

# **THE CORRELATION OF ANKLE COORDINATION AND REACTION SPEED WITH THE ABILITY OF PRECEPTS KICK ON SEPAKTAKRAW EXTRACURRICULAR SMPN 03 BANTAN**

**Nurariadi<sup>1</sup>, Drs. Slamet, M.Kes. AIFO<sup>2</sup>, Aref Vai, S.Pd, M.Pd<sup>3</sup>**

Email:nurariadi67@gmail.com,slametkepelatihan@ymail.com, aref.vai@lecturer.unri.ac.id

No. HP: 082389294113

***Health Physical Education And Recreation Department  
Faculty Of Teacher Training And Education  
Riau University***

**Abstract :** *The aim of the research was to get the correlation of ankle coordination and reaction speed with the ability of precepts kick on sepak takraw extracurricular of SMPN 03 Bantan. The forms of this research was the correlation study, the population in this study was sepak takraw extracurricular of SMPN 03 Bantan and the sample in this study was 6 students. While the sample technique used is total sampling (saturated sample), where all the population as the sample. So, the sample in this study amounted to 6 students. After that, the data is processed with statistics, normality test with Liliefors test and correlation at significant level  $\alpha$  (0,05). The first analysis in the calculation of the correlation between  $X_1$  and  $Y$ , where  $r_{table}$  at significant level  $\alpha$  (0,05) = 0,878 means  $r_{result}$  (0,928) > (0,878), which means the hypothesis is accepted and there is a meaningful correlation with a very strong interpretation between ankle coordination with the ability of precepts kick on students sepak takraw extracurricular SMPN 03 Bantan, a second analysis of in the calculation of the correlation between  $X_2$  and  $Y$ , where  $r_{table}$  at significant level  $\alpha$  (0,05) = 0,878 means  $r_{result}$  (0,920) > (0,878), which means the hypothesis is accepted and there is a meaningful correlation with a very strong interpretation between reaction speed with the ability of precepts kick on students sepak takraw extracurricular SMPN 03 Bantan. The analysis of the three correlation  $X_1$  and  $X_2$  with  $Y$  was obtained, which  $r_{table}$  at significant level  $\alpha$  (0,05) = 0,878, means  $R_{result}$  (0,988) >  $r_{table}$  (0,878). Then it can be concluded that the correlation between  $X_1$  and  $X_2$  with  $Y$  or the correlation between ankle coordination with the ability of precepts kick on sepak takraw extracurricular SMPN 03 Bantan are significant.*

**Keywords :** *Ankle Coordination, Reaction Speed dan Precepts Kick.*

# HUBUNGAN KOORDINASI MATA-KAKI DAN KECEPATAN REAKSI DENGAN KETERAMPILAN SEPAK SILA PADA EKSTRAKURIKULER SEPAKTAKRAW SMPN 03 BANTAN

Nurariadi<sup>1</sup>, Drs. Slamet, M.Kes. AIFO<sup>2</sup>, Aref Vai, S.Pd, M.Pd<sup>3</sup>

Email:nurariadi67@gmail.com,slametkepelatihan@ymail.com, aref.vai@lecturer.unri.ac.id

No. HP: 082389294113

**Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi  
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Riau**

**Abstrak :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan koordinasi mata-kaki dan kecepatan reaksi dengan keterampilan sepak sila pada ekstrakurikuler sepak takraw SMPN 03 Bantan. Bentuk penelitian ini adalah penelitian korelasi, populasi dalam penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler sepak takraw SMPN 03 Bantan, sampel dalam penelitian ini berjumlah 6 orang. Adapun teknik *sampel* yang dipergunakan adalah total *sampling* (sampel jenuh), dimana semua populasi dijadikan sampel. Dengan demikian sampel pada penelitian ini berjumlah 6 orang. Setelah itu, data diolah dengan statistik, untuk menguji normalitas dengan uji liliefors dan korelasi pada taraf signifikan  $\alpha$  (0,05). Analisis pertama antara  $X_1$  dengan  $Y$ , dimana  $r_{tab}$  pada taraf signifikan  $\alpha$  (0,05) = 0,878 berarti  $r_{hitung}$  (0,928) >  $r_{tab}$  (0,878), artinya hipotesis diterima dan terdapat hubungan yang sangat kuat dengan interpretasi sangat kuat antara koordinasi mata kaki dengan keterampilan sepak sila siswa ekstrakurikuler sepak takraw SMPN 03 Bantan. Dari perhitungan analisis kedua  $X_2$  dan  $Y$ , dimana  $r_{tab}$  pada taraf signifikan  $\alpha$  (0,05) = 0,878 berarti  $r_{hitung}$  (0,920) >  $r_{tab}$  (0,878), artinya hipotesis diterima dan terdapat hubungan yang sangat kuat dengan interpretasi sangat kuat antara waktu reaksi dengan keterampilan sepak sila siswa ekstrakurikuler sepak takraw SMPN 03 Bantan. Analisis ketiga hubungan antara  $X_1$  dan  $X_2$  dengan  $Y$ , dimana  $r_{tab}$  pada taraf signifikan  $\alpha$  (0,05) = 0,878 berarti  $R_{hitung}$  (0,988) >  $r_{tab}$  (0,878), maka dapat disimpulkan bahwa hubungan antara  $X_1$  dan  $X_2$  dengan  $Y$  adalah signifikan.

**Kata Kunci :** Koordinasi Mata-Kaki, Kecepatan Reaksi dan Sepak Sila.

## PENDAHULUAN

Olahraga merupakan bentuk dari upaya manusia yang diarahkan dan dikembangkan untuk peningkatan sumber daya manusia yang berkualitas. Di Indonesia, olahraga bukanlah sesuatu yang asing lagi bagi masyarakat. Hampir seluruh masyarakat Indonesia sudah mengenal banyak cabang olahraga, baik cabang olahraga dari permainan, atletik, bela diri, senam, maupun olahraga rekreasi. Di Indonesia sendiri, olahraga yang paling banyak diminati oleh masyarakat adalah cabang olahraga permainan, seperti sepakbola, sepakakraw, bola basket, bola voli, dan sebagainya.

Sasaran olahraga tidak hanya sekedar untuk mencapai kesegaran jasmani dan rohani, tetapi juga untuk menumbuhkan rasa persatuan bangsa yang kokoh. Selain itu kegiatan olahraga bisa membentuk perilaku, watak, kepribadian, kekompakan, disiplin dan sportifitas yang tinggi. Seperti pada permainan sepakakraw yang memerlukan kekompakan dari sebuah tim.

Sepaktakraw merupakan cabang olahraga tradisional orang Melayu, yang muncul dan berkembang di negara-negara kawasan Asia Tenggara, seperti: Singapura, Indonesia, Thailand, Brunei, Sri Lanka, Myanmar, dan di Kamboja. Sehingga cabang olahraga ini dianggap sebagai cabang olahraga asli Negara-negara di Asia Tenggara.

Melalui prestasi olahraga bangsa Indonesia bisa dikenal oleh bangsa lain, hal tersebut sesuai dengan Undang-Undang Republik Indonesia nomor 3 tahun 2005 pasal 4 tentang dasar, fungsi dan tujuan olahraga yaitu : Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat persaudaraan dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat dan kehormatan bangsa.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa dalam permainan sepakakraw setiap pemain dituntut untuk menguasai teknik-teknik dasar dalam sepakakraw, salah satunya yaitu menimang bola atau sepak sila. Dengan menguasai sepak sila, maka pemain dapat menguasai bola dengan baik. Selanjutnya ketika bermain seorang pemain harus cepat dalam mengambil keputusan terhadap bola yang datang.

Berdasarkan pengamatan peneliti di lapangan bahwa kemampuan sepak sila siswa kurang maksimal, hal ini dapat dilihat pada waktu siswa menerima bola pertama, siswa kurang cepat dalam mengantisipasi bola yang datang, siswa masih sering gagal dalam memberikan umpan pada saat bola dimainkan didalam lapangan, perkenaan bola dengan kaki bagian dalam tidak tepat, bola sering jauh saat melakukan pengontrolan dan juga tidak maksimal pada saat mengantarkan bola pada penyemes (*smesher*), sehingga hasil dari sepak sila yang dilakukan tidak mendapatkan hasil yang baik. Hal ini di duga karena kurangnya koordinasi mata kaki dan kecepatan reaksi yang dimiliki oleh siswa ekstrakurikuler sepakakraw SMPN 03 Bantan.

Oleh sebab itu peneliti tertarik untuk membuktikan melalui penelitian secara ilmiah dengan judul: **"Hubungan Koordinasi Mata Kaki dan Kecepatan Reaksi Dengan Keterampilan Sepak Sila Pada Ekstrakurikuler Sepaktakraw SMPN 03 BANTAN"**.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian korelasi dengan melihat hubungan koordinasi mata kaki dan kecepatan reaksi dengan keterampilan sepak sila pada ekstrakurikuler sepaktakraw SMPN 03 Bantan, adapun variabel bebas adalah koordinasi mata kaki dan kecepatan reaksi, variabel terikat adalah sepak sila, sesuai dengan jenis penelitian ini maka penelitian korelasi (correlation research) yaitu penelitian korelasi untuk menemukan seberapa besar hubungan dan apabila ada. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler sepaktakraw SMPN 03 Bantan sebanyak 6 orang. Menurut Suharsimi Arikunto (2006:134) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Mengingat jumlah sampel yang sedikit yaitu kurang dari 100 orang maka dalam penelitian ini peneliti menggunakan total sampling yaitu seluruh siswa ekstrakurikuler sepaktakraw SMPN 03 Bantan sebanyak 6 orang. Instrument yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah untuk tes koordinasi mata kaki dengan alat ukur tes sasaran koordinasi mata dan kaki (Winarno, 2004:127), untuk tes kecepatan reaksi dengan melakukan *reaction time meter* (Ismaryati, 2008:75), dan untuk tes keterampilan sepak sila selama 60 detik (Winarno, 2004:121).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Deskripsi Data

#### 1. Koordinasi Mata Kaki

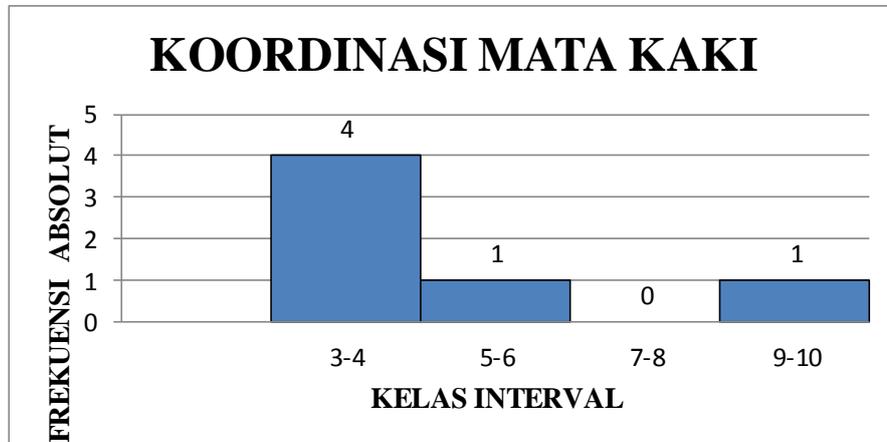
Pengukuran koordinasi mata-kaki menggunakan tes lempar tangkap kedinding dengan menggunakan kaki terhadap 6 orang sampel, diperoleh data tertinggi yaitu 9 dan yang terendah 3, rata-rata 4,5 dan standar deviasi 2,3. Lebih jelas tentang hasil pengukuran dapat dilihat pada distribusi frekuensi di bawah ini:

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Variabel Koordinasi Mata Kaki ( $X_1$ )**

No	Kelas interval	Frekuensi absolute (Fa)	Frekuensi relative (Fr)
1	3-4	4	66,67%
2	5-6	1	16,67%
3	7-8	0	0%
4	9-10	1	16,67%
		<b>6</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan hasil distribusi frekuensi di atas dari 6 orang sampel, ternyata 4 orang sampel (66,67%) memiliki hasil koordinasi mata-kaki menggunakan tes koordinasi mata dan kaki dengan rentang nilai 3-4 dengan kategori kurang, kemudian 1 orang sampel (16,67%) memiliki hasil koordinasi mata-kaki menggunakan tes koordinasi mata dan kaki dengan rentang nilai 5-6 dengan kategori cukup, kemudian 0 orang sampel (0%) memiliki hasil koordinasi mata-kaki menggunakan tes koordinasi

mata dan kaki dengan rentang nilai 7-8 dengan kategori bagus dan 1 orang sampel (16,67%) memiliki hasil koordinasi mata-kaki menggunakan tes koordinasi mata dan kaki dengan rentang nilai 9-10 dengan kategori sangat bagus, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram:



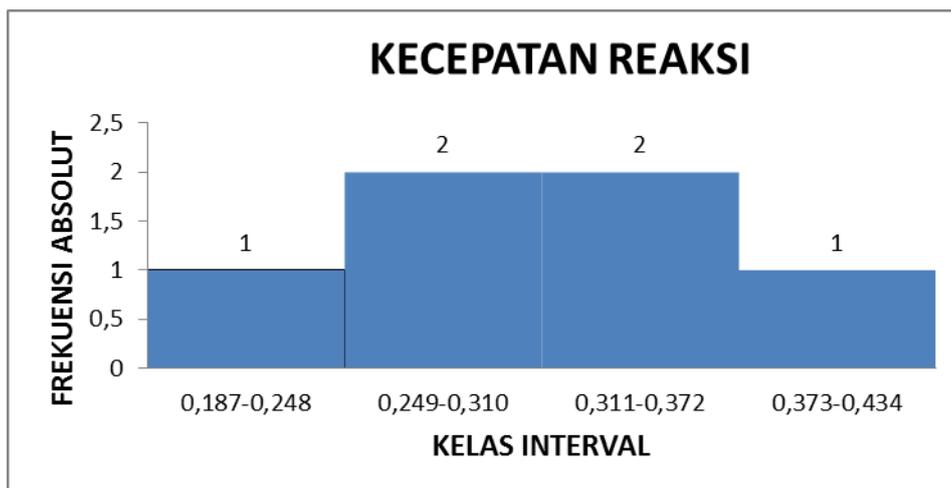
## 2. Kecepatan Reaksi

Pengukuran kecepatan reaksi dilakukan dengan tes *reaction time meter* terhadap 6 orang sampel, diperoleh nilai tertinggi yaitu 0,187 dan nilai terendah 0,403, rata-rata 0,305 standar deviasi 0,0780 untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada distribusi frekuensi di bawah ini.

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Variabel Kecepatan Reaksi ( $X_2$ )**

No	Kelas interval	Frekuensi absolute (Fa)	Frekuensi relative (Fr)
1	0,187-0,248	1	16,67%
2	0,249-0,310	2	33,33%
3	0,311-0,372	2	33,33%
4	0,373-0,434	1	16,67%
		<b>6</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 6 orang sampel, ternyata 1 orang sampel (16,67%) memiliki hasil kecepatan reaksi menggunakan *reaction time meter* dengan rentangan nilai 0,187-0,248 dengan kategori bagus sekali, kemudian ada 2 orang sampel (33,33%) memiliki hasil kecepatan reaksi menggunakan *reaction time meter* dengan rentangan nilai 0,249-0,310 dengan kategori bagus, kemudian 2 orang sampel (33,33%) memiliki hasil kecepatan reaksi menggunakan *reaction time meter* dengan rentangan nilai 0,311-0,372 dengan kategori cukup, dan selanjutnya 1 orang sampel (16,67%) memiliki hasil kecepatan reaksi menggunakan *reaction time meter* dengan rentangan nilai 0,373-0,434 dengan kategori kurang, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram:



**Gambar 2. Histogram Kecepatan Reaksi**

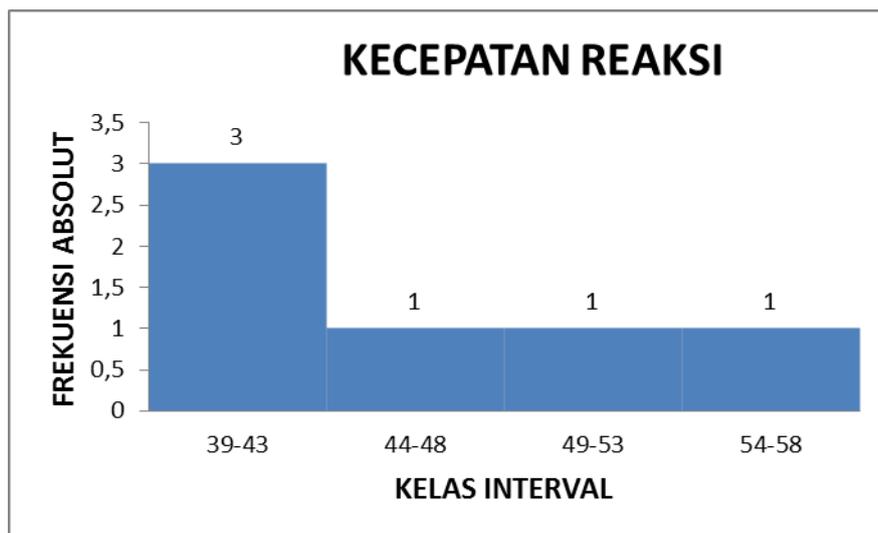
### 3. Keterampilan Sepak Sila

Pengukuran keterampilan sepak sila dilakukan dengan tes sepak sila selama 60 detik terhadap 6 orang sampel, diperoleh nilai tertinggi yaitu 57 dan nilai terendah 39, rata-rata 45,7 dan nilai standar deviasi 6,8 untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada distribusi frekuensi di bawah ini.

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Variabel Keterampilan Sepak Sila(Y)**

No	Kelas interval	Frekuensi absolute (Fa)	Frekuensi relative (Fr)
1	39-43	3	50%
2	44-48	1	16,67%
3	49-53	1	16,67%
4	54-58	1	16,67%
		6	100%

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari sampel, ternyata 3 orang sampel (50%) memiliki hasil keterampilan sepak sila selama 60 detik dengan rentangan nilai 39-43 dengan kategori kurang, kemudian 1 orang sampel (16,67%) memiliki hasil keterampilan sepak sila selama 60 detik dengan rentangan nilai 44-58 dengan kategori cukup, kemudian 1 orang sampel (16,67%) memiliki hasil keterampilan sepak sila selama 60 dengan rentangan nilai 49-53 dengan kategori bagus, dan selanjutnya 1 orang sampel (16,67%) memiliki hasil keterampilan sepak sila selama 60 detik dengan rentangan nilai 54-58 dengan kategori bagus sekali, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram berikut.



Gambar 3. Histogram Keterampilan Sepak Sila

## PENGUJIAN HIPOTESIS

Terdapat hubungan antara koordinasi mata-kaki dengan hasil keterampilan sepak sila, dimana  $r_{tab}$  pada taraf signifikan  $\alpha (0,05) = 0,878$  berarti  $r_{hitung} (0,928) > r_{tab} (0,878)$ . Kemudian terdapat hubungan antara kecepatan reaksi dengan hasil keterampilan sepak sila, dimana  $r_{tab}$  pada taraf signifikan  $\alpha (0,05) = 0,878$  berarti  $r_{hitung} (0,920) > r_{tab} (0,878)$ . Dan terdapat hubungan secara bersama-sama antara koordinasi mata kaki dan kecepatan reaksi dengan keterampilan sepak sila pada Ekstrakurikuler SMP Negeri 03 Bantan, dimana  $r_{tab}$  pada taraf signifikan  $\alpha (0,05) = 0,878$  berarti  $R_{hitung} (0,988) > r_{tab} (0,878)$ . Dengan kata lain disimpulkan  $H_a$  diterima.

## PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan koordinasi mata-kaki dan kecepatan reaksi dengan keterampilan sepak sila pada ekstrakurikuler sepaktakraw SMPN 03 Bantan yang berjumlah 6 orang. Sampel penelitian ini kurang dari seratus maka sampel diambil secara (total sampling) atau teknik pengambilan sampel secara penuh siswa ekstrakurikuler sepaktakraw SMPN 03 Bantan yang berjumlah 6 orang. Rancangan penelitian ini merupakan penelitian korelasi dengan membandingkan hasil pengukuran dua variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel. Sebagai variabel bebas adalah koordinasi mata kaki ( $X^1$ ) dan kecepatan reaksi ( $X^2$ ) sedangkan variabel terikat (Y) adalah keterampilan sepak sila. Instrumen dalam penelitian ini berupa tes koordinasi mata kaki dengan alat ukur tes sasaran koordinasi mata dan kaki (Winarno, 2004:127), untuk tes kecepatan reaksi dengan melakukan *reaction time meter* (Ismaryati, 2008:75), dan untuk tes keterampilan sepak sila selama 60 detik (Winarno, 2004:121).

## SIMPULAN DAN REKOMENDASI

### Simpulan

Masalah dalam penelitian ini adalah kemampuan sepak sila siswa kurang maksimal, hal ini dapat dilihat pada waktu siswa menerima bola pertama, siswa kurang cepat dalam mengantisipasi bola yang datang, siswa masih sering gagal dalam memberikan umpan pada saat bola dimainkan didalam lapangan, perkenaan bola dengan kaki bagian dalam tidak tepat, bola sering jauh saat melakukan pengontrolan dan juga tidak maksimal pada saat mengantarkan bola pada penyemes (*smesher*), sehingga hasil dari sepak sila yang dilakukan tidak mendapatkan hasil yang baik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan koordinasi mata-kaki dan kecepatan reaksi dengan keterampilan sepak sila pada ekstrakurikuler sepaktakraw SMPN 03 Bantan.

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah penulis uraian pada bab sebelumnya, maka dapat di ambil kesimpulan sebagai berikut: Terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata kaki dengan keterampilan sepak sila, dimana  $r_{\text{tab}}$  pada taraf signifikan  $\alpha (0,05) = 0,878$  berarti  $r_{\text{hitung}} (0,928) > r_{\text{tab}} (0,878)$ . Kemudian terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan reaksi dengan keterampilan sepak sila, dimana  $r_{\text{tab}}$  pada taraf signifikan  $\alpha (0,05) = 0,878$  berarti  $r_{\text{hitung}} (0,920) > r_{\text{tab}} (0,878)$ . Dan terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata kaki dan kecepatan reaksi dengan keterampilan sepak sila, dimana  $r_{\text{tab}}$  pada taraf signifikan  $\alpha (0,05) = 0,878$  berarti  $R_{\text{hitung}} (0,988) > r_{\text{tab}} (0,878)$ . Dengan kata lain disimpulkan  $H_a$  diterima.

### Rekomendasi

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti dapat memberikan rekomendasi kepada:

1. Pelatih atau guru dapat memperhatikan koordinasi mata kaki dan kecepatan reaksi untuk menghasilkan kemampuan sepak sila yang baik bagi siswa ekstrakurikuler sepaktakraw SMPN 03 Bantan
2. Pelatih atau guru dapat mengarahkan latihan yang dapat mempengaruhi kemampuan sepak sila
3. Atlet atau siswa agar dapat memperhatikan dan menerapkan latihan koordinasi mata kaki dan kecepatan reaksi untuk menunjang keterampilan sepak sila
4. Bagi para peneliti disarankan untuk dapat mengkaji faktor-faktor lain yang berhubungan dengan kemampuan sepak sila

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali Maksum. (2012). *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*, Surabaya.
- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*, Rineka Cipta : Jakarta.
- Hendri Irawadi (2014). *Kondisi Fisik dan pengukurannya*. UNP PRESS
- Ismaryati.(2008). *Tes dan Pengukuran Olahraga*.Lembaga Pengembangan Pendidikan. Surakarta.
- Sajoto.(1995). *Peningkatan dan pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik dalam olahraga*. Dahara Prize. Semarang.
- Winarno.(2004). *pengembangan permainan sepakakraw*. Jakarta: Center for human Capacity Development.
- Zalfendi dan Bahar Asril.(2008). *Sepaktakraw Rules dan Relagulations*.Padang