

Kontribusi Kelincahan Dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Menggiring Bola Sepakbola Pada Siswa SSB Patriot Muda Kuok

Firhan Abdi A'mali¹, Raffly Henjilito²

Universitas Islam Riau

Email: firhanabdiamali@student.uir.ac.id

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memastikan (1) sejauh mana kelincahan memengaruhi kemampuan siswa SSB Patriot Muda Kuok untuk menggiring bola; (2) sejauh mana koordinasi mata-kaki memengaruhi kemampuan siswa SSB Patriot Muda Kuok untuk menggiring bola; dan (3) sejauh mana kelincahan dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama memengaruhi kemampuan menggiring bola bagi siswa SSB Patriot Muda Kuok. Penelitian ini menggunakan metode "korelasional" dan bersifat deskriptif. Semua siswa di SSB Patriot Muda Kuok merupakan populasi yang diteliti. Dua puluh siswa dipilih sebagai sampel dari populasi ini. Temuan penelitian mengungkapkan bahwa, pada tingkat signifikansi 5%, nilai r hitung adalah 0,578, lebih tinggi dari nilai r tabel sebesar 0,443. Kelincahan dan koordinasi mata-kaki menyumbang 33,40% dari total persentase keterampilan menggiring bola. Ini menunjukkan bahwa 33,40% kemampuan menggiring bola dikaitkan dengan kelincahan. Namun, faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini berdampak pada sisanya sebesar 66,60%.

Kata kunci: *Kelincahan, Koordinasi Mata-Kaki, Menggiring Bola*

Abstract

The purpose of this study is to ascertain (1) the degree to which agility influences SSB Patriot Muda Kuok students' ability to dribble the football ball; (2) the degree to which eye-foot coordination influences SSB Patriot Muda Kuok students' ability to dribble the football ball; and (3) the degree to which agility and eye-foot coordination together affect dribbling the football ball for SSB Patriot Muda Kuok students. This study employs the "correlational" method and is descriptive in nature. All of the students at SSB Patriot Muda Kuok made up the population under study. Twenty students were selected as a sample from this population. The study's findings revealed that, at a significance level of 5%, the r count value was 0.578, higher than the r table value of 0.443. Agility and eye-foot coordination accounted for 33.40% of the total percentage of dribbling skills. This indicates that 33.40% of dribbling ability was attributed to agility. However, other factors that were not examined in this study have an impact on the remaining 66.60%..

Keywords: *Agility, Eye-Foot Coordination, Dribbling*

Pendahuluan

Sepakbola merupakan salah satu olahraga yang digemari di seluruh dunia. Berdasarkan pendapat Jatra (2017), sepak bola telah menjadi bagian dari budaya masyarakat Indonesia. Olahraga ini sangat digemari oleh berbagai usia, mulai dari anak-anak hingga orang dewasa, dan hampir semua orang akrab dengan permainan sepak bola. Dalam pertandingan, dua tim yang masing-masing terdiri dari sebelas pemain harus menjalin komunikasi yang baik untuk bisa bermain dengan efektif.

Sepakbola menurut (Arpansyah et al., 2022) adalah sebuah olahraga yang dimainkan oleh dua tim, dengan setiap tim terdiri dari sebelas pemain. Sementara itu, (Karim & Jahrir, 2022) menyatakan bahwa permainan ini dilangsungkan di lapangan oleh dua kelompok yang juga terdiri dari sebelas orang. Sasaran utama dalam sepak bola adalah untuk mencetak gol sebanyak mungkin ke gawang lawan, sambil berupaya agar gawang sendiri tidak kebobolan. Sebagai sebuah olahraga berkelompok, kemenangan suatu tim bergantung pada berbagai aspek, di antaranya 1) penguasaan keterampilan bermain sepak bola secara individu dan 2) kerjasama yang efektif di antara para anggota tim (Yani, 2022).

Berdasarkan pemahaman tentang sepak bola di atas, bisa disimpulkan bahwa sepak bola adalah permainan yang dilakukan oleh dua tim, dengan setiap tim beranggotakan 11 orang. Tujuan dari permainan ini adalah untuk mencetak gol ke gawang lawan dan mencegah agar gawang sendiri tidak kebobolan.

Harapan yang tinggi harus dipenuhi oleh seorang pemain sepak bola baik secara individu maupun tim. Pemain harus terlebih dahulu memahami dasar-dasar sepak bola agar dapat memainkan permainan dengan baik (Gazali, 2016). Mengoper, menghentikan, menggiring bola, menendang, dan menyundul bola adalah beberapa teknik dasar yang harus dikuasai pemain sepak bola agar dapat tampil baik dan maju dalam permainan.

Namun, kontribusinya dalam penelitian ini terbatas pada satu pendekatan teknik saja, yakni menggiring bola. Salah satu bakat sepak bola yang paling krusial adalah teknik *dribbling*, yang dapat membantu mencetak gol selama pertandingan. Menurut M. Z. Mubarak (2018) mendefinisikan keterampilan menggiring bola sebagai tindakan mendorong bola sekali-sekali sambil memastikan bola tetap dekat dengan kaki. Sementara itu, menurut (Ridwan & Hasyim, 2020), menggiring bola diartikan sebagai membawa bola saat berlari dan menggunakan berbagai cara menghubungkan kaki untuk menembus pertahanan lawan atau mendapatkan posisi yang ideal untuk langkah selanjutnya, seperti mengoper atau menendang bola ke arah gawang.

Berdasarkan beberapa definisi tersebut, *dribbling* atau menggiring bola adalah aktivitas mengendalikan bola menggunakan berbagai teknik tendangan kaki untuk menyalip lawan atau untuk memperoleh posisi yang lebih baik bagi langkah berikutnya, yang dapat mencakup mengoper atau menendang bola ke gawang. Penting untuk diingat bahwa atribut fisik yang dijelaskan sebelumnya yaitu kekuatan, daya tahan, daya ledak, kecepatan, fleksibilitas, keseimbangan, kelincahan, koordinasi, ketepatan, dan reaksi diperlukan untuk kemampuan menggiring bola. Penelitian ini hanya akan melihat kelincahan dan koordinasi mata-kaki dari semua faktor fisik yang mendukung kemampuan menggiring

bola. Sumber daya utama untuk menjalankan taktik dan rencana dalam sepak bola adalah kebugaran fisik (Candra, 2016). Keterampilan menggiring bola dalam sepak bola memerlukan penggunaan komponen pengondisian fisik, khususnya koordinasi mata-kaki dan kelincahan, karena pemain harus mampu melihat arah datangnya bola, mengarahkannya ke gawang, dan bergerak cepat dan lincah untuk menghindari lawan yang menghalangi.

Menurut Anggara (2017) koordinasi adalah Kemampuan fisik untuk melakukan berbagai jenis gerakan dalam urutan yang teratur dan berkesinambungan atau sesuatu yang menunjukkan hubungan yang harmonis antara komponen yang ada dalam suatu gerakan. Sedangkan menurut Prasetya (2021) menegaskan bahwa koordinasi merupakan keterampilan biomotorik yang sangat rumit. Koordinasi, menurut berbagai definisi yang diberikan di atas, adalah kapasitas tubuh untuk memadukan berbagai gerakan menjadi satu gerakan yang koheren. Dalam sepak bola, koordinasi adalah kapasitas untuk mengelola berbagai bakat dengan menggunakan berbagai aspek kondisi fisik untuk memaksimalkan kinerja. Di dalam sepak bola, koordinasi antara mata dan kaki adalah hal yang sangat penting untuk bermain dengan baik. Menurut (Perdana et al., 2023) koordinasi antara mata dan kaki adalah kemampuan pemain untuk menggabungkan kerja sistem saraf dengan gerakan tubuh secara seimbang. Ini bertujuan untuk mengatur dan mengendalikan otot agar dapat bergerak secara serentak antara apa yang dilihat oleh mata dan pergerakan kaki dengan cara yang tepat dan terarah. Dalam konteks menggiring bola, koordinasi mata-kaki tidak hanya melibatkan kemampuan fisik tetapi juga memanfaatkan indera penglihatan untuk memantau arah bola serta mengarahkannya ke tujuan yang diinginkan. Dari penjelasan tersebut, kita bisa menyimpulkan bahwa koordinasi antara mata dan kaki adalah integrasi di mana mata berfungsi utama dalam mengamati situasi di lapangan dan mengirimkan informasi visual ke otak, sedangkan kaki melakukan tindakan yang diarahkan oleh otak berdasarkan informasi dari mata sebagai reaksi terhadap keadaan saat itu. Gerakan mata-kaki perlu diintegrasikan ke dalam pola gerakan yang terpadu dan efektif.

Selain koordinasi mata-kaki, kelincahan merupakan komponen fisik yang krusial dalam keterampilan menggiring bola. Atlet sering kali menghadapi rintangan atau lawan yang berebut bola saat menggiring bola. Kelincahan menjadi krusial dalam situasi ini karena atlet harus bergerak cepat, mengubah arah, dan menjauh dari lawan. Kelincahan menurut Badriah (2013) menyatakan bahwa kelincahan adalah kemampuan tubuh untuk dengan cepat tanpa kehilangan keseimbangan. Sedangkan menurut Harsono (2018), kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat saat bergerak tanpa kehilangan keseimbangan atau kesadaran posisi tubuh. Menurut definisi tersebut, kelincahan adalah kemampuan tubuh untuk mengubah arah dengan cepat tanpa mengganggu keseimbangan. Dalam permainan sepak bola, kelincahan sangat penting, terutama ketika pemain harus menghindari serangan lawan saat menggiring bola atau ketika mencoba memasukkan bola ke gawang lawan untuk mencetak gol. Kemampuan menghindari serangan dengan kelincahan merupakan keterampilan yang sangat penting bagi pemain sepak bola. Hasilnya, pemain dengan gerakan yang lincah dapat mengontrol bola, melewati rintangan lawan, dan menembus

pertahanan yang kuat. Contohnya termasuk kemampuan berlari dalam jarak dan waktu tertentu, berlari secara bergantian, atau dengan cepat menghindari rintangan sambil tetap dalam posisi yang stabil.

Menurut (Fernando & Alpen, 2023) para siswa masih kesulitan untuk menghubungkan berbagai teknik dasar yang telah mereka pelajari dengan cara bermain sepak bola. Oleh karena itu, dalam menggiring bola, seorang pemain membutuhkan kelincahan yang harus diterapkan selama latihan dan pertandingan, yang juga dipengaruhi oleh kemampuan gerak tubuh dalam merespons situasi dan kondisi yang ada serta yang diinginkan, seperti yang dijelaskan oleh (Alficandra & Sulkifli, 2021).

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan, penulis menemukan beberapa masalah pada anak-anak SSB Kuok saat berlatih dengan metode latihan berlari zig-zag, baik dengan bola maupun tanpa bola. Ketika menggiring bola, letak bola terlalu jauh dari kaki, sehingga mudah diambil oleh lawan. Saat menggiring bola, sebagian besar pemain bergerak lurus dan kesulitan untuk melewati lawan. Pemain selalu menatap bola saat menggiring, membuat mereka kurang fokus. Mereka juga belum menguasai keterampilan menggiring bola (*dribbling*) dengan baik saat bermain sepakbola. Pemain kesulitan menjaga keseimbangan ketika mereka harus mengubah arah atau posisi tubuh dengan cepat dan akurat saat bergerak, yang mengakibatkan bola mudah direbut. Selain itu, pergerakan mereka masih tampak kaku dan kurang serasi saat menggiring bola.

Berdasarkan penjelasan yang telah diberikan sebelumnya, pemain sepak bola harus memiliki koordinasi mata-kaki dan kelincahan yang kuat karena mereka harus mampu membuat keputusan cepat saat menggiring bola sebelum lawan mengambilnya. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa kemampuan setiap pemain dalam menggiring bola dalam permainan sepak bola sangat bergantung pada kelincahan serta koordinasi mata dan kaki mereka. Penulis termotivasi oleh masalah ini untuk mengusulkan topik penelitian, yang akan disusun menjadi skripsi dengan judul "Kontribusi Kelincahan Dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Menggiring Bola Sepakbola Pada Siswa Ssb Patriot Muda Kuok".

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode "korelasional" dan bersifat deskriptif. Semua siswa di SSB Patriot Muda Kuok merupakan populasi yang diteliti. Dua puluh siswa dipilih sebagai sampel dari populasi ini. Hasil uji Soccer wall valley, shuttle run, dan dribbling dikumpulkan, disusun, diproses, dan diperiksa untuk menentukan signifikansinya.

Berikut ini adalah prosedur yang digunakan penulis dalam pemrosesan ini, yang melibatkan korelasi ganda dan rumus Korelasi *Product Moment*:

1. Untuk melihat kontribusi kelincahan (X_1) terhadap keterampilan menggiring bola (Y) menggunakan korelasi sederhana dengan rumus sebagai berikut

$$r_{x_2y} = \frac{n\Sigma X_1 Y - (\Sigma X_1)(\Sigma Y)}{\sqrt{\{n\Sigma X_1^2 - (\Sigma X_1)^2\}\{n\Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2\}}}$$

2. Untuk melihat kontribusi koordinasi mata kaki (X_2) terhadap keterampilan menggiring bola (Y) menggunakan korelasi sederhana dengan rumus sebagai berikut r_{x_2y} :

$$r_{x_2y} = \frac{n\sum X_2Y - (\sum X_2)(\sum Y)}{\sqrt{\{n\sum X_2^2 - (\sum X_2)^2\}\{n\sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

3. Untuk melihat kontribusi kelincahan (X_1) dan koordinasi mata kaki (X_2) terhadap keterampilan menggiring bola (Y) menggunakan korelasi ganda dengan rumus sebagai berikut r_{x_2y} ∴

$$R_{y \cdot x_1x_2} = \sqrt{\frac{r_{yx1}^2 + r_{yx2}^2 - 2r_{yx1} \cdot r_{yx2} \cdot r_{x1x2}}{1 - r_{x1x2}^2}}$$

Keterangan:

- $R_{y \cdot x_1x_2}$ = koefisien korelasi ganda
- r_{yx1} = koefisien korelasi x_1 dengan Y
- r_{yx2} = koefisien korelasi x_2 dengan Y
- r_{x1x2} = koefisien korelasi x_1 dengan x_2

Tabel 1. Pedoman Untuk Memberikan Interpretasi Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00-0,199	Sangat rendah
0,20-0,399	Rendah
0,40-0,599	Sedang
0,60-0,799	Kuat
0,80-1,00	Sangat Kuat

(Sugiyono, 2017)

Langkah selanjutnya adalah memperoleh t dan membandingkannya dengan nilai t dalam tabel. Pertahankan margin kesalahan 5% dan gunakan derajat kebebasan $n-2$. Kita dapat mengatakan bahwa hipotesis diterima (atau hipotesis 0 ditolak) jika hasil perhitungan t lebih besar daripada nilai t dalam tabel. Untuk mengetahui berapa proporsi keterampilan menggiring bola yang dapat dikaitkan dengan kecepatan dan koordinasi pergelangan kaki, gunakan rumus $KD=r^2 \times 100$.

Hasil dan Pembahasan

Studi ini berfokus pada hubungan antara koordinasi mata-kaki dan kelincahan para pemain SSB Patriot Muda Kuok. Kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola dijelaskan melalui analisis data dan pengujian hipotesis, yang mengungkap bagaimana kelincahan dan koordinasi mata-kaki berkontribusi.

Kontribusi Kelincahan terhadap Keterampilan Menggiring Bola

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya korelasi yang kuat antara kemampuan menggiring bola dengan kelincahan siswa SSB Patriot Muda Kuok. Mengingat korelasi yang menguntungkan antara kelincahan dan keterampilan bermain sepak bola, masuk akal jika pemain yang lebih lincah akan memiliki keuntungan saat menggiring bola. Sebanyak 31,36% keterampilan pemain sepak bola dipengaruhi oleh kelincahannya.

Temuan ini diperkuat oleh penelitian Kholil (2021) yang menunjukkan adanya hubungan antara kecepatan dan kelincahan pemain saat menggiring bola dalam permainan sepak bola. Analisis keterampilan menggiring bola dan kelincahan tim sepak bola Jatidiri Muda Semarang oleh Purnomo dan Irawan (2021) menunjukkan adanya hubungan yang kuat. Sebaliknya, hubungan positif yang cukup besar antara kelincahan dan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola ditunjukkan oleh penelitian Mudian & Prasetyo (2023) yang memiliki nilai sebesar 0,953.

Kemampuan untuk mengubah orientasi tubuh dengan cepat sambil menjaga keseimbangan merupakan komponen kunci kelincahan, sebagaimana dinyatakan oleh Arwandi dan Firdaus (2021, hlm. 8). Kelincahan didefinisikan sebagai kemampuan untuk mengubah orientasi tubuh dengan cepat sambil melakukan jenis tindakan lainnya. Kemampuan untuk mengubah arah dengan cepat dan akurat sambil bergerak tanpa kehilangan keseimbangan dikenal sebagai kelincahan (Islam et.al., 2022).

Kontribusi Koordinasi Mata-Kaki terhadap Keterampilan Menggiring Bola

Penelitian ini menemukan korelasi positif namun tidak signifikan antara keterampilan menggiring bola siswa SSB Patriot Muda Kuok dengan koordinasi mata-kaki mereka. Sekitar 5,85% dari apa yang dibutuhkan untuk menjadi pemain sepak bola yang baik adalah koordinasi mata-kaki. Jika seorang pemain sepak bola memiliki koordinasi mata-kaki yang baik, keterampilan menggiring bola mereka akan meningkat dengan cepat karena koefisien regresi antara keduanya negatif.

Mendukung hasil penelitian ini, penelitian Hartati dan Ryansyah tahun 2017 menunjukkan bahwa kemampuan pemain sepak bola menggiring bola dengan kaki bagian luar berkorelasi dengan koordinasi mata-kaki. Menurut penelitian Fahrizqi tahun 2018, terdapat hubungan positif ($r_{xy} = 0,527$, $p = 27,22\%$) antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan mengoper bola. Penelitian Hasbillah dan Herman tahun 2021 menemukan hubungan yang kuat ($r = 0,553$) antara keterampilan menggiring bola pemain klub Karsa Utama Putri Wajo dengan koordinasi mata-kaki.

Perkembangan serangkaian gerakan yang lancar dengan keterampilan menggiring bola merupakan hasil interaksi antara koordinasi mata dan kaki serta komponen kecepatan dan kelincahan teknik menggiring bola. Ini berarti bahwa seorang pemain dapat menghindari banyak lawan sambil tetap menguasai bola dengan menggunakan kecepatannya untuk menggiring bola ke sepertiga pertahanan lawan. Hasilnya, pemain dapat mengamati bagaimana pemain lain bergerak di depannya. Ketika seorang pemain berlari di zona pertahanan lawan dan mengoper serta menerima operan dari rekan setimnya, koordinasi juga penting.

Kontribusi Kelincahan dan Koordinasi Mata-Kaki terhadap Keterampilan Menggiring Bola

Temuan penelitian menunjukkan hubungan yang kuat antara keterampilan menggiring bola SSB Patriot Muda Kuok dengan kelincahan dan koordinasi mata-kaki. Kelincahan dan koordinasi mata-kaki seorang pemain menggiring

bola membentuk 33,40 persen keterampilan mereka. Kita mengetahui bahwa sepak bola adalah olahraga bola besar yang dicirikan oleh dua tim, masing-masing dengan lima pemain, bermain di lapangan yang lebih kecil dan diatur oleh undang-undang yang melarang segala bentuk kontak fisik (Saudini dan Sulistyorini, 2017, hlm. 2). Dari segi taktik dan taktik yang dibutuhkan, sepak bola dapat disamakan dengan sepak bola Amerika. Mirip dengan sepak bola, pemain sepak bola menggunakan berbagai taktik saat bermain. Pemain sepak bola perlu mengembangkan keterampilan dasar yang kuat agar dapat memainkan permainan dengan baik. Pemain sepak bola yang efektif harus memiliki keterampilan dasar atau strategi yang kuat untuk mendukung permainan mereka.

Karena semua keterampilan dasar dalam sepak bola memerlukan koordinasi tingkat tinggi, Salah satu komponen kebugaran fisik yang paling penting untuk memainkan olahraga ini adalah kemampuan untuk mengoordinasikan sebuah gerakan. Koordinasi adalah kapasitas untuk mengintegrasikan beberapa tindakan menjadi pola gerakan yang terpadu dan efektif. Salah satu definisi yang mungkin dari koordinasi mata-kaki adalah kemampuan untuk mengintegrasikan isyarat visual dan gaya berjalan, yang sangat penting untuk menghasilkan reaksi gerakan yang efisien dan alami (Kusuma, 2020, hlm. 11). Koordinasi antara kaki dan mata menggambarkan gerakan yang bergantung pada data yang diterima dari berbagai area tubuh. Setiap tindakan memerlukan kontrol visual yang tepat yang mematuhi urutan konseptual yang telah ditentukan sebelumnya (Alimin, 2019, p. 81).

Temuan Hasbillah dan Herman (2021) yang menyatakan bahwa menggiring bola dengan baik dalam permainan sepak bola berkorelasi signifikan dengan koordinasi pergelangan kaki memperkuat gagasan ini. Temuan menarik lainnya adalah anak-anak yang bermain sepak bola di waktu senggang cenderung memiliki koordinasi yang baik dan mampu menggiring bola di bagian luar kaki, menurut penelitian Hartati & Ryansyah (2017).

Bersamaan dengan koordinasi yang baik, kelincahan adalah kunci bagi pemain sepak bola. Menurut Singh et al., kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dengan cepat sambil mempertahankan atau menyesuaikan postur tubuh seseorang melalui berbagai gerakan (2018, hlm. 43). Kemampuan untuk mengubah arah dengan cepat dan bergerak cepat itulah yang membuat seseorang lincah, kata Kusnanik et al. (2019, hlm. 1272). Kemampuan untuk memutar tubuh dengan cepat dan tepat tanpa bergoyang adalah ciri khas atlet yang lincah. Jadi, dapat dikatakan bahwa kelincahan fisik membutuhkan stabilitas dan rentang gerak. Untuk meningkatkan kelincahan, seseorang harus melakukan latihan yang menuntut gerakan cepat dan perubahan arah (Fathoni & Rachman, 2020, p. 12).

Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat diambil dari hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan adalah sebagai berikut: Kelincahan memberikan kontribusi sebesar 31,36% terhadap kemampuan menggiring bola pemain SSB Patriot Muda Kuok, yang ditunjukkan dengan nilai $r_{hitung} 0,560 > r_{tabel} 0,443$; Nilai $r_{hitung} 0,242 > r_{tabel} 0,443$ menunjukkan bahwa koordinasi mata

kaki tidak memberikan kontribusi terhadap kemampuan menggiring bola pemain SSB Patriot Muda Kuok sebesar 5,85%; dan Nilai r_{hitung} 0,578 > r_{tabel} 0,443 menunjukkan bahwa kemampuan menggiring bola pemain SSB Patriot Muda Kuok sebesar 33,40% dipengaruhi oleh kelincahan dan koordinasi mata kaki.

BIBLIOGRAFI

- Adam, A., Ruslan, Hidayat, J. T., & Ikhsan, H. (2022). Hubungan Daya Ledak Otot Lengan dengan Otot Perut dengan Lemparan ke Dalam Permainan Sepakbola. *Jambura Arena of Physical Education and Sports*, 2(1), 1–13. <http://ejurnal.ung.ac.id/index.php/japes>
- Alficandra, Suganda, M. A., & Yani, A. (2019). Pengaruh Metode Latihan Sirkuit terhadap Daya Tahan Kekuatan Otot Tungkai Pemain Persatuan Sepakbola Batusasak Kecamatan Kampar Kiri Hulu Kabupaten Kampar. *In Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana (PROSNAMPAS)*, 2(1), 444–452.
- Alficandra, & Sulkifli. (2021). Hubungan Kelincahan Dengan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola Pada Ekstrakurikuler Siswa SMP Negeri 25 Pekanbaru. *Indonesian Journal of Physical Education and Sport Science*, 1(2), 20–26. <https://doi.org/https://doi.org/10.52188/ijpess.v1i1.132>
- Anggara, T. (2017). Hubungan Koordinasi Mata Kaki, Daya Ledak Otot Tungkai Dan Percaya Diri Dengan Hasil Lari Sprint 100 Meter Pada Atlet Pplp Bangka Belitung. *Gladi Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 8(2), 135–146. <https://doi.org/10.21009/gjik.082.06>
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arpansyah, A., Sukasno, S., & Syafutra, W. (2022). Perbandingan antara Latihan Zig-Zag Run dan Shuttle Run Terhadap Kemampuan Dribbling pada Kegiatan Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 2 Lubuklinggau. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 5(2), 176–185. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v5i2.3611>
- Badriah, D. L. (2013). *Fisiologi Olahraga*. Bandung: Pustaka Ramadhan.
- Bariyanto. (2017). *Pengembangan Model Latihan Passing Sepakbola Bagi Pemain Sekolah Sepakbola Catur Tunggal Bandar Lampung Tahun 2016*. Universitas Lampung.
- Candra, A. (2016). Pengaruh Latihan Menendang Menggunakan Imageri Terhadap Akurasi Tendangan Ke Gawang. *Journal Sport Area*, 1(1), 1–10. <https://doi.org/10.30814/sportarea.v1i1.371>
- Fernando, R., & Alpen, J. (2023). Learning Model and Motor Ability Towards Football Playing Skills In Sports High School Students. *JUARA: Jurnal Olahraga*, 8(1), 306–314. <https://doi.org/https://doi.org/10.33222/juara.v8i1.2711> Learning
- Gazali, N. (2016). Pengaruh Metode Kooperatif dan Komando Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Bermain Sepakbola. *Journal Sport Area*, 1(1), 56–62. <https://doi.org/10.30814/sportarea.v1i1.373>
- Harsono. (2018). *Latihan Kondisi Fisik*. Bandung: PT Remaja Rosdakotya.
- Iskandar, T., & Pradana, D. (2017). Hubungan Antara Keseimbangan dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola. *Jurnal Motion*, VIII(2), 182–190. <https://doi.org/https://doi.org/https://doi.org/10.33558/motion.v8i2.221>
- Jatra, R. (2017). Pengaruh Metode Latihan Interval Ekstensif Dan Fartlek Wasit

- Sepakbola Kota Padang. *Journal Sport Area*, 2(1), 79–87. [https://doi.org/https://dx.doi.org/10.25299/sportarea.2017.vol2\(1\).594](https://doi.org/https://dx.doi.org/10.25299/sportarea.2017.vol2(1).594)
- Karim, A., & Jahrir, A. S. (2022). Korelasi Komponen Fisik Dengan Hasil Belajar Dribbling Sepak Bola. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia*, 2(2), 109–116. <https://doi.org/10.55081/joki.v2i2.589>
- Markis, R. O., & Maidarman. (2020). Kontribusi Kecepatan, Kelincahan, dan Koordinasi Mata-Kaki terhadap Kemampuan Dribbling. *Jurnal Patriot*, 2(1), 206–219. <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.24036/patriot.v2i1.602>
- Mubarok, M. Z. (2018). Kontribusi Kelincahan Dengan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Keterampilan Dribbling Dalam Permainan. *Jurnal Kependidikan Jasmani Dan Olahraga*, 2(1), 37–45.
- Mubarok, R. R. S., Narlan, A., & Millah, H. (2019). Pengaruh Latihan Long Passing Menggunakan Sasaran Berurutan Terhadap Ketepatan Long Passing Dalam Permainan Sepak Bola. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 3(2), 98–103. <https://doi.org/10.37058/sport.v3i2.1150>
- Perdana, R., Mariati, S., S, A., Arifan, I., & Soniawan, V. (2023). Interelasi Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki dengan Akurasi Shooting Sepak bola. *Jurnal Prestasi*, 7(1), 45–54. <https://doi.org/10.24114/jp.v7i1.46616>
- Prasetya, B. (2021). *Kontribusi koordinasi mata dan kaki terhadap passing dan stopping sepak bola tim ssb duri galaxy u-13 kecamatan mandau skripsi*. Universitas Islam Riau.
- Rahmani, M. (2014). *Buku Super Lengkap Olahraga*. Jakarta: Dunia Cerdas.
- Ridwan, A., & Hasyim, H. (2020). Kontribusi Keseimbangan Dan Kelincahan Dengan Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Smp Negeri 33 Kepulauan Selayar. *COMPETITOR: Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga*, 10(2), 46–54. <https://doi.org/10.26858/com.v10i2.13184>
- Rojali, A. P., Syafei, M. M., & Nugroho, S. (2021). Pemahaman Siswa terhadap Pembelajaran Permainan Sepakbola di Sekolah Menengah Atas pada Masa Pandemi Covid-19. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 5(1), 118–126. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v5i1.2778>
- Sabir, M. A. (2018). *Kontribusi Kelincahan, Keseimbangan dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Sma Negeri 3 Pinrang*. 4, 1–5.
- Sari, D. N. (2018). Kontribusi Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Atlet Sekolah Sepakbola. *Sport Science: Jurnal Sain Olahraga Dan Pendidikan Jasmani*, 18(2), 103–113. <https://doi.org/10.24036/jss.v18i2.41>
- Sudjarwo, I. (2015). *Permainan Sepak Bola*. Tasikmalaya: PJKR FKIP UNSIL.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, CV.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta: Bandung.
- Valentino, R., & Hasanuddin, M. I. (2023). Analisis Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola. *Journal on Education*, 06(01), 1145–1151. <https://jonedu.org/index.php/joe/article/view/3058><https://jonedu.org/index.php/joe/article/download/3058/2594>
- Yani, A. (2022). The Effect of Exercise Variations Dribble in Football Extracurricular

Students of Riau Technological Vocational School Pekanbaru. *Journal of Indonesian Physical Education and Sport*, 8(1), 22–29.
<https://doi.org/https://doi.org/10.21009/JIPES.081.04>

Copyright holder:

Firhan Abdi A'mali (2025)

First publication right:

Catha : Journal of Creative and Innovative Research