

KONTRIBUSI KOORDINASI MATA-KAKI DAN KELINCAHAN
TERHADAP KEMAMPUAN *DRIBBLING* SEPAKBOLA
PEMAIN SSB PUTRA PAINAN

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat
Untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan



Oleh :
Muhammad Habil Shiddiq
NIM. 18087111

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
DEPARTEMEN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2025

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

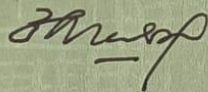
SKRIPSI

Judul : Kontribusi Koordinasi Mata-Kaki Dan Kelincahan Terhadap
Kemampuan *Dribbling* Pemain SSB Putra Painan
Nama : Muhammad Habil Shiddiq
BP/NIM : 2018 / 1808111
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Departemen : Kepelatihan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

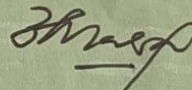
Padang, Mei 2025

Mengetahui;
Kepala Departemen Kepelatihan,

Disetujui Oleh;
Pembimbing,



Dr. Masrun, M.Kes, AIFO
NIP. 19631104 198703 1002



Dr. Masrun, M.Kes, AIFO
NIP. 19631104 198703 1002

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Muhammad Habil Shiddiq

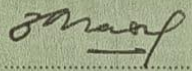
BP/NIM : 2018 / 18087111

Dinyatakan lulus setelah mempertahankan skripsi di depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Departemen Kepeleatihan
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

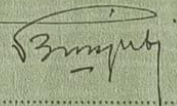
Padang, Mei 2025

Tim Penguji**Tanda Tangan**

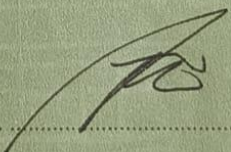
1. Ketua : Dr. Masrun. M.Kes., AIFO

1. 

2. Sekretaris : Prof. Dr. Sayuti Syahara, MS

2. 

3. Anggota : Dr. Ardo Okilanda, M.Pd

3. 

SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Muhammad Habil Shiddiq
TM/NIM : 18/18087111
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Departemen : Kepelatihan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi yang berjudul **“Kontribusi koordinasi Mata Kaki dan Kelincahan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Sepakbola Pemain SSB Putra Painan”** adalah benar dan merupakan karya asli saya, kecuali kutipan yang disebutkan sumbernya, apabila ada kesalahan dan kekeliruan dalam skripsi ini, sepenuhnya merupakan tanggungjawab saya sebagai penulisnya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Padang, Mei 2025
Saya yang menyatakan,


Habil
Shiddiq
NIM. 18087111

ABSTRAK

Muhammad Habil Shiddiq (2025): “Kontribusi Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Sepakbola Pemain SSB Putra Painan” *Skripsi*. Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Departemen Kepelatihan, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Masalah dalam penelitian ini masih rendah kemampuan *dribbling* sepakbola pemain SSB putra Painan. Variabel penelitian ini yaitu koordinasi mata-kaki, kelincahan dan kemampuan *dribbling* sepakbola. Dengan tujuan untuk melihat seberapa besar kontribusi koordinasi mata-kaki dan terhadap kemampuan *dribbling* sepakbola pemain SSB putra Painan.

Jenis penelitian ini adalah korelasional. Populasi penelitian seluruh pemain SSB putra Painan yang berjumlah 52 orang putra. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan karakteristik tertentu yang berarti memperhitungkan jenis kelamin laki-laki, sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini 20 orang. Instrumen pada penelitian adalah untuk koordinasi mata-kaki (x1) dengan tes koordinasi mata-kaki, kelincahan (x2) dengan tes *illinois Agility test* dan kemampuan *dribbling* (y) dengan tes *dribbling zig-zag* secepat mungkin. Teknik analisis data yang digunakan yaitu analisis uji korelasi.

Berdasarkan hasil tes disimpulkan bahwa 1) Terdapat kontribusi koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *dribbling* sepakbola pemain SSB putra Painan dengan nilai $r_{hitung} = 0,9648 > r_{tabel} = 0,3783$ dan nilai KD sebesar 12,10%. 2) Terdapat kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* sepakbola pemain SSB putra Painan dengan nilai $r_{hitung} = 0,9525 > r_{tabel} = 0,3783$ dan nilai KD sebesar 32,53%. 3) Terdapat kontribusi koordinasi mata-kaki dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* sepakbola pemain SSB putra Painan dengan nilai $r_{hitung} = 4,1672 > r_{tabel} = 0,3783$ dan nilai KD sebesar 17,36%.

Kata kunci: Koordinasi Mata-Kaki, Kelincahan, Kemampuan *Dribbling* Sepakbola

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal dengan judul “**Kontribusi Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan terhadap Kemampuan *Dribbling* Pemain SSB Putra Painan**”. proposal ini dibuat untuk melengkapi persyaratan mata kuliah skripsi guna untuk mempereoleh gelar sarjana pada departemen kepelatihan fakultas ilmu keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang.

Dalam penyusunan proposal ini peneliti banyak mendapat bantuan dan bimbingan baik moral maupun material dari berbagai pihak. Untuk itu memulai ini peneliti menyampaikan terimakasih kepada bapak Dr. Masrun, M.Kes. AIFO selaku pembimbing dalam penulisan proposal penelitian ini yang telah memberikan arahan, masukan dan nasehat serta saran kepada peneliti dalam penulisan proposal penelitian ini. Selanjutnya saya ucapkan terimakasih pada:

1. Terimakasih kepada orang tua saya yang telah memberikan dukungan selama ini sehingga saya bisa menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Dr. Ir. Krismadinata ST, M.T. selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Prof. Dr. Nurul Ihsan, M.Pd selaku Dekan Falkultas Ilmu Keolahragaan.

4. Bapak Dr. Masrun, M.Kes. AIFO selaku Kepala Jurusan Kepelatihan sekaligus pembimbing saya.
5. Bapak prof. Dr. Sayuti Syahara, MS selaku penguji satu, dan Bapak Dr. Ardo Okilanda, M.Pd selaku penguji dua saya.
6. Bapak/Ibu Dosen yang telah memberikan ilmu dan nilai bagi penelitian selama mengikuti proses pembelajaran pendidikan di Universitas Negeri Padang. Menyelesaikan studi di prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
7. Teman-teman yang memberikan dukungan kepada peneliti sehingga peneliti lebih semangat dalam menyelesaikan dalam pelaksanaan penulisan.
8. Kepada semua pihak yang telah terlibat dalam membantu peneliti menyelesaikan proposal penelitian.
9. Demikian ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya yang bisa peneliti sampaikan dalam penyelesaian skripsi ini, peneliti banyak mendapat dukungan dan bantuan dari semua pihak. Semoga bantuan yang diberikan dari berbagai pihak mendapatkan balasan yang besar dari Allah Swt.

Padang, Mei 2025

Penulis
Muhammad Habil Shiddiq

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar belakang masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan masalah.....	7
D. Peremusan masalah	7
E. Tujuan penelitian.....	8
F. Kegunaan penelitian.....	8
BAB II KAJIAN TEORI	9
A. Kajian Teori	9
1. Permainan Sepakbola	9
2. Kondisi Fisik	17
3. Kemampuan <i>Dribbling</i> bola.....	24
B. Penelitian yang Relevan.....	30
C. Kerangka Konseptual	31
D. Hipotesis penelitian.....	34
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	35
A. Jenis Penelitian.....	35
B. Tempat dan Waktu Penelitian	35
C. Defenisi Operasional.....	35
D. Populasi dan Sampel	37

E. Jenis dan Sumber Data	38
F. Instrumen Penelitian.....	39
G. Teknik analisis data.....	45
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	46
A. Temuan Penelitian	46
B. Pembahasan.....	54
BAB V PENUTUP	60
A. Kesimpulan	60
B. Saran.....	60
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Populasi Pemain Sepakbola SSB Putra Painan.....	40
Tabel 3. 2 Sampel pemain SSB Putra Painan	41
Tabel 3.3. Norma tes kemampuan <i>dribbling</i>	44
Tabel 3.4. Norma Penilaian Tes <i>Illionis Agility Test</i>	45
Tabel 3.5. Norma Koordinasi Mata-Kaki.....	48
Tabel 3.6. Deskriptif Statistik Kemampuan <i>Dribbling</i> Sepakbola Pemain SSB Putra Painan	50
Tabel 3.7. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Kemampuan <i>Dribbling</i> Sepakbola Pemain SSB Putra Painan	51
Tabel 3.8. Deskriptif Statistik Koordinasi Mata-Kaki Sepakbola Pemain SSB Putra Painan	52
Tabel 3.9. Deskriptif Statistik Kelincahan Sepakbola Pemain SSB Putra Painan....	54
Tabel 3.10. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Kelincahan Sepakbola Pemain SSB Putra Painan	55
Tabel 3.11. Rangkuman Uji Korelasi dan Uji Signifikansi Koefisien Korelasi antara Koordinasi Mata-Kaki terhadap Kemampuan <i>Dribbling</i> Sepakbola Pemain SSB Putra Painan	56
Tabel 3.12. Rangkuman Uji Korelasi dan Uji Signifikansi Koefisien Korelasi antara Kelincahan terhadap Kemampuan <i>Dribbling</i> Sepakbola Pemain SSB Putra Painan.....	57
Tabel 3.13. Rangkuman Uji Korelasi dan Uji Signifikansi Koefisien Korelasi antara Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan terhadap Kemampuan <i>Dribbling</i> Sepakbola Pemain SSB Putra Painan.....	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Teknik dasar lari tanpa bola	12
Gambar 1. 2 Melompat	13
Gambar 1. 3 <i>Tackling</i> (merampas bola).....	13
Gambar 1. 4 Rempel (<i>Body Charge</i>)	14
Gambar 1. 5 Menendang Bola	14
Gambar 1. 6 Mengontrol Bola	15
Gambar 1. 7 <i>Mendribling</i> bola	16
Gambar 1. 8 Melempar Bola	17

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Data mentah koordinasi mata-kaki sepakbola pemain SSB Putra Painan.....	67
Lampiran 2. Data mentah kelincahan sepakbola pemain SSB Putra Painan.....	68
Lampiran 3. Data mentah kelincahan terhadap kemampuan <i>dribbling</i> sepakbola pemain SSB Putra Painan	69
Lampiran 4. Rekapitulasi Data Mentah	70
Lampiran 5. Surat izin penelitian	74
Lampiran 6. Surat balasan penelitian	75
Lampiran 7. Foto penelitian	76
Lampiran 8. Foto bersama.....	79

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang masalah

Sepakbola merupakan permainan olahraga beregu yang menggunakan bola dan dimainkan oleh dua tim yang saling berlawanan, masing-masing terdiri dari sebelas pemain. Sepakbola salah satu olahraga di dunia yang telah populer dan disukai oleh banyak masyarakat. Permainan sepakbola ini sudah berkembang menjadi olahraga yang sangat digemari oleh semua kalangan masyarakat, dari anak-anak sampai orang tua, laki-laki maupun perempuan, masyarakat desa sampai masyarakat kota (Masrun et al, 2024).

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat diminati oleh masyarakat dunia dan digemari oleh hampir semua kelompok umur di seluruh dunia. Hal ini terbukti dengan banyaknya klub-klub sepakbola dan sekolah sepakbola (SSB) yang tersebar di seluruh pelosok negeri dengan bentuk dan tujuan yang positif seperti yang diharapkan.

Salah satu bentuk dan tujuan olahraga sepakbola adalah untuk pencapaian prestasi yang maksimal yang juga tak luput dari perhatian pemerintah dalam pengembangan olahraga prestasi (Syahara & Abrar, 2019). Salah satu bentuk perhatian pemerintah dalam pengembangan olahraga prestasi di Indonesia telah dijabarkan dalam Undang-Undang Republik Indonesia nomor 11 tahun 2022 tentang keolahragaan, pasal 1-4

tentang dasar, fungsi dan tujuan olahraga, yaitu: “Keolahragaan diselenggarakan berdasarkan Pancasila dan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia tahun 1945, keolahragaan berfungsi mengembangkan kemampuan jasmani, rohani dan sosial yang membentuk watak dan kepribadian bangsa yang bermartabat”. Keolahragaan bertujuan untuk: a. memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kecerdasan, dan kualitas manusia; b. menambahkan nilai moral dan akhlak mulia, serta sportivitas, kompetitif dan disiplin; c. mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa; d. memperkuat pertahanan nasional; e. mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa; dan f. menjaga perdamaian dunia.

Dari uraian diatas dapat dilihat bahwa prestasi olahraga sepakbola di Indonesia harus didukung oleh pembinaan dan pengembangan secara terstruktur, berjenjang dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan teknologi keolahragaan (Okikanda et al, 2020). Untuk meraih prestasi yang optimal khususnya pada olahraga sepakbola ada beberapa faktor penentu yang dapat menunjang prestasi, yaitu: internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kondisi fisik, motivasi, teknik, taktik, dan mental, selanjutnya faktor eksternal meliputi program latihan, sarana dan prasarana dan lainnya.

Sesuai dengan ide olahraga permainan sepakbola yaitu memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang dari kebobolan, maka bagi setiap pemain dituntut agar memiliki berbagai

keterampilan, teknik dan taktik di samping kondisi yang prima. Sepakbola menuntut kreativitas teknik, keberanian untuk berbuat sesuatu dan kepercayaan akan kemampuan sendiri.

Berdasarkan tujuan tersebut, salah satu teknik dasar yang sangat penting untuk dikuasai yaitu teknik *dribbling* bola. *Dribbling* bola merupakan kemampuan pemain memindahkan bola menggunakan kaki dengan secepat-cepatnya untuk pencapaian tujuan yaitu mengadakan serangan balik, melewati lawan, memancing lawan, mengatur tempo, permainan serta mencetak gol ke gawang lawan secara efektif dan efisien tanpa kehilangan keseimbangan. Dengan *dribbling* bola yang benar diharapkan setiap pemain memiliki kemampuan untuk mengadakan serangan balik, memancing lawan, melewati lawan, mengatur tempo permainan serta mencetak gol.

Pada hakikatnya setiap pemain dituntut agar mampu *dribbling* bola, khususnya untuk pemain depan harus memiliki kemampuan menggring bola yang baik, cepat, lincah tanpa kehilangan keseimbangan ketika melewati setiap pemain lawan. Disamping itu, *dribbling* bola merupakan salah satu teknik dasar sepakbola yang dapat meningkatkan motivasi pemain karena lahirnya gol dari kemampuan *dribbling* bola, maka akan memicu semangat pemain.

Dari uraian diatas dapat dikatakan bahwa faktor yang mempengaruhi kemampuan *dribbling* bola dari seorang pemain, antara lain adalah bakat dan kemaun, kekuatan otot tungkai, koordinasi mata

kaki, kecepatan, kelentukan, keseimbangan tubuh dan kelincahan. Namun untuk kemampuan *dribbling* bola yang baik semua itu diduga berkontribusi terhadap unsur kondisi fisik, terutama pada koordinasi mata kaki dan kelincahan.

Koordinasi mata kaki adalah kemampuan untuk merangkaikan antara gerakan mata saat menerima rangsangan dengan gerakan kaki menjadi pola gerakan tertentu sehingga menghasilkan gerakan yang terkoordinasi, efektif, mulus dan efisien. Koordinasi yang baik nantinya akan berperan dalam realisasi keterampilan gerak atau motorik yang dimiliki oleh anak serta bermanfaat dalam olahraga khususnya pada sepakbola.

Disamping koordinasi mata kaki, kelincahan juga menjadi perhatian pemain untuk *dribbling* bola dengan baik. Kelincahan adalah kemampuan tubuh seseorang bergerak dengan cepat dari suatu tempat ke tempat lain tanpa kehilangan keseimbangan. Apabila pemain sepakbola memiliki kelincahan yang baik, diduga akan dapat membantu dalam peningkatan kemampuan *dribbling* bola. Sebaliknya, apabila kelincahan yang dimiliki tidak baik, diduga akan berpengaruh pada kemampuan *dribbling* bola pemain, sehingga ide permainan sepakbola tidak dapat terlaksana.

SSB Putra Painan Kabupaten Pesisir Selatan ini melaksanakan aktivitas latihannya dilapangan sepakbola gor H. Ilyas Yacub Painan. Latihan dilakukan empat kali dalam seminggu yang dilaksanakan pada

hari senin, rabu, Kamis dan minggu. SSB Putra Painan ini sudah berdiri sejak tahun 2006 dan sudah memenangkan berbagai prestasi, namun perlahan dalam akhir-akhir ini SSB Putra Painan sudah jarang sekali memenangkan pertandingan dalam sebuah turnamen. Diduga hal ini disebabkan karena pemain belum memiliki kemampuan bermain bola yang baik.

Berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan yang bertempat di Gor H.Ilyas Yacub Painan pada saat melakukan pertandingan uji coba, dalam pertandingan tersebut dapat ditemukan masalah yaitu kurang baiknya kemampuan *Dribbling* pemain SSB Putra Painan. Dalam pertandingan tersebut juga sering terlihat salah melakukan *passing* yang tidak sesuai dengan keinginan pemain karena koordinasi mata dan kaki tidak dikuasai dengan baik.

Berdasarkan faktor-faktor diatas, dikhawatirkan akan lebih memperburuk keadaan kualitas *dribbling* bola pemain. Dugaan rendahnya kemampuan *dribbling* bola akan membawa buruk terhadap keberhasilan tim dalam memenangkan sebuah kompetisi. Sampai saat ini prestasi tim ini masih belum menunjukkan prestasi yang memuaskan dengan belum tercapainya gelar juara yang dapat diraih dalam setiap kompetisi. Dan hal ini juga dibenarkan oleh Damen selaku pelatih SSB Putra Painan Kabupaten Pesisir Selatan. Kemampuan *dribbling* bola bisa dilihat dari lemahnya kemampuan *dribbling* bola pada pemain.

Dalam permainan sepakbola *dribbling* bola merupakan teknik yang banyak digunakan dalam setiap pertandingan. *Dribbling* bola biasanya digunakan pada saat melewati lawan dalam menyusun serangan. *Dribbling* bola merupakan teknik yang penting bagi setiap pemain dalam menguasai bola dengan efisien.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, faktor yang mempengaruhi kemampuan *Dribbling* pada atlet SSB Putra Painan dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Kondisi fisik, secara umum dapat diartikan dengan keadaan atau kemampuan fisik. Keadaan tersebut bisa meliputi sebelum (kondisi awal), dan pada saat setelah mengalami suatu proses latihan.
2. Mental, merupakan aspek psikologis yang sangat penting dalam mencapai performa terbaik, di mana kekuatan mental dapat membantu atlet mengatasi tantangan, meningkatkan fokus dan meraih tujuan.
3. Koordinasi mata kaki, merupakan kemampuan untuk mengintegrasikan gerakan mata dan kaki secara bersamaan dalam olahraga. Ini sangat penting karena memungkinkan atlet untuk mengontrol bola, mengantisipasi pergerakan lawan, dan melakukan gerakan yang akurat dan efektif.
4. Kelincahan, merupakan kemampuan untuk mengubah arah dengan cepat dan akurat tanpa kehilangan keseimbangan atau kendali. kelincahan merupakan aspek penting dalam permainan, memungkinkan pemain untuk menghindari tekel, mengubah posisi dengan cepat, dan bereaksi terhadap gerakan bola yang tidak terduga.
5. Kemampuan *Dribbling*, merupakan teknik dasar penting dalam sepakbola. *Dribbling* memungkinkan pemain untuk mengontrol bola, melewati lawan, dan menciptakan peluang untuk mencetak gol.

Kemampuan *dribbling* yang baik sangat penting untuk meraih kemenangan dalam pertandingan sepakbola.

C. Pembatasan masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang dikemukakan diatas banyaknya variabel yang dapat mempengaruhi kemampuan *Dribbling*. Karena keterbatasan waktu dan kemampuan peneliti serta agar penelitian ini lebih terfokuskan dan terarah dalam menjalankan pemaparan koordinasi mata kaki dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Putra Painan

D. Perumusan masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi dan pembatasan masalah serta untuk lebih fokusnya masalah yang diteliti, maka dapat diajukan perumusan masalah yaitu:

1. Apakah dalam latihan koordinasi mata kaki berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Putra Painan Kabupaten Pesisir Selatan?
2. Apakah dalam latihan kelincahan berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Putra Painan Kabupaten Pesisir Selatan?
3. Apakah dalam latihan koordinasi mata kaki dan kelincahan secara bersama-sama berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Putra Painan Kabupaten Pesisir Selatan?

E. Tujuan penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan informasi sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui seberapa besar koordinasi mata kaki berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Putra Painan Kabupaten Pesisir Selatan.
2. Untuk mengetahui seberapa besar kelincahan berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Putra Painan Kabupaten Pesisir Selatan.
3. Untuk mengetahui seberapa besar koordinasi mata kaki dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Putra Painan Kabupaten Pesisir Selatan.

F. Kegunaan penelitian

Penelitian ini diharapkan berguna bagi:

1. Peneliti, sebagai syarat untuk mendapatkan gelar sarjana di Departemen Kepeleatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Perpustakaan, sebagai bahan bacaan untuk menambah ilmu pengetahuan dan dapat menambah informasi yang bermanfaat terutama dalam bidang teori kepelatihan.
3. Para peneliti selanjutnya, sebagai acuan untuk melakukan penelitian yang terbaru.
4. Pihak lain, sebagai penambah wawasan pengetahuan tentang koordinasi mata kaki dan kelincahan dalam sepakbola.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Penelitian yang dilakukan terhadap pemain sepakbola SSB putra Painan untuk mengetahui kontribusi koordinasi mata-kaki dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* dapat diambil simpulan diantaranya:

1. Terdapat kontribusi koordinasi mata kaki terhadap kemampuan *dribbling* pemain Sepakbola SSB Putra Painan, maka hasil analisis korelasi diperoleh $r_{hitung} 0,9648 > r_{tabel} 0,3783$.
2. Terdapat kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain Sepakbola SSB Putra Painan, maka hasil analisis korelasi diperoleh $r_{hitung} 0,9525 > r_{tabel} 0,3783$.
3. Terdapat secara bersama-sama kontribusi koordinasi mata-kaki dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain sepakbola SSB putra Painan, maka hasil anailisi korelasi diperoleh $r_{hitung} 0,8025 > r_{tabel} 0,3783$.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, terdapat beberapa saran yang ingin peneliti sampaikan, adapun saran yang diberikan peneliti adalah sebagai berikut:

1. Diharapkan kepada pemain agar meneruskan dan meingkatkan latihan koordinasi mata-kaki dan kelincahan karena kondisi fisik ini sudah terbukti berpengaruh besar terhadap kemampuan *dribbling* dalam permainan sepakbola.

2. Diharapkan kepada pelatih agar terus melatih fisik khususnya koordinasi mata-kaki dan kelincahan serta latihan *dribbling* pemain serta teknik lainnya agar prestasi pemain sepakbola SSB putra Painan ini semakin maju kedepanya.
3. Kepada peneliti selanjutnya agar meneliti lebih dalam lagi mengkaji tentang kontribusi kondisi fisik yang lain terhadap teknik dasar permainan sepakbola agar hasil penelitian yang didapatkan lebih relevan dan lebih diakui kebenarannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Akmal, I., & Lesmana, H. S. (2019). Kontribusi kecepatan dan kelincihan terhadap kemampuan dribbling pada pemain SSB POSS. *Jurnal Patriot*, 1(3), 1197-1210.
- Arifin, R., & Warni, H. (2018). Model Latihan Kelincihan Sepakbola. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 12, 63–66.
- Darmawan, A., & Rahmadani, A. (2023). Kontribusi Kelincihan Dan Keseimbangan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Futsal Siswa Ekstrakurikuler SMPN 6 Siak Hulu. *Science and Education Journal (SICEDU)*, 2(3), 632-640.
- Emral, 2018. *Sepakbola Dasar*. Padang: SUKABINA PRESS.
- Ikbar. 2019. Kontribusi Kelincihan Terhadap Kemampuan Siswa Mengiringi-mengiringi Bola Pada Taraf Signifikan 95%.
- Joseph. A. Luxbacher 2011. *Sepakbola, Taktik & Teknik bermain*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Koger, Robert. 2007. *Latihan Dasar Andal Sepakbola Remaja*. Indonesia: Saka Mitra Kompetensi.
- Kurniawan, R. W., & Alficandra, A. (2023). Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Passing dan Stopping Sepakbola SSB U-14 Nongsa Football Training Batam. *Jurnal Pendidikan Terintegrasi*, 4(1).
- Maidarman, M. (2020). Kontribusi kecepatan, kelincihan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan dribbling. *Jurnal Patriot*, 2(1), 206-219.
- Maitimu, G. T. S. (2024). *Hubungan Koordinasi Mata Dan Kaki Terhadap Kemampuan Dasar Passing Futsal Pada Mahasiswa Pendidikan Jasmani Angkatan 2023 Unimuda Sorong* (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong).
- Masrun, M., Al Ihsan, H., Arifan, I., & Argantos, A. (2024). Tinjauan Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Pemain SSB Kompak FC Kota Padang. *Gladiator*, 4(5), 1513-1526.
- Mielke, Danny. *Dasar-dasar Sepakbola*. Indonesia: PRAKAR RAYA.
- Nurhasan, 2001. Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Olahraga, Skripsi. Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung.
- Okilanda, A., Dlis, F., Humaid, H., & Putra, D. D. (2020). Perbedaan pengaruh metode latihan dan motivasi berlatih terhadap teknik dasar sepakbola sekolah sepakbola beji timur U-13. *Jurnal Educatio Fkip Unma*, 6(1), 80-89.

- Pratama. 2018. Sumbangan koordinasi mata-kaki, kelincahan, keseimbangan dinamis dan fleksibilitas tolok terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola
- Roozen, M. 2004. Illinois agility test. NSCA's Performance Training Journal 3(5), 5-6.
- Saputra, A. D. (2020). *Kontribusi Koordinasi Mata-kaki dan Kelenturan Tubuh Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Ektrakurikuler Di SMP Negeri 1 Rengat Barat* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau).
- Siregar, A. S., & Yani, A. (2023). Kontribusi Kelincahan dan Kelenturan Tubuh Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Futsal Pada Siswa Ektrakurikuler SMK Taruna Satria Kota Pekanbaru. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran (JRPP)*, 6(3), 782-792.
- Sugiyono. 2010. Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta
- Syahara, S & Abrar, A. (2019). Hubungan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Akurasi Passing Pemain Sepakbola SMA Negeri 15 Padang. *Jurnal JPDO*, 2(1), 165-170.
- Widiastuti. 2015. Tes Dan Pengukuran Olahraga. 1st ed. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada; 2015.
- Widodo, A. (2021). Hubungan koordinasi mata-kaki dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pada sekolah sepakbola bina bintang muda kepri. *Jurnal Bola*, 4(1), 1-17.
- Yulifri. 2012. *Permainan Sepakbola*. Padang: FIK UNP
- Zulkifli, Z. (2024). Kontribusi Kelincahan dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Keterampilan Dribble Pemain Futsal IPMKN-P. *Integrated Sport Journal (ISJ)*, 2(1), 44-54.