

## *Ball Feeling and Dribbling Training: Does it Influence Soccer Skills Based on Foot Coordination?*

### **Latihan Ball Feeling dan Dribbling: Apakah Memiliki Pengaruh Terhadap Keterampilan Sepak Bola Berdasarkan Koordinasi Mata Kaki?**

I Putu Agus Dharma Hita<sup>1</sup>, Komang Ayu Krisna Dewi<sup>2</sup>, Jenuri<sup>3</sup>, I Ketut Addy Putra Indrawan<sup>4</sup>, Dina Mayadiana Suwarma<sup>5</sup>

<sup>1,2,4</sup>Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Pendidikan, Universitas Triatma Mulya, Indonesia,

<sup>3</sup>Program Studi Ilmu Pendidikan Agama Islam, Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia, <sup>5</sup>Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

Email: [dharma.hita@triatmamulya.ac.id](mailto:dharma.hita@triatmamulya.ac.id)<sup>1</sup>, [krisna.dewi@triatmamulya.ac.id](mailto:krisna.dewi@triatmamulya.ac.id)<sup>2</sup>, [jenuri@upi.edu](mailto:jenuri@upi.edu)<sup>3</sup>, [putra.indrawan@triatmamulya.ac.id](mailto:putra.indrawan@triatmamulya.ac.id)<sup>4</sup>, [dinamayadiana@upi.edu](mailto:dinamayadiana@upi.edu)<sup>5</sup>

ARTICLE INFO	ABSTRACT
<p><b>Article history:</b></p> <p>Received November 28,2023 Revised December 11, 2023 Accepted December 23,2023</p> <p><b>Keywords:</b></p> <p>Ball Feeling Dribbling Coordination Soccer</p>	<p><i>Basic skills in the game of football are one of the important factors in supporting achieving an achievement. This study aims to determine the effect of ball feeling and dribbling exercises based on eye-foot coordination on soccer skills. The method used in this study is a 2x2 factorial experiment. The data analysis technique used is Two Way Anova with a significant level of 5% (0.05). The results of this study are 1) There are differences in the effect of ball feeling and dribbling exercises on soccer skills with a p value of <math>0.011 &lt; 0.05</math> (2) There are differences in the effect of high and low eye-foot coordination abilities on soccer skills with a p value of <math>0.009 &lt; 0.05</math> (3) There is an interaction between ball feeling, dribbling and eye-foot coordination (high and low) on soccer skills with a p significance value of <math>0.021 &lt; 0.05</math>.</i></p>
	ABSTRAK
<p><b>Kata Kunci:</b></p> <p>Ball Feeling Dribbling Kordinasi Sepak Bola</p>	<p>Keterampilan dasar dalam permainan sepak bola merupakan salah satu faktor penting dalam penunjang mencapai sebuah prestasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan ball feeling dan dribbling berdasarkan koordinasi mata kaki terhadap keterampilan sepak bola. Metode yang dipakai dalam penelitian ini yaitu eksperimen faktorial 2x2. Sampel penelitian berjumlah 45 peserta didik kelas X di SMKS TP 45 Negara. Teknik analisis data yang dipakai yaitu Two Way Anova dengan taraf signifikan 5% (0,05). Hasil dari penelitian ini yaitu (1) Terdapat perbedaan pengaruh latihan ball feeling dan dribbling terhadap keterampilan sepak bola dengan nilai p sebesar <math>0,011 &lt; 0,05</math> (2) Terdapat perbedaan pengaruh dari kemampuan koordinasi mata-kaki tinggi dan rendah terhadap keterampilan sepak bola dengan nilai p sebesar <math>0,009 &lt; 0,05</math> (3) Terdapat interaksi antara ball feeling, dribbling dan koordinasi mata-kaki (tinggi dan rendah) terhadap keterampilan sepak bola dengan nilai signifikansi p sebesar <math>0,021 &lt; 0,05</math>.</p>

<b>Corresponding Author:</b> I Putu Agus Dharma Hita, Universitas Triatma Mulya, Email: dharma.hita@triatmamulya.a c.id	
<i>This is an open access article under the <a href="#">CC BY-NC</a> license.</i> 	

## PENDAHULUAN

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang sangat digemari masyarakat baik di desa maupun di kota banyak sekali ditemui orang yang sedang bermain olahraga sepak bola. Permainan sepak bola dapat dikategorikan olahraga rekreasi dan juga olahraga prestasi. Permainan sepak bola merupakan olahraga yang paling populer di Indonesia, namun perkembangan prestasi sepak bola Indonesia nampaknya masih kurang dapat berkembang. Prestasi sepak bola Indonesia untuk wilayah Asia Tenggara saja belum dapat berbicara. Hal ini terlihat, dimana kesebelasan PSSI masih kalah ketika melawan negara-negara di Asia Tenggara. Perkembangan persepakbolaan nasional di Indonesia tidak terlepas dari perkembangan persepakbolaan di daerah-daerah. Permainan sepak bola berkembang pesat di daerah-daerah.

Sepak bola adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim dengan masing-masing tim berjumlah 11 orang. Olahraga ini sangat terkenal dan dimainkan di berbagai negara dengan berbagai kejuaraan yang diselenggarakan oleh masing-masing federasi setiap negara (Al-hadiqie, 2013). Menurut (Nugraha, 2012) sepak bola telah mengubah pandangan dunia kita tentang olahraga lain. Sepak bola merupakan olahraga yang sangat populer di dunia, hampir semua negara mengenal dan menyukai olahraga ini. Sepak bola merupakan salah satu alat pemersatu dan pemersatu berbagai negara dengan latar belakang sejarah dan budaya yang berbeda di dunia dilihat dari perbedaan agama, politik dan etnik. Sepak bola olahraga sangat terkenal di dunia setidaknya jika tidak dapat memainkan atau mengemari minimal mengetahui tentang sepak bola (Al-Muqsith, 2018).

Menurut (Hita, Kushartanti, & Pranata, 2021) postur tubuh merupakan salah satu aspek biologis dari penentu tercapainya prestasi dalam olahraga, keadaan tubuh sebagai unsur bawaan yang tidak bisa diubah oleh atlet. Jadi tidak heran lagi jika liga di Indonesia selalu mencari pemain asing untuk memperkuat komposisi tim dari pada pemain lokal, banyak pemain lokal yang memiliki potensi dan bakat dalam bermain sepak bola tetapi tidak terlihat menonjol karena faktor minimnya pengalaman bertanding dan pengetahuan tentang teknik dalam bermain sepak bola. (Bekris et al, 2018) menyatakan bahwa untuk meningkatkan keterampilan teknik individu dalam sepak bola modern, penting untuk mengoptimalkan kemampuan koordinasi. Teknik yang baik terutama didasarkan pada pengembangan hubungan yang baik antara tubuh dan bola, dengan bola berada di layanan pemain dan bukan sebaliknya. Semakin kompleks gerakan yang dilakukan, maka semakin besar tingkat koordinasinya yang diperlukan untuk melakukan ketangkasan. Koordinasi berhubungan erat dengan kemampuan gerak motorik, seperti keseimbangan, kecepatan, dan kelincahan.

(Russell, 2014) menyatakan jika dengan adanya keterampilan sepak bola yang bagus pada pemain, maka pemain akan dapat bermain dengan baik dan mampu menghadapi tekanan-tekanan yang ada saat pertandingan. Metode latihan untuk meningkatkan penguasaan

bola menurut (Herwin, 2004) yaitu *ball feeling* bertujuan pengenalan bola terhadap bagian tubuh yang merupakan awal pembelajaran permainan sepak bola, haruslah diawali dengan pembelajaran pengenalan bola dengan seluruh bagian tubuh dengan baik dan benar. Menurut (Sucipto et al, 2000) menggiring bola yaitu dengan menendang bola secara terpotog-terpotong atau pelan-pelan. Untuk meningkatkan keterampilan bermain sepak bola pada pemain sepak bola dengan metode latihan *ball feeling* dan *dribbling* yang sampai saat ini masih belum bejalan optimal bahkan sering menjadi masalah dan belum sesuai dengan apa yang diharapkan, dalam sepak bola misalnya dibutuhkan teknik untuk mempertahankan bola, melewati hadangan lawan sambil membawa bola lalu di umpan kepada rekan satu tim, tetapi dalam pelaksanaan di lapangan belum bisa ditampilkan secara maksimal.

Menurut (Muhammadiyah, 2015) keterampilan dasar atau tehnik bermain ini merupakan hal yang harus dimiliki setiap pemain sepak bola, karena ada dua keberhasilan dalam sepak bola yaitu kemampuan menerapkan tehnik dasar dan penguasaan secara efektif dan konsisten. Keterampilan bermain sebakbola itu sangatlah penting bagi pemain karena seorang pemain sepak bola harus bisa melakukan tehnik bermain sepak bola dengan baik dan mampu menerapkan tehnik tersebut dalam suatu permainan, dimulai dari tehnik yang sederhana sampai ke tehnik bermain yang lebih kompleks. Dalam permainan sepak bola dibutuhkan kecermatan dalam bergerak pada saat bermain, seperti pada saat berhadapan dengan lawan, mencari posisi yang baik agar bisa leluasa memberikan umpan kepada rekan satu tim. dan melakukan penetrasi. Hal ini tentunya dipengaruhi oleh koordinasi yang dimiliki oleh setiap pemain sepak bola.

Menurut (Hariono, 2006) koordinasi merupakan perpaduan gerak dari dua atau lebih persendian, yang satu sama lainnya berkaitan dalam menghasilkan sebuah keterampilan gerak. Koordinasi yang diperlukan dalam keterampilan bermain sepak bola adalah koordinasi mata kaki dan merupakan salah satu kemampuan fisik. Mata sebagai indera penglihatan merupakan salah satu yang menerima rangsangan untuk diteruskan ke otak dan diproses dengan respon yang cepat dalam bentuk gerakan. Pengaruh koordinasi mata kaki dalam keterampilan bermain sepak bola sangatlah penting untuk penampilan pemain baik dalam latihan maupun pertandingan, hal ini dapat dilihat apabila pemain yang koordinasi mata-kaki nya kurang baik, maka akan sulit bagi seorang pemain untuk dapat bermain sepak bola secara terampil dan optimal. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa koordinasi mata kaki dalam keterampilan sepak bola adalah salah satu syarat untuk mencapai prestasi.

Perkembangan sepak bola pada moderen ini, serta di tengah tantangan yang dialami para pemain sepak bola usia muda, seluruh penggiat sepak bola yang ada di Indonesia perlu mengambil peran yang lebih optimal untuk mengembangkan sepak bola Indonesia menjadi lebih baik. Usia yang paling bagus dan efektif dalam pembinaan pada peserta didik yaitu usia 6-14 tahun (Ganesha, 2010). Masalah-masalah yang dapat mempengaruhi pencapaian prestasi suatu klub sepak bola yang perlu ditinjau diantaranya yaitu kualitas pelatih, sarana dan prasarana yang dimiliki, dukungan pemerintah dan masyarakat, serta kualitas pemain sendiri.

Keterampilan menggiring bola merupakan salah satu unsur tehnik dasar yang penting dalam permainan sepak bola. Kemampuan melakukan menggiring bola akan ikut berperan untuk memperoleh kemenangan dalam suatu pertandingan. Apalagi jika permainan berlangsung dengan bola-bola atas. Dengan demikian untuk menjadi pemain yang handal seorang pemain sepak bola perlu didukung dengan keterampilan menggiring bola yang baik.

Pelatih sepak bola ataupun guru disekolah khususnya di SMKS TP 45 Negara perlu membimbing agar peserta didik memiliki keterampilan menggiring bola dengan baik. Untuk

itu seorang pembina dan pelatih harus tepat dalam memilih dan menentukan cara (metode) atau model latihan yang tepat, sehingga dapat mencapai hasil sesuai dengan yang diharapkan. Maka berdasarkan uraian diatas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *ball feeling* dan *dribbling* berdasarkan koordinasi mata kaki terhadap keterampilan sepak bola pada peserta didik di SMKS TP 45 Negara.

## METODE PENELITIAN

Sesuai dengan tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh latihan *ball feeling* dan *dribbling*, maka jenis penelitian ini termasuk eksperimen dengan menggunakan rancangan faktorial 2x2. Penelitian ini dilaksanakan di SMKS TP 45 Negara yang berlokasi di Kabupaten Jembrana, Provinsi Bali, Indonesia pada bulan Maret sampai dengan bulan Mei 2022. Desain penelitian ini bersifat menguji yaitu menguji pengaruh satu atau lebih variabel terhadap variabel lain. Menurut (Arikunto, 2010) penelitian eksperimen merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya akibat dari sesuatu yang dikenakan pada subyek yang diteliti. Sedangkan menurut (Sugiyono, 2010) penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Menurut (Sudjana, 2009) menyatakan jika penelitian eksperimen adalah desain penelitian yang dapat memberikan perlakuan dua variabel bebas atau lebih pada waktu yang bersamaan untuk melihat efek masing-masing variabel bebas, secara terpisah dan bersamaan terhadap variabel terikat dan efek-efek yang terjadi akibat adanya interaksi beberapa variabel.

Rancangan dalam penelitian ini disajikan pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 1. Rancangan Penelitian Faktorial 2x2**

Koordinasi Mata Kaki (B)	Metode Latihan (A)	
	<i>Ball Feeling</i> (A1)	<i>Dribbling</i> (A2)
Tinggi (B1)	A1.B1	A2.B1
Rendah (B2)	A1.B2	A2.B2

Keterangan:

- A1.B1 : Kelompok yang menggunakan metode latihan *ball feeling* dengan koordinasi mata kaki tinggi.
- A2.B1 : Kelompok yang menggunakan metode latihan lari *dribbling* dengan koordinasi mata kaki tinggi.
- A1.B2 : Kelompok yang menggunakan metode latihan *ball feeling* dengan koordinasi mata kaki rendah.
- A2.B2 : Kelompok yang menggunakan metode latihan lari *dribbling* dengan koordinasi mata kaki rendah.

Sampel yang diteliti ditentukan 27% kelompok atas dan 27% kelompok bawah dari hasil tes (Miller, 2008). Dengan demikian pengelompokan sampel diambil dari siswa yang memiliki koordinasi mata kaki tinggi 27% dan siswa yang memiliki koordinasi mata kaki

rendah sebanyak 27% berdasarkan data yang telah diranking, maka didapatkan 12 siswa yang memiliki hasil koordinasi mata kaki tinggi dan 12 siswa yang memiliki hasil koordinasi mata kaki rendah. Kemudian dari masing-masing data tersebut dibagi menjadi empat kelompok dengan cara ordinal pairing berdasarkan dengan hasil tes koordinasinya (tinggi dan rendah) dan didapatkan masing-masing 6 siswa yang memiliki koordinasi mata kaki tinggi diberi perlakuan dengan metode latihan *ball feeling*, 6 siswa yang memiliki koordinasi mata kaki tinggi diberi perlakuan dengan metode latihan *dribbling*, 6 siswa yang memiliki koordinasi mata kaki rendah diberi perlakuan dengan metode latihan *ball feeling*, dan 6 siswa yang memiliki koordinasi mata kaki rendah diberi perlakuan dengan metode latihan *dribbling*.

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati, semua fenomena ini disebut variabel penelitian. Instrumen pertama yaitu tes koordinasi mata kaki Pengumpulan data dalam penelitian ini untuk melihat tingkat koordinasi pada siswa maka peneliti menggunakan tes dan pengukuran dari (Fenanlampir, 2015) yaitu *soccer wall volley test*, sedangkan untuk melihat keterampilan dasar bermain sepak bola pada siswa menggunakan instrument pengembangan tes kecakapan “*David Lee*” (Irianto, 2010). Nilai validitas tes yang digunakan dalam penelitian ini yaitu 0,800 yang dianalisis dengan tehnik *korelasi product moment* dan nilai reabilitas tes yaitu 0,528 yang dianalisis dengan tehnik *alpha chronsbach*.

Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan melakukan tes dan pengukuran. Sebelum pengukuran sampel terlebih dahulu diukur koordinasinya dengan tes koordinasi, untuk mengetahui koordinasi tinggi dan rendah, selanjutnya dilakukan tes awal (*pretest*), diberi perlakuan (*treatment*) dan tes akhir (*posttest*). Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan SPSS versi 22 dengan menggunakan *Two Way Anova* dengan taraf signifikan 5% (0,05). Kemudian untuk membandingkan nilai rata-rata perlakuan digunakan uji lanjut *Tukey*. Sebelum dilakukan analisis data diatas, terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat yang terdiri dari uji normalitas data dengan menggunakan teknik *shapiro wilk* dikarenakan jumlah sampel < 50 dan uji homogenitas dengan menggunakan teknik *levene statistic*.

## HASIL PENELITIAN

Data hasil penelitian ini berupa data *pretest* dan data *posttest* yang merupakan gambaran secara umum dari masing-masing variabel yang terdapat dalam penelitian ini. Proses penelitian berlangsung dalam tiga tahap yang terdiri dari *pretest* (tes awal), *treatment* (pemberian perlakuan) dan *posttest* (tes akhir). Data *pretest* dan *posttest* keterampilan dasar sepak bola disajikan pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 2. Data Pretest dan Posttest Keterampilan Dasar Sepak Bola**

NO	Koordinasi Tinggi					
	Kelompok Latihan <i>Ball Feeling</i> (A1B1)			Kelompok Latihan <i>Dribbling</i> (A2B1)		
	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Gain</i>	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Gain</i>
1.	30,18	32,98	2,8	33,18	45,15	11,97
2.	32,83	35,12	2,29	30,38	34,68	4,3
3.	31,94	34,75	2,81	32,47	38,04	5,57
4.	34,79	36,39	1,6	32,26	36,71	4,45

5.	32,23	34,05	1,82	33,64	38,2	4,56
<b>Koordinasi Rendah</b>						
NO	Kelompok Latihan <i>Ball Feeling</i> (A1B2)			Kelompok Latihan <i>Dribbling</i> (A2B2)		
	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Gain</i>	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Gain</i>
1.	36,73	39,79	3,06	32,04	36,66	4,62
2.	40,91	44,24	3,33	33,71	40,51	6,8
3.	33,53	36,07	2,54	31,98	33,67	1,69
4.	35,53	38,91	3,38	33,98	35,3	1,32
5.	36,06	39,06	3	31,47	33,84	2,37

Data yang terkumpul selanjutnya dilakukan uji normalitas dengan hasil disajikan pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 3. Uji Normalitas Data**

Data	Sig	Keterangan
<i>Pretest</i> A1B1	0,231	Normal
<i>Posttest</i> A1B1	0,123	Normal
<i>Pretest</i> A2B1	0,065	Normal
<i>Posttest</i> A2B1	0,089	Normal
<i>Pretest</i> A1B2	0,095	Normal
<i>Posttest</i> A1B2	0,113	Normal
<i>Pretest</i> A2B2	0,122	Normal
<i>Posttest</i> A2B2	0,078	Normal

Berdasarkan hasil analisis statistik uji normalitas pada tabel diatas, diketahui pada semua data *pretest* dan *posttest* keterampilan dasar sepak bola didapat dari hasil uji normalitas data nilai signifikansi  $p > 0,05$ , yang berarti seluruh kelompok data dalam penelitian ini berdistribusi normal. Selanjutnya hasil uji homogenitas disajikan pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 4. Uji Homogenitas Data**

Data	Sig.	Keterangan
<i>Pretest</i>	0,211	Homogen
<i>Posttest</i>	0,196	Homogen

Berdasarkan analisis uji homogenitas pada tabel diatas, diketahui kelompok data *pretest* dan *posttest* memiliki varians yang homogen dikarenakan nilai sig  $> 0,05$ . Setelah data memenuhi uji prasyarat, yaitu data normal dan homogeny. Selanjutnya dilakukan pengujian hipotesis dengan memakai teknik *two way anova*. Hipotesis yang pertama dianalisis dengan hasil sebagai berikut:

**Tabel 5. Hasil Uji Hipotesis Pertama**

Kelompok Data	Sig
Metode Latihan	0,011

Dari data hasil uji anova tabel di atas, dapat dilihat bahwa nilai sig sebesar  $0,011 < 0,05$ . Maka dapat disimpulkan jika terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara metode latihan *ball feeling* dan *dribbling* terhadap keterampilan dasar sepak bola.

Selanjutnya pada hipotesis kedua didapatkan hasil yaitu sebagai berikut:

**Tabel 6. Hasil Uji Hipotesis Kedua**

Kelompok Data	Sig
Kordinasi	0,009

Dari data hasil uji anova tabel di atas, dapat dilihat bahwa nilai sig sebesar  $0,009 < 0,05$ . Maka dapat disimpulkan jika terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara siswa yang mempunyai koordinasi mata kaki tinggi dan koordinasi mata kaki rendah terhadap keterampilan dasar sepak bola.

Selanjutnya pada hipotesis ketiga didapatkan hasil yaitu sebagai berikut:

**Tabel 7. Hasil Uji Hipotesis Ketiga**

Kelompok Data	Sig
Metode Latihan * Koordinasi	0,021

Dari data hasil uji anova tabel di atas, dapat dilihat bahwa nilai sig sebesar  $0,021 < 0,05$ . Maka dapat disimpulkan jika terdapat interaksi antara latihan *ball feeling*, *passing* dan koordinasi mata kaki (tinggi dan rendah) terhadap keterampilan dasar sepak bola.

Setelah diketahui bahwa terdapat interaksi antara latihan *ball feeling*, *dribbling* dan koordinasi mata kaki (tinggi dan rendah) terhadap keterampilan dasar sepak bola, maka selanjutnya dilakukan uji lanjut dengan menggunakan teknik uji *Tukey* dengan hasil yaitu sebagai berikut:

**Tabel 8. Hasil Analisis Uji Tukey**

Kelompok	Interaksi	Mean Difference	Std, Error	Sig,
A1B1	A1B2	-3,2145*	1,21658	0,022
	A2B1	,0092	1,21658	0,087
	A2B2	-,2325	1,21658	1,225
A1B2	A1B1	3,2145*	1,21658	0,022
	A2B1	3,2246*	1,21658	0,022
	A2B2	4,8951*	1,21658	0,011
A2B1	A1B1	-,0092	1,21658	0,087
	A1B2	-3,2246*	1,21658	0,022
	A2B2	-,2344	1,21658	1,225
A2B2	A1B1	,2325	1,21658	1,225
	A1B2	-4,8951*	1,21658	0,011
	A2B1	,2344	1,21658	1,225

Berdasarkan tabel 8 di atas pada hasil analisis uji lanjut dengan menggunakan teknik Uji Tukey pada tanda asterisk (\*) menunjukkan bahwa pasangan-pasangan yang memiliki interaksi atau pasangan yang berbeda secara nyata (signifikan) yaitu pada kelompok (1) A1B2-A1B1, (2) A1B2-A2B1, dan (3) A1B2-A2B2, sedangkan pasangan-pasangan lainnya

dinyatakan tidak memiliki perbedaan pengaruh adalah: (1) A2B1-A1B1, (2) A2B1-A2B2, dan (3) A2B2-A1B1.

Berdasarkan hasil analisis diatas, maka diketahui bahwa (1) Terdapat perbedaan pengaruh latihan *ball feeling* dan *dribbling* terhadap keterampilan sepak bola (2) Terdapat perbedaan pengaruh dari kemampuan koordinasi mata-kaki tinggi dan rendah terhadap keterampilan sepak bola (3) Terdapat interaksi antara *ball feeling*, *dribbling* dan koordinasi mata-kaki (tinggi dan rendah) terhadap keterampilan sepak bola. Pembahasan hasil analisis tersebut disajikan sebagai berikut:

1. Perbedaan pengaruh latihan *ball feeling* dan *dribbling* terhadap keterampilan sepak bola.

Berdasarkan pengujian hipotesis diketahui bahwa metode latihan *ball feeling* dan *dribbling* memiliki perbedaan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan dasar sepak bola pada siswa kelas X SMKS TP 45 Negara. Hasilnya latihan *dribbling* memberikan hasil yang lebih baik dari pada latihan *ball feeling* terhadap keterampilan dasar sepak bola.

Pemain yang dilatih *ball feeling* akan mengasah perasaan yang dimilikinya saat melakukan sentuhan kaki dengan bola. Bahkan dapat menciptakan kepekaan perasaannya saat melakukan sentuhan dengan bola tanpa harus melihat bola tersebut. Semakin baik sentuhan dengan bola menyebabkan sentuhan yang tepat antara kaki dengan bola pada saat *dribbling* meningkatkan penguasaan bola yang baik. Sehingga pemain dapat meningkatkan kecepatan pada saat *dribbling* namun bola tetap dalam penguasaannya (Al-Muqsith, 2018).

Menggiring bola diartikan dengan gerakan lari menggunakan bagian kaki mendorong bola agar bergulir terus menerus di atas tanah. Menggiring bola (*dribbling*) adalah metode menggerakkan bola dari titik satu ke titik lain di lapangan menggunakan kaki (Taufiqurriza, 2012). Berdasarkan pendapat tersebut maka dalam menggiring bola diperlukan sentuhan yang tepat antara kaki dengan bola, sehingga bola tetap dalam penguasaan. Istilah *ball feeling* bukan istilah teknik tetapi dapat digunakan untuk menggambarkan perasaan yang dimiliki pemain terhadap karakteristik bola (Luxbacher, 2012). Maka dalam hal ini *ball feeling* akan menentukan seseorang ketika melakukan sentuhan dengan bola.

2. Perbedaan pengaruh dari kemampuan koordinasi mata-kaki tinggi dan koordinasi mata-kaki rendah terhadap keterampilan sepak bola.

Hasil analisis menunjukkan bahwa pemain dengan kemampuan koordinasi mata kaki tinggi lebih baik dibandingkan pemain dengan kemampuan koordinasi mata kaki rendah terhadap keterampilan dasar sepak bola pada siswa kelas X SMKS TP 45 Negara.

Koordinasi mata-kaki merupakan modalitas yang mendasari dari gerak yang dilakukan seseorang. Koordinasi mata-kaki siswa merupakan dasar dalam pembentukan kemampuan siswa. Koordinasi mata-kaki yang baik menunjang kesiapan siswa untuk melakukan latihan keterampilan. Koordinasi mata-kaki yang tinggi dapat mempercepat proses penguasaan koordinasi mata-kaki yang dipelajari. Siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki tinggi memiliki kemampuan untuk beradaptasi terhadap kemampuan menggiring pada permainan sepakbola yang lebih baik, dari pada siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki rendah (Natal, 2020).

3. Interaksi antara latihan *ball feeling*, *dribbling*, dan koordinasi mata-kaki terhadap keterampilan sepak bola.

Berdasarkan hasil yang telah dikemukakan pada hasil penelitian ini bahwa terdapat interaksi yang signifikan antara latihan *ball feeling*, *dribbling*, dan koordinasi mata kaki

(tinggi dan rendah) terhadap keterampilan dasar sepak bola pada siswa kelas X SMKS TP 45 Negara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok siswa yang dilatih menggunakan latihan *dribbling* dengan koordinasi mata kaki tinggi akan lebih baik dari pada siswa yang memiliki koordinasi mata kaki rendah, hal ini dikarenakan latihan *dribbling* banyak menggunakan gerakan yang lebih sulit dibandingkan dengan kelompok latihan *ball feeling*. Sedangkan, kelompok siswa dengan koordinasi rendah akan lebih baik dilatih dengan metode latihan *ball feeling* kerana gerakannya tidak begitu sulit. Dari hasil interaksi terlihat bahwa faktor-faktor utama penelitian dalam bentuk dua faktor menunjukkan interaksi signifikan.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dalam penelitian ini, dapat ditarik beberapa kesimpulan yaitu sebagai berikut:

1. Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara latihan *ball feeling* dan *dribbling* terhadap keterampilan dasar sepak bola, yaitu latihan *dribbling* mendapatkan hasil yang lebih baik dibandingkan latihan *ball feeling*.
2. Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kemampuan koordinasi mata-kaki tinggi dan koordinasi mata-kaki rendah terhadap keterampilan dasar sepak bola, yaitu koordinasi mata-kaki tinggi mendapatkan hasil yang lebih baik dibandingkan koordinasi mata-kaki rendah.
3. Terdapat interaksi yang signifikan antara latihan *ball feeling*, *dribbling* dan koordinasi mata-kaki terhadap keterampilan dasar sepak bola, yaitu pasangan-pasangan yang memiliki interaksi atau pasangan yang berbeda secara signifikan adalah sebagai berikut:
  - a. Kelompok siswa yang dilatih menggunakan latihan *dribbling* dengan koordinasi mata-kaki tinggi akan lebih baik dari pada kelompok siswa yang dilatih menggunakan latihan *ball feeling* dengan koordinasi mata-kaki rendah.
  - b. Kelompok siswa yang dilatih menggunakan latihan *dribbling* dengan koordinasi mata-kaki rendah akan lebih baik dari pada kelompok siswa yang dilatih menggunakan latihan *ball feeling* dengan koordinasi mata-kaki rendah.
  - c. Kelompok siswa yang dilatih menggunakan latihan *ball feeling* dengan koordinasi mata-kaki tinggi akan lebih baik dari pada kelompok siswa yang dilatih menggunakan latihan *ball feeling* dengan koordinasi mata-kaki rendah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al-hadiqie, Z. M. (2013). *Menjadi Pemain Sepakbola Profesional*. Jakarta: Kata Pena.
- Al-Muqsith. (2018). Somatotype Dan Fisiologi Pemain Sepak Bola. *AVERROUS: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Malikussaleh*, 1(2), 57. <https://doi.org/10.29103/averrous.v1i2.410>
- Bekris, E., Gisis, I., & Kounalakis, S. (2018). The dribbling agility test as a potential tool for evaluating the dribbling skill in young soccer players. *Research in Sports Medicine*, 26(4), 425–435. <https://doi.org/10.1080/15438627.2018.1492395>
- Herwin. (2004). *Keterampilan Sepakbola Dasar*. Yogyakarta: FIK UNY.

- Hita, I. P. A. D., Kushartanti, B. M. W., & Pranata, D. (2021). *Hubungan Lingkar Perut dan Tekanan Darah Terhadap Status Gizi Wanita Member Senam Zumba dimasa Pandemi Covid-19*. 7(1), 18–29. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4420421>
- Luxbacher, J. A. (2012). *Sepak Bola: Langkah-langkah Menuju Sukses*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Muhammadiyah. (2015). Pengaruh Metode Latihan Lari Percepatan Dan Lari Interval Terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola. *Jurnal Administrasi Pendidikan : Program Pascasarjana Unsyiah*, 3(3), 87–101.
- Natal, Y. R. (2020). Evaluasi Program Pembinaan Prestasi Olahraga Sepak Bola Pada Klub Psn Ngada. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti*, 7(1), 54–61. <https://doi.org/10.38048/jipcb.v7i1.57>
- Nugraha, A. (2012). *Mahir Sepakbola*. Bandung: NUANSA CENDEKIA.
- Russell, M., & Kingsley, M. (2014). The efficacy of acute nutritional interventions on soccer skill performance. *Sports Medicine*, 44(7), 957–970. <https://doi.org/10.1007/s40279-014-0184-8>
- Sucipto, & dkk. (2000). *Sepakbola*. Yogyakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Taufiqurriza, H. (2012). Tingkat Keterampilan Dasar Permainan Sepak Bola Pada Siswa Sekolah Dasar. *Active - Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 1(1), 1–3. <https://doi.org/10.15294/active.v1i1.266>