

THE RELATIONSHIP OF SPEED AND COORDINATION OF THE EYES AND FEET WITH THE ABILITY DRIBBEL ON SOCCER PLAYER OSOSBER FC

Ardi Pranata, Zainur, Aref Vai

Ardip9326@gmail.com, Dr.zainurunri.@gmail.com, aref.vai@lecturer.unri.ac.id
No. HP. 085264853486

*Health physical education and recreation
Faculty of teacher training and education science
University Of Riau*

Abstract: based on the author's observations and also information from the coaches, that the player Ososber FC which follow the practice does not yet have a good dribble ability, whether exercise or in the match. This is clearly visible at the time of exercise they did dribble too the eyes focus on the obstacles, so the ball is difficult to control and easy to lose the ball, and then the ball too far away from the legs, seen that coordination is one of the the cause of the low heel. The goal in this is to research the information relationship between speed and the coordination of the eyes and feet with the ability to dribble the ball players in the study Population Ososber FC seluru FC Ososber players who follow the exercises amounted to 17 people. The sample in this study less than a hundred then samples taken (total sampling) or sampling technique in full Ososber FC players that add up to 17 people. Instruments in this research in the form of tests including speed tests by using the test run 30 meters, test the coordination of eye and foot danTes dribble by dribble. Based on the results of research that has been the author of the previous chapters describe, then it can be taken to the following conclusion: there is a relationship between the speed with the ability to dribble the ball, where significant extent on α $r_{tab} (0.05) = 0.497$ means $r_{hitung} (0.736) > r_{tab} (0.497)$. Then there is the relationship between the coordination of the eyes and feet with the ability to dribble the ball, where significant extent on α $r_{tab} (0.05) = 0.497$, meaning $r_{hitung} (0.553) > r_{tab} (0.497)$ and there is a relationship together between the speed and coordination of the eyes and walk with the ability to dribble the ball player Ososber FC, where significant extent on α $r_{tab} (0.05) = 0.497$, meaning $R_{hitung} (0.753) > r_{tab} (0.497)$.

Key Words: Speed, coordination of the eyes and feet, Dribble the ball Ability

HUBUNGAN KECEPATAN DAN KOORDINASI MATA DAN KAKI DENGAN KEMAMPUAN DRIBBEL PADA PEMAIN SEPAKBOLA OSOSBER FC

Ardi Pranata, Zainur, Aref Vai

Ardip9326@gmail.com Dr.zainurunri.@gmail.com, aref.vai@lecturer.unri.ac.id
No. HP. 085264853486

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Riau

Abstrak: Berdasarkan pengamatan penulis dan juga informasi dari pelatih, bahwa pemain Ososber FC yang mengikuti latihan belum memiliki kemampuan *dribble* yang bagus, baik saat latihan maupun dalam pertandingan. Hal ini terlihat jelas pada saat latihan mereka melakukan *dribble* pandangan mata yang terlalu fokus terhadap rintangan, sehingga bola sulit di kontrol dan mudah kehilangan bola, kemudian bola terlalu jauh dari kaki, terlihat bahwa koordinasi merupakan salah satu penyebab rendahnya *dribble*. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecepatan dan Koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan *dribble* bola pemain Ososber FC. Populasi dalam penelitian seluruh pemain Ososber FC yang mengikuti latihan berjumlah 17 orang. Sampel dalam penelitian ini kurang dari seratus maka sampel diambil secara (total sampling) atau teknik pengambilan sampel secara penuh pemain Ososber FC yang berjumlah 17 orang. Instrumen dalam penelitian ini berupa tes diantaranya Tes kecepatan dengan menggunakan tes lari 30 meter, Tes koordinasi mata dan kaki dan Tes *dribble* dengan menggiring bola. Berdasarkan hasil penelitian yang telah penulis uraikan pada bab terdahulu, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: Terdapat hubungan antara kecepatan dengan kemampuan *dribble* bola, dimana r_{tab} pada taraf signifikan $\alpha (0,05) = 0,497$ berarti $r_{\text{hitung}} (0,736) > r_{\text{tab}} (0,497)$. Kemudian Terdapat hubungan antara koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan *dribble* bola, dimana r_{tab} pada taraf signifikan $\alpha (0,05) = 0,497$, berarti $r_{\text{hitung}} (0,553) > r_{\text{tab}} (0,497)$ dan Terdapat hubungan secara bersama-sama antara kecepatan dan Koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan *dribble* bola pemain Ososber FC, dimana r_{tab} pada taraf signifikan $\alpha (0,05) = 0,497$, berarti $R_{\text{hitung}} (0,753) > r_{\text{tab}} (0,497)$.

Kata Kunci: Kecepatan, Koordinasi Mata dan Kaki, Kemampuan Dribble Bola

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan bentuk kegiatan yang bermanfaat dan dapat meningkatkan kesegaran jasmani. Selain untuk membentuk watak, perilaku, kepribadian, disiplin dan sportifitas, olahraga juga dapat meningkatkan kemampuan daya pikir serta perkembangan prestasi optimal. Olahraga adalah salah satu bentuk dari upaya manusia yang diarahkan pada pembentukan kepribadian, serta sportifitas yang tinggi, dan dikembangkan pada peningkatan kualitas prestasi. Olahraga tidak hanya sekedar untuk mencapai kesegaran jasmani dan rohani, olahraga juga merupakan bentuk-bentuk kegiatan jasmani yang terdapat di dalam permainan dan perlombaan dalam rangka memperoleh rekreasi, kemenangan dan prestasi yang optimal.

Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang sedang giat-giatnya melakukan pembangunan di segala bidang, salah satu yang tidak kalah penting adalah pembangunan di bidang olahraga. Olahraga kini telah mengalami kemajuan yang sangat pesat. Saat ini olahraga telah memasuki aspek kehidupan seperti industri, perekonomian, pendidikan dan lain sebagainya. Salah satu langkah maju yang dibuat bangsa Indonesia adalah dengan dilahirkannya undang-undang No 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional. Tujuan pemerintahan dalam bidang olahraga terdapat dalam bab 2 pasal 4 yang berbunyi: Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkokoh pertahanan nasional, serta meningkatkan harkat, martabat dan kehormatan bangsa.

Dalam masyarakat global yang dipisahkan oleh perbedaan fisik dan ideologi, ketenaran sepakbola tidak terkait oleh umur, jenis kelamin, agama, kebudayaan, atau batasan etnik. Gerakan pemain yang lancar dan terkontrol mengekspresikan individualitasnya dalam permainan beregu. Kecepatan, kekuatan, stamina, keterampilan (teknik) dan pengetahuan mengenai taktik, semuanya merupakan aspek yang penting dari penampilan. Berbagai tantangan yang dihadapi oleh pemain mungkin menjadi daya tarik utama dari permainan ini.

Berbicara tentang teknik, ada beberapa teknik di dalam permainan sepakbola, sesuai yang dijelaskan Kurniawan (2010:50) teknik dalam permainan sepakbola yaitu *shooting*, *passing* dan kontrol bola, *dribble*, *heading*, *throwing*. Dari sekian banyak teknik dasar sepakbola, teknik mendribel bola merupakan elemen yang sangat penting guna dikuasai seorang pemain sepakbola. Untuk menguasai lapangan permainan teknik dribbel yang baik sangat dibutuhkan.

Mengiring bola juga sangat diperlukan, menurut Luxbacher (2004:39) menyatakan bahwa teknik dasar dalam permainan sepakbola menggiring bola juga sangat di butuhkan dalam upaya kita untuk melakukan penekanan ke area lawan, menguasai bola dan melakukan penyerangan ke daerah area lawan untuk memasukkan bola ke gawang lawan untuk kemenangan tim. Menurut Luxbacher (2011:47) menyatakan bahwa pengiringan bola yang berlebihan tidak akan menghasilkan apapun dan jangan lakukan dribble untuk mengalahkan lawan pada sepertiga daerah pertahanan di dekat gawang anda sendiri. Jika bola lepas di daerah tersebut, lawan dengan mudah dapat mencetak gol. Namun kita dapat menggunakan keuntungan dari keterampilan dribble di sepertiga daerah penyerangan di dekat gawang lawan. Jika berhasil mengalahkan lawan anda mungkin berkesempatan untuk menciptakan gol.

Hanya pemain yang berada dalam kondisi fisik yang baik yang dapat berharap untuk melakuakn lebih baik. Ada dua cara kebugaran yang menjadi ukuran dalam sepakbola, yaitu aerobik dan anaerobik. Kebugaran aerobik hanya melibatkan banyak asupan oksigen dan mengacu pada kerja jantung dan paru sehingga dapat melanjutkan aktifitas tanpa terlalu lelah dan anda tidak kehabisan nafas. Sedangkan anaerobik sepenuhnya tentang intensitas. Berlari adaah salah satu yang umum dalam aktifitas kebugaran anaerobik (Zidane, 2013:75).

Berdasarkan pengamatan penulis dan juga informasi dari pelatih, bahwa pemain Ososber FC yang mengikuti latihan belum memiliki kemampuan *dribble* yang bagus, baik saat latihan maupun dalam pertandingan. Hal ini terlihat jelas pada saat latihan mereka melakukan *dribble* pandangan mata yang terlalu fokus terhadap rintangan, sehinga bola sulit di kontrol dan mudah kehilangan bola, kemudian bola terlalu jauh dari kaki, terlihat bahwa koordinasi merupakan salah satu penyebab rendahnya *dribble*. Pada saat pertandingan kekalahan yang terjadi karena lawan yang cukup bagus sehingga pengontrolan main jadi terganggu dan akhirnya *dribble* pun sulit untuk dilakukan. Kesulitan ini lah yang mengakibatkan bola dengan mudah di rebut oleh lawan, bola selalu lepas kontrol pada penguasaan, terlalu sulitnya menerobos pertahanan lawan, kemudian penerapan latihan *dribble* yang kurang variatif yang diberikan oleh pelatih.

Pemain harus memiliki kemampuan *dribble* yang baik, agar mampu melewati lebih dari satu pemain lawan. Proses *dribble* dilakukan dari pertahanan sendiri kepertahanan lawan, maka dari itu seorang pesepakbola harus memiliki koordinasi serta penguasaan bola yang baik, sejalan dengan itu pesepakbola dituntut untuk memiliki Kecepatan yang baik agar tidak cepat kelelahan saat bertanding, karena melakukan *dribble* memerlukan kecepatan yang baik karena harus melewati banyak pemain.

Berdasarkan permasalahan di atas, dengan kurang maksimalnya kemampuan *dribble* dan praduga sementara bahwa ada beberapa kondisi fisik yang menyebabkan kurang maksimalnya kemampuan menggiring pemain, sehingga penulis melakukan pengkajian lebih lanjut dengan judul: **Hubungan Kecepatan Dan Koordinasi Mata Dan Kaki Dengan Kemampuan Dribbel Pada Pemain Sepakbola Ososber FC.**

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bertempat di lapangan sepak bola Ososber FC. Waktu penelitian dilakukan pada bulan Jii-Desember 2018. Jenis Penelitian ini merupakan jenis penelitian korelasional dengan menghubungkan hasil pengukuran dua variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel ini (Arikunto, 2006:273). Sebagai variabel bebas Kecepatan (x1) dan koordinasi mata dan kaki (x2) sedangkan variabel terikat (Y) adalah *dribble*. Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (Arikunto,2006:130) populasi dalam penelitan seluruh siswa (putra) ekstrakurikuler sepak bola Ososber FC, dalam penelitian ini adalah tim Ososber FC berjumlah 17 orang. Menurut Arikunto (2006:131) sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Mengingat jumlah populasi kurang dari 100 orang, maka seluruh populasi dijadikan sampel (total sampling) yaitu sebanyak 17 orang. Hal ini sesuai dengan Arikunto (2006:134) apabila jumlah subjeknya kurang dari 100 orang, lebih baik diambil semua, sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Oleh karena itu sampel dalam penelitian ini kurang dari seratus maka sampel diambil secara (total sampling) berjumlah 17 orang. Instrumen dalam penelitian ini berupa tes diantaranya

Tes Kecepatan dengan menggunakan kecepatan lari 30 meter, Tes Koordinasi mata dan kaki dengan menggunakan tendang bola ke dinding dan Tes *dribble* dengan menggiring bola.

Teknik Analisa Data

Uji normalitas data menggunakan liliefors untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak, data yang dihubungkan berpola linier dan data yang dihubungkan mempunyai pasangan yang sama.

Metode Lilliefors menggunakan data dasar yang belum diolah dalam tabel distribusi frekuensi. Data ditransformasikan dalam nilai Z untuk dapat dihitung luasan kurva normal sebagai probabilitas kumulatif normal. Probabilitas tersebut dicari bedanya dengan probabilitas kumulatif empiris. Beda terbesar dibanding dengan tabel Lilliefors.

$$\text{Rumus: } z_i = \frac{x_i - \bar{x}}{s}$$

Keterangan :

X_i = Angka pada data

Z_i = Transformasi dari angka ke notasi pada distribusi normal

$F(z_i)$ = Probabilitas kumulatif normal

$S(z_i)$ = Probabilitas kumulatif empiris

$F(z_i)$ = kumulatif proporsi luasan kurva normal berdasarkan notasi Z_i , dihitung dari luasan kurva normal mulai dari ujung kiri kurva sampai dengan titik Z_i .

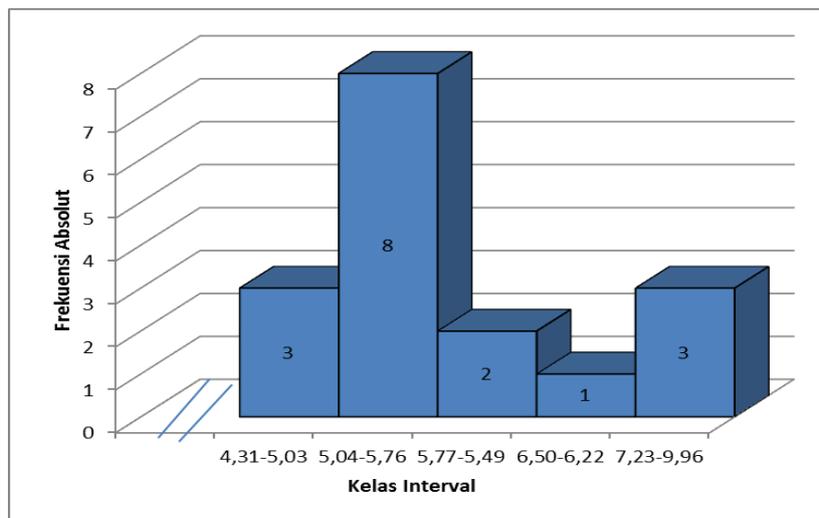
HASIL PENELITIAN

Pengukuran kecepatan dilakukan dengan tes lari 30 meter terhadap 17 orang sampel, didapat skor tercepat 4,31 detik, skor terlambat 7,96 detik, rata-rata (mean) 5,78 detik, simpangan baku (standar deviasi) 1,07, dari data hasil tes ini dapat dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Variabel Kecepatan (X_1)

No	Kelas interval	Frekuensi absolute (Fa)	Frekuensi relative (Fr)
1	4,31-5,03	3	17,65
2	5,04-5,76	8	47,06
3	5,77-5,49	2	11,76
4	6,50-6,22	1	5,88
5	7,23-7,96	3	17,65
		17	100%

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 17 sampel, ternyata ada 3 orang sampel (17,65%) memiliki hasil kecepatan dengan rentangan nilai 4,31-5,03 dengan kategori kurang sekali, kemudian ada 8 orang sampel (47,06%) memiliki hasil kecepatan dengan rentangan nilai 5,04-5,76 dengan kategori kurang, selanjutnya ada 2 orang sampel (11,76%) memiliki hasil kecepatan dengan rentangan nilai 5,77-6,49 dengan kategori sedang, dan 1 orang sampel (5,88%) memiliki hasil kecepatan dengan rentangan nilai 6,50-7,22 dengan kategori baik, dan 3 orang sampel (17,65%) memiliki hasil kecepatan dengan rentangan nilai 7,23-7,96 dengan kategori baik sekali, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram:



Gambar 1 Diagram Kecepatan

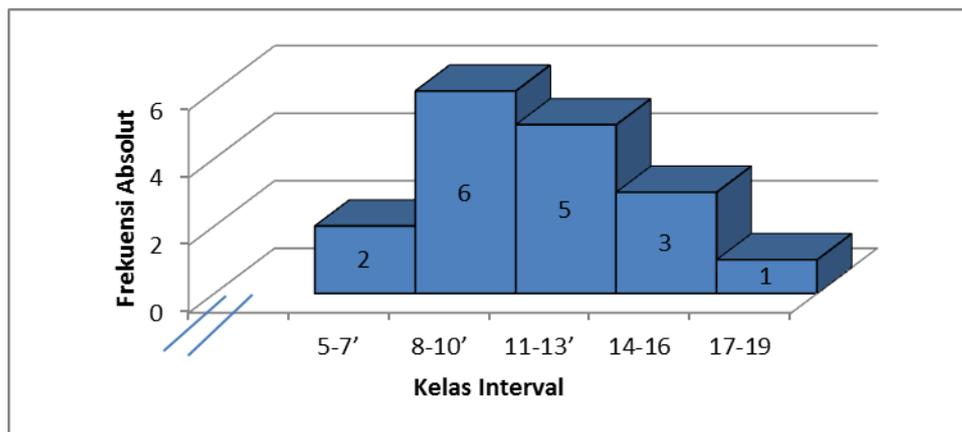
Koordinasi mata dan kaki

Pengukuran Koordinasi mata dan kaki dilakukan dengan tes tendangan ke dinding terhadap 17 orang sampel, didapat skor terbaik 18, skor terendah 5, rata-rata (mean) 10,71, simpangan baku (standar deviasi) 3,37, dari data hasil tes ini dapat dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Variabel Koordinasi mata dan kaki

No	Kelas interval	Frekuensi absolute (Fa)	Frekuensi relative (Fr)
1	5-7	2	11,76
2	8-10	6	35,29
3	11-13	5	29,41
4	14-16	3	17,65
5	17-19	1	5,88
		17	100%

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 17 sampel, ternyata 2 orang sampel (11,76%) memiliki hasil koordinasi mata dan kaki dengan rentangan nilai 5-7 pada kategori kurang sekali, kemudian ada 6 orang sampel (35,29%) memiliki hasil Koordinasi mata dan kaki dengan rentangan nilai 8-10 dengan kategori Kurang, kemudian 5 orang sampel (29,41%) memiliki hasil Koordinasi mata dan kaki dengan rentangan nilai 11-13 dengan kategori sedang, selanjutnya 3 orang sampel (17,45%) memiliki hasil Koordinasi mata dan kaki dengan rentangan 14-16 dengan kategori baik, sedangkan 1 orang sampel (5,88%) memiliki hasil Koordinasi mata dan kaki dengan rentangan nilai 17-19 dengan kategori baik sekali, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram :



Gambar 2 Diagram Koordinasi mata dan kaki

Kemampuan *dribble* Bola

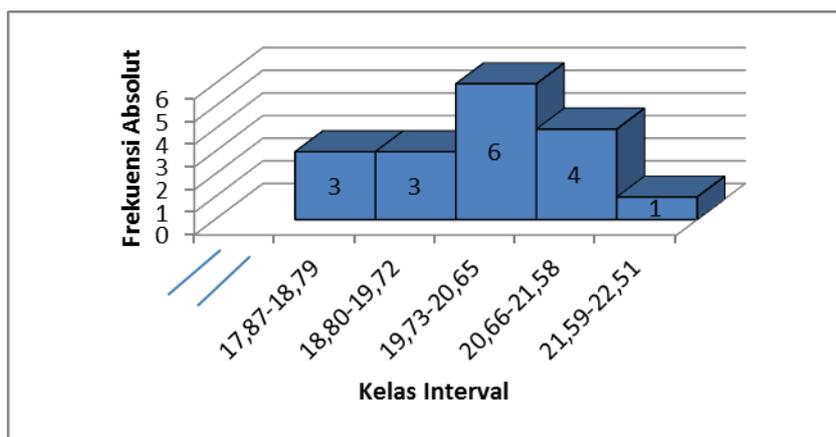
Pengukuran kemampuan *dribble* bola dilakukan dengan menggunakan stop wath terhadap 17 orang sampel, didapat skor tercepat 17,87 detik, skor terlambat 22,50 detik, rata-rata (mean) 20,06 detik, simpangan baku (standar deviasi) 1,19, dari data hasil tes ini dapat dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Variabel Kemampuan *dribble* Bola (Y)

No	Kelas interval	Frekuensi absolute (Fa)	Frekuensi relative (Fr)
1	17,87-18,79	3	17,65
2	18,80-19,72	3	17,65
3	19,73-20,65	6	35,29
4	20,66-21,58	4	23,53
5	21,59-22,51	1	11,76
		17	100%

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 17 sampel, ternyata 3 orang sampel (17,65%) memiliki hasil kemampuan *dribble* bola dengan rentangan nilai

17,87-18,79 dengan kategori baik sekali, kemudian 3 orang sampel (17,65%) memiliki hasil kemampuan *dribble* bola dengan rentangan nilai 18,80-19,72 dengan kategori baik, selanjtnya 6 orang sampel (35,29%) memiliki hasil kemampuan *dribble* bola dengan rentangan nilai 19,73-20,65 dengan kategori sedang, sedangkan 4 orang sampel (23,53%) memiliki hasil kemampuan *dribble* bola dengan rentangan nilai 20,66-21,58 dengan kategori kurang, dan 1 orang sampel (11,76%) memiliki hasil kemampuan *dribble* bola dengan rentangan nilai 21,59-22,51 dengan kategori kurang sekali, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram berikut.



Gambar 3 Diagram Kemampuan *dribble* Bola

Pengujian Persyaratan Analisis

Analisis uji normalitas data dilakukan dengan uji lilliefors. Hasil analisis uji normalitas masing-masing variabel di sajikan dalam bentuk tabel di bawah ini, dan perhitungan legkapnya dapat dilihat pada lampiran.

Tabel 4 Uji normalitas data dengan uji lilliefors

No	Variabel	Lo	Lt	Keterangan
1	Kecepatan	0,196	0,206	Normal
2	Koordinasi mata dan kaki	0,117	0,206	Normal
3	Menggiring bola	0,117	0,206	Normal

Pada tabel di atas dapat dilihat bahwa hasil Lo variabel kemampuan *dribble* bola, kecepatan dan Koordinasi mata dan kaki lebih kecil dari Lt, maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Hasil perhitungan koefisien korelasi sederhana dapat dilihat sebagai berikut:

- a. Hasil hitung koefisien koralasi nilai X_1 terhadap Y adalah 0,736
- b. Hasil hitung koefisien koralasi nilai X_2 terhadap Y adalah 0,553

Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis pertama yaitu terdapat hubungan antara kecepatan dengan hasil kemampuan *dribble* bola. Berdasarkan analisis dilakukan, maka didapat rata-rata kemampuan *dribble* bola sebesar 20,06 detik, dengan simpangan baku 1,19. Untuk skor rata-rata kecepatan didapat 5,78 detik dengan simpangan baku 1,07. Dari keterangan di atas diperoleh analisis korelasi antara kecepatan dan kemampuan *dribble* bola, dimana r_{tabel} pada taraf signifikan $\alpha (0,05) = 0,497$ berarti $r_{\text{hitung}} (0,736) > r_{\text{tabel}} (0,497)$, artinya hipotesis diterima dan terdapat hubungan yang berarti antara kecepatan terhadap kemampuan *dribble* bola pemain sepakbola Ososber FC. Untuk lebih jelasnya bisa dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 5 Analisis Korelasi Antara Kecepatan Dengan Kemampuan *dribble* Bola (X_1 - Y)

dk (N-1)	r_{hitung}	$r_{\text{tabel}} \alpha = 0.05$	Kesimpulan
16	0,736	0,497	Ha diterima

Ket: dk = derajat kebebasan

Hasil analisis korelasi menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan dengan kemampuan *dribble* bola pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$.

Penguji Hipotesis Dua

Pengujian hipotesis pertama yaitu terdapat hubungan antara kecepatan dengan hasil kemampuan *dribble* bola. Berdasarkan analisis dilakukan, maka didapat rata-rata kemampuan *dribble* bola 20,06 detik dengan simpangan baku 1,19. Untuk skor rata-rata Koordinasi mata dan kaki didapat 10,71 dengan simpangan baku 3,37. Dari keterangan di atas diperoleh analisis korelasi antara Koordinasi mata dan kaki dan kemampuan *dribble* bola, dimana r_{tabel} pada taraf signifikan $\alpha (0,05) = 0,497$ berarti $r_{\text{hitung}} (0,553) > r_{\text{tabel}} (0,497)$, artinya hipotesis diterima dan terdapat hubungan yang berarti antara terhadap kemampuan *dribble* bola pemain sepakbola Ososber FC. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 6 Analisis Korelasi Antara Koordinasi mata dan kaki Dengan Kemampuan *dribble* Bola (X_2 - Y)

dk (N-1)	r_{hitung}	$r_{\text{tabel}} \alpha = 0.05$	Kesimpulan
16	0,553	0,497	Ha diterima

Ket: dk = derajat kebebasan

Hasil analisis korelasi menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara Koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan *dribble* bola pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$.

Penguji Hipotesis Tiga

Pengujian hipotesis tiga yaitu terdapat hubungan antara kecepatan dan Koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan *dribble* bola. Berdasarkan analisis dilakukan, maka diperoleh analisis korelasi antara kecepatan dan Koordinasi mata dan kaki terhadap kemampuan *dribble* bola sebagai berikut:

Tabel 7 Analisis Korelasi Antara Kecepatan Dan Koordinasi mata dan kaki Dengan Kemampuan *dribble* Bola ($X_1, X_2 - Y$)

dk (N-1)	R _{hitung}	R _{table} $\alpha = 0.05$	Kesimpulan
16	0.753	0,497	Ha diterima

Hasil analisis korelasi menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan dan Koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan *dribble* bola pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$.

Pembahasan

Hubungan Kecepatan Dengan Kemampuan *dribble* Bola

Dalam permainan sepakbola kondisi kecepatan diperlukan untuk mengontrol bola, mendribble bola, saat melewati lawan dan berbalik dalam waktu yang singkat untuk mengatasi rampasan bola dari lawan. Kecepatan memegang peranan penting dalam mempelajari kemampuan *dribbling* serta dapat mengoptimalkan kemampuan fisik yang lain. Bahkan kecepatan merupakan unsur yang sangat baik dalam menentukan keberhasilan *dribbling*. Disisi lain kecepatan juga sangat menentukan kualitas gerakan *dribbling* seseorang

Dari hasil analisis yang sudah ditemukan maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan dengan kemampuan *dribble* bola pemain sepakbola Ososber FC. Tingkat kecepatan yang dimiliki atlet tentu akan lebih baik apabila tidak mengabaikan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan *dribble* bola.

Berdasarkan hasil yang diperoleh setelah data di analisis dari keterampilan atlet, jelas lah bahwa dengan memperbaiki keterampilan kondisi fisik seperti kecepatan maka secara tidak langsung juga akan menambah kemampuan menggiring bola atlet. Hal ini terbukti dari hubungan yang diberikan oleh kecepatan untuk menunjang kemampuan

dribble. Walaupun masih banyak faktor penentu untuk meningkatkan kemampuan *dribble* bola.

Hubungan Koordinasi mata dan kaki dengan Kemampuan *dribble* Bola

Koordinasi mata dan kaki memegang peranan penting dalam setiap cabang, tidak terkecuali pada cabang sepakbola. Bahkan Koordinasi mata dan kaki merupakan unsur yang sangat baik dalam menentukan keberhasilan menggiring bola. Disisi lain Koordinasi mata dan kaki juga sangat menentukan kualitas gerakan menggiring bola seseorang. Jika koordinasi mata dan kaki baik, maka seorang pemain akan mudah untuk mengontrol bola, begitu juga sebaliknya.

Dari hasil analisis yang sudah ditemukan maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan *dribble* bola pemain sepakbola Ososber FC, Tingkat Koordinasi mata dan kaki yang dimiliki atlet tentu akan lebih baik apabila tidak mengabaikan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan *dribble* bola.

Tidak jauh berbeda dengan kecepatan, Koordinasi mata dan kaki juga mempengaruhi kemampuan *dribble* bola atlet. Berdasarkan hasil analisis dari data yang terkumpul, juga menyatakan bahwa terdapat hubungan, artinya peningkatan yang terjadi dari menggiring bola atlet salah satunya dipengaruhi oleh Koordinasi mata dan kaki atlet.

Hubungan Kecepatan dan Koordinasi mata dan kaki dengan Hasil Kemampuan *dribble* Bola

Salah satu teknik yang di perlukan di dalam permainan sepakbola adalah teknik menggiring atau menggiring bola. Menggiring bola adalah salah satu bagian teknik yang penting untuk mencapai suatu prestasi, pada saat menggiring bola pemain dituntut untuk menguasai bola dalam berbagai posisi dengan seluruh bagian tubuh kecuali tangan, gerakan menggiring bola dilakukan dengan sangat cepat karena pemain memiliki waktu dan ruang yang terbatas. Menggiring bola tidak hanya membawa bola menyusur tanah lurus ke depan, melainkan menghadapi lawan yang jaraknya sangat dekat dan rapat, hal ini menuntut seorang pemain memiliki kemampuan *dribble* bola yang baik. Soedjono (1985) Lebih lanjut menjelaskan menggiring bola adalah membawa bola dengan kaki dengan tujuan melewati lawan, di samping tujuan tersebut menggiring bola juga berguna untuk mencari kesempatan memberikan umpan kepada kawan (Aang Witarso, 1979)

Beberapa faktor yang sangat menentukan keterampilan dribel bola yaitu Koordinasi mata dan kaki, daya tahan, kecepatan, kelentukan, koordinasi gerak, mental siswa, program latihan, sarana prasarana. Diduga faktor yang paling mempengaruhi kemampuan *dribble* bola adalah kecepatan dan kelentukan. Dari hasil analisis yang sudah ditemukan maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan dan Koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan *dribble* bola pemain sepakbola Ososber FC. Tingkat kecepatan dan Koordinasi mata dan kaki yang dimiliki atlet tentu akan lebih baik apabila tidak mengabaikan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan *dribble* bola.

Seperti yang terlihat dari hasil penelitian terlihat bahwa ada beberapa pemain yang memang mempunyai kemampuan *dribble* yang baik di ikuti dengan kecepatan dan koordinasi mata dan kaki yang baik. Arjuna misalnya, menggiring dengan waktu yang maksimal di barengi dengan koordinasi mata dan kaki yang bagus dan kecepatan yang baik.

Berbeda halnya dengan Novieldi menggiring bola yang kurang bagus, kecepatan yang kurang baik tetapi memiliki koordinasi mata dan kaki yang cukup baik. Begitu juga dengan Fauzi, yang memiliki koordinasi mata dan kaki yang kurang akan tetapi kecepatannya bagus dan hasil menggiring bolanya kurang baik. Beberapa hasil yang terlihat di atas bisa peneliti simpulkan bahwa dari beberapa pemain ada yang memiliki kecepatan yang baik, kemampuan *dribble* yang baik dan koordinasi mata dan kaki yang baik juga, ada juga yang hanya memiliki koordinasi mata dan kaki yang baik akan tetapi yang lainnya tidak baik.

Hal yang sama juga terlihat pada dua hasil yang berbeda dari kemampuan drile bola. Seperti yang kita lihat dari Adhiaulaq dengan Ilham. Di mana kedua hasil mempunyai hasil yang baik akan tetapi kecepatan berbeda jauh, Ilham yang mempunyai kemampuan *dribble* yang lebih cepat, akan tetapi kecepatannya malah lebih lambat dari Adiaulaq. Kemungkinan yang terjadi dari permasalahan ini dimana pada saat melakukan kecepatan, Ilham tidak terlalu serius dalam melakukannya, sehingga hasilnya agak sedikit lebih menurun di dibandingkan dengan kemampuan *dribble* yang begitu serius setelah peneliti memberikan arahan.

Artinya semua yang dapat meningkatkan kemampuan *dribble* bola, seperti kecepatan dan koordinasi mata dan kaki. Akan tetapi peneliti hanya menghubungkan ke dua bentuk kondisi fisik itu saja. Sebenarnya masih banyak yang dapat meningkatkan kemampuan menggiring bola seperti kelentukan.

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Simpulan

Berdasarkan pengamatan penulis dan juga informasi dari pelatih, bahwa pemain Ososber FC yang mengikuti latihan belum memiliki kemampuan *dribble* yang bagus, baik saat latihan maupun dalam pertandingan. Hal ini terlihat jelas pada saat latihan mereka melakukan *dribble* pandangan mata yang terlalu fokus terhadap rintangan, sehingga bola sulit di kontrol dan mudah kehilangan bola, kemudian bola terlalu jauh dari kaki, terlihat bahwa koordinasi merupakan salah satu penyebab rendahnya *dribble*. Pada saat pertandingan kekalahan yang terjadi karena lawan yang cukup bagus sehingga pengontrolan main jadi terganggu dan akhirnya *dribble* pun sulit untuk dilakukan. Kesulitan ini lah yang mengakibatkan bola dengan mudah di rebut oleh lawan, bola selalu lepas kontrol pada penguasaan, terlalu sulitnya menerobos pertahanan lawan, kemudian penerapan latihan *dribble* yang kurang variatif yang diberikan oleh pelatih.

Populasi dalam penelitian seluruh pemain Ososber FC yang mengikuti latihan berjumlah 17 orang. Sampel dalam penelitian ini kurang dari seratus maka sampel diambil secara (total sampling) atau teknik pengambilan sampel secara penuh pemain Ososber FC yang berjumlah 17 orang.

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional dengan membandingkan hasil pengukuran dua variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel ini (Arikunto). Instrumen dalam penelitian ini berupa tes diantaranya Tes kecepatan dengan menggunakan tes lari 30 meter, Tes koordinasi mata dan kaki dan Tes *dribble* dengan menggiring bola.

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah penulis uraikan pada bab terdahulu, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: Terdapat hubungan antara kecepatan dengan kemampuan *dribble* bola, dimana r_{tab} pada taraf signifikan $\alpha (0,05) = 0,497$ berarti $r_{\text{hitung}} (0,736) > r_{\text{tab}} (0,497)$. Kemudian Terdapat hubungan antara koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan *dribble* bola, dimana r_{tab} pada taraf signifikan $\alpha (0,05) = 0,497$, berarti $r_{\text{hitung}} (0,553) > r_{\text{tab}} (0,497)$ dan Terdapat hubungan secara bersama-sama antara kecepatan dan Koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan *dribble* bola pemain Ososber FC, dimana r_{tab} pada taraf signifikan $\alpha (0,05) = 0,497$, berarti $R_{\text{hitung}} (0,753) > r_{\text{tab}} (0,497)$.

Rekomendasi

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

1. Pelatih/guru dapat memperhatikan kecepatan dan koordinasi mata dan kaki untuk menghasilkan kemampuan *dribble* bola yang baik bagi pada tim sepakbola pemain Ososber FC.
2. Pelatih dapat mengarahkan latihan yang dapat mempengaruhi kemampuan *dribble* bola.
3. Atlet agar dapat memperhatikan dan menerapkan latihan kecepatan dan koordinasi mata dan kaki untuk menunjang kemampuan *dribble* bola.
4. Bagi para peneliti disarankan untuk dapat mengkaji faktor-faktor lain yang berhubungan dengan kemampuan *dribble* bola.

DAFTAR PUSTAKA

Arsil. 1999. *Pembinaan kondisi fisik*. Padang : FIK UNP.

Arikunto, Suharsimi (2002). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*: Jakarta. PT Renika Cipta.

Baley, James a. 1986. *Pedoman Atlet Teknik Peningkatan Ketangkasan Dan Stamina*. Semarang : Bahasa Prise

- Bompa, Tudor O. 1983. *Theory and methodology of training*. Dubuge : Kendall/Hunt Publishing Company
- Darwis, Ratinus. 1999. *Sepakbola*. Padang : FIK UNP.
- Djezet, Zulfar. 1984. *Buku pengajaran sepakbola*. Padang : FPOK IKIP.
- Dan Kerjasama*. Yogyakarta: PT. Badan Penerbit Kedaulatan Rakyat
- Sudjana. 1992. *Teknik Regresi Dan Korelasi*. Bandung: Tarsito
- Suharno HP.1985. *Ilmu kepelatihan olahraga*. Yogyakarta.1978. *Ilmu coaching umum*. Yogyakarta :Yayasan STO
- Syafruddin. 1999. *Pengantar Ilmu Melatih*. Dip. Proyek UNP *Dasar-Dasar Kepelatihan Olahraga*. Padang FIK UNP.