

Hubungan Koordinasi Mata Kaki dengan Ketepatan Shoting Ke Gawang SSB Silampari Kota Lubuklinggau

Logika Mora¹, Rais Firlando², Erick Salman².

^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi, STKIP PGRI Lubuklinggau

Email: mora21@gmail.com

Submitted: 2021-08-13
Accepted: 2021-08-16

Published: 2021-09-27

DOI: -/SilampariJournalsport.....xxxx
URL: <https://jurnal.lp3mkil.or.id/index.php/SJS>

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan koordinasi mata-kaki dengan ketepatan tembakan di gawang SSB Silampari Kota Lubuklinggau. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, dengan menggunakan metode korelasional. Populasi penelitian ini adalah seluruh 14 siswa SSB Silampari dengan klasifikasi umur yang berbeda. Pengambilan sampel penelitian dilakukan secara sampling jenuh dengan jumlah sampel sebanyak 14 atlet SSB Silampari. Pengumpulan data dilakukan dengan teknik tes koordinasi mata-kaki dan tes kemampuan menembak. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan uji product-moment. Hasil penelitian dan pengolahan data uji dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara koordinasi mata-kaki dengan ketepatan menembak di gawang SSB Silampari Kota Lubuklinggau. Hal ini didasarkan pada nilai $r_{xy} = 0,931$ yang diperoleh. Jika interpretasi nilai r_{xy} terletak pada kisaran 0,80 - 1,00 yang memiliki korelasi sangat kuat. Sedangkan jika dilihat dari rumus uji-t diketahui bahwa nilai thitung = 8,835 lebih besar dari ttabel = 2,17 pada taraf 5%.

Kata kunci: koordinasi pergelangan kaki, tendangan ke gawang.

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between eye-foot coordination and the accuracy of shooting at the SSB Silampari goal, Lubuklinggau City. This type of research is quantitative research, using correlational methods. The population of this study were all 14 students of SSB Silampari with different age classifications. Sampling of the study was carried out by saturated sampling with a total sample of 14 SSB Silampari athletes. Data collection is done by eye-foot coordination test technique and shooting ability test. The collected data was then analyzed using the product-moment test. The results of the research and processing of test data can be concluded that there is a strong relationship between eye-foot coordination and the accuracy of shooting at the SSB Silampari goal, Lubuklinggau City. This is based on the value of $r_{xy} = 0.931$ obtained. If the interpretation of the r_{xy} value lies in the range of 0.80 - 1.00 which has a very strong correlation. Meanwhile, if viewed

from the t-test formula, it is known that the value of tcount = 8.835 is greater than ttable = 2.17 at the 5% level.

Keywords: ankle coordination, shooting against goal.

INTRODUCTION/PENDAHULUAN

Olahraga merupakan suatu kebutuhan bagi manusia. Hal ini dikarenakan manusia adalah makhluk yang bergerak. Manusia dalam melakukan aktivitasnya tidak pernah terlepas dari proses gerak, sebab tidak ada kehidupan tanpa adanya gerakan. Pelaksanaannya, olahraga bersifat aktivitas jasmani yang bersifat universal karena olahraga dapat dilakukan oleh seluruh lapisan masyarakat tanpa memandang perbedaan suku, ras, agama dan latar belakang pendidikan, status ekonomi maupun gender.

Banyak orang melakukan aktivitas jasmani yang diwujudkan dalam bentuk olahraga dan berbagai bentuk permainan, tetapi mereka belum mengetahui manfaatnya. Mereka melakukannya hanya untuk memperoleh kesenangan semata, sehingga dalam melakukan aktivitas olahraga tidak sesuai dengan program latihan yang baik dan benar. Orang yang memiliki tingkat kebugaran jasmani yang baik diharapkan dia dapat melakukan aktivitas sehari-hari dalam waktu yang relatif lama dan memiliki daya tahan tubuh terhadap serangan berbagai macam

penyakit yang akan mengganggu aktivitasnya.

Pasal 25 Undang-undang Nomor 3 Tahun 2005 menjelaskan untuk menumbuhkembangkan prestasi olahraga di lembaga pendidikan, pada setiap jalur pendidikan dapat dibentuk unit kegiatan olahraga, kelas olahraga, pusat pembinaan dan pelatihan, sekolah olahraga, serta diselenggarakannya kompetisi olahraga yang berjenjang dan berkelanjutan. Sesuai dengan prosedur dan ketentuan yang ada, pelaksanaan untuk masing-masing program dan/atau kegiatan, baik yang pengelolaannya di tingkat kota, kecamatan, maupun yang dilaksanakan langsung oleh sekolah ataupun diluar sekolah. Salah satu programnya adalah Sekolah Sepak bola (SSB).

Menurut Nonalisa (2010) Sekolah Sepak Bola adalah sebuah lembaga atau bangunan tempat atlet belajar dan tempat mengajar dalam hal ini pelatih untuk memberikan kurikulum pendidikan dan pelatihan semua hal yang berkaitan dengan sepak bola. Kurikulum pendidikan yang diberikan didominasi oleh keg

iatan praktik (latihan) keterampilan dan teknik dasar dalam bermain bola (*dribbling, passing, shooting*), dan memahami berbagai macam taktik dan strategi dalam sepak bola serta melakukan latihan simulasi permainan sepak bola dengan tujuan agar para atlet dapat menjadi seorang pemain sepak bola profesional.

Sepak bola merupakan jenis olahraga beregu yang dimainkan oleh 11 orang di lapangan dengan bola sebagai alat permainannya. Olahraga sepak bola lebih dominan dimainkan dengan menggunakan tungkai, kaki, badan dan kepala, kecuali penjaga gawang dapat menggunakan tangan. Tujuan permainan ini adalah memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri dari serangan lawan. Imprint (2019:39) menjelaskan “Sepak bola termasuk salah satu permainan bola besar, Permainan sepak bola dimainkan oleh dua regu. Tiap regu terdiri atas 11 orang. Masing-masing regu berusaha memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya. Di samping memasukkan bola, tiap regu juga harus mempertahankan gawangnya agar tidak kemasukan bola.”

Penguasaan keterampilan teknik dasar bagi seorang pemain sepak bola adalah penting, karena sangat berkaitan dengan tujuan permainan sepak bola yaitu

memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri dari serangan lawan. Tanpa penguasaan teknik yang memadai maka tujuan permainan sepak bola cenderung tidak akan tercapai.

SSB Silampari adalah salah satu SSB di Kota Lubuklinggau yang melakukan latihan dan pembinaan secara rutin tiga kali satu minggu kepada anak-anak usia dini dan remaja. Semenjak didirikan SSB Silampari pada tahun 2007, klub sepak bola ini telah melahirkan pemain pemain yang mampu bersaing di kancah sepak bola daerah Kota Lubuklinggau maupun Provinsi Sumatera Selatan. Namun seiring berjalannya waktu, prestasi SSB Silampari ini semakin terus mengalami penurunan, dimana pada tahun 2019 SSB Silampari tidak mengikuti kejuaraan tingkat daerah. Walaupun 3 tahun sebelumnya berturut turut SSB Silampari aktif mengikuti kejuaraan sepak bola yang di adakan Kota Lubuklinggau maupun Provinsi Sumatera Selatan. SSB Silampari telah banyak mengikuti pertandingan antar klub tingkat lokal, kabupaten, kota dan provinsi tapi belum mendapat hasil yang memuaskan.

Berdasarkan hasil observasi peneliti di SSB Silampari 14-17 tahun pada saat atlet melakukan permainan sepakbola, ternyata penguasaan teknik dasar sepakbola pada atlet masih relatif rendah. Fokus pengamatan peneliti adalah pada

kemampuan melakukan shooting. Hasilnya bahwa seringkali tendangan shooting atlet tidak menghasilkan gol (tidak masuk gawang), atau tendangan dapat ditangkap atau ditepis oleh penjaga gawang lawan. Peneliti melihat bahwa atlet tidak menendang dengan kuat dan tepat sehingga bola tidak masuk gawang (gol).

Untuk mendapatkan permainan yang berkualitas, semangat saja tidak cukup, akan tetapi perlu didukung penguasaan keterampilan dasar salah satunya kemampuan shooting ke arah target secara tepat. Dalam setiap pertandingan ketika melakukan shooting, akurasi arah bola kurang tepat pada sasaran sehingga tidak dapat mencetak goal ke gawang lawan. Adapun salah satu penyebab kurang tepatnya shooting pada sasaran yaitu faktor latihan yang sering di gunakan pelatih hanya shooting ke gawang tanpa adanya sasaran sehingga bola melambung di atas mistar gawang, mengenai pemain lawan, atau mengarah ke pas penjaga gawang sehingga tendangan shooting tidak sesuai dengan apa yang diharapkan.

Selain itu berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan kepada Bapak Fadly Al Qordi, S.Pd. yang merupakan pelatih SSB Silampari, peneliti mendapat

informasi bahwa, hasil kemampuan shooting pada pemain tingkat SSB masih perlu ditingkatkan lagi agar menjadi kategori baik bahkan sangat baik. Hal tersebut dikarenakan kemampuan pemain yang sudah dipersiapkan tidak mampu menampilkan permainan sepakbola yang baik.

Menurut Komarudin (2018) beberapa unsur kebugaran tubuh yang termasuk dalam permainan dan olahraga sepakbola adalah : a) Kecepatan-gerak-reaksi (*speed*), b) Kekuatan (*strength*), c) Daya tahan-otot-cardiovasculer (*endurance*), d) Keseimbangan (*balance*), e) Kelentukan (*flexibility*), f) Kelincahan (*agility*), g) Koordinasi (*coordination*). Koordinasi mata-kaki sangat menentukan shooting yang bagus bagi pemain sepakbola, dimana koordinasi mata-kaki berperan saat melakukan shooting untuk melakukan tendangan kegawang lawan. Seorang pemain dikatakan memiliki koordinasi mata-kaki yang baik jika mampu menghasilkan suatu shooting yang bagus dan terarah. Begitu juga dengan kekuatan otot tungkai yang menentukan seberapa kuatnya kemampuan otot tungkai dapat melakukan shooting.

Koordinasi berhubungan dengan kemampuan untuk menggunakan rasa, seperti penglihatan dan pendengaran,

bersama-sama dengan dengan bagian-bagian tubuh tertentu didalam melakukan kegiatan motorik dengan mulus dan ketepatan yang tinggi. Keterampilan atau skill sendiri bisa melibatkan koordinasi mata-kaki seperti misalnya dalam skill menendang bola; atau mata-tangan seperti dalam halnya skill melempar suatu objek ke sasaran tertentu. Koordinasi mata-kaki ketika melakukan tendangan adalah sangat penting karena dengan koordinasi yang baik teknik dasar menendang bola akan semakin baik hasilnya.

Dengan demikian, pokok permasalahan adalah kemampuan shooting masih butuh peningkatan. Banyak cara atau bentuk latihan untuk meningkatkan kemampuan shooting bola untuk anak Sekolah Sepakbola (SSB) Silampari namun dalam penelitian ini peneliti menggunakan dengan latihan koordinasi mata kaki. Diharapkan dengan menggunakan latihan koordinasi mata kaki ini kualitas kemampuan shooting bola Sekolah Sepakbola (SSB) Silampari di Kota Lubuklinggau ini dapat meningkat.

METHOD/METODE

Jenis penelitian adalah penelitian kuantitatif jenis korelasional, menggunakan metode *exposed facto*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, sedangkan pendekatan yang

digunakan adalah pendekatan korelasional. Variabel penelitian pada dasarnya merupakan segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel bebas (*independent*) dan satu variabel terikat (*dependent*).

RESULT AND DISCUSSION/HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pengujian hipotesis, penelitian ini membuktikan bahwa ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata kaki terhadap ketepatan shooting pada atlet SSB Silampari. Hubungan yang signifikan tersebut berarti bahwa semakin baik koordinasi mata kaki, semakin baik pula ketepatan shooting pada atlet SSB Silampari, dan sebaliknya semakin kurang baik koordinasi mata kaki, semakin kurang baik pula ketepatan shooting pada atlet SSB Silampari.

Kemampuan koordinasi mata-kaki memiliki peran penting saat melakukan shooting bola dalam permainan sepakbola. pengertian menggiring bola adalah menggerakkan bola dari satu titik ke titik lainnya dengan menggunakan kaki untuk melewati lawan atau menuju ke ruang gerak yang bebas. Saat menggiring

agar bola selalu berada dekat dengan kaki dibutuhkan koordinasi antara mata dan kaki yang baik, agar penguasaan bola jauh lebih maksimal.

Seorang pemain sepakbola selain harus menguasai teknik dasar yang benar juga harus mempunyai kondisi fisik yang baik, komponen kondisi fisik yang sangat diperlukan meliputi: kekuatan, daya tahan, daya ledak, kecepatan, kelentukan, keseimbangan, koordinasi, kelincahan, ketepatan dan reaksi. Keterampilan atau skill sendiri bisa melibatkan koordinasi mata-kaki (foot-eye coordination) seperti misalnya dalam skill menendang bola. Dengan demikian latihan yang dapat mengembangkan kemampuan koordinasi mata-kaki sangat perlu dilakukan, karena koordinasi mata-kaki memiliki peranan pada saat menendang bola.

Dari tes kemampuan koordinasi mata kaki jumlah terbanyak pertama adalah dengan total skor tes koordinasi mata-kaki 4 dengan presentase 28,57%, terbanyak kedua dengan total skor 3 dan 5 dengan presentase 21,43%, kemudian terbanyak ketiga ialah dengan skor 6 dengan frekuensi 14,29%. Sedangkan untuk sampel yang memiliki jumlah terkecil adalah dengan total skor tes koordinasi mata-kaki skor 1 dan 2 dengan presentase masing-masing sebesar 7,14%.

Sedangkan untuk kemampuan shooting jumlah terbanyak pertama adalah dengan total skor tes ketepatan shooting 4 dengan presentase 28.57%, terbanyak kedua dengan total skor 6 dengan presentase 21.43%, kemudian terbanyak ketiga ialah dengan skor 2, 5 dan 7 dengan frekuensi 14.29%. Sedangkan untuk sampel yang memiliki jumlah terkecil adalah dengan total skor tes ketepatan shooting skor 8 dengan presentase masing-masing sebesar 7,14%. Jika dilihat dari perbedaan skor nilai ada korelasi terlihat bahwa kemampuan koordinasi yang baik memiliki kemampuan shooting yang baik. Koordinasi mata-kaki adalah kemampuan seseorang dalam mengintegrasikan antara gerakan mata (pandangan) dengan gerakan kaki secara efektif. Gerakan keterampilan bermain sepakbola termasuk gerakan yang cukup kompleks, sebab gerakan pukulan merupakan gabungan beberapa gerakan yang harus dilakukan secara terpadu dan selaras. Keberhasilan keterampilan bermain sepakbola dipengaruhi oleh kemampuan Atlet untuk melakukan gerakan secara terpadu dan selaras. Koordinasi mata-kaki dapat menunjang keberhasilan belajar keterampilan bermain sepakbola, karena dengan koordinasi mata-kaki yang baik, Atlet dapat mengontrol gerakan-gerakan

yang dilakukan sehingga menjadi lebih akurat. Atlet yang memiliki koordinasi mata-kaki tinggi memiliki kemampuan untuk lebih cepat menguasai keterampilan bermain sepakbola, dari pada Atlet yang memiliki koordinasi mata-kaki rendah.

Hal ini juga di dukung berdasarkan analisis data pada r_{hitung} . Berdasarkan tabel interpretasi $r_{xy} = 0,931$ tergolong dalam interpretasi sangat tinggi (0,80 – 1,00) sehingga demikian dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan yang sangat kuat antara koordinasi mata kaki dengan ketepatan shooting ke gawang SSB Silampari Kota Lubuklinggau.

Hal ini juga di dukung berdasarkan analisis data pada t_{hitung} adalah 8,835. Hasil perhitungan t_{hitung} apabila dikonfirmasi dengan $t_{tabel} = 2,17$, berarti $t_{hitung} > t_{tabel}$ atau $8,835 > 2,17$. Ternyata t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata kaki dengan ketepatan shooting ke gawang SSB Silampari Kota Lubuklinggau

Koordinasi mata-kaki merupakan kondisi fisik yang sangat mendukung dan berperan penting dalam permainan sepakbola. Didalam permainan sepakbola dibutuhkan kecermatan pandangan dalam mengantisipasi bola dan ketepatan bergerak untuk menendang bola sesuai sasaran yang diharapkan. Dalam

meningkatkan ketepatan shooting dalam permainan sepakbola tidak hanya dipengaruhi oleh penerapan model latihan atau jenis latihan yang sesuai saja, tetapi dari faktor individu juga sangat berpengaruh terhadap keterampilan yang dipelajari yaitu kemampuan koordinasi mata kaki.

Hal ini sejalan dengan penelitian relevan yang telah dilakukan oleh Diwa (2016:243) yang menyatakan bahwa kemampuan koordinasi mata-kaki memiliki peran penting saat melakukan shooting bola dalam permainan sepakbola. pengertian menggiring bola adalah menggerakkan bola dari satu titik ke titik lainnya dengan menggunakan kaki untuk melewati lawan atau menuju ke ruang gerak yang bebas. Saat menggiring agar bola selalu berada dekat dengan kaki dibutuhkan koordinasi antara mata dan kaki yang baik, agar penguasaan bola jauh lebih maksimal.

Seorang pemain sepakbola selain harus menguasai teknik dasar yang benar juga harus mempunyai kondisi fisik yang baik, komponen kondisi fisik yang sangat diperlukan meliputi: kekuatan, daya tahan, daya ledak, kecepatan, kelentukan, keseimbangan, koordinasi, kelincahan, ketepatan dan reaksi. Keterampilan atau skill sendiri bisa melibatkan koordinasi mata-kaki (*foot-eye coordination*) seperti misalnya dalam skill menendang bola.

Dengan demikian latihan yang dapat mengembangkan kemampuan koordinasi mata-kaki sangat perlu dilakukan, karena koordinasi mata-kaki memiliki peranan pada saat menendang bola.

CONCLUSION/SIMPULAN

Hasil penelitian dan pengolahan data tes dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara koordinasi mata kaki dengan ketepatan shooting ke gawang SSB Silampari Kota Lubuklinggau. Hal ini berdasarkan nilai $r_{xy} = 0,931$ yang diperoleh. Jika diinterpretasi nilai r_{xy} terletak pada rentang 0,80 – 1,00 yaitu mempunyai hubungan korelasi yang sangat kuat. Sedangkan jika ditinjau dari rumus uji-t, diketahui harga $t_{hitung} = 8,835$ lebih besar dari pada $t_{tabel} = 2,17$ pada taraf 5%.

REFERENCE/DAFTAR PUSTAKA

- Adnan, (2010). Korelasi Kekuatan Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Kemampuan Passing Pemain Sepakbola SSB Putra Wijaya Kota Padang. Volume 7. Nomor 12. Edisi Desember 2010.
- Arikunto. (2016). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Anam, Khoiril. (2018). *Pengaruh Metode Latihan dan Koordinasi Mata-Kaki terhadap Ketepatan Tendangan Jarak Jauh*. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*. Volume 8. Nomor 2. Edisi Desember 2018. (ISSN 2088-6802)
- Awang, Roni Effendi. (2016). *Pengaruh Latihan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Kemampuan Ketepatan Shooting Pada Mahasiswa Ukm Sepak Bola Putra*. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, Vol. 5, No. 2, Desember 2016.
- Diwa. (2016). Hubungan Koordinasi Mata-Kaki Dengan Kemampuan Shooting Dalam Permainan Sepakbola Pada Klub Sepakbola Himadirga Tahun 2013. Vol. 15, No. 1, Desember 2016.
- Ega, Gian Vembiarto. (2018). *The Effect Of Various Passing Exercises And Ankle Coordination On The Accuracy Of Short Passing In Football*. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research, volume 278*. 2nd Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education, and Sport Science.
- Husan. (2016). *Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata-Kaki Dengan Kemampuan Tendangan Ke Gawang Tim Sman 1 Bangko Kecamatan Bangko*. *Journal of Physical Education and Sport Science* Vol. 14, No. 13, April 2016.
- Imprint. (2019). *Panduan Sepak Bola Untuk Semua di Sekolah*. Jakarta: Kemterian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Ismaryati. 2016. *Meningkatkan Kebugaran Tubuh Melalui Permainan dan Olahraga Sepak Bola*. Cet 1. PT Gramedia Widiasarana Indonesia. Surabaya.
- Komarudin. (2018). *Permainan Bola Besar dan Bola Kecil*. Pontianak: IKIP-PGRI Pontianak.

- Nonalisa. (2010). *Sepak Bola di Yogyakarta*. Yogyakarta. Penerbit Universitas Negeri Yogyakarta (UNY Press).
- Sucipto. (2010). *Buku Ajar Sepak Bola*. Pontianak: IKIP-PGRI Pontianak.
- Sugiyono. (2016). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta.
- Syafruddin. (2015). *Supervisi Pendidikan Olahraga*. Cet 1. Universitas Indonesia: Jakarta.
- Wiradihardja, dkk. (2017). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Kemterian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Winarno. (2016). *Perspektif Pendidikan Jasmani dan Rohani*. Malang: Penerbit Universitas Negeri Malang (UM Press).
- Nurhasana. (2011). *Pengetahuan Olahraga Sepak Bola*. Pontianak: IKIP-PGRI Pontianak.