



# JOKER (JURNAL ILMU KEOLAHRAGAAN)

Volume 4 No. 3 Desember 2023

e-ISSN: 2723-584X

## HUBUNGAN KOORDINASI MATA DAN KAKI DENGAN KEMAMPUAN SEPAK SILA PADA PERMAINAN SEPAK TAKRAW SMPN 5 KENDARI

Muhammad Ardiansyah<sup>1</sup>, Zaenal<sup>2</sup>, Suhartiwi<sup>3</sup>,

<sup>1</sup>Universitas Halu Oleo, Jurusan Ilmu keolahragaan, Mahasiswa  
Email: [muh.ardiansyah0901@gmail.com](mailto:muh.ardiansyah0901@gmail.com)

<sup>2</sup>Universitas Halu Oleo, Jurusan Ilmu keolahragaan, Dosen  
Email: [muh.zaenal.arwih.ikor@gmail.com](mailto:muh.zaenal.arwih.ikor@gmail.com)

<sup>3</sup>Universitas Halu Oleo, Jurusan Ilmu keolahragaan, Dosen  
Email: [suhartiwi@uho.ac.id](mailto:suhartiwi@uho.ac.id)

### ABSTRACT

*Muhammad Ardiansyah: A1F219027. The relationship between eye and foot coordination with the ability to play Sila Sila in the game of takraw. The first advisor was Mr. Muhammad Zaenal Arwih and the second advisor was Mrs. Suhartiwi. Department of Sports Science, Teaching and Education Faculty, Haluoleo University. The purpose of this study was to determine the relationship between eye and foot coordination with the ability to play Sila Sila in the game of takraw. The population in this study were all 33 students of SMPN 5 Kendari. The determination of the sample in this study used a total sampling technique, namely the entire population was used as the research sample so that 33 sample people were obtained as research subjects. The instrument used to measure eye-foot coordination is the eye-foot coordination test, then to measure the ability to cross-guard using the cross-section test. The research data were analyzed using the product moment correlation statistical technique with a significant level of 0.05. where the results of this study indicate that there is a significant relationship between eye and foot coordination with the ability to kick takraw, where  $r_{xy} = 0.75 > r_{table} (0.05:33) = 0.344$ , with a coefficient of determination = 0.56 or 56 %, Based on the results of this analysis, it can be concluded that the better the eye and foot coordination of the students at SMPN 5 Kendari, the better their soccer skills will be.*

*Keywords: Ankle Coordination, Precept Soccer, Takraw Game.*

**ABSTRAK**

*Hubungan koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan sepak sila pada permainan sepak takraw. Pembimbing pertama Bapak Muhammad Zaenal Arwih dan Pembimbing kedua Ibu Suhartiwi. Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Haluoleo. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan sepak sila pada permainan sepak takraw. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMPN 5 Kendari yang berjumlah 33 orang. Penentuan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik total sampling yakni seluruh populasi dijadikan sampel penelitian sehingga diperoleh 33 orang sampel yang menjadi subjek penelitian Instrumen yang digunakan untuk mengukur koordinasi mata kaki adalah tes koordinasi mata dan kaki, kemudian untuk mengukur kemampuan sepak sila*

Kata Kunci : *Koordinasi Mata Kaki, Sepak Sila, Permainan Sepak Takraw*

**PENDAHULUAN**

Dewasa ini olahraga mulai digemari oleh masyarakat baik wanita maupun pria dari anak-anak sampai orang tua. Sebab olahraga mempunyai andil yang sangat besar dalam membentuk individu yang selaras antara perkembangan jasmani dan rohani. Pembinaan olahraga merupakan salah satu aspek dalam dimensi pembangunan di Indonesia, dengan olahraga dapat memberikan kesempatan dan manfaat bagi setiap manusia untuk sehat, kuat fisik dan mental serta memiliki kemampuan dalam mengisi dan melaksanakan pembangunan secara berkesinambungan.

olahraga sepak takraw termasuk kategori olahraga keras dalam pelaksanaannya, di mana kontak langsung dari lompatan dan tendangan akan dapat mengakibatkan cedera oleh sebab itu, teknik-teknik dasar harus diperhatikan dengan sungguh-sungguh, melakukan sepak sila dalam permainan sepak takraw. mengatakan bahwa sepak takraw adalah cabang olahraga yang mempunyai ciri khas tersendiri. Gerakan-gerakannya sungguh menarik, sehingga bisa dikatakan sebagai olahraga aerobik, artistik, dan memerlukan keberanian yang cukup tinggi. Gerakan-gerakan teknik dasarnya dimainkan dengan seluruh bagian badan kecuali tangan.”

Untuk mendapatkan sepak silayang baik dan mengontrol bola dengan baik maka diperlukan kemampuan dari gerakan gerakanyang terkoordinir sehingga menampakkan suatu kesatuan gerakan sepak silayang benar. Sepak silayang benar membutuhkan kemampuan fisik seperti koordinasi mata kaki.

Koordinasi mata kaki merupakan salah satu komponen fisik yang harus dikembangkan untuk dapat menguasai teknik sepak sila dengan baik. Peranan koordinasi mata kaki dalam melakukan sepak sila adalah sangat penting, terutama pada saat bola disepak, disini dibutuhkan koordinasi antara mata dan kaki supaya perkenaannya tepat pada kaki sehingga sepakan yang dilakukan dapat terkontrol dengan sempurna

Koordinasi mata dan kaki adalah suatu kemampuan seseorang dalam mengkoordinasikan mata, dan kaki ke dalam sebuah gerakan yang terkontrol Tungkai adalah anggota gerak bawah (*extremitas inferior*) yang terdiri dari: *femur* (tulang paha), *patella* (tulang tempurung lutut), *tibia* (tulang kering), *fibula* (tulang betis), *tarsalia* (tulang pergelangan kaki), *metatarsalia* (tulang telapak kaki), *phalanges* (tulang jari kaki). Dalam melakukan sepak sila koordinasi mata kaki mempunyai peranan yang sangat

penting terhadap keberhasilan melakukan sepak sila.

Jika koordinasi mata kaki kurang baik maka tidak memungkinkan seseorang untuk mencapai prestasi maksimal, khususnya pada saat melakukan sepak sila dalam permainan sepaktakraw. Hal ini merupakan masalah yang perlu dicarikan jalan pemecahannya melalui penelitian. Untuk mengetahui secara pasti apakah komponen kondisi fisik tersebut di atas berhubungan erat satu sama lain, maka penelitian ini diangkat dengan judul hubungan koordinasi mata kaki dengan kemampuan sepak sila pada permainan sepak takraw siswa SMPN 5 Kendari, Mengingat di sekolah ini mayoritas siswa putranya gemar bermain takraw baik saat mengisi waktu istirahat di Sekolah maupun pada saat mengisi waktu luang di sore hari, selain itu terdapatnya sarana lapangan takraw dan bola takraw yang tentunya akan mempermudah peneliti mengadakan penelitian.

## METODE PENELITIAN

### 1) Jenis Penelitian

Penelitian ini tergolong kedalam bentuk penelitian korelasional,

dimana peneliti ingin mengetahui hubungan koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan sepak sila pada permainan sepak takraw siswa SMPN 5 Kendari .

### 2) Waktu dan Lokasi Penelitian

Pagi hari dan lokasi di lingkungan SMPN 5 kendari.

### 3) Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMPN 5 Kendari yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yang berjumlah 33 orang. Dan sampel berjumlah 33 orang dijadikan sampel penelitian.

### 4) Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional.

### 5) Teknik Pengumpulan Data

Metode korelasional adalah penelitian yang di maksud untuk mengetahui ada tidak nya hubungan antara dua variabel atau beberapa variabel.

### 6) Teknik Analisis Data

Dalam Teknik analisis data menggunakan produk moment.

### 7) Desain penelitian

Desain dalam penelitian ini adalah Korelasional.

## HASIL PENELITIAN

Data penelitian tentang koordinasi mata kaki dengan kemampuan sepak sila dapat dilihat pada lampiran 1. Selanjutnya untuk mengetahui data-data koordinasi mata kaki dengan kemampuan sepak sila, Dapat dianalisis dengan menggunakan statistik uji rata-rata dan untuk lebih jelasnya hasil rata-rata variabel X, dan Y.

**Tabel 4.1**

Rata-Rata dan Standar deviasi Variabel Koordinasi mata kaki (X) dan Kemampuan sepak sila (Y)

Variabel	Mean	Standar Deviasi

X	18,75	2,33
Y	25,75	6,58

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa skor rata-rata koordinasi mata kaki adalah 18,75 dengan standar deviasi 2,33. Adapun skor rata-rata kemampuan sepak sila adalah 25,75 dengan standar deviasi 6,58.

### 1. Uji Korelasi Productmoment

Data hasil penelitian mengenai koordinasi mata kaki dan kemampuan sepak sila dapat dilihat pada lampiran 1. Selanjutnya untuk mengetahui bagaimana hubungan antara koordinasi mata kaki dan kemampuan sepaksila dapat dilakukan uji statistik korelasi product moment. Dari uji korelasi tersebut diperoleh hasil sebagaimana tercantum pada tabel berikut ini :

**Tabel 4.2**

Hubungan koordinasi mata kaki dengan kemampuan sepak sila

Variabel	Mean	$r_{xy}$	$r^2$
X	18,75	0,75	0,57
Y	22,75		

Berdasarkan tabel 4.2 maka dapat diketahui bahwa ada hubungan yang bermakna antara koordinasi mata kaki dengan kemampuan sepak sila dalam permainan sepak takraw . Dimana  $r_{xy} 0,75 > r_{tab} (0,05 : 33 = 0, 344)$ , Sedangkan koefisien determinasi ( $r^2$ ) = 0,57 atau 57 %.

### PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan metode korelasional, dimana peneliti ingin mengetahui hubungan koordinasi mata kaki dengan kemampuan sepak sila. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagian siswa putra SMPN 5 Kendari yang berjumlah 33 orang siswa. Alasan peneliti mengambil sampel di sekolah ini adalah karena mayoritas siswanya yang gemar berolahraga sepak takraw hal ini dibuktikan dengan berdirinya klub sepak takraw di sekolah ini.

Tersedianya sarana prasarana olahraga sepak takraw yang disediakan oleh pihak Sekolah juga menjadi salah satu motivasi yang menunjang peneliti dalam mengadakan penelitian di SMPN 5 Kendari. Berdasarkan uji korelasi product moment terhadap variabel-variabel yang diamati maka dapat diketahui bahwa terdapat korelasi yang bermakna antara koordinasi mata kaki dengan kemampuan sepak sila dimana  $r_{xy} = 0,75 > r_{tab} (0,05 : 33 = 0,344)$  yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara koordinasi mata kaki dengan kemampuan sepak sila, dimana

korelasi yang terjadi diantara kedua variabel ini termasuk dalam kategori sedang.

Adapun koefisien determinasi ( $r^2$ ) = 0,56 yang artinya bahwa kontribusi koordinasi mata kaki terhadap kemampuan sepak sila sebesar 56 %. Sajoto (1995), menyatakan bahwa koordinasi mata kaki merupakan salah satu unsur pendukung meningkatnya *performance* atlet dalam setiap aktivitas bertanding. Hal senada juga dikemukakan oleh pendapat Harsono (1988), bahwa dengan memiliki koordinasi mata kaki maka seorang atlet akan mampu meningkatkan kemampuan fisiknya yang secara langsung dapat menunjang penguasaan teknik – teknik pada saat situasi permainan seperti halnya pada saat akan melakukan sepak sila pada permainan sepak takraw.

Dalam permainan sepak takraw, ketika seorang pemain penyerang akan melakukan sepak sila ke area lapangan lawan, ada beberapa faktor kesulitan dalam melakukan sepak sila, antara lain ketatnya pertahanan dari lawan, dan keseimbangan badan ketika melakukan sepak sila merupakan beberapa hal yang harus dipertimbangkan atlet.

Dalam permainan sepak takraw unsur koordinasi mata kaki merupakan salah satu unsur yang bisa menunjang performa atlet agar bisa tampil secara maksimal khususnya pada saat akan melakukan sepak sila. Dari uraian tersebut maka jelaslah bahwa apabila siswa mempunyai koordinasi mata kaki yang baik tentunya akan semakin meningkatkan kemampuannya dalam melakukan teknik sepak sila. Batasan hasil seperti tersebut tadi memberikan pemahaman bahwa kemampuan sepak sila dalam penelitian ini dipengaruhi oleh tingkat koordinasi mata kaki sebesar 56 %.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa kemampuan sepak sila ditentukan antara lain oleh unsur kemampuan fisik yaitu koordinasi mata

kaki dalam artian bahwa semakin baik koordinasi mata kaki seorang siswa maka akan semakin baik pula kemampuan sepak sila mereka. Akan tetapi masih terdapat faktor lain yang menentukan kemampuan sepak sila kedeng diantaranya adalah Pola latihan maupun metode mengajar yang diterapkan guru dalam kegiatan belajar mengajar, asupan gizi, kedisiplinan dalam melakukan latihan ataupun pembelajaran, serta faktor kemampuan fisik yang lain seperti power, daya tahan, kekuatan, ketepatan, kecepatan, kemudian faktor psikologi

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengumpulan data, pengolahan data, dan hasil penelitian yang diperoleh dan telah dikemukakan sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan sepak sila pada permainan sepak takraw siswa SMPN 5 Kendari, dimana  $r_{xy} = r_{yx} 0,75 > r_{tab} (0,05 : 33 = 0,344)$ , dengan koefisien determinasi = 0,56 atau 56 % koordinasi mata dan kaki berkontribusi terhadap kemampuan sepak sila.

## SARAN

Saran yang dapat penulis kemukakan sehubungan dengan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Berdasarkan pada hasil penelitian ini, maka disarankan kepada para pelatih serta para pembina olahraga sepak takraw, untuk memperhatikan unsur-unsur gerak seperti koordinasi mata kaki dalam meningkatkan kemampuan sepak sila.
2. Diharapkan pada penelitian yang lain agar dapat melihat beberapa faktor lain yang belum diperhatikan dalam penelitian ini.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Athletics*. Philadelphia; Saunders College Publishing..
- Bompa TO, 1983. *Theory and Methodology of Training : the Key to Athletic*  
CK Giam and KC The. 1993, *Ilmu Kedokteran Olahraga*. Jakarta: Binarupa
- Dirjen Dikti, Depdikbud. Jakarta. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Yogyakarta. For Sport. Pan Africa Press.  
Fox, EL. 1993. *The Physiological Basic of Physical Education and*
- Harsono, 1988. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*, Louis: CC. Mosby Co., Lowy, S, 1987, *Physical Fitness, the Pathway to Healthfull Living*.
- Nossek Yossef, 1982. *General Theory of Training*, Lagos National Institut
- Nurhasan, 2008. *Penilaian Pembelajaran Penjas*. UT, Jakarta. Penerbit Buku Kedokteran, EGC. PT. Masagung Jakarta.
- Ratinus Darwis, 1992. *Olahraga Pilihan Sepak takraw*, Jakarta.
- Sajoto, 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*, Semarang.
- Setyo Budi, 1997. *Pembelajaran Permainan Sepak Takraw*. Jakarta
- Soekarman, 1989. *Dasar-dasar Olahraga untuk Pembina, Pelatih, dan Atlet*
- Sridadi 2009. *Sumbangan Tes Koordinasi Mata, Tangan, dan Kaki*
- Sudarminto, 1992. *Anatomi Fisiologi Untuk Siswa Perawat*. Jakarta:
- Sudjana, 1992. *Teknik Analisa Regresi dan Korelasi*, Bandung : Tarsito
- Suharno, 1982. *Teori Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: FIK. UNY.
- Sukadiyanto. 2003. *Teori Metodologi Melatih Fisik Petenis*. Yogyakarta:
- Ucup Yusuf, dkk 2001. *Sepak takraw*. Jakarta : PB. PERSETASI yang Digunakan untuk Seleksi Calon Mahasiswa Baru Prodi PJKR Yogyakarta: FIK-UNY. Sridadi 2009. *Sumbangan Tes Koordinasi Mata, Tangan, dan Kaki*  
Sudarminto, 1992. *Anatomi Fisiologi Untuk Siswa Perawat*. Jakarta:
- Sudjana, 1992. *Teknik Analisa Regresi dan Korelasi*, Bandung : Tarsito
- Suharno, 1982. *Teori Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: FIK. UNY.
- Sukadiyanto. 2003. *Teori Metodologi Melatih Fisik Petenis*. Yogyakarta:
- Ucup Yusuf, dkk 2001. *Sepak takraw*. Jakarta : PB. PERSETASI yang Digunakan untuk Seleksi Calon Mahasiswa Baru Prodi PJKR Yogyakarta: FIK-UNY.