sehingga olahraga menjadi kajian penelitian yang menjanjikan untuk meningkatkan kualitas hidup manusia. Kemajuan olahraga terus ditumbuhkembangkan baik prestasi maupun dalam perannya dibidang kesehatan. Bangsa Indonesia adalah bangsa yang sedang berkembang yang maju menuju arah modernisasi, sehingga tidak mengherankan kalau pembangunan disegala bidang terus digalakkan. Pembangunan dibidang pendidikan misalnya, mencakup dibidang pendidikan olahraga dan prestasi.

Pembangunan di bidang olahraga merupakan bagian dari pembangunan daerah atau bangsa secara keseluruhan, demikian pula kemajuan yang dicapai dalam bidang olahraga merupakan salah satu alat untuk mengukur perkembangan suatu daerah atau bangsa. Melalui pembangunan di bidang olahraga yang di capai dengan olahraga prestasi, maka dapat menjadikan daerah atau bangsa terkenal.

Cabang olahraga permainan sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang langsung menyentuh dengan masyarakat luas apalagi olahraga permainan sepak bola yang sangat di gemari dan di jadikan olahraga masyarakat, serta sepak bola di jadikan idola di kalangan semua lapisan masyarakat. Sesuai dengan anjuran pemerintah untuk memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat, baik olahraga yang baru

berkembang maupun olahraga yang telah lama berkembang dan salah satu cabang olahraga yang paling banyak digemari adalah sepakbola.

Permainan sepakbola sekarang ini adalah kegiatan olahraga yang sangat berkembang dan bersifat prestasi, maka tidak heran jika melalui cabang olahraga sepakbola ini dapat mengangkat prestasi olahraga di tanah air. Untuk mencapai prestasi yang lebih tinggi harus dengan latihan yang keras dan kontinyu, juga tidak terlepas dari faktor keterampilan gerak dan teknik permainan yang baik.

Teknik dalam permainan Sepakbola merupakan dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain agar dapat bermain dengan baik guna menuju peningkatan prestasi, seperti menendang bola, menyundul bola, menggiring bola, dan sebagainya. Namun dalam hubungannya dengan penelitian ini hanya berfokus pada satu teknik saja yakni teknik menggiring bola.

Menggiring bola atau *dribble* adalah unsur dasar yang harus dimiliki oleh setiap pemain khususnya sepakbola karena teknik ini adalah teknik penunjang dalam penguasaan teknik-teknik lainnya termasuk unsur fisik yang terlibat didalamnya. Teknik menggiring bola merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam permainan sepakbola karena dapat menunjang terciptanya gol dalam suatu pertandingan.

Kemampuan menggiring bola tidak dapat terjadi tanpa didukung oleh beberapa unsur yang dapat menunjang, dan salah satunya yang paling dominan adalah unsur kemampuan fisik. Hal ini disebabkan karena tanpa kemampuan fisik yang memadai sulit untuk mengembangkan teknik menggiring yang baik. Begitupula sebaliknya dengan kemampuan fisik yang

baik maka pelaksanaan teknik gerakan menggiring akan dapat ditampilkan secara sempurna.

Salah satu cabang olahraga yang di bina dan di kembangkan di Indonesia termasuk di Sulawesi Selatan adalah cabang olahraga sepakbola. Prestasi cabang olahraga sepakbola, khususnya di SDN No. 166 Inpres Bontorita Kabupaten Takalar masih kurang mampu bersaing dengan sekolah lain serta cara menggiring bola siswa masih kurang optimal dimana perkenaan bola dan kaki kurang tepat, hal ini terbukti setiap kejuaraan yang di ikuti belum mampu meraih juara . Kenyataan tersebut diduga masih kurangnya pembinaan secara terpadu dalam pengembangan cabang olahraga tersebut, meskipun pada dasarnya memiliki potensi untuk dapat dibina dan di kembangkan.

Sekolah merupakan tempat anak dibimbing dan dilatih agar dapat memiliki mental, fisik yang kuat, terampil dan cekatan. Cabang olahraga sepakbola diperkenalkan sedini mungkin di sekolah-sekolah agar merupakan modal dasar untuk mengembangkan prestasi dimasa yang akan datang, sebab prestasi maksimal menuntut kesempurnaan teknik yang diperoleh dari teknik dasar yang besar.

Komponen-komponen fisik yang berhubungan dengan teknik dasar menggiring bola dalam permainan sepakbola antara lain kecepatan reaksi kaki, kelincuhan dan keseimbangan. Dalam menggiring bola sangat di perlukan yang namanya kecepatan reaksi kaki, karena dalam menggiring bola ada kalanya berhadapan dengan rintangan atau lawan yang berusaha merebut bola, Seseorang yang memiliki kecepatan reaksi kaki yang bagus akan mudah melakukan gerakan-gerakan cepat meskipun dalam ruang yang

sempit. Apabila kecepatan tersebut dimiliki oleh pemain sepakbola, maka akan mampu melakukan gerakan menggiring bola dengan cepat.

Begitu pula halnya terhadap kelincuhan juga mempunyai peranan yang tidak kalah pentingnya terhadap keterampilan menggiring bola. karena dalam menggiring bola ada kalanya berhadapan dengan lawan yang berusaha merebut bola, 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.

Keseimbangan juga mempunyai peranan yang tidak kalah pentingnya terhadap keterampilan menggiring bola. adapun yang dimaksud terhadap keseimbangan adalah kemampuan seseorang menjaga posisi dan kestabilan badan saat menggiring bola, salah satu unsur yang mendasar dalam pengembangan ke arah optimal adalah kemampuan fisik yang dimiliki belum merata serta penguasaan teknik-teknik yang ada belum mantap. Olehnya itu supaya pembinaan olahraga lebih terarah, terlebih dahulu harus menguasai teknik-teknik dasar yang ada dalam permainan sepakbola.

TINJAUAN PUSTAKA

1. Permainan Sepakbola

Sepakbola merupakan permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari sebelas orang pemain. Ini lazim disebut sebagai kesebelasan. Pada masing-masing regu atau kesebelasan berusaha memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke dalam

gawang lawan dan mempertahankan gawangnya sendiri agar tidak kemasukan.

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 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.

2. Kemampuan Menggiring Bola Pada Permainan Sepak Bola

Kemampuan menggiring bola merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepak bola yang harus dikuasai oleh setiap pemain. Menggiring bola merupakan gerakan dan aksi unik dalam permainan sepak bola yang didalamnya mengandung unsur seni, sebab adanya penggunaan kaki yang menyentuh bola dan sanggup mengubah arah dan kecepatan menggiring bola secara tiba-tiba dengan cara menggulingkan bola ke tanah sambil berlari. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Ilyas Haddade dan Ismail Tola (1991:50) bahwa: Dribbling atau menggiring bola adalah membawa bola di dalam kontrol sambil berlari, berarti bola tetap dalam penguasaan (bola selalu berada dekat kaki) dan dalam penguasaan untuk dimainkan.

Koger (2005: 51) mengemukakan bahwa “Menggiring bola (*dribbling*) adalah metode menggerakkan bola dari satu titik ke titik yang lain di lapangan dengan menggunakan kaki. Bola harus selalu dekat dengan kaki agar mudah di kontrol.”. Sedangkan menurut Ilyas

Haddade dan Ismail Tola (1995: 50) bahwa “menggiring bola ialah membawa kedalam kontrol sambil berlari bola tetap dalam penguasaan dan dalam penguasaan untuk dimainkan”.

3. Kecepatan reaksi kaki

Kecepatan adalah kemampuan untuk berjalan atau bergerak dengan sangat cepat seperti semua kemampuan biomotor. Kecepatan dapat pula diartikan sebagai suatu kemampuan yang ditandai dengan pertukaran kontraksi dan relaksasi otot dalam waktu yang singkat. Kecepatan dalam beberapa cabang olahraga berbeda-beda bila ditinjau dari pola geraknya. Kecepatan reaksi kaki bukan berarti sekedar menggerakkan kaki dengan cepat, tetapi dapat pula terbatas pada menggerakkan tungkai kaki dalam waktu yang sesingkat-singkatnya atau secara tiba-tiba.

Dalam cabang olahraga olahraga sepakbola khususnya menggiring bola setiap atlet dituntut mempunyai kecepatan bergerak dan bereaksi. Kemampuan dalam situasi permainan sangat penting bagi setiap pemain untuk melakukan aksi perorangan. Mohammad Sajoto (1988:17) mengemukakan bahwa, kecepatan adalah kemampuan seseorang dalam melakukan gerakan berkesinambungan dalam bentuk sama dan dalam waktu yang sesingkat-singkatnya.

Kecepatan reaksi (*Reaction speed*) adalah kecepatan menjawab suatu rangsangan dengan cepat dan dapat berupa penglihatan, suara melalui pendengaran. Dengan kata lain kemampuan otot atau sekelompok otot untuk bereaksi secepat mungkin setelah mendapat stimulus. Kecepatan reaksi kaki bukan berarti sekedar menggerakkan kaki dengan cepat, tetapi dapat pula terbatas pada

menggerakkan tungkai kaki dalam waktu yang sesingkat-singkatnya atau secara tiba-tiba.

Kelincahan

Kelincahan merupakan salah satu komponen kondisi fisik yang banyak dipergunakan dalam olahraga, kelincahan kemampuan seseorang mengubah posisi di area tertentu. Seseorang yang mampu mengubah satu posisi yang berbeda dalam kecepatan tinggi dan koordinasi yang baik, berarti kelincahannya cukup baik (M. Sajoto, 1984 : 8). Kelincahan adalah salah satu faktor didalam peningkatan prestasi olahraga khususnya dalam menggiring bola dama permainan sepakbola.

Kelincahan merupakan kemampuan seseorang untuk mempertahankan sistem tubuh baik dalam posisi statis maupun dalam posisi gerak dinamis yang mana kelincahan juga merupakan hal yang sangat penting didalam melakukan suatu gerakan karena dengan kelincahan yang baik, dapat membuat seseorang mampu mengkoordinasikan gerakan-gerakan dan dalam beberapa ketangkasan unsur keseimbangan, seperti yang dikemukakan oleh Harsono (1998: 224) bahwa “Kelincahan berhubungan dengan koordinasi dari dan dalam beberapa keterampilan juga dengan agilitas”. Dengan demikian untuk menjaga kelincahan dalam melakukan kegiatan jasmani, maka gerakan-gerakan yang dilakukan perlu koordinasi dengan baik sebagai usaha untuk mengontrol semua gerakan.

4. Keseimbangan

Keseimbangan merupakan kemampuan seseorang untuk mempertahankan sistem tubuh baik dalam posisi statis maupun dalam posisi gerak dinamis yang mana keseimbangan juga

merupakan hal yang sangat penting didalam melakukan suatu gerakan karena dengan keseimbangan yang baik, dapat membuat seseorang mampu mengkoordinasikan gerakan-gerakan.

Menurut Muchammad Sajoto (1988:58) tentang kemampuan menguasai letak titik berat yang lebih dikenal dengan istilah keseimbangan bahwa :

Keseimbangan atau balance adalah kemampuan seseorang mengendalikan organ-organ syaraf ototnya selama melakukan gerakan-gerakan yang cepat dengan perubahan letak titik berat badan yang cepat pula baik dalam keadaan statis maupun lebih-lebih dalam keadaan gerak dinamis.

Keseimbangan merupakan hal yang sangat penting pada hampir semua cabang olahraga dan merupakan dasar yang dapat menunjang penguasaan gerak keterampilan olahraga. Nurhasan dan Hasanuddin (2007:180) mengatakan bahwa: “keseimbangan (*balance*) diartikan sebagai kemampuan seseorang mengontrol alat-alat tubuhnya yang bersifat neuromuscular”.

METODE PENELITIAN

Variabel dan Desain Penelitian

Menurut Suharsini Arikunto (1992), mengatakan bahwa : “variabel merupakan obyek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Adapun variabel penelitian yang ingin diteliti dalam penelitian ini terdiri atas :

1. Variabel penelitian

Ada dua variabel yang terlibat dalam penelitian ini, yakni variabel bebas dan variabel terikat. Kedua variabel

tersebut akan diidentifikasi ke dalam penelitian ini sebagai berikut:

- a. Variabel bebas yakni:
 - Kecepatan reaksi kaki
 - Kelincahan
 - Keseimbangan
- b. Variabel terikat yakni:
 - Kemampuan menggiring bola

2. Desain penelitian

Desain penelitian sebagai rancangan atau gambaran yang dijadikan sebagai acuan dalam melakukan suatu penelitian. Penelitian ini adalah jenis penelitian yang bersifat deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya kontribusi antara kecepatan reaksi kaki, kelincahan dan keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola.

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 reaksi kaki

Koordinasi mata kaki yang dimaksud dalam penelitian ini adalah gerakan yang terjadi dari informasi yang diintegrasikan ke dalam gerak anggota badan. Tes yang digunakan yaitu menyepak bola ke sasaran (tembok dengan batas tertentu).

2. Kelincahan

Kelincahan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan seseorang mengubah arah lari dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak tanpa kehilangan keseimbangan atau

kesadaran akan posisi tubuh. Tes yang digunakan yaitu tes *shuttle run*.

3. Keseimbangan

Keseimbangan yang di maksud dalam penelitian ini adalah merupakan kemampuan murid mengendalikan organ-organ syaraf otot untuk menahan beban atau tahanan yang dilakukan dalam beraktifitas baik secara statis maupun dinamis. Tes yang digunakan yaitu tes keseimbangan *dinamis*.

4. Kemampuan menggiring bola

Kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola yang dimaksud dalam penelitian ini adalah membawa atau menggiring bola dengan menggunakan kaki sambil berlari dengan bola tetap dalam penguasaan. Tes yang digunakan yaitu menggiring bola dengan cepat sambil melewati rintangan.

Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan suatu kumpulan atau kelompok individu yang dapat diamati oleh anggota populasi itu sendiri atau bagi orang lain yang mempunyai perhatian terhadapnya. populasi menurut Sugiyono (2000:57), mengemukakan bahwa "Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek / subyek yang mempunyai kualitas dan kuantitas serta karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan".

Dengan demikian yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan individu yang menjadi objek dalam suatu penelitian. Yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah 120

murid SDN No. 166 Inpres Bontorita Kabupaten Takalar.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari individu yang mewakili populasi. Mengingat populasi dalam penelitian ini cukup banyak, sehingga perlu dilakukan pemilihan sampel sesuai dengan kebutuhan sampel dalam penelitian ini. Sugiyono (2010:91) mengemukakan bahwa “Sampel adalah sebagian dari anggota populasi yang diambil dengan menggunakan teknik tertentu yang di sebut teknik sampling. Karna jumlah populasi dalam penelitian relatif banyak, maka peneliti membatasi dengan melakukan pemilihan secara acak dengan menggunakan teknik “*Simple Random Sampling*”, sehingga di peroleh jumlah

Rangkuman hasil perhitungan statistik deskripsi tersebut dikemukakan sebagai berikut:

Tabel 4.1. Rangkuman hasil penelitian

Statistik	Variabel			
	X ₁	X ₂	X ₃	Y
Jumlah Sampel (n)	30	30	30	30
Nilai Minimum	11	12,16	56	15,26
Nilai Maksimum	34	16,28	87	23,16
Rentang	22	4,12	31	7,90
Rata-rata	22	14,2797	71,07	19,5057
Median	22	14,1450	71,50	19,5800
Simpangan Baku (s)	6	1,19257	9,101	2,29935
Varians (S ²)	42	1,422	82,823	5,287

Dari tabel 4.1 di atas, maka dapat dikemukakan gambaran data tiap variabel sebagai berikut:

a. Variabel Kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola (Y)

Berdasarkan data hasil penelitian pada variabel kemampuan menggiring

sampel sebanyak 30 orang murid SDN No. 166 Inpres Bontorita Kabupaten Takalar.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Data

Deskripsi data dari hasil penelitian bertujuan untuk memberikan gambaran umum mengenai penyebaran distribusi data kecepatan reaksi kaki, kelincahan, keseimbangan dan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Murid SDN No. 166 Inpres Bontorita Kabupaten Takalar, baik berupa ukuran letak distribusi frekuensi. Harga-harga yang disajikan setelah diolah dari data mentah dengan menggunakan statistik deskriptif, yaitu harga rata-rata, simpangan baku, modus, median dan distribusi frekuensi.

bola dalam permainan sepakbola (Y), diperoleh nilai minimum 15,26 detik dan nilai maksimum 23,16 detik, dengan rentang 7,90 detik. Nilai rata-rata sebesar 19,50 detik, memiliki median sebesar 19,58 detik dengan simpangan baku 2,29 detik, dan varians sebesar 5,28 detik.

b. Variabel Kecepatan reaksi kaki (X1)

Berdasarkan data hasil penelitian pada variabel kecepatan reaksi kaki (X1), diperoleh nilai minimum 11 centimeter dan nilai maksimum 34 centimeter, dengan rentang 22 centimeter. Nilai rata-rata sebesar 22 centimeter, memiliki median sebesar 22 centimeter, dengan simpangan baku 6 centimeter, dan varians sebesar 42 centimeter.

c. Variabel Kelincahan (X2)

Berdasarkan data hasil penelitian pada variabel kelincahan (X2), diperoleh nilai minimum 12,16 detik dan nilai maksimum 16,28 detik, dengan rentang 4,12 detik, Nilai rata-rata sebesar 14,27 detik, memiliki median sebesar 14,14 detik, dengan simpangan baku 1,19 detik, dan varians sebesar 1,42 detik.

d. Variabel Keseimbangan (X3)

Berdasarkan data hasil penelitian pada variabel keseimbangan (X3), diperoleh nilai minimum 56 point dan nilai maksimum 87 point dengan rentang 31 point. Nilai rata-rata sebesar 71,07 point, memiliki median sebesar 71,50 point, dengan simpangan baku 9,10 point, dan varians sebesar 82,82 point.

Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan deskripsi hasil analisis data dan pengujian hipotesis penelitian yang telah dilakukan, maka dapat dijelaskan pengaruh kecepatan reaksi kaki, kelincahan dan keseimbangan secara bersama-sama terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

1. Kontribusi Kecepatan reaksi kaki terhadap Kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola

Dari hasil pengujian hipotesis pertama ditemukan bahwa kecepatan reaksi kaki memiliki kontribusi dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola Murid SDN No. 166 Inpres Bontorita Kabupaten Takalar. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,719 yang dijelaskan melalui persamaan regresi $\hat{Y} = 13,781 + 0,254 X_1$. Temuan ini memberikan makna bahwa semakin baik kecepatan reaksi kaki, semakin baik pula kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola Murid SDN No. 166 Inpres Bontorita Kabupaten Takalar sebaliknya semakin tidak baik kecepatan reaksi kaki, maka kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola Murid SDN No. 166 Inpres Bontorita Kabupaten Takalar semakin tidak baik pula.

Kecepatan reaksi kaki merupakan komponen kesegaran jasmani yang harus dimiliki, termasuk dalam kemampuan menggiring bola. Kecepatan reaksi kaki merupakan kemampuan seseorang dalam melakukan gerakan berkesinambungan dalam bentuk sama dan dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Apabila kecepatan reaksi kaki baik, maka tentu akan berpengaruh untuk memberikan hasil yang optimal dalam menggiring bola pada permainan sepakbola.

Kecepatan reaksi kaki merupakan salah satu faktor yang menopang dalam kerja fisik, termasuk dalam kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Karena dengan kecepatan reaksi kaki yang baik, akan membantu pada saat menggiring bola pada permainan sepakbola. Apa yang telah dihasilkan dalam penelitian ini, yang memperlihatkan adanya kontribusi kecepatan reaksi kaki

dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola, menjadi rujukan dalam meningkatkan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

2. Kontribusi kelincahan terhadap Kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola

Dari hasil pengujian hipotesis kedua ditemukan bahwa kelincahan memiliki kontribusi yang signifikan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola murid SDN No. 166 Inpres Bontorita Kabupaten Takalar. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,710 yang dijelaskan melalui persamaan regresi $\hat{Y} = -0,036 + 1,369 X_2$. Temuan ini memberikan makna bahwa semakin baik kelincahan, semakin baik pula kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola Murid SDN No. 166 Inpres Bontorita Kabupaten Takalar, sebaliknya semakin kurang kelincahan, maka kemampuan menggiring bola kurang optimal.

Pada prinsipnya kelincahan adalah kemampuan dari seseorang untuk merubah arah dan posisi secepat mungkin sesuai dengan situasi yang dihadapi dan dikehendaki. sehingga menghasilkan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola yang optimal. Apabila kelincahan dimiliki secara memadai pada saat melakukan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola, maka tentu akan berkontribusi untuk memberikan hasil yang maksimal.

Apabila kelincahan diperhatikan, maka secara fisiologi akan menghasilkan kemampuan menggiring bola dalam

permainan sepakbola yang lebih baik. kelincahan merupakan prakondisi yang menunjang dalam berbagai cabang olahraga termasuk olahraga sepakbola khususnya menggiring bola. Oleh karena dengan kelincahan yang baik berarti sangat mendukung tercapainya hasil menggiring bola yang optimal. Apa yang telah dihasilkan dalam penelitian ini, yang memperlihatkan adanya kontribusi kelincahan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

3. Kontribusi keseimbangan terhadap Kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola

Dari hasil pengujian hipotesis ketiga ditemukan bahwa keseimbangan memiliki kontribusi yang kuat dan signifikan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola Murid SDN No. 166 Inpres Bontorita Kabupaten Takalar. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,701 yang dijelaskan melalui persamaan regresi $\hat{Y} = 32,100 + -0,177 X_3$. Temuan ini memberikan makna bahwa semakin baik keseimbangan, semakin baik pula kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola, sebaliknya semakin rendah keseimbangan, maka kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola semakin tidak baik.

Keseimbangan merupakan kemampuan seseorang untuk mempertahankan sistem tubuh baik dalam posisi statis maupun posisi gerak dinamis. Jadi keseimbangan dalam menggiring bola sangat diperlukan untuk memberikan hasil yang optimal. Apabila keseimbangan dimiliki dalam menggiring bola maka tentu akan berkontribusi untuk

memberikan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola yang baik.

Apabila keseimbangan diperhatikan pada menggiring bola, maka secara fisiologi akan mendorong kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola optimal. Karena keseimbangan dinamis merupakan keseimbangan pada saat tubuh melakukan aktifitas yang cepat terhadap pola yang berubah-ubah. Jadi keseimbangan merupakan komponen fisik yang sangat penting dalam olahraga, termasuk dalam kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Apa yang telah dihasilkan dalam penelitian ini, yang memperlihatkan adanya kontribusi keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola, menjadi rujukan dalam meningkatkan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Oleh karena itu, dengan pentingnya keseimbangan, maka dapat dipahami bahwa keseimbangan memiliki hubungan yang didasarkan pada kontribusi dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

4. Kontribusi kecepatan reaksi kaki, kelincahan dan keseimbangan terhadap Kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola

Dari hasil pengujian hipotesis keempat yang menunjukkan adanya kontribusi secara simultan antara kecepatan reaksi kaki, kelincahan dan keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola Murid SDN No. 166 Inpres Bontorita Kabupaten Takalar. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,881 yang dijelaskan

melalui persamaan regresi $\hat{Y} = 10,729 + 0,140X_1 + 0,704X_2 + -0,062X_3$. Hasil ini semakin memperkuat hasil pengujian hipotesis pertama, kedua dan ketiga. Dengan demikian kecepatan reaksi kaki, kelincahan dan keseimbangan dapat menjadi prediktor yang baik bagi kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Artinya, jika kecepatan reaksi kaki, kelincahan dan keseimbangan berkategori baik, maka dapat dipastikan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola akan lebih baik.

Selain faktor kecepatan reaksi kaki, kelincahan dan keseimbangan yang memiliki kontribusi dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola, masih ada faktor lain yang mempengaruhinya. Hal ini terbukti dengan nilai koefisien determinasi kontribusi kecepatan reaksi kaki, kelincahan dan keseimbangan secara bersama-sama terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola hanya mencapai 71,60%.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasannya, maka hasil penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Ada kontribusi yang signifikan kecepatan reaksi kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada murid SDN No. 166 Inpres Bontorita Kabupaten Takalar.
2. Ada kontribusi yang signifikan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada murid SDN No. 166 Inpres Bontorita Kabupaten Takalar.

3. Ada kontribusi yang signifikan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada murid SDN No. 166 Inpres Bontorita Kabupaten Takalar.
4. Ada kontribusi yang signifikan secara bersama-sama kecepatan reaksi kaki, kelincahan dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada murid SDN No. 166 Inpres Bontorita Kabupaten Takalar.

Saran

Berdasarkan hasil analisis data dan kesimpulan penelitian ini, maka dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Kepada Guru Pendidikan Jasmani, kiranya hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan acuan dalam mengajarkan cabang olahraga sepakbola, dalam merancang proses belajar mengajar sepakbola.
2. Kepada pelatih agar faktor kemampuan fisik yaitu kecepatan reaksi kaki, kelincahan dan keseimbangan perlu dikembangkan dan diperhatikan dan dapat dijadikan acuan dalam memilih calon atlet untuk dilatih ke arah pencapaian prestasi.
3. Bagi mahasiswa yang berminat melakukan penelitian lebih lanjut, disarankan agar melibatkan variabel-variabel lain yang relevan dengan penelitian ini serta dengan populasi dan sampel yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

Al-Hadiqie, Zidane Muhdhor. 2013. *Menjadi Pemain Sepak Bola Profesional*. ____: Kata Pena

Arikunto, Suharsini. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Haddade, Ilyas dan Tola, Ismail. 1991. *Penuntun Mengajar dan Melatih Sepak Bola*. Ujung Pandang: FPOK IKIP.

Halim, Nur, Icsan. 2004. *Tes dan Pengukuran Kesegaran Jasmani*. Makassar: Badan Penerbit UNM

Harsono, 1998. *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologi dalam Coaching*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti.

Hasan, Nur. 1986. *Tes Dan Pengukuran*. Jakarta: Penerbit Kurnia.

Koger, Robert. 2005. *Latihan Dasar Andal Sepak Bola Remaja*. Yogyakarta: Saka Mitra Kompetensi

Nurhasan. 2000. *Tes Dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*. FPOK UPI.

Rahantoknam, B.E. 1988. *Belajar motorik*. Depdikbud Dirjen Dikti, Jakarta.

Rani, Adib, Abd. 1992. *Materi dan Evaluasi Mengajar Permainan Sepakbola*. FPOK IKIP Ujung Pandang.

Rohim, Abdul. 2008. *Bermain Sepak Bola*. Semarang: C.V. Aneka Ilmu.

Sajoto, Mochamad. 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti.

Sugiyono, 2008. *Metode Penelitian
Kuantitatif Kualitatif dan R&D.*
Bandung: Alfabeta.

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