

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang paling populer di dunia, termasuk di Indonesia. Permainan ini menuntut kemampuan fisik, teknik, taktik, dan mental yang baik dari setiap pemain. Salah satu keterampilan teknik dasar yang sangat penting dalam permainan sepak bola adalah menggiring bola (*dribbling*). Kemampuan menggiring bola memungkinkan pemain untuk menguasai bola dalam situasi permainan, melewati lawan, serta menciptakan peluang mencetak gol. Oleh karena itu, kemampuan menggiring bola menjadi aspek fundamental yang perlu dikembangkan oleh setiap pemain, terutama mereka yang tergabung dalam Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) sepak bola di lingkungan perguruan tinggi.

Kemampuan menggiring bola yang baik tidak hanya bergantung pada penguasaan teknik dasar, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh faktor kondisi fisik seperti koordinasi mata–kaki dan kelincahan. Koordinasi mata–kaki merupakan kemampuan seseorang untuk mengintegrasikan penglihatan dengan gerakan kaki secara tepat dan sinkron, sehingga dapat mengontrol bola dengan baik. Pemain dengan koordinasi mata–kaki yang baik akan lebih mudah mengatur arah bola, menjaga jarak antara kaki dan bola, serta mempertahankan keseimbangan saat melakukan gerakan kompleks di lapangan. Menurut Daryanto (2015, p. 204) menggiring bola itu sendiri adalah supaya agar bola tersebut tidak akan jauh dari kaki pemain disaat menggiring bola dengan cepat maupun pelan dan juga bisa digunakan pada waktu disaat melewati lawan. Sedangkan menurut Mappanyukki et al., (2023, p. 3) menggiring bola merupakan teknik dengan kaki untuk menuju ke titik tertentu atau ke pertahanan lawan atau menendang terputus-putus atau pelan-pelan, oleh karena itu, bagian kaki yang digunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian-bagian kaki yang digunakan untuk menendang bola.

Selain itu, kelincahan juga menjadi unsur penting dalam menggiring bola. Kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat tanpa kehilangan keseimbangan. Dalam permainan sepak bola, kelincahan membantu pemain untuk bergerak secara efisien, menghindari hadangan lawan, serta melakukan *dribbling* dengan cepat di berbagai situasi permainan. Pemain

yang lincah biasanya mampu mempertahankan penguasaan bola meskipun mendapat tekanan dari lawan. Menurut Widiastuti (2021, p. 2) Kelincahan adalah kemampuan mengubah arah atau posisi tubuh dengan cepat yang dilakukan bersama-sama dengan gerak lainnya. Sedangkan menurut Akmal dan Lesmana (2023, p. 57) Kelincahan memungkinkan pemain bergerak dengan mudah dan mengubah arah posisinya saat menggiring bola dengan cepat. Misalnya, seorang pemain dapat menghindari melalui gerak tipu atau bergerak tiba-tiba menyerang dan berlari lebih cepat dari lawan dan menghindari kendali mereka, mencetak gol atau memberikannya kepada teman yang tidak dijaga. Kelincahan yang baik memungkinkan pemain untuk bergerak secara efektif di ruang sempit dan di bawah tekanan lawan, sehingga keterampilan menggiring bola dapat dipertahankan dan ditingkatkan meskipun terdapat resistensi dari pemain lain di lapangan.

Dalam permainan sepak bola, kemampuan menggiring bola tidak hanya dipengaruhi oleh aspek teknik semata, tetapi juga sangat berkaitan dengan kondisi fisik pemain. Menggiring bola menuntut kemampuan mengontrol bola sambil bergerak cepat, mengubah arah, serta mempertahankan keseimbangan tubuh dalam situasi permainan yang dinamis. Oleh karena itu, komponen kondisi fisik seperti kelincahan, kecepatan, koordinasi memiliki peran yang signifikan dalam menunjang keberhasilan *dribbling*. Menurut Bompa (2019, p. 102) kemampuan fisik seperti kecepatan dan kelincahan merupakan fondasi utama dalam cabang olahraga permainan karena menentukan efektivitas gerak spesifik, termasuk perubahan arah dan akselerasi yang dibutuhkan saat menggiring bola.

Koordinasi mata-kaki dan kelincahan merupakan dua komponen penting dalam aktivitas olahraga, khususnya sepak bola. Hubungan antara koordinasi mata-kaki dan kelincahan bersifat positif. Semakin baik koordinasi mata-kaki yang dimiliki seorang atlet, semakin baik pula kemampuannya dalam melakukan gerakan-gerakan yang membutuhkan perubahan arah secara cepat dan terkontrol. Dalam permainan sepak bola, koordinasi mata-kaki membantu pemain mengontrol bola, menghindari lawan, serta menyesuaikan gerakan tubuh berdasarkan situasi permainan yang diamati. Kemampuan tersebut mendukung peningkatan kelincahan karena pemain dapat merespons rangsangan visual dengan gerakan kaki yang tepat dan cepat. Menurut Harsono (2021, p. 31) koordinasi yang baik memungkinkan gerakan menjadi lebih efektif dan efisien

sehingga mendukung performa kelincahan. Atlet yang memiliki koordinasi mata-kaki yang tinggi cenderung mampu melakukan manuver, berbelok, dan berpindah arah dengan lebih cepat dibandingkan atlet yang koordinasinya kurang baik.

Koordinasi mata-kaki memiliki hubungan yang sangat erat dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola. Semakin baik koordinasi mata-kaki yang dimiliki seorang pemain, maka semakin baik pula kemampuannya dalam menggiring bola, karena pemain dapat melakukan sentuhan bola dengan lebih akurat, menjaga bola tetap dalam penguasaan, serta mengubah arah dan kecepatan gerakan dengan efektif tanpa kehilangan kontrol bola.

Penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan signifikan antara komponen fisik seperti koordinasi mata-kaki dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola. Pada penelitian Suharno (2021, p. 16) menemukan bahwa koordinasi mata-kaki secara individu memberikan kontribusi terhadap kemampuan menggiring bola sebesar 23,2% dan kelincahan sebesar 23,4%, serta secara bersama-sama berkontribusi sebesar 32,5% terhadap kemampuan menggiring bola pada peserta Sekolah Sepakbola Bina Bintang Muda.

Bagi pelatih agar dapat menerapkan dan memperhatikan tentang koordinasi mata-kaki dan kelincahan dalam menjalankan program latihan. Bagi siswa sepakbola (SSB) Bina Bintang Muda Kepri agar memperhatikan faktor koordinasi mata-kaki dan kelincahan untuk dapat meningkatkan latihan kondisi fisik yang lain didalam menunjang kemampuan tersebut. Bagi peneliti lain agar dapat melanjutkan penelitian ini, dengan melihat variabel-variabel lainnya yang berhubungan dengan kemampuan menggiring bola, serta melakukan penelitian pada sampel yang berbeda.

Berdasarkan hasil observasi di UKM Sepak Bola UNSIL United, bahwa kemampuan menggiring bola para pemain cukup bagus terlihat saat kompetisi UNY *Sport Championship* 2025. Dalam pertandingan tersebut, para pemain mampu mengontrol bola dengan baik, bergerak cepat, serta cukup percaya diri saat melewati lawan, pemain sering melakukan *dribbling* untuk membuka ruang serangan dan tidak mudah kehilangan bola saat mendapat tekanan. Dibuktikan pada pertandingan Unsil United melawan UMS, dengan data statistik *dribbling succes* 27 kali dan *dribbling error* 18 kali, total *dribbling* 45 kali, dengan persentase 60%. Dari fenomena ini ingin

membuktikan adanya hubungan antara tingkat koordinasi mata-kaki dan kelincahan antar pemain dengan kemampuan menggiring bola.

Menurut kriteria interpretasi persentase yang dikemukakan oleh Suharsimi Arikunto, persentase 41–60% termasuk kategori cukup, 61–80% termasuk kategori baik, dan 81–100% termasuk kategori sangat baik. Berdasarkan kriteria tersebut, tingkat keberhasilan dribbling sebesar 60% berada pada kategori cukup. Hasil ini menunjukkan bahwa kemampuan menggiring bola pemain UKM Sepak Bola UNSIL United sudah cukup baik, namun masih perlu ditingkatkan agar tingkat keberhasilan dribbling menjadi lebih optimal.

Berdasarkan penjelasan diatas bahwa belum ada data yang menunjukan hubungan koordinasi mata-kaki dan kelincahan khususnya pada pemain sepak bola UKM Unsil United dengan kemampuan menggiring bola sehingga peneliti ingin mengkaji dan penelitian ini perlu untuk di lakukan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional karena bertujuan untuk mengukur tingkat hubungan antar variabel secara objektif dan terukur melalui uji statistik. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi bagi pelatih dalam menyusun program latihan yang lebih efektif untuk meningkatkan performa pemain, khususnya pada aspek koordinasi dan kelincahan yang berperan penting dalam keterampilan menggiring bola.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian sebagai berikut.

- a. Apakah terdapat hubungan antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola pada UKM Sepak Bola Unsil United?
- b. Apakah terdapat hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pada UKM Sepak Bola Unsil United?
- c. Apakah terdapat hubungan antara koordinasi mata-kaki dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pada UKM Sepak Bola Unsil United?

1.3 Definisi Operasional

Penafsiran seseorang tentang sesuatu istilah sering berbeda-beda, sehingga bisa menimbulkan suatu kekeliruan dan kesalahan pengertian penafsiran istilah-istilah dalam penelitian ini, oleh karena itu penulis menjelaskan istilah-istilah sebagai berikut.

- a. Hubungan menurut Afrinaldi et al., (2021, p. 2) adalah keadaan keterkaitan atau keterhubungan antara dua atau lebih variabel yang saling memengaruhi atau berkaitan satu sama lain. Yang dimaksud dengan hubungan dalam penelitian ini adalah hubungan koordinasi mata-kaki dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola.
- b. Koordinasi menurut Afrinaldi et al., (2021, p. 7) adalah salah satu elemen kondisi fisik yang relatif sulit didefinisikan secara cepat terkait dengan elemen-elemen kondisi fisik yang lain dan sangat ditentukan oleh akurasi sistem. Koordinasi mata-kaki pada bola juga penting untuk menentukan tepat atau tidak tepatnya bola yang ditendang. Koordinasi mata-kaki pada bola baik, maka diharapkan peningkatan terhadap ketepatan tendangan kegawang akan baik yaitu terciptanya gol. Sebaliknya, jika koordinasi mata-kaki pada bola tidak baik, maka bola yang ditendang tidak akan masuk kedalam gawang. Oleh sebab itu, koordinasi mata-kaki penting dan dibutuhkan terhadap ketepatan tendangan kegawang agar dapat menghasilkan gol.
- c. Kelincahan menurut Mappaompo (2024, p. 3) adalah kemampuan pemain untuk bergerak dengan cepat dan fleksibel, baik dalam menggiring bola maupun menghindari lawan. Latihan kelincahan dapat membantu pemain merespon dengan cepat terhadap perubahan situasi di lapangan.
- d. Kemampuan menggiring bola menurut Pratama (2017, p. 2) adalah suatu teknik gerakan yang memerlukan koordinasi mata-kaki yang tepat dan kelincahan kaki yang cepat dengan tetap menjaga keseimbangan tubuh agar tidak mudah terjatuh apabila diganggu atau dihalangi pihak lawan.

1.4 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan masalah yang penulis teliti, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut.

- a. Untuk mengetahui hubungan antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola pada UKM Sepak Bola Unsil United.

- b. Untuk mengetahui hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pada UKM Sepak Bola Unsil United.
- c. Untuk mengetahui hubungan antara koordinasi mata-kaki dan kelincahan secara bersama-sama dengan kemampuan menggiring bola pada UKM Sepak Bola Unsil United.

1.5 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, antara lain:

a. Manfaat Teoretis

Penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan jasmani dan olahraga, khususnya mengenai hubungan koordinasi mata-kaki dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola. Hasil penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai referensi atau bahan rujukan bagi peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti kemampuan dasar sepak bola.

b. Manfaat Praktis

- 1) Bagi Penulis, menambah wawasan dan pengalaman peneliti dalam bidang pelatihan olahraga, khususnya dalam memahami hubungan antara koordinasi, kelincahan, dan kemampuan menggiring bola.
- 2) Bagi Pelatih, menjadi dasar dalam menyusun dan mengembangkan program latihan yang menekankan peningkatan koordinasi mata-kaki dan kelincahan untuk menunjang keterampilan menggiring bola pemain.
- 3) Bagi Pemain, memberikan pemahaman tentang kelebihan dan kekurangan masing-masing pemain, sehingga dapat fokus memperbaiki aspek yang masih lemah melalui latihan yang lebih terarah.