

**KONTRIBUSI KELINCAHAN, KESEIMBANGANDAN KOORDINASI
MATA KAKI DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA
DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA SISWA
SMA NEGERI 3 PINRANG**

MUH. AKBAR SABIR

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) Kontribusi Kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang. (2) Kontribusi keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang. (3) Kontribusi koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang. dan (4) Kontribusi kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang?.

Penelitian ini termasuk jenis penelitian regresi. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Negeri 3 Pinrang dengan jumlah sampel penelitian 30 siswa yang dipilih secara random sampling. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif, normalitas data dan regresi dengan menggunakan sistem SPSS Versi 16.00 pada taraf signifikan 95% atau $\alpha_{0,05}$.

Berdasarkan dari hasil analisis data, maka penelitian ini menyimpulkan bahwa: (1) Kelincahan memiliki kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang sebesar 45,8%; (2) Keseimbangan memiliki kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang sebesar 63%; (3) Koordinasi mata kaki memiliki kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang sebesar 58,4%; dan (4) Kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata kaki memiliki kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang sebesar 79,6%.

Kata Kunci: Kelincahan, Keseimbangan, Koordinasi Mata Kaki dan Menggiring Bola

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Sepakbola merupakan cabang olahraga yang tidak asing lagi dimata masyarakat Indonesia, terlebih di Sulawesi Selatan. Olahraga ini dikenal mulai dari kalangan atas hingga kalangan bawah dan tak mengenal strata yang ada dalam masyarakat. Sehingga dengan olahraga ini dapat menyatukan persatuan dan tali persaudaraan antar individual.

Perkembangan olahraga sepakbola di Sulawesi Selatan dapat dikatakan sudah menampakkan hasil yang menggembirakan dan memuaskan terbukti dengan prestasi yang telah dicapai di beberapa kejuaraan nasional yang pernah diselenggarakan sudah mampu mengangkat derajat dan membawa keharuman nama daerah, sehingga dapat dikatakan penampilan para pemain kita memiliki kemampuan untuk bersaing di tingkat nasional.

Menggiring bola atau dribbling adalah unsur dasar yang harus dimiliki oleh setiap pemain 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. Seperti halnya seorang pemain yang sukses menggiring bola dalam usahanya keluar dari kawalan lawan pada saat berada di depan gawang akan memberikan peluang yang besar untuk menciptakan gol karena keberhasilannya menggiring bola dengan melewati lawan yang menghadang menuju ke daerah kosong membuat posisinya bebas dan leluasa dalam melakukan tendangan ke gawang.

Kemampuan fisik yang dimaksud terutama ditekankan pada bagian tubuh yang memegang peranan penting dalam menggiring bola seperti unsur fisik kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata kaki merupakan hal yang sangat penting agar dapat melakukan gerakan menggiring bola secara berkelok-kelok maupun gerakan merubah arah secara tiba-tiba pada beberapa sisi dalam usaha untuk melewati lawan.

Pemain sepakbola yang memiliki koordinasi mata kaki yang bagus akan memberikan kontribusi yang maksimal dalam melakukan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Koordinasi mata kaki adalah kemampuan seseorang dalam memadukan antara mata dengan kaki dan mata dengan bola dalam perkenaan bola dengan kaki. maka dari itu, dalam menggiring bola dalam permainan sepakbola dibutuhkan perkenaan kaki dengan bola agar dalam menggiring bola yang dilakukan tidak terlalu kaku dan bola yang digiring tidak terlalu jauh dari kaki dan memudahkan melewati lawan. Apabila koordinasi kurang dalam menggiring bola maka akan kesulitan dan juga bola yang digiring akan mudah liar dan mudah diambil oleh lawan.

Kemampuan fisik lain yang dibutuhkan dalam kemampuan menggiring bola adalah kelincahan, karena dalam menggiring bola ada kalanya berhadapan dengan rintangan atau lawan yang berusaha merebut bola, ini berarti sangat dibutuhkan adanya kelincahan atau kemampuan merubah arah atau berhenti secara tiba-tiba untuk merubah posisi tubuh meskipun dalam koordinasi mata kaki

tinggi, maka dalam hal ini kelincuhan akan memberikan kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan tersebut.

Unsur fisik lain yang tak kalah pentingnya dalam menunjang kemampuan menggiring bola adalah keseimbangan (balance). Adapun yang dimaksud dengan keseimbangan adalah kemampuan seseorang menjaga posisi dan kestabilan badan terutama pada saat menggiring bola. Hal ini penting karena dengan keseimbangan yang baik kita dapat menggiring bola dengan baik, dan bola tidak mudah direbut oleh lawan.

Permasalahan yang timbul bahwa atlet atau siswa SMA Negeri 3 Pinrang, dari hasil observasi yang peneliti lakukan, teknik dasar menggiring bola belum terlalu dikuasai dari siswa SMA Negeri 3 Pinrang mengakibatkan permainan sepakbola yang dimainkan tidak terlalu bagus. Jadi peneliti menganalisa komponen fisik yang mendukung teknik dasar menggiring bola adalah kelincuhan, keseimbangan dan koordinasi mata kaki.

Hal inilah yang melatar belakangi penulis untuk melakukan penelitian guna dapat mengetahui

secara pasti tentang adanya kontribusi tersebut, dengan mengangkat judul penelitian: “Kontribusi Kelincuhan, Keseimbangandan Koordinasi mata kaki dengan Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola pada Siswa SMA Negeri 3 Pinrang”.

Rumusan Masalah

1. Apakah ada kontribusi kelincuhan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang?
2. Apakah ada kontribusi keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang?
3. Apakah ada kontribusi koordinasi mata kaki dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang?
4. Apakah ada kontribusi secara bersama-sama kelincuhan, keseimbangandan koordinasi mata kakidengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang?
- 5.

Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui apakah ada kontribusi kelincuhan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang.
2. Untuk mengetahui apakah ada kontribusi keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang.
3. Untuk mengetahui apakah ada kontribusi koordinasi mata kaki dengan kemampuan menggiring bola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang.
4. Untuk mengetahui apakah ada kontribusi secara bersama-sama kelincuhan, keseimbangandan koordinasi mata kakidengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang.

Manfaat Penelitian

1. Sebagai bahan masukan bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya dibidang keolahragaan menyangkut tentang kontribusi kelincahan, keseimbangandan koordinasi mata kakidengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang.
2. Sebagai bahan pertimbangan bagi pembina maupun pelatih olahraga sepakbola bahwa unsur kemampuan fisik yaitu kelincahan, keseimbangandan koordinasi mata kakidapat dijadikan sebagai acuan atau pedoman dalam usaha untuk meningkatkan prestasi atlet yang telah dibinanya khususnya kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola.
3. Sebagai bahan perbandingan bagi mahasiswa yang berminat untuk mengadakan penelitian lebih lanjut yang relevan dengan penelitian ini dengan memperhatikan berbagai sudut pandang permasalahan yang lebih luas.

TINJAUAN PUSTAKA

Menggiring bola (*dribbling*)

Mengenai *dribbling* menurut Sucipto (1999:28) menyatakan bahwa: “Menggiring bola adalah menendang terputus-putus atau plan-pelan”. Dari pendapat tersebut kita bisa mengetahui bahwa menggiring bola (*dribbling*) adalah suatu upaya mendorong bola secara terputus-putus dengan posisi bola tidak jauh dari kaki kita sambil berlari untuk mencapai tujuan tertentu dalam permainan sepakbola. Lux Bucher yang dikutip Wibawa (1997) dalam buku *Lingling* (2008:51) menjelaskan: “Tujuan *dribbling* adalah untuk mempertahankan bola saat berlari melintasi lawan atau maju ke ruang terbuka”. Dalam melakukan teknik *dribbling* terbagi dalam beberapa bentuk gerakan, berdasarkan perkenaan kaki dengan bola.

Teknik dasar *dribbling* dibagi beberapa bentuk. Ada *dribbling* menggunakan kaki bagian luar, ada *dribbling* dengan menggunakan kaki bagian dalam, ada pula *dribbling* menggunakan kaki bagian punggung kaki. Dalam buku dasar-dasar sepakbola Mielke (2007:2-6) menjelaskan tentang macam-macam *dribbling*, yaitu :

- a. *Dribbling* dengan menggunakan sisi kaki bagian dalam. Sentuhlah bola dengan sisi kaki bagian dalam dan posisikan kakimu secara tegak lurus terhadap bola. Tendanglah dengan pelan untuk mempertahankan kontrol bola dan pusatkan kekuatan tendangan pada bagian tengah bola sehingga memudahkan mengontrol bola.
- b. *Dribbling* dengan sisi kaki bagian luar. *Dribbling* dengan kaki bagian luar adalah salah satu cara untuk mengontrol bola. Keterampilan mengontrol bola ini digunakan ketika pemain yang menguasai bola sedang berlari dan mendorong bola sehingga bisa memperahankan bola dengan tersebut tetap berada di sisi luar kaki.
- c. *Dribbling* menggunakan kura-kura kaki. Kura-kura kaki bagian sepatu tempat tali sepatu berada, bisa memberikan dan mengontrol. Kesalahan umum yang sering dilakukan oleh pemula adalah menggunakan ujung jari kaki.

Ketika mulai mempersiapkan diri untuk bertanding sepakbola, keterampilan utama yang pertama kali yang akan membuat pemain terpacu dan merasa puas adalah bisa menggiring bola melewati lawan tanpa bisa direbut dan bisa menciptakan sebuah peluang untuk mencetak gol. Pada dasarnya menggiring bola adalah menendang terputus-putus atau pelan-pelan. Oleh karena itu, bagian kaki yang dipergunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang dipergunakan untuk menendang bola (Sucipto, dkk. 2000: 28).

Kelincahan

Dalam menggiring bola, disamping harus cepat juga harus memiliki kelincahan agar dapat mengelabui lawan sekaligus melewatinya dan akhirnya dapat kesempatan untuk melakukan tembakan. Mr. Coly Young dan Wilmore yang dikutip Harsono (1988:17) mengemukakan bahwa:

Agilitas adalah orang yang mempunyai kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak tanpa kehilangan keseimbangan atau kesadaran akan posisi tubuhnya.

Untuk lebih jelasnya dikemukakan juga batasan dari James A. Baley (1982:142) bahwa: “*Agility is generally defined as the ability to change direction quickly and effectively while moving as nearly as possible at full speed*”. Pendapat tersebut dapat diartikan sebagai kemampuan merubah arah dengan cepat dan efektif sambil bergerak atau berlari hampir dalam koordinasi mata kaki penuh.

Dalam semua aktivitas gerak keterampilan tubuh, komponen fisik kelincuhan selalu memberikan peranan yang amat penting menurut Soekarman (1987:71) mengungkapkan bahwa: “Kelincuhan adalah kemampuan untuk mengubah arah dengan cepat pada waktu bergerak dalam koordinasi mata kaki tinggi”.

Dijelaskan oleh Oxendine seperti dikutip Harsono (1988:29) bahwa: “*Agilitas* adalah koordinasi mata kaki dalam mengubah arah atau posisi tubuh”. Suharno (1983:23), mendefinisikan bahwa: “Kelincuhan sebagai kemampuan dari seseorang untuk merubah posisi dan arah secepat mungkin sesuai dengan situasi yang dihadapi”.

Dalam setiap cabang olahraga mempunyai tuntutan kelincuhan yang berbeda-beda secara spesifik. Seperti halnya dalam proses gerakan untuk membalikkan badan dalam melakukan tipuan atau menggiring bola. Adapun jenis-jenis kelincuhan menurut Ilyas Haddade (1983:30), yakni terdiri dari dua macam yaitu agility umum dan agility khusus, dalam pernyataannya sebagai berikut:

- a. Kelincuhan umum (*general agility*) berarti kelincuhan seseorang untuk menghadapi situasi dengan lingkungannya. Untuk jelasnya kelincuhan berguna untuk menjalankan olahraga apa saja problema hidup sesuai dengan lingkungannya.
- b. Kelincuhan khusus (*special agility*) adalah kelincuhan seseorang untuk menjalankan olahraga khusus.

Untuk menguasai teknik dalam olahraga termasuk dalam pelaksanaan teknik-teknik dasar permainan sepakbola secara maksimal, maka kelincuhan perlu dikembangkan melalui latihan. Karena kelincuhan dalam pelaksanaan olahraga mempunyai berbagai manfaat. Sebagaimana dikemukakan Verducci (1980) disampaikan bahwa: “Pembentukan kelincuhan lebih sulit dari pada pembentukan yang lainnya. Kelincuhan adalah hasil pembentukan dari unsur koordinasi mata kaki, kekuatan dan keseimbangan”.

Menurut A. Adib Rani (1992:43) menjelaskan bahwa ada beberapa faktor yang menentukan baik tidaknya kelincuhan:

1. *Speed of reaction* (koordinasi mata kaki bereaksi terhadap rangsangan).
2. Baik tidaknya beradaptasi terhadap kondisi yang berbeda-beda.
3. Kemampuan self control (koreksi diri sendiri)
4. Kemampuan berorientasi terhadap problema yang dihadapi.

5. Kemajuan mengatur keseimbangan badan.
6. Baik tidaknya pengaturan koordinasi gerakan-gerakan badan yang kontinu dan berganda gerakannya.
7. Kemampuan mengatasi rintangan-rintangan baik dari lawan maupun dari keadaan alam sekitarnya.
8. Kecakapan yang bersifat menekan atau mengerem gerakan-gerakan motorik.

Keseimbangan

Keseimbangan merupakan hal yang sangat penting pada hampir semua cabang olahraga dan merupakan dasar yang dapat menunjang penguasaan gerak keterampilan olahraga. Kasiyo Dwijowinoto (1993:18) mengatakan bahwa:

Memelihara qualibrium yang terkendali tanpa menghabiskan berbagai tenaga internal dan eksternal yang bekerja pada tubuh merupakan suatu prasyarat dasar agar penampilan keterampilan olahraga berhasil.

Keseimbangan merupakan kemampuan seseorang mempertahankan sistem tubuhnya baik dalam posisi gerak dinamis maupun dalam posisi statis. 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 Mochamad Sajoto (1988:58) tentang kemampuan menguasai letak titik berat badan yang dikenal dengan istilah keseimbangan bahwa:

Keseimbangan atau balance adalah kemampuan seseorang mengendalikan organ-organ syaraf otaknya 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.

Kemampuan mempertahankan posisi badan dalam berbagai situasi memerlukan kemampuan tersendiri dari orang tersebut. Kirkendall dkk (1980:257) mengemukakan bahwa: “Keseimbangan adalah fenomena yang kompleks yang melibatkan *vestibularsystem* pada bagian dalam telinga, penglihatan mata, otak menafsirkan secara kompleks, menghasilkan berbagai respon gerakan pada situasi fisik tertentu”.

Koordinasi Mata Kaki

Menurut Nala (2011:21) bahwa: “koordinasi adalah kemampuan tubuh untuk mengintegrasikan berbagai gerakan yang berbeda menjadi gerakan tunggal yang harmonis dan efektif.” Komponen koordinasi ini tidaklah berdiri sendiri, tetapi merupakan gabungan berbagai kemampuan komponen biomotorik lainnya. Komponen yang erat kaitannya dengan koordinasi ini adalah kecepatan, kekuatan, daya tahan, kelentukan, kelincahan dan keseimbangan.

Dalam pelaksanaan komponen kelincahan, sewaktu sedang berlari cepat kemudian melakukan perubahan gerakan secara tiba-tiba, bila tidak ditunjang oleh komponen koordinasi yang prima, penampilan kelincahan tidak akan berhasil. Dasar fisiologis dari komponen koordinasi ini adalah hasil dari proses syaraf pada sistem syaraf pusat. Salah satu fungsi dari sistem syaraf pusat ini adalah memilih dan memutuskan sebuah jawaban dengan cepat dan tepat untuk merespon rangsangan melalui urat syaraf *eferen* menuju ke *efector* tertentu.

Faktor yang berpengaruh terhadap komponen koordinasi ini menurut Bumpa dalam Halim (2011:132) adalah :

- 1.) Inteligensia. Semakin tinggi inteligensia seorang atlet akan semakin baik pengembangan komponen koordinasinya
- 2.) Kepekaan organ sensoris. Kepekaan yang tinggi terutama dibutuhkan pada sensor analisis motorik dan kinestetik seperti, keseimbangan dan irama kontraksi otot
- 3.) Pengalaman motorik. Banyaknya pengalaman dalam bidang aktifitas fisik dan teknik akan meningkatkan kemampuan koordinasi
- 4.) Tingkat pengembangan kemampuan biomotorik. Kemampuan biomotorik yang perlu dikembangkan terutama kecepatan, kekuatan, daya tahan dan kelentukan, agar dapat menunjang kemampuan koordinasi.

Bumpa dalam Halim (2011:132) juga mengklasifikasikan komponen koordinasi atas :

- 1.) Koordinasi umum. Setiap atlet harus mempunyai kemampuan komponen koordinasi dasar sehingga dapat melakukan berbagai aktifitas fisik yang umum dalam berolahraga. Koordinasi umum ini dibutuhkan terutama dalam pengembangan prinsip latihan multilateral.
- 2.) Koordinasi khusus. Kemampuan untuk menguasai komponen koordinasi khusus ini amat dibutuhkan pada penampilan berbagai gerakan olahraga yang amat cepat tetapi juga dibutuhkan pada olahraga yang memerlukan ketenangan, kesempurnaan, dan ketepatan. Koordinasi khusus ini amat erat kaitannya dengan kemampuan untuk menampilkan keterampilan motorik tertentu, sehingga dengan demikian dapat melakukan penampilan yang efisien.

Metode Penelitian

Variabel penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel bebas meliputi a) Kelincahan, b) Keseimbangan, dan c) Koordinasi mata kaki. Sedangkan variabel terikat yaitu menggiring bola. Untuk menghindari salah pengertian terhadap variabel yang terlibat dalam penelitian ini, maka variabel-variabel tersebut perlu didefinisikan secara operasional sebagai berikut:

1. Kelincahan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan seseorang merubah arah atau posisi tubuh dengan cepat yang dilakukan bersama-sama dengan gerakan lain. Latihan lari shuttle run

2. Keseimbangan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan seseorang dalam mempertahankan posisi badan/sistem tubuhnya dalam keadaan bergerak. Untuk mengukur kemampuan para siswa dilakukan tes menggunakan tes keseimbangan dinamis.
3. Koordinasi mata kaki yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan seseorang dalam memadukan mata dengan kaki dan mata dengan bola pada saat melakukan perkenaan bola. Untuk mengukur kemampuan para siswa dilakukan sepak tahan bola selama 30 detik.
4. Kemampuan menggiring bola yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah kemampuan seseorang dalam mengolah atau mengendalikan bola sambil berlari secepat mungkin dengan melalui atau melewati beberapa rintangan atau tiang yang telah ditentukan sebelumnya.

Populasi adalah keseluruhan sampel yang dijadikan obyek dalam penelitian, jadi populasi suatu penelitian harus memiliki karakteristik yang sama atau hampir sama. Oleh karena itu yang menjadi populasi pada penelitian adalah seluruh siswa laki-laki SMA Negeri 3 Pinrang dengan jumlah populasi 350 orang. Dengan demikian sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa laki-laki SMA Negeri 3 Pinrang sebanyak 30 siswa yang diambil dari 10% dari total populasi siswa SMA Negeri 3 Pinrang dengan tehnik pengambilan sampel adalah random sampling atau sistem acak.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Ada kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang.

Berdasarkan hasil pengujian maka persamaan regresi yaitu:

$$Y = a + bX_1$$

$$Y = 9,318 + 0,726 X_1$$

Maka yang terkandung dari persamaan regresi tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

- a. Konstanta sebesar 9,318 menyatakan jika kelincahan tidak mengalami perubahan, maka kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbolasiswa SMA Negeri 3 Pinrang sebesar 9,318.
- b. Koefisien regresi variabel kelincahan sebesar 0,726 menyatakan bahwa setiap penambahan satu persen (1%) variabel kelincahan akan menyebabkan terjadinya peningkatan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola sebesar 0,726siswa SMA Negeri 3 Pinrang.

Ada kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang. Berdasarkan hasil pengujian analisis regresi data kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbol diperoleh nilai regresi 0,677 dengan tingkat signifikan $0,000 < \alpha 0,05$, untuk koefisien determinasi sebesar 0,458. Hal ini berarti 45,8% pengaruh kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang.

Berdasarkan hasil analisis tersebut dapat diketahui niali t_{hitung} diperoleh 4,863 dapat dilihat pada tabel di atas dengan tingkat signifikan $0,000 < \alpha 0,05$.

Pengujian terhadap model regresi menunjukkan nilai F sebesar 23,649 dengan tingkat nilai signifikan sebesar $0,000 < \alpha 0,05$. Hal ini berarti bahwa kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola dapat dijelaskan secara signifikan oleh kelincahan pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang.

2. Ada kontribusi keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang.

Berdasarkan hasil pengujian maka persamaan regresi yaitu:

$$Y = a + bX_2$$

$$Y = 27,832 + -0,153 X_2$$

Maka yang terkandung dari persamaan regresi tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

- a. Konstanta sebesar 27,832 menyatakan jika keseimbangan tidak mengalami perubahan, maka kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbolasiswa SMA Negeri 3 Pinrang sebesar 27,832.
- b. Koefisien regresi variabel keseimbangan sebesar -0,153 menyatakan bahwa setiap penambahan satu persen (1%) variabel keseimbangan akan menyebabkan terjadinya peningkatan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola sebesar -0,153siswa SMA Negeri 3 Pinrang.

Ada kontribusi keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang. Berdasarkan hasil pengujian analisis regresi data keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola diperoleh nilai regresi -0,794 dengan tingkat signifikan $0,000 < \alpha 0,05$, untuk koefisien determinasi sebesar 0,630. Hal ini berarti 63% pengaruh keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang.

Berdasarkan hasil analisis tersebut dapat diketahui nilai t_{hitung} diperoleh -6,908 dapat dilihat pada tabel di atas dengan tingkat signifikan $0,000 < \alpha 0,05$. Dengan demikian terdapat kontribusi keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang sebesar 63%. Pengujian terhadap model regresi menunjukkan nilai F sebesar 47,716 dengan tingkat nilai signifikan sebesar $0,000 < \alpha 0,05$. Hal ini berarti bahwa kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola dapat dijelaskan secara signifikan oleh keseimbangan pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang.

3. Ada kontribusi koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang.

Berdasarkan hasil pengujian maka persamaan regresi yaitu:

$$Y = a + bX_2$$

$$Y = 19,617 + -0,267 X_3$$

Maka yang terkandung dari persamaan regresi tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

- a. Konstanta sebesar 19,617 menyatakan jika koordinasi mata kaki tidak mengalami perubahan, maka kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbolasiswa SMA Negeri 3 Pinrang sebesar 19,617.
- b. Koefisien regresi variabel keseimbangan sebesar -0,267 menyatakan bahwa setiap penambahan satu persen (1%) variabel koordinasi mata kaki akan menyebabkan terjadinya peningkatan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola sebesar -0,267siswa SMA Negeri 3 Pinrang.

Ada kontribusi koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang. Berdasarkan hasil pengujian analisis regresi data koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola diperoleh nilai regresi -0,764 dengan tingkat signifikan $0,000 < \alpha 0,05$, untuk koefisien determinasi sebesar 0,584. Hal ini berarti 58,4% pengaruh koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang.

Berdasarkan hasil analisis tersebut dapat diketahui nilai hitung diperoleh -6,275 dapat dilihat pada tabel di atas dengan tingkat signifikan $0,000 < \alpha 0,05$. Pengujian terhadap model regresi menunjukkan nilai F sebesar 39,370 dengan tingkat nilai signifikan sebesar $0,000 < \alpha 0,05$. Hal ini berarti bahwa kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola dapat dijelaskan secara signifikan oleh koordinasi mata kaki pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang.

4. Ada kontribusi kelincahan,keseimbangan dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang

Berdasarkan hasil pengujian maka persamaan regresi yaitu:

$$Y = a + bX_1 + bX_2 + bX_3$$

$$Y = 22,423 + 0,231 X_1 + -0,083 X_2 + -0,140 X_3$$

Ada kontribusi kelincahan,keseimbangan dan koordinasi mata kaki secara bersama-sama terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang. Berdasarkan hasil pengujian analisis regresi data kelincahan,keseimbangan dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang diperoleh nilai regresi (R_o) 0,892 dengan tingkat signifikansi pada kolom sig, sebesar $(0,000) < \alpha 0,05$ untuk nilai R Square (koefisien) determinasi) 0,796. Hal ini berarti 79,6% kontribusi kelincahan,keseimbangan dan koordinasi mata kaki secara bersama-sama terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang. Sedangkan sisanya $(100\% - 79,6\% = 20,4\%)$ disebabkan oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian.

Dari uji Anova atau F test, didapat F_{hitung} adalah 33,833 dengan tingkat signifikansi 0,000. Oleh karena signifikan $(0,000)$ jauh lebih kecil dari $\alpha 0,05$, maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi kelincahan,keseimbangan dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan

menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang (dapat diberlakukan untuk populasi dimana sampel diambil).

KESIMPULAN

1. Kelincahan memiliki kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang.
2. Keseimbangan memiliki kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang.
3. Koordinasi mata kaki memiliki kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang.
4. Kelincahan, keseimbangan dan koordinasi mata kaki memiliki kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 3 Pinrang.

DAFTAR PUSTAKA

- Danny Mielke. 2007. *Dasar-dasar Sepakbola*. Bandung: Pakar Raya.
- Dwijowinoto, Kasiyo. 1993. *Dasar-dasar Ilmiah Kepeleatihan*. IKIP: Semarang Press
- Haddade, Ilyas & Tola, Ismail. 1991. *Penuntun Mengajar Dan Melatih Sepakbola*. FOK IKIP Ujung Pandang.
- Halim, Nur Ichsan. 2011. *Tes dan Pengukuran Kesegaran Jasmani*. Makassar: Universitas Negeri Makassar.
- Harsono. 1988. *Coaching Dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Depdikbud P2LPTK, Jakarta.
- Kirkendall, Don R., Gruber, Joseph, and Johnson, Robert E. 1980. *Measurement and Evaluation for Physical Educator*. USA : Wm. C. Brown Company Publishers
- Nala, I Gusti Ngurah. 2011. *Prinsip Pelatihan Fisik Olahraga*. Bali: Udayana University Press
- Rani, Adib, Abd. 1992. *Materi Dan Evaluasi Mengajar Permainan Sepakbola*. FPOK IKIP Ujung Pandang.
- Sajoto, Mochamad. 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Depdikbud Dirjen Dikti, Jakarta.
- Soekarman R. 1987. *Dasar Olahraga Untuk Pembinaan, Pelatih dan Atlet*. Jakarta : Inti Idayu Press
- Sucipto. 1999. *Pembelajaran Sepakbola*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Suharno HP. 1993. *Ilmu Kepeleatihan Olahraga*. Yogyakarta.
- Usli, Lingling, dkk. 2008. *Pelatihan Cabang Olahraga Sepakbola*. Bandung: FPOK UPI
- Verducci, Frank M. 1980. *Measurement Concepts in Physical Education*. CV. Mosby Company, Saint Louis