



Vol. 05 No. 02 Tahun 2023

**Musamus Journal of Physical Education and Sport (MJPES)**  
<http://ejournal.unmus.ac.id/index.php/physical>

## **Analisis Kelincahan Dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola SDN 243 Jerrung II Sinjai**

**Irvan Mustafa**

**PGMI, FITK, IAIN Ambon**

e-mail: [irvan.mustafa@iainambon.ac.id](mailto:irvan.mustafa@iainambon.ac.id)

**Andi Muhammad Fadlih**

**Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekrasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar**

e-mail: [a.muhammad.fadlih@unm.ac.id](mailto:a.muhammad.fadlih@unm.ac.id)

### **Info Artikel**

#### *Sejarah Artikel:*

Diterima: Mei 2023

Disetujui Mei 2023

Dipublikasikan :Mei 2023

#### *Keywords:*

Sepakbola, Kelincahan,  
Keseimbangan

### **Abstrak**

Penelitian ini sendiri bertujuan untuk mengetahui adakah pengaruh dari kelincahan serta keseimbangan terhadap kemampuan dalam menggiring bola pada permainan sepakbola murid SDN 243 Jerrung II Kabupaten Sinjai. Metode yang digunakan yaitu menggunakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan teknik pengumpulan data menggunakan teknik observasi atau pengamatan. Berdasarkan hasil analisis statistik menunjukkan koefisien determinasi sebesar  $R=0,638$  sedangkan nilai  $R\text{ Square}=0,407$  atau kontribusi pengaruh secara bersama-sama 40.7% menjelaskan bahwa kelincahan (X1) memberikan pengaruh sebesar 40,7% ,  $t_{hitung}=3,417$  dengan nilai  $sig=0,003(P<0,05)$  berarti ada pengaruh kelincahan terhadap menggiring bola. Selanjutnya koefisien determinasi sebesar  $R=0,735$  sedangkan nilai  $R\text{ Square}=0,541$  atau kontribusi pengaruh secara bersama-sama 54.1% menjelaskan bahwa keseimbangan (X2) memberikan pengaruh sebesar 54,1% dengan  $t_{hitung}=4,475$  dengan nilai  $sig=0,000(P<0,05)$  berarti ada kaitan atau korelasi keseimbangan terhadap menggiring bola. Berdasarkan tabel dengan nilai determinasi ( $R\text{ Square}$ ) = 0.661 atau Korelasi secara bersama-sama sebesar 66.1% Sementara 33.9% disebabkan oleh faktor-faktor yang lain. Sehingga jika seseorang memiliki kelincahan dan keseimbangan yang baik akan diikuti dengan menggiring bola yang baik juga.

### **Abstract**

This study itself aims to determine whether there is an effect of agility and balance on the ability to dribble in the soccer game of students at SDN 243 Jerrung II, Sinjai Regency. The method used is descriptive quantitative research with data collection techniques using observation or observation techniques. Based on the results of statistical analysis shows the coefficient of determination of  $R=0.638$  while the value of  $R\text{ Square}=0.407$  or the contribution of influence together is 40.7% explaining that agility (X1) has an effect of 40.7%,  $t_{count}=3.417$  with  $sig=0.003(P<0.05)$  means that agility has an effect on dribbling. Furthermore, the coefficient of determination of  $R=0.735$  while the value of  $R\text{ Square}=0.541$  or the contribution of the influence together is 54.1% explaining that the balance (X2) has an effect of 54.1% with  $t_{count}=4.475$  with a  $sig\text{ value}=0.000(P<0.05)$  means there is a connection or correlation of balance to dribbling. Based on the table with the value of determination ( $R\text{ Square}$ ) = 0.661 or the correlation together is 66.1% while 33.9% is caused by other factors. So if someone has good agility and balance it will be followed by good dribbling too.

© 2023 Universitas Musamus Merauke

✉ Alamat korespondensi: PGMI, FITK, IAIN Ambon  
 E-mail: [irvan.mustafa@iainambon.ac.id](mailto:irvan.mustafa@iainambon.ac.id)

ISSN 2622-7835 (online)  
 ISSN 2622-7827 (print)

## PENDAHULUAN

Indonesia memiliki prestasi olahraga yang baik di bidang tertentu. Bahkan, prestasi olahraga Indonesia mengalami pasang surut (Mustafa, 2022). Salah satu olahraga yang digemari di Indonesia ialah sepak bola. Saat ini, sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer dalam jangka waktu puluhan tahun belakangan ini. Sepak bola membutuhkan latihan fisik yang kuat. Permainan sepak bola dimainkan terdiri dari dua tim yang bertujuan untuk mencetak gol. Permainan sepak bola menggunakan aktifitas fisik, dimana ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai (Erfayliana & Wati, 2021). Demi meraih prestasi dibidang olahraga harus latihan fisik yang cukup, eknik,taktik atau strategi maupun mental untuk hasil optimal dalam mencapai prestasi (Wirawan, 2018). Weda (2021) menyatakan bahwa “Sepakbola merupakan cabang olahraga yang sangat populer didunia”. Olahraga sepakbola sudah dipelajari dari segi taktik maupun teknik sehingga dapat dikatakan bahwa olahraga ini sebagai olahraga modern. (Ridwan, 2020) menambahkan bahwa dalam sepakbola seorang pemain harus menguasai teknik dasar untuk bermain. Sepakbola luar negeri yang sering disiarkan menunjukkan para pemain yang memiliki keahlian dengan teknik yang bagus atau bisa dibilang sangat mahir dalam bermain sepakbola. Tidak kalah di tanah airpun para pemain sepakbola sudah sangat lihai sehingga menjadi olahraga yang sangat digemari disemua kalangan. Sepakbola sendiri bisa kita jumpai dimana saja seperti dikota besar sampai ke pelosok desa, baik itu di stadion, lapangan besar, lapangan kecil bahkan hingga ke persawahan banyak kita jumpai. Sepakbola dicintai mulai dari kalangan anak-anak, remaja, dewasa bahkan orang tua yang sudah lanjut usia pun. Teknik dan taktik yang semakin berkembang seiring dengan dunia persepakbolaan dunia yang semakin maju, juga menjadikan sepakbola sebagai olahraga nasional (Irawan & Kibadra, 2018).

Permainan sepakbola membutuhkan teknik serta taktik yang mumpuni. Salah satu hal penting dalam permainan sepak bola adalah menggiring bola. (Ridwan et al., 2017) menyatakan bahwa salah satu teknik dalam permainan sepakbola yang wajib dikuasai adalah menggiring (*dribling*). Menggring bola membutuhkan fokus atau penguasaan bola secara baik, bola yang dibawa harus dekat dengan kaki dan diarahkan ketujuannya. Kristina (2018) menyatakan bahwa menggiring bola merupakan kemampuan membawa bola kecil-kecil tetapi tetap dalam penguasaan. Menggiring bola perlu dilakukan secara maksimal pula, oleh karena itu sangat penting untuk menguasai gerakan secara terkoordinasi untuk memperoleh gerakan menggiring bola secara benar.

Efendi et al., (2018) menyatakan bahwa didalam usaha untuk mencapai suatu koordinasi gerakan diperlukan adanya suatu latihan yang teratur, kondisi fisik baik serta penguasaan teknik, pada akhirnya akan tercipta gerakan-gerakan yang lebih terampil dengan teknik serta taktik dalam menggiring bola secara baik. Naldi & Irawan (2020) menambahkan bahwa atlet yang memiliki kondisi fisik bagus akan mampu menjalani latihan dengan intensitas berapapun. Adapun gerakan yang diharapkan dari penguasaan menggiring bola yaitu gerakan badan, letak kaki dan bola dalam mengendalikan serta mengontrol bola, koordinasi antara mata dan kaki, adanya gerakan yang lincah dalam melewati lawan. Indra & Marheni (2020) mengemukakan bahwa keterampilan bermain sepakbola yang baik akan lahir melalui penguasaan teknik dasar yang benar dan kondisi fisik yang matang. Sehingga pemain yang mampu menguasainya akan mampu mengatasi atau mengontrol permainan.

Masalah yang terjadi pada murid yaitu disaat menggiring bola beberapa murid yang kadang jatuh diasaat berlari membawa bola dan beberapa murid yang hanya bisa menggiring dengan lambat sehingga mereka tidak lincah dan seimbang sementara menggiring harus lincah dan seimbang. (Dahlan et al., 2020) menjelaskan bahwa seseorang yang memiliki kelincahan yang baik maka akan membawa bola dengan tepat, ketika komponen ini yang tidak mendukung maka kemampuan menggiring murid yang menurun dan inilah yang terjadi pada murid SDN 243 Jerrung II Kabupaten Sinjai.

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan di lapangan, peneliti mengamati bahwa koordinasi mata-kaki, kelincahan dan keseimbangan murid SDN 243 Jerrung II Kabupaten Sinjai berada dalam kategori rendah. Banyak peserta didik yang belum menguasai cara menggiring bola dalam permainan sepakbola. Berdasarkan fakta yang ada, diketahui bahwa terdapat faktor yang menjadi dasar yang kemudian menjadi kendala penghambat kemampuan murid, diantaranya yaitu aspek teknik yang mendominasi penghambat. Aspek tersebut di antaranya adalah teknik menggiring bola. Keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola murid SDN 243 Jerrung II Kabupaten Sinjai, mempunyai kemampuan yang berbeda, ada yang sudah baik serta ada juga yang masih kurang baik.

(Efendi et al., 2018) menegaskan bahwa untuk menjadi pemain sepakbola yang baik, siswa harus mampu menguasai teknik dasar dalam permainan sepakbola dan komponen fisik yang menunjang. (Tarju & Wahidi, 2017) menambahkan bahwa untuk memaksimalkan permainan dibutuhkan penguasaan teknik dasar dalam permainan sepakbola. Namun apa yang dilihat di lapangan masih tergolong kurang maksimal, adapun komponen fisik yang dianggap berperan dalam keterampilan menggiring bola yang menjadi indikasi dari kurang

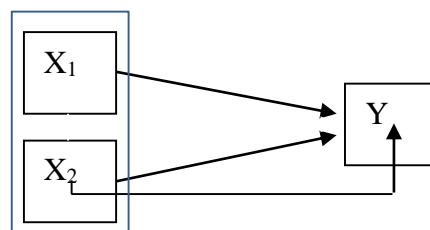
efektifnya keterampilan menggiring bola pada siswa tersebut, teknik menggiring bola yang dimiliki oleh murid masih kurang luwes, bola belum begitu dikuasai oleh murid, oleh karena itu pada saat siswa menggiring bola akan mudah untuk direbut oleh pemain lain, inipun dilihat dari adanya kesalahan yang terjadi sehingga bola kadang terlepas dari penguasaan pemain.

Fakta yang saya lihat di murid SDN 243 Jerrung II Kabupaten Sinjai saat mengikuti setiap pertandingan yang ada masih belum mampu untuk bersaing dengan pemain lainnya. Permainan sepakbola sendiri adalah salah satu permainan yang harus membutuhkan kondisi fisik yang baik terutama kelincahan dan keseimbangan disaat menggiring bola. Fakta dilapangan pemain hanya menggiring bola satu sampai dua meter saja kemudian dirampas bahkan banyak pemain yang jatuh disaat menggiring padahal untuk meningkatkan keterampilan dalam bermain sepakbola di permainan sepakbola membutuhkan kemampuan dan kondisi fisik yang prima untuk melakukan taktik, teknik dasar serta gerakan menggiring bola dan lainnya.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Akhbar, 2016) bahwa kelincahan dan juga keseimbangan sama-sama memberikan sumbangan sebesar 26.97% terhadap kemampuan menggiring bola dengan taraf signifikansi 0.05. hasil ini membuktikan bahwa dari kedua komponen kelincahan serta keseimbangan memiliki kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan dalam menggiring bola. Komponen inipun bisa diterapkan untuk para pemain sehingga kemampuan dalam menggiring bola akan lebih efektif untuk hasil yang lebih maksimal. Berdasarkan uraian diatas penelitian ini sendiri bertujuan untuk mengetahui adakah pengaruh dari kelincahan serta keseimbangan terhadap kemampuan dalam menggiring bola pada permainan sepakbola murid SDN 243 Jerrung II Kabupaten Sinjai.

## METODE

Penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif kualitatif. Adapun desain dalam penelitian ini yaitu gambaran singkat tentang s proses yang diperluas dalam perencanaan dan pelaksanaan disebuah penelitian. Desain penelitian dapat dilihat pada gambar berikut.



**Gambar 1.** Desain Penelitian (Sugiyono, 2010)

Keterangan :

X1 = Kelincahan

X2 = Keseimbangan

Y = Menggiring bola.

Penelitian ini dilaksanakan di SDN 243 Jerrung II Kabupaten Sinjai, Provinsi Sulawesi Selatan. Dan telah dilaksanakan pada Juli sampai dengan Agustus 2021. Selanjutnya populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh murid SDN 243 Jerrung II Kabupaten Sinjai sebanyak 180 siswa serta penarikan sampel digunakan teknik *propusive sampling* atau dengan pertimbangan tertentu, dan dapat ditarik sampel dengan jumlah sampel 20 murid putra. Teknik analisis data yang digunakan berupa uji normalitas, uji homogenitas data serta uji hipotesis. selanjutnya analisis data statistik yang dipergunakan yaitu pada umumnya, penelitian ini menggunakan analisis statistic berbantuan komputer dengan program SPSS, digunakan taraf signifikan 95% atau  $\alpha = 0,05$ . Nilai yang menunjukkan signifikansi  $>0,05$  berarti  $H_0$  diterima serta  $H_1$  ditolak, sebaliknya apabila  $< 0,05$  berarti  $H_0$  ditolak serta  $H_1$  diterima.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### HASIL

Data hasil penelitian didapat dari hitungan skor hasil tes dari sampel yaitu siswa SDN murid SDN 243 Jerrung II Kabupaten Sinjai. Tes tersebut meliputi *modified bass test of dynamic balance*, *shuttle run test*, dan tes juga menggiring bola melewati rintangan dengan jarak yang telah ditentukan. Berikut merupakan hasil deskripsi dari penelitian yang telah dilakukan :

#### 1. Analisis Data Deskriptif

Analisis data deskriptif merupakan analisis data untuk mendapatkan gambaran secara umum data hasil penelitian. Deskripsi data yang dimaksudkan untuk kemudian dapat menafsirkan serta memberi makna terkait data hasil penelitian.

**Tabel 1.** Rangkuman hasil analisis deskriptif

| Nilai statistik | N  | Mean  | Minimum | Maksimum | Range | SD    | Varians |
|-----------------|----|-------|---------|----------|-------|-------|---------|
| Kelincahan      | 20 | 9.65  | 8.34    | 11.55    | 3.21  | 0.90  | 0.821   |
| Keseimbangan    | 20 | 73.00 | 40      | 90       | 50    | 18.09 | 327.36  |
| Menggiring bola | 20 | 10.47 | 9.01    | 12.63    | 3.62  | 1.05  | 1.11    |

Tabel diatas merupakan gambaran kelincahan serta keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SDN 243 Jerrung II Kabupaten Sinjai.

## 2. Uji Normalitas Data

Untuk melihat apakah data penelitian telah berdistribusi secara normal, maka perlu dilakukan pengujian menggunakan Uji *Kolmogorov Smirnov*. Selanjutnya hasil uji normalitas data dapat diuraikan pada tabel berikut :

**Tabel 2.** Rangkuman hasil uji normalitas

| Variabel        | KS-Z  | Asymp | Ket    |
|-----------------|-------|-------|--------|
| Kelincahan      | 0.692 | 0.725 | Normal |
| Keseimbangan    | 1.121 | 0.162 | Normal |
| Menggiring bola | 0.746 | 0.634 | Normal |

Tabel diatas menunjukkan hasil dari pengujian normalitas data menggunakan uji *Kolmogorov smirnov* yang menunjukkan hasil berikut :

- Variabel kelincahan memiliki nilai Kolmogorov-Smirnov sebesar 0.692, *Asymp. Sig* 0.725 ( $P > 0.05$ ), sehingga dapat dikatakan bahwa variabel kelincahan berdistribusi secara normal.
- Variabel keseimbangan memiliki nilai Kolmogorov-Smirnov sebesar 1.121, *Asymp. Sig* 0.162 ( $P > 0.05$ ), sehingga dapat dikatakan bahwa variabel keseimbangan berdistribusi secara normal.
- Variabel menggiring bola memiliki nilai Kolmogorov-Smirnov sebesar 0.746, *Asymp. Sig* 0.634 ( $P > 0.05$ ), sehingga dapat dikatakan bahwa variabel menggiring bola berdistribusi secara normal.

## 3. Uji Hipotesis

Persamaan regresi adalah suatu metode analisis hipotesis penelitian yang digunakan untuk menguji ada atau tidaknya pengaruh diantara variabel.

**Tabel 3.** Hasil uji lineritas

| Variabel                     | lineritas | Sig  | Keterangan               |
|------------------------------|-----------|------|--------------------------|
| Kelincahan-menggiring bola   | 0.071     | 0,05 | Terdapat hubungan linear |
| Keseimbangan-menggiring bola | 0.490     | 0,05 | Terdapat hubungan linear |

Berdasarkan tabel tersebut dapat terlihat bahwa hasil uji linearitas diperoleh semua nilai ( $P > 0.05$ ) sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, dapat dikatakan bahwa ada hubungan yang linear.

Selanjutnya, uji koefisien determinasi adalah uji untuk melihat beberapa besar pengaruh yang diberikan variabel X secara stimulan atau secara bersama-sama terhadap variabel Y

**Tabel 4.** Hasil uji kelincahan dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola

| Variabel                                | R     | R Square | T hitung | Sig   |
|-----------------------------------------|-------|----------|----------|-------|
| Kelincahan-menggiring bola              | 0.638 | 0.407    | 3.417    | 0.003 |
| Keseimbangan-menggiring bola            | 0.735 | 0.541    | 4.475    | 0.000 |
| Kelincahan,Keseimbangan-menggiring bola | 0.813 | 0.661    | 3.465    | 0.000 |

Pada tabel 4 diatas tentang hasil uji kelincahan dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola, dapat diuraikan sebagai berikut :

#### **Kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SDN 243 Jerrung II Kabupaten Sinjai**

Berdasarkan tabel di atas terlihat bahwa nilai koefien determinasi, diperoleh nilai  $R=0,638$  sedangkan nilai  $R\text{ Square}=0.407$  atau kotribusi pengaruh secara bersama-sama 40.7% adapun sisanya ( $100\%-40,7\%=59,3\%$ ) dipengaruhi dengan variabel lain dengan  $t_{hitung}=3,417$  dengan nilai  $sig=0.003$  ( $P < 0.05$ ) maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, dapat dikatakan bahwa ada korelasi antara kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola murid SDN 243 Jerrung II Kabupaten Sinjai.

#### **Kontribusi keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola murid SDN 243 Jerrung II Kabupaten Sinjai**

Diperoleh nilai  $R=0,735$  sedangkan nilai  $R\text{ Square}=0.541$  atau kotribusi pengaruh secara bersama-sama 54.1% adapun sisanya ( $100\%-54,1\%=45,9\%$ ) dipengaruhi dengan variabel lain dengan  $t_{hitung}=4,475$  dengan nilai  $sig=0.000$  ( $P < 0.05$ ) sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, berarti ada korelasi keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SDN 243 Jerrung II Kabupaten Sinjai.

#### **Kontribusi kelincahan dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SDN 243 Jerrung II Kabupaten Sinjai**

Berdasarkan tabel dengan ( $R\text{ Square}$ ) = 0.661 atau Korelasi secara bersama-sama sebesar 66.1% Sementara 33.9% disebabkan faktor yang lain. Oleh karena itu jika seseorang

memiliki kelincahan dan keseimbangan yang baik maka tentu saja juga diikuti dengan kemampuan menggiring bola yang juga baik.

## **PEMBAHASAN**

Hasil analisis data pada pengujian hipotesis selanjutnya perlu untuk dikaji lebih lanjut dengan cara memberikan interpretasi keterkaitan hasil analisis yang telah dicapai dengan teori mendukung atau mendasari penilaian. Penjelasan sangat diperlukan untuk dapat diketahui kecocokan antara teori-teori yang dipaparkan dengan hasil yang telah diperoleh.

### **1. Ada kontribusi antara kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SDN 243 Jerrung II Kabupaten Sinjai**

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa hasil perhitungan dari korelasi, diperoleh nilai  $\text{sig} = 0.003 (P < 0.05)$  sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, sehingga terdapat korelasi antara kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola murid SDN 243 Jerrung II Kabupaten Sinjai dengan kontribusi sebesar 40 %. Para pemain yang mempunyai kelincahan yang baik maka akan memiliki kontribusi pada kemampuan menggiring bola.

Pada dasarnya kelincahan sendiri merupakan suatu kemampuan untuk mengubah arah secara cepat pada saat tubuh bergerak dari suatu tempat ketempat yang lainnya. Menurut (Harsono, 2015) kelincahan ialah suatu kemampuan mengubah posisi tubuh secara cepat yang dilakukan pada waktu bergerak dan tanpa kehilangan keseimbangan terhadap posisi tubuhnya. Pemain sepakbola yang bisa mengubah posisi yang berbeda dengan kecepatan yang tinggi diikuti koordinasi baik, dapat dikatakan bahwa kelincahannya tergolong cukup baik. Dengan kemampuan yang seperti ini dibutuhkan koordinasi prima. Untuk seorang atlet sangat penting untuk memiliki kelincahan, yaitu kemampuan dalam bergerak secara cepat dari suatu titik ketitik lain, kemudian dengan tiba-tiba akan mengubah arahnya, mampu menghindar serta mengelilingi objek secara cepat tentu diperlukan komponen kecepatan. Seperti yang dikemukakan oleh (Nasution & Suharjana, 2015) bahwa sebagai komponen dasar, maka kelincahan harus dimiliki dan dilatihkan kepada para pemain sepak bola. Dalam meningkatkan komponen kelincahan sendiri takarannya bergantung dari jenis olahraga yang dipergunakan.

### **2. Ada kontribusi antara keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SDN 243 Jerrung II Kabupaten Sinjai**



Berdasarkan tabel diatas dapat terlihat bahwa hasil korelasi, diperoleh  $\text{sig} = 0.000 (P < 0.05)$ , sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, ini menunjukkan bahwa ada korelasi antara keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola murid SDN 243 Jerrung II Kabupaten Sinjai dengan kontribusi 53.8%. Hal ini dibuktikan bahwa beberapa murid yang memiliki keseimbangan yang baik dan dibuktikan menggiring bola juga baik begitupun sebaliknya ketika keseimbangan kurang maka menggiring bola juga kurang.

Dalam menggiring bola diperlukan dukungan dari kondisi fisik yang telah terlatih misalnya saja keterampilan teknik dan, keseimbangan. (Musrifin & Bausad, 2020) menyatakan bahwa kondisi fisik sangat dibutuhkan dalam suatu permainan sepakbola, maka dari itu kondisi fisik pemain harus dilatih agar dapat mencapai prestasi yang tinggi. Keseimbangan sendiri merupakan unsur tubuh yang penting didalam menggiring bola. (Hasanuddin & Hakim, 2020) menjelaskan bahwa keseimbangan dinamis dan fleksibilitas togok memberikan sumbangan yang berarti terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola. Selain itu beberapa unsur dari komponen kondisi fisik, seseorang atlet akan mampu menggiring secara baik, sehingga akan mampu menghemat energi serta kemungkinan adanya cedera akan kecil.

### **3. Kontribusi bersama-sama antara kelincahan serta keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SDN 243 Jerrung II Kabupaten Sinjai**

Berdasarkan tabel dengan nilai ( $R \text{ Square}$ ) = 0.661, korelasi secara bersama-sama sebesar 66.1% adapun 33.9% disebabkan oleh faktor lainnya. Sehingga jika seseorang mempunyai kelincahan dan keseimbangan yang baik juga akan disertai dengan kemampuan menggiring bola juga baik.

(Sajoto, 1995) menyatakan bahwa aspek dari kondisi fisik merupakan kesatuan yang utuh antara komponen yang tidak bisa dipisahkan, baik itu dalam peningkatan ataupun pemeliharaan dari kondisi fisik. Selanjutnya, kemampuan fisik adalah komponen biomotor yang sangat diperlukan pada setiap cabang olahraga. (Harsono, 2015) mengemukakan bahwa unsur kondisi fisik diantaranya yaitu daya tahan, *power*, kelincahan (*agilitas*), stamina, daya tahan otot, keseimbangan, kekuatan, kelentukan, serta kecepatan. adapun menurut (Suharto, 2000) untuk komponen kondisi fisik sendiri terdiri atas Keseimbangan, *Power*, Kekuatan (*Strength*), Koordinasi (*Coordination*), Daya tahan (*Endurance*), Kelentukan (*Flexibility*), Kelincahan, serta Kecepatan (*Speed*),

Berdasarkan analisa, karakteristik, dan tujuan keterampilan menggiring bola yaitu kemampuan dengan salah satu tujuannya untuk menjadi pemain profesional, maka melihat dari

komponen biomotor secara umum dan dominan pada sepakbola dipilih komponen biomotor sesuai karakteristik gerak pada menggiring bola berupa kelincahan, dan keseimbangan.

## **PENUTUP**

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dikemukakan sebelumnya, dapat diambil kesimpulan bahwa ada kontribusi dari kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola, ada kontribusi dari keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola, serta ada kontribusi yang secara bersama-sama antara kelincahan serta keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola murid SDN 243 Jerrung II Kabupaten Sinjai. Hasil penelitian pun diharapkan mampu menjadi rujukan bagi pelatih untuk memotivasi para siswa ataupun atlet untuk terus meningkatkan keterampilan menggiring bola karena tentu akan berdampak secara signifikan dalam keterampilan sepakbola, untuk siswa sendiri disarankan dapat meningkatkan menggiring bola dengan memperhatikan kelincahan dan keseimbangan yang menunjang performa dalam bermain sepakbola, serta untuk peneliti yang sedang tertarik meneliti terkait kelincahan serta keseimbangan terhadap keterampilan menggiring disarankan agar mencari variabel lain yang berbeda baik itu pada variabel bebas ataupun variabel terikat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akhbar, M. T. (2016). Sumbangan Kelincahan dan Keseimbangan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola (Studi Deskriptif Pada Pemain Ps Universitas PGRI Palembang). *Jurnal Menssana*, 1(2), 1–10.
- Dahlan, F., Hidayat, R., & Syahrudin, S. (2020). Pengaruh komponen fisik dan motivasi latihan terhadap keterampilan bermain sepakbola. *Jurnal Keolahragaan*, 8(2). <https://doi.org/10.21831/jk.v8i2.32833>
- Efendi, A. R., Pahliwandari, R., & Arifin, Z. (2018). *Pengaruh Latihan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Dalam Permainan Sepakbola Mahasiswa Ukm Sepakbola Ikip PGRI Pontianak*. 7(1), 10.
- Erfayliana, Y., & Wati, O. K. (2021). Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola Peserta Didik Kelas Atas Sekolah Dasar. *TERAMPIL: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Dasar*, 7(2), 159–166. <https://doi.org/10.24042/terampil.v7i2.8119>
- Harsono. (2015). *Kepelatihan Olahraga*. PT. Remaja Rosdakarya.
- Hasanuddin, M. I., & Hakim, N. (2020). *Kontribusi Antara Kecepatan, Kelentukan Dan Keseimbangan Dengan Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola pada Siswa SMP Negeri 3 Palopo*. 6(1), 13.
- Indra, P., & Marheni, E. (2020). Pengaruh Metode Latihan dan Motivasi Berlatih terhadap Keterampilan Bermain Sepak Bola Ssb Persika Jaya Sikabau. *Jurnal Performa Olahraga*, 5(1), 39–47. <https://doi.org/10.24036/jpo138019>
- Irawan, I., & Kibadra, K. (2018). Analisis Teknik Dasar Pemain Sepak Bola Tabulasi PSTS Padang. *Sport Science*, 18(2), 63–70. <https://doi.org/10.24036/jss.v18i2.18>
- Kristina, P. C. (2018). Kemampuan Menggiring Bola (Studi Korelasional Kecepatan dan Kelincahan dengan Kemampuan Dribel Pada Permainan Sepakbola Siswa Menengah Pertama). *Halaman Olahraga Nusantara. Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 1(1), 74–85.
- Musrifin, A. Y., & Bausad, A. A. (2020). *Analisis Unsur Kondisi Fisik Pemain Sepak Bola Mataram Soccer Akademi NTB*. 6(1), 7.
- Mustafa, I. (2022). Pengaruh Daya Ledak Tungkai, Keseimbangan dan Tinggi Badan terhadap Kemampuan Lompat Jauh pada SMP Negeri 2 Bolupoddo. *SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation*, 6(1), 22. <https://doi.org/10.26858/sportive.v6i1.31535>
- Naldi, I. Y., & Irawan, R. (2020). Kontribusi Kemampuan Motorik Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Pada Atlet Ssb (Sekolah Sepakbola) Balai Baru Kota Padang. *Jurnal Performa Olahraga*, 5(1), 6–11. <https://doi.org/10.24036/jpo133019>
- Nasution, I. E., & Suharjana, S. (2015). Pengembangan Model Latihan Sepak Bola Berbasis Kelincahan Dengan Pendekatan Bermain. *Jurnal Keolahragaan*, 3(2), 178–193. <https://doi.org/10.21831/jk.v3i2.6241>
- Ridwan, M. (2020). Kondisi Fisik Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Kota Padang. *Jurnal Performa Olahraga*, 5(1), 65–72. <https://doi.org/10.24036/jpo142019>
- Ridwan, M., Darmawan, G., & Indiarsa, N. (2017). *Upaya Meningkatkan Penguasaan Keterampilan Passing Pada Permainan Sepakbola melalui Pendekatan Taktis*. 5(1), 10.

- Sajoto, M. (1995). *Pengembangan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Dahara Prize.
- Suharto. (2000). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*.
- Tarju, T., & Wahidi, R. (2017). Pengaruh Metode Latihan Terhadap Peningkatan Passing Dalam Permainan Sepak Bola. *JUARA: Jurnal Olahraga*, 2(2), 66. <https://doi.org/10.33222/juara.v2i2.35>
- Weda. (2021). *Peran Kondisi Fisik dalam Sepakbola*. <https://doi.org/10.5281/ZENODO.4452635>
- Wirawan, V. A. (2018). Pengaruh Latihan Plyometric Depth Jump Dan Box Jump Terhadap Peningkatan Daya Ledak Otot Tungkai Pada Klub Bolavoli Yunion Putri Kabupaten Soppeng. *SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation*, 2(1). <https://doi.org/10.26858/sportive.v2i1.9395>