

Kontribusi Koordinasi mata kaki dan Keseimbangan Terhadap Keterampilan Sepak Sila Dalam Permainan Sepak Takraw

M. Ilham Fadhillah¹, Dahrial², Prima antoni³

Email: ilhamdmazer7@gmail.com¹, dahrial_drd@yahoo.co.id², primaantoni@yahoo.com³

Universitas Islam Indragiri^{1, 2, 3}

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui sebesar apa kontribusi koordinasi mata kaki dan keseimbangan dengan keterampilan sepak sila dalam permainan sepak takraw pada mahasiswa prodi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi Angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri. Jenis penelitian yang penulis lakukan ini adalah penelitian korelasi yang bertujuan untuk menghitung besarnya kontribusi antara variabel bebas dan variabel terikat. Populasi yang digunakan adalah mahasiswa penjas kesrek angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri yang berjumlah 18 putra dari total 23 mahasiswa. Teknik Pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Koordinasi Mata Kaki menggunakan tes *soccer wall volley* dan untuk Keseimbangan digunakan tes *Strok Stand*, serta Keterampilan Sepak Sila menggunakan tes Sepak Sila. Teknik analisis data yang menggunakan analisis korelasi sederhana dan korelasi ganda serta di uji dengan menggunakan korelasi Product Moment, adapun hasil penelitian menunjukkan Terdapat kontribusi yang signifikan antara koordinasi mata kaki dengan keterampilan sepak sila dalam permainan sepak takraw mahasiswa penjas kesrek angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri. Ditandai dengan hasil yang diperoleh yaitu $r_{hitung} 0,909 > r_{tabel} 0,468$ dan $t_{hitung} 8,730 > t_{tabel} 2,120$ dalam taraf $\alpha = 0.05$. 2. Terdapat kontribusi yang signifikan antara keseimbangan dengan keterampilan sepak sila dalam permainan sepak takraw mahasiswa penjas kesrek angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri. Ditandai dengan hasil yang diperoleh yaitu $r_{hitung} 0,896 > r_{tabel} 0,468$ dan hasil $t_{hitung} 8,062 > t_{tabel} 2,120$ dalam taraf $\alpha = 0.05$. 3. Terdapat kontribusi yang signifikan antara koordinasi mata kaki dan keseimbangan secara bersama-sama terhadap keterampilan sepak sila dalam permainan sepak takraw mahasiswa penjas kesrek angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri. dengan hasil $R_{hitung} 0,918 > r_{tabel} 0,468$ dan $F_{hitung} 42,10 > F_{tabel} 3,68$. Dengan demikian H_0 ditolak H_a diterima dengan kontribusi sebesar 84,27%. Artinya hipotesis yang dirumuskan terdahulu dapat diterima kebenarannya.

Kata kunci: Koordinasi Mata Kaki, Keseimbangan, Keterampilan sepak sila

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the contribution of ankle-foot coordination and balance to the sepak takraw skills in sepak takraw games for students of the 2023 Physical Education, Health, and Recreation Study Program, Indragiri Islamic University. The type of research that the author conducted was a correlation study that aimed to calculate the contribution between the independent variable and the dependent variable. The population used was the 2023 Physical Education, Health, and Recreation students of Indragiri Islamic University, totaling 18 males out of a total of 23 students. The sampling technique used Purposive Sampling. The instruments used in this study were the Soccer Wall Volleyball test for Eye-Foot Coordination and the Stroke Stand test for Balance, as well as the Sepak Takraw Skills test for Sepak Takraw. The data analysis technique used simple correlation analysis and multiple correlations and was tested using the Product Moment correlation. The results of the study show that there is a significant contribution between foot-eye coordination and sepak sila skills in the sepak takraw game of physical education students of the 2023 class of Indragiri Islamic University. This is indicated by the results obtained, namely $r_{count} 0.909 > r_{table} 0.468$ and $t_{count} 8.730 > t_{table} 2.120$ at the $\alpha = 0.05$ level. 2. There is a significant contribution between balance and sepak sila skills in the sepak takraw game of physical education students of the 2023 class of Indragiri Islamic University. This is indicated by the results obtained, namely $r_{count} 0.896 > r_{table} 0.468$ and $t_{count} 8.062 > t_{table} 2.120$ at the $\alpha = 0.05$ level. 3. There is a significant contribution between ankle-foot coordination and balance together towards sepak takraw skills in sepak takraw games of physical education students of class of 2023, Indragiri Islamic University. with the results of $R_{hitung} 0.918 > r_{tabel} 0.468$ and $F_{hitung} 42.10 > F_{table} 3.68$. Thus, H_0 is rejected H_a is accepted with a contribution of 84.27%. This means that the previously formulated hypothesis can be accepted as true.

Keywords: Explosive power of arm muscles, hand-eye coordination, forehand smash in badminton

Copyright © 2025 M. Ilham Fadhillah¹, Dahrial², Prima antoni³

Corresponding Author : Universitas Islam Indragiri^{1, 2, 3}

Email : ilhamdmazer7@gmail.com¹, dahrial_drd@yahoo.co.id², primaantoni@yahoo.com³

PENDAHULUAN

Pembangunan Nasional dilaksanakan dalam rangka pembangunan manusia seutuhnya serta seluruh masyarakat Indonesia, salah satunya adalah pembangunan Sumber Daya Manusia (SDM), termasuk didalamnya sebagai generasi muda yang mempunyai peranan sebagai objek dan subjek pembangunan di masa mendatang. Salah satu usaha menciptakan manusia Indonesia seutuhnya adalah melalui pembinaan generasi muda dalam olahraga. Sebagaimana dalam Undang-undang Republik Indonesia Nomor 11 Pasal 4 Tahun 2022 BAB II Tentang Keolahragaan dijelaskan bahwa: “Keolahragaan bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan Kesehatan dan Kebugaran, Prestasi, Kecerdasan, dan Kualitas Manusia; menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, kompetitif, dan disiplin; mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa; memperkuat ketahanan nasional; mengangkat harkat dan martabat dan kehormatan bangsa dan; menjaga perdamaian dunia”.

Olahraga adalah suatu kegiatan fisik yang dilakukan dengan cara dan aturan tertentu, tujuan melakukan olahraga salah satunya adalah meningkatkan kemampuan fungsi tubuh untuk menunjang berbagai kegiatan atau aktivitas tubuh dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Salah satu indikator manusia yang berkualitas adalah manusia yang memiliki tingkat kesehatan dan kesegaran jasmani yang tinggi, baik fisik maupun psikis, pertumbuhan dan perkembangan antara fisik dan psikis haruslah sejalan.

Olahraga itu sendiri terlihat menjadi sebuah hal yang sangat mendasar dan penting dalam menjaga tubuh agar dapat melakukan aktivitas fisik secara maksimal. Dalam pembinaan prestasi olahraga berbagai disiplin ilmu terlibat didalamnya, termasuk penelitian yang dilakukan oleh para pakar olahraga dan kesehatan. Dari kenyataannya bahwa olahraga prestasi memerlukan berbagai perhitungan dan analisa gerak manusia yang sangat kompleks. Prestasi tidak akan datang sendirinya melainkan dengan perencanaan yang matang dan membutuhkan waktu yang lama. Namun demikian, beberapa olahraga masih ada persoalan cara dan teknik untuk meningkatkan prestasi para atlet. Oleh sebab itu, masalah peningkatan salah satu cabang olahraga merupakan hal yang sangat serius untuk dipecahkan, salah satu cabang olahraga yang mendapat perhatian adalah cabang olahraga sepak takraw.

Bentuk permainan sepak takraw dapat dibatasi sebagai olahraga yang dimainkan secara beregu dengan menggunakan net dan dimainkan oleh tiga orang pemain setiap regu dan setiap regu saling berhadapan (Murti et al., 2020). Tugas utama pemain adalah meilankan bola dengan menendang dan mengkop bola melewati atas net yang diarahkan ke tempat yang sulit diterima atau dijangkau oleh pihak lawan (Hanafi, 2020). Untuk dapat bermain sepak takraw yang baik, maka pemain harus mempunyai keterampilan yang baik (Sahabuddin, 2020). Keterampilan yang baik adalah pemain harus memiliki kemampuan teknik dasar bermain sepak takraw (Aji, 2013). Kemampuan teknik dasar bermain sepak takraw terdiri dari beberapa teknik, seperti dikemukakan oleh Menyepak dengan menggunakan bagian-bagian kaki, memainkan bola dengan kepala (main kepala), memainkan bola dengan dada, memainkan bola dengan paha, memainkan bola dengan bahu (membahu) (Sulaiman et al., 2020). Permainan sepak takraw memiliki ciri khusus yaitu kaki adalah berperan utama dalam memainkan bola. Selama permainan berlangsung bola tidak boleh menyentuh benda lain kecuali tubuh pemain itu sendiri yaitu, kaki, paha, dada, kepala dan lutut (Hidayat et al., 2020).

Untuk dapat bermain sepak takraw yang baik, maka pemain harus mempunyai keterampilan yang baik (Sahabuddin, 2020). Keterampilan yang baik adalah pemain harus memiliki kemampuan teknik dasar bermain sepak takraw (Aji, 2013). Kemampuan teknik dasar bermain sepak takraw terdiri dari beberapa teknik, seperti dikemukakan oleh Menyepak dengan menggunakan bagian-bagian kaki, memainkan bola dengan kepala (main kepala), memainkan bola dengan dada, memainkan bola dengan paha, memainkan bola dengan bahu (membahu) (Sulaiman et al., 2020). Permainan sepaktakraw memiliki ciri khusus yaitu kaki adalah berperan utama dalam memainkan bola. Selama permainan berlangsung bola tidak boleh menyentuh benda lain kecuali tubuh pemain itu sendiri yaitu, kaki, paha, dada, kepala dan lutut (Hidayat et al., 2020).

Namun kesemuanya tergantung kepada para pelatih yang menerapkan bentuk-bentuk latihan yang relevan dengan olahraga tersebut (Sya'ban & Lesmana, 2020). Terutama mengenai kondisi fisik dan teknik-teknik dasar dalam permainan sepak takraw khususnya teknik sepak sila (Firdaus et al., 2017). Salah satu teknik dasar yang paling menarik untuk diteliti adalah sepak sila, karena sepak sila merupakan salah satu teknik dasar yang paling utama yang harus dikuasai (Setiawan et al., 2015; Gunawan & Fardi, 2020) oleh

setiap pemain untuk dapat bermain sepak takraw dengan baik (Soetacik, 2019), dan sepak sila pada permainan sepak takraw ini akan menjadi lebih baik apabila didukung oleh beberapa komponen kesegaran jasmani (Syiaifudin et al., 2016) seperti koordinasi mata kaki dan keseimbangan.

Pada proses pelaksanaan sepak sila akan terjadi suatu fase dimana tungkai sangat membutuhkan keseimbangan agar tidak terjadi kesalahan baik yang melanggar peraturan peraturan sepaktakraw itu sendiri dan terjadi cedera (Azwan, 2019). Sepak sila pada permainan sepaktakraw menuntut adanya pergerakan mempertahankan posisi salah satu kaki yang akan melakukan gerakan sepak sila agar supaya hasil sepak sila tersebut berhasil dengan baik (F. W. Putra et al., 2020). Pada saat gerakan menyepak bola sepak sila tersebut diperlukan koordinasi antara mata dan kaki agar bola yang di sepak sila terarah secara tepat pada lapangan lawan. Gerakan gerakan sepak sila dapat dilakukan dengan baik apabila pemain memiliki kemampuan fisik koordinasi mata dan kaki (wibowo, R.A., Rumini, Rustiana, 2017). Sepakan dalam melakukan sepak sila yang dilakukan dapat dikontrol apabila ayunan tungkai terkoordinir dengan bola yang dilambungkan.

Koordinasi adalah suatu kemampuan biomotorik yang sangat kompleks (Semarayasa, 2016). Pada saat gerakan menyepak bola sepak sila tersebut diperlukan koordinasi antara mata dan kaki agar bola yang di sepak sila terarah secara tepat pada lapangan lawan. Gerakan gerakan sepak sila dapat dilakukan dengan baik apabila pemain memiliki kemampuan fisik koordinasi mata dan kaki (wibowo, R.A., Rumini, Rustiana, 2017). Koordinasi erat kontribusinya dengan kecepatan, kekuatan, daya tahan dan fleksibilitas. Dan sangat penting untuk mempelajari dan menyempurnakan teknik dan taktik. Tingkat koordinasi atau baik tidaknya koordinasi gerak seseorang tercermin dalam kemampuannya untuk melakukan suatu gerakan secara mulus, tepat dan efisien. Seorang pemain dengan koordinasi yang baik bukan hanya mampu melakukan suatu keterampilan secara sempurna, akan tetapi juga mudah dan cepat serta dapat melakukan keterampilan yang masih baru baginya. Pemain yang dapat mengubah dan berpindah secara cepat dari pola gerak yang satu ke pola gerak yang lain sehingga gerakannya menjadi efisien (R. N. Putra & Fuaddi, 2019). Untuk menyepak bola dengan tepat diperlukan koordinasi mata dan kaki, yaitu kemampuan melakukan gerakan kaki secara terpadu sesuai dengan keadaan bola yang akan disepak sila melalui penglihatan. Koordinasi mata dan kaki akan dapat menunjang ketepatan sasaran sepak sila, gerakan yang terkoordinasi dengan baik akan menghasilkan sepakan yang luwes.

Menurut Jonath dan Krempel (dalam Hamdani et al 2023) koordinasi merupakan kerjasama sistem persarafan pusat sebagai sistem yang telah diselaraskan oleh proses rangsangan dan hambatan serta otot rangka pada waktu jalannya suatu gerakan searah terarah. Semua gerakan harus dapat dikontrol dengan penglihatan dan harus tepat, sesuai dengan urutan yang direncanakan dalam pikiran.

Sepak sila pada permainan sepak takraw menuntut adanya pergerakan mempertahankan posisi salah satu kaki yang akan melakukan gerakan sepak sila agar supaya hasil sepak sila tersebut berhasil dengan baik (F. W. Putra et al., 2020). Keseimbangan adalah kemampuan seseorang mengendalikan organ syaraf otot untuk menahan suatu beban atau tahanan yang dapat dilakukan dalam permainan sepak takraw dengan beraktifitas secara statis maupun dinamis (Huda, S, 2025).

Keseimbangan merupakan kemampuan tubuh untuk melakukan reaksi terhadap setiap perubahan posisi tubuh sehingga tubuh stabil. Dalam keseimbangan ini terkandung kemampuan untuk mempertahankan atau mengontrol sistem syaraf otot agar dapat efisien bekerja baik sewaktu tubuh dalam keadaan diam maupun bergerak. Komponen keseimbangan termasuk komponen yang paling berperan dalam memantapkan posisi dan gerakan tubuh, mulai dari duduk, jongkok, berdiri, jalan, lari, melompat dan berbagai gerakan tubuh lainnya.

Seperti yang dikemukakan oleh Harsono (2015:224) bahwa “Keseimbangan berhubungan dengan koordinasi diri, dan dalam beberapa keterampilan, juga dengan agilitas”. Sedangkan dalam Rahmad (2020:159) Keseimbangan adalah “merupakan suatu komponen kondisi fisik yang di butuhkan untuk melakukan gerak secara berturut-turut atau memindahkan tubuh dari posisi tertentu ke posisi yang lain pada jarak tertentu pada waktu yang sesingkat-singkatnya. melakukan gerakan-gerakan; dan membantu memperbaiki sikap tubuh”. Dengan demikian untuk menjaga keseimbangan dalam melakukan kegiatan jasmani, maka gerakan-gerakan yang dilakukan perlu dikoordinasikan dengan baik sebagai usaha untuk mengontrol semua gerakan.

Menurut Sajoto (2015:58) tentang kemampuan menguasai letak titik berat badan yang lebih dikenal dengan istilah keseimbangan. Keseimbangan atau balance adalah kemampuan seseorang mengendalikan organ-organ syaraf ototnya selama melakukan gerakan-gerakan yang cepat dengan perubahan letak titik berat badan yang secara pula baik dalam keadaan statis maupun lebih-lebih dalam keadaan gerak dinamis.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang penulis lakukan ini adalah penelitian korelasi yang bertujuan untuk menghitung besarnya kontribusi antara variabel bebas dan variabel terikat. Populasi yang digunakan adalah mahasiswa penjas kesrek angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri yang berjumlah 18 putra dari total 23 mahasiswa. Teknik Pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Koordinasi Mata Kaki menggunakan tes *soccer wall volley* dan untuk Keseimbangan digunakan tes *Strok Stand*, serta Keterampilan Sepak Sila menggunakan tes Sepak Sila. Teknik analisis data yang menggunakan analisis korelasi sederhana dan korelasi ganda serta di uji dengan menggunakan korelasi Product Moment

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di lapangan kampus Universitas Islam Indragiri, sampel yang digunakan adalah mahasiswa penjas kesrek angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri yang berjumlah 18 putra dari total 23 mahasiswa. Untuk mendapatkan gambaran mengenai karakteristik sampel akan dilakukan melalui deskripsi data dari subjek penelitian pada masing-masing variabel. Dimana deksripsi tersebut akan digambarkan dalam bentuk nilai rata-rata, simpangan baku, median, modus, distribusi frekuensi, serta histogram data tunggal.

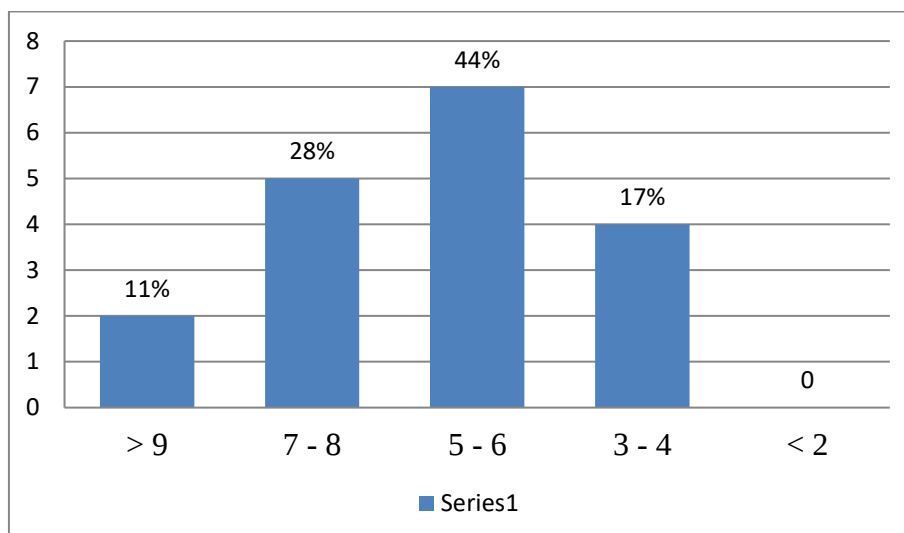
1. Hasil Tes Soccer Wall Volley Mahasiswa Penjas kesrek Angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri

Berdasarkan hasil tes koordinasi mata kaki mahasiswa penjas kesrek angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri (X_1) diperoleh skor tertinggi 9 dan skor terendah 3. Sedangkan mean 6,11 dan standar deviasi 1,81. Selanjutnya distribusi koordinasi mata kaki mahasiswa penjas kesrek angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri. dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Table 1. Hasil tes Soccer Wall Volley Mahasiwa Penjas kesrek Angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri

NO	KELAS INTERVAL	FREKUENSI	
		ABSOLUT	RELATIF
1	> 9	2	11%
2	7 – 8	5	28%
3	5 – 6	7	39%
4	3 – 4	4	22%
5	< 2	0	0%
JUMLAH		18	100%

Berdasarkan tabel 5 diatas, dapat disimpulkan bahwa koordiansi mata kaki pada mahasiswa penjas kesrek angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri yang terpilih sebagai sampel penelitian terdapat 2 orang sampel berada pada kelas interval > 9 dengan presentase (11%), terdapat 5 orang sampel berada pada kelas interval 7 – 8 dengan presentase (28%), terdapat 7 orang sampel berada pada kelas interval 5 – 6 dengan presentase (39%), terdapat 4 orang sampel berada pada kelas interval 3 – 4 dengan presentase (22%), terdapat 0 orang sampel berada pada kelas interval < 2 dengan presentase (0%). Agar lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik diagram batang berikut ini:



Gambar 1. Diagram batang hasil tes koordinasi mata kaki mahasiswa penjaskesrek angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri (X_1)

Berdasarkan diagram batang diatas, dapat di lihat dari mahasiswa penjaskesrek angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri yang melakukan tes koordinasi mata kaki, dengan nilai tertinggi terletak pada norma 5 - 6 dengan persentase 44% sedangkan nilai terendah terletak pada norma < 3 dengan persentase 0%.

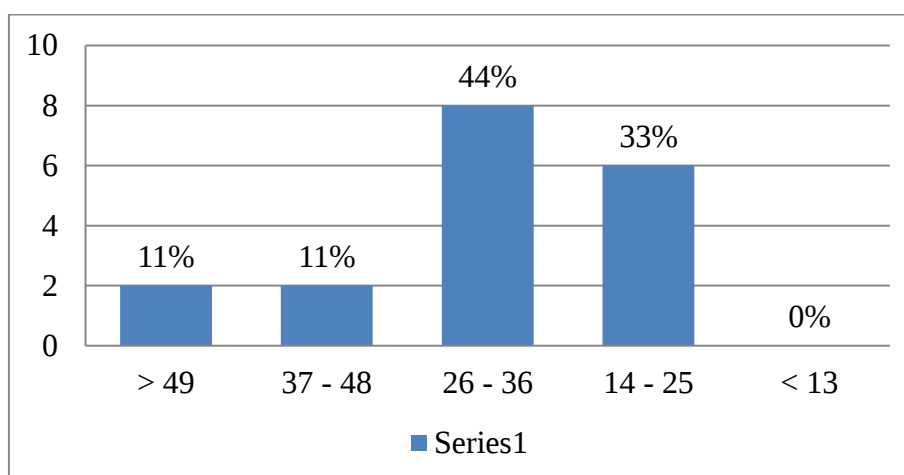
2. Hasil Tes Strok Stand Mahasiswa Penjaskesrek Angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri

Berdasarkan hasil tes keseimbangan Mahasiswa Penjaskesrek Angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri diperoleh skor tertinggi 55 dan skor terendah 17. Sedangkan mean 31,36 dan standar deviasi 11,41. Selanjutnya distribusi keseimbangan Mahasiswa Penjaskesrek Angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Table 2. Hasil Tes Strok Stand Mahasiswa Penjaskesrek Angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri.

NO	KELAS INTERVAL	FREKUENSI	
		ABSOLUT	RELATIF
1	> 49	2	11%
2	37 – 48	2	11%
3	26 – 36	8	44%
4	14 – 25	6	33%
5	< 13	0	0%
JUMLAH		18	100%

Berdasarkan tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa keseimbangan pada mahasiswa penjaskesrek angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri yang terpilih sebagai sampel penelitian terdapat 2 orang sampel berada pada kelas interval > 49 dengan presentase (11%), terdapat 2 orang sampel berada pada kelas interval 37 – 48 dengan presentase (11%), terdapat 8 orang sampel berada pada kelas interval 26 – 36 dengan presentase (44%), terdapat 6 orang sampel berada pada kelas interval 14 – 25 dengan presentase (33%), terdapat 0 orang sampel berada pada kelas interval < 14 dengan presentase (0%). Agar lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik diagram batang berikut ini :



Gambar 2. Diagram batang hasil tes keseimbangan mahasiswa penjaskesrek angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri (X_2)

Berdasarkan diagram batang diatas, dapat di lihat dari mahasiswa penjaskesrek angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri yang melakukan tes keseimbangan, dengan nilai tertinggi terletak pada norma 26 - 36 dengan persentase 44% sedangkan nilai terendah terletak pada norma < 13 dengan persentase 0%.

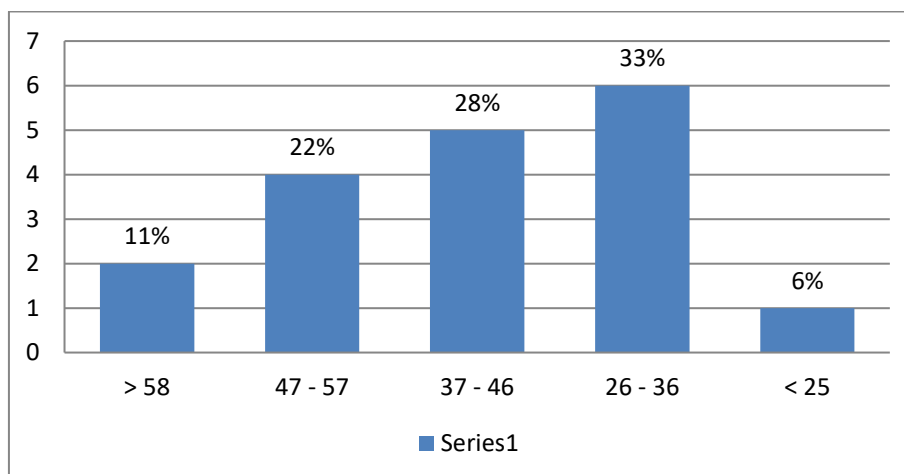
3. Hasil Tes Keterampilan Sepak Sila Mahasiswa Penjaskesrek Angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri

Berdasarkan hasil tes keterampilan sepak sila pada mahasiswa penjaskesrek angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri, diperoleh skor tertiggi 60 dan skor terendah 24. Sedangkan mean 42,06 dan standar deviasi 10,78. Selanjutnya hasil tes keseimbangan mahasiswa penjaskesrek angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Table 3. Hasil tes keterampilan sepak sila mahasiswa penjaskesrek angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri

NO	KELAS INTERVAL	FREKUENSI	
		ABSOLUT	RELATIF
1	> 58	2	11%
2	47 - 57	4	22%
3	37 - 46	5	28%
4	26 - 36	6	33%
5	< 25	1	6%
JUMLAH		18	100%

Berdasarkan tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa keseimbangan pada mahasiswa penjaskesrek angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri yang terpilih sebagai sampel penelitian terdapat 2 orang sampel berada pada kelas interval > 58 dengan presentase (11%), terdapat 4 orang sampel berada pada kelas interval 47 – 57 dengan presentase (22%), terdapat 5 orang sampel berada pada kelas interval 37 – 46 dengan presentase (28%), terdapat 6 orang sampel berada pada kelas interval 26 – 36 dengan presentase (33%), terdapat 0 orang sampel berada pada kelas interval < 26 dengan presentase (0%). Agar lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik diagram batang berikut ini :



Gambar 3. Diagram batang hasil tes keterampilan sepak sila mahasiswa penjas kesrek angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri (Y)

Adapun hasil uji persyaratan analisis yaitu uji normalitas sebaran data. Hasil uji normalitas sebaran data masing-masing variabel disajikan dalam tabel di bawah ini :

Rangkuman Uji Normalitas dengan Uji Liliefors

No	Variabel	N	L_o	L_{tabel}	Distribusi
1	Koordinasi Mata Kaki (X_1)	18	0,183	0,200	Normal
2	Keseimbangan (X_2)	18	0,123	0,200	Normal
3	Keterampilan Sepak Sila (Y)	18	0,131	0,200	Normal

Dari tabel diatas menunjukkan hasil pengujian untuk variabel koordinasi mata kaki (X_1) L_o 0,118 dengan N = 18 sedangkan L_{tabel} diperoleh dari tabel kritis uji liliefors yang didasarkan pada jumlah sampel pada taraf signifikan 0.05 yang dipilih sesuai data, maka L_{tabel} 0,200. Karena L_o 0,118 < L_{tabel} 0,200 dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal. bSelanjutnya pada tabel di atas menunjukkan bahwa hasil pengujian untuk tes keseimbangan (X_2) didapat L_o 0,123 dengan N = 18 sedangkan L_{tabel} diperoleh dari tabel kritis uji liliefors yang didasarkan pada jumlah sampel dan taraf signifikan 0,05 yang dipilih sesuai data, maka L_{tabel} 0,200. Karena L_o 0,123 < L_{tabel} 0,200. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Kemudian pada tabel diatas menunjukkan bahwa hasil pengujian untuk keterampilan sepak sila (Y) didapat L_o 0,131 dengan N = 18 sedangkan L_{tabel} 0,200 diperoleh dari tabel kritis uji liliefors yang didasarkan pada jumlah sampel dan taraf signifikan 0.05 yang dipilih sesuai data, karena L_o 0,131 < L_{tabel} 0,200 dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Dari uji normalitas data di atas dapat disimpulkan bahwa dari tiga variabel dalam penelitian ini setelah dilakukan pengujian ternyata berdistribusi normal dan dapat dilanjutkan kepada analisis data berikutnya.

Setelah melakukan analisis korelasi product moment ($r_{x_1x_2}$) kemudian pengujian hipotesis dilanjutkan dengan pengujian signifikan korelasi uji t. Ternyata didapat t_{hitung} 10,63. Untuk kesalahan 0.05, maka diperoleh t_{tabel} 2,120. Ternyata hasil t_{hitung} 10,63 > t_{tabel} 2,120 sehingga H_o diterima dan H_a ditolak. Dalam hal ini berarti terdapat kontribusi yang signifikan antara kecepatan dengan kelincahan. Dari hasil korelasi tersebut dapat dilihat index determinasi dengan rumus $r^2 \times 100\%$ yaitu $0,918^2 \times 100\% = 84\%$. Dengan demikian besarnya kontribusi koordinasi mata kaki dan keseimbangan mahasiswa penjas kesrek angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri adalah sebesar 84% (X_2)

1. Korelasi Product Moment Koordinasi Mata Kaki (X_1) dan Keterampilan Sepak Sila (Y)

Dari hasil korelasi product moment (r_{x_1y}) terdapat r_{hitung} 0,909. Dengan demikian untuk mencari hasil perhitungan koefisien korelasi terdapat kontribusi atau tidaknya, maka dibandingkan dengan r_{tabel} dengan taraf kesalahan ditetapkan 0.05, maka diperoleh r_{tabel} 0,468. Ternyata r_{hitung} 0,909 > r_{tabel} 0,468 sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat kontribusi koordinasi mata kaki dengan keterampilan sepak sila.

Setelah melakukan analisis korelasi product moment (r_{x_1y}) kemudian pengujian hipotesis dilanjutkan dengan pengujian signifikan korelasi uji t. Ternyata didapati t_{hitung} 8,730. Untuk kesalahan 0.05, maka diperoleh t_{tabel} 2,145. Ternyata hasil t_{hitung} 8,730 > t_{tabel} 2,120 sehingga H_0 diterima dan H_a ditolak. Dalam hal ini berarti terdapat kontribusi yang signifikan antara koordinasi mata kaki dengan keterampilan sepak sila. Dari hasil korelasi tersebut dapat dilihat index determinasi dengan rumus $r^2 \times 100\%$ yaitu $0.909^2 \times 100\% = 82,63\%$. Dengan demikian besarnya kontribusi koordinasi mata kaki dengan keterampilan sepak sila mahasiswa penjas kesrek angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri. adalah sebesar 82,63%.

2. Korelasi Product Moment Keseimbangan (X_2) dan Keterampilan Sepak Sila (Y)

Dari hasil korelasi product moment (r_{x_2y}) terdapat r_{hitung} 0,896. Dengan demikian untuk mencari hasil perhitungan koefisien korelasi terdapat kontribusi atau tidaknya, maka dibandingkan dengan r_{tabel} dengan taraf kesalahan ditetapkan 0.05, maka diperoleh r_{tabel} 0,468. Ternyata r_{hitung} 0,896 > r_{tabel} 0,468 sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat kontribusi keseimbangan dengan keterampilan sepak sila

Setelah melakukan analisis korelasi product moment (r_{x_2y}) kemudian pengujian hipotesis dilanjutkan dengan pengujian signifikan korelasi uji t. Ternyata didapati t_{hitung} 8,062. Untuk kesalahan 0.05, maka diperoleh t_{tabel} 1,753. Ternyata hasil t_{hitung} 8,062 > t_{tabel} 1,753 sehingga H_0 diterima dan H_a ditolak. Dalam hal ini berarti terdapat kontribusi yang signifikan antara keseimbangan dengan keterampilan sepak sila. Dari hasil korelasi tersebut dapat dilihat index determinasi dengan rumus $r^2 \times 100\%$ yaitu $0,896^2 \times 100\% = 80,28\%$. Dengan demikian besarnya kontribusi keseimbangan dengan keterampilan sepak sila dalam permainan sepak takraw mahasiswa penjas kesrek angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri adalah sebesar 80,28%.

3. Korelasi Ganda Koordinasi Mata Kaki (X_1) Dan Keseimbangan (X_2) Keterampilan Sepak Sila (Y)

Dari hasil perhitungan korelasi ganda ($R_{x_1x_2y}$) terdapat R_{hitung} 0,918. Dengan demikian untuk mencari hasil perhitungan koefisien korelasi terdapat hubungan atau tidaknya, maka dibandingkan dengan R_{tabel} dengan taraf kesalahan ditetapkan 0,927 maka diperoleh R_{tabel} 0,468. ternyata R_{hitung} 0,918 > r_{tabel} 0,468 sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat kontribusi koordinasi mata kaki dan keseimbangan terhadap keterampilan sepak sila.

Setelah melakukan analisis korelasi ganda ($r_{x_1x_2y}$), kemudian pengujian hipotesis dilanjutkan dengan pengujian signifikan korelasi uji F. Dengan demikian didapati hasil F_{hitung} 42,10 dengan taraf signifikan 0.05. Ternyata F_{hitung} 42,10 > F_{tabel} 3,68 sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Dalam hal ini berarti terdapat kontribusi yang signifikan antara koordinasi mata kaki (X_1) dan keseimbangan (X_2) secara bersama-sama terhadap keterampilan sepak sila (Y) pada mahasiswa penjas kesrek angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri. Dari hasil korelasi tersebut dapat dilihat index determinasi dengan rumus $r^2 \times 100\%$ yaitu $0,918^2 \times 100\% = 84,27\%$. Dengan demikian besarnya kontribusi koordinasi mata kaki dan keseimbangan dengan keterampilan sepak sila dalam permainan sepak takraw mahasiswa penjas kesrek angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri 84,27%.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kesimpulan sesuai dengan jawaban hipotesis dalam skripsi ini maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Terdapat kontribusi yang signifikan antara koordinasi mata kaki dengan keterampilan sepak sila dalam permainan sepak takraw mahasiswa penjas kesrek angkatan 2023 Universitas Islam Indragiri ditandai dengan hasil yang diperoleh yaitu $r_{hitung} 0,909 > r_{tabel} 0,468$ dan $t_{hitung} 8,730 > t_{tabel} 1,753$ dalam taraf $\alpha = 0.05$.
2. Terdapat kontribusi yang signifikan antara kelincuhan dengan keterampilan menggiring bola Atlet Club My Team Junior Tembilahan ditandai dengan hasil yang diperoleh yaitu $r_{hitung} 0,896 > r_{tabel} 0,468$ dan $t_{hitung} 8,062 > t_{tabel} 1,753$ dalam taraf $\alpha = 0.05$.
3. Terdapat kontribusi yang signifikan antara koordinasi mata kaki dan kelincuhan secara bersama-sama terhadap keterampilan menggiring bola Atlet Club My Team Junior Tembilahan dengan hasil $R_{hitung} 0,918 > r_{tabel} 0,468$ dan $F_{hitung} 42,10 > F_{tabel} 3,68$. Dengan demikian H_0 ditolak H_a diterima dengan kontribusi sebesar 84,27% artinya hipotesis yang dirumuskan terdahulu dapat diterima kebenarannya.

REFERENSI

- Aji, T. (2013). Pola Pembinaan Prestasi Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP) Sepak Takraw Putra Jawa Tengah Tahun 2013. *Pola Pembinaan Prestasi Pusat Pendidikan Dan Latihan Pelajar (PPLP) Sepak Takraw Putra Jawa Tengah Tahun 2013*, 3(1). <https://doi.org/10.15294/miki.v3i1.2661>
- Bastia, Atiq, A., & Triansyah, A. (2019). Pengaruh Drill Training Dengan Media Bola gantung Terhadap Kemampuan Smash Kedeng Sepaktakraw. *JPPK (Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa)*, <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/index>
- Firdaus, F., Suherman, A., & Susilawati, D. (2017). Meningkatkan gerak dasar sepak sila dengan menggunakan model pembelajaran stad (student teams achievement division). *S p o R T I V E*, 2(1), 51–60.
- Hamdani Malau, P., & Makarohim, MF (2023). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata-Kaki terhadap Hasil Tembakan Bola Kaki Pendidikan Jasmani Mahasiswa Fkip Uir Angkatan 2021 Lokal C. *Jurnal Olahraga Indragiri*, 7(1), 110–119. <https://doi.org/10.61672/joi.v7i1.262>.
- Hanafi, M. (2020). Efek Metode Passing Dengan tembok Terhadap Peningkatan Receive Dalam Permainan Sepaktakraw. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 6(1), 44–49. <https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.3661573>.
- Hidayat, R., Budi, D. R., Purnamasari, A. D., Febriani, A. R., & Listiandi, A. D. (2020). Faktor Fisik Dominan Penentu Keterampilan Bermain Sepak Takraw. *Jurnal Menssana*, 5(1), 33. <https://doi.org/10.24036/jm.v5i1.127>
- Huda, S. (2025). Kontribusi Koordinasi Mata Kaki Dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Sepak Sila Dalam Permainan Sepak Takraw Pada Siswa Mas Asy-Syarif Sidang Koto Laweh Kabupaten Agam, *Jurnal Pendidikan dan Olahraga*, 8(9), <http://jpdo.ppi.unp.ac.id/index.php/jpdo/article/view/2620/1377>
- Murti, D. L. A. W., Marani, I. N., & Rihatno, T. (2020). Pengaruh Kekuatan Otot Tungkai, Kelentukan Togok, Dan Keseimbangan Terhadap Servis Sepaktakraw. *Gladi Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 11(02), 115–126. <https://doi.org/https://doi.org/10.21009/GJIK.112.04>.
- Pratama, D. S. (2018). Peningkatan Hasil Belajar Materi Sepak Takraw Dengan Metode Tgt (Teams Games Tournaments) dan Recyprocal Style. *Jendela Olahraga*, 3(2), 78–84. <https://doi.org/10.26877/jo.v3i2.2514>
- Putra, R. N., & Fuaddi, F. (2019). Hubungan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Keterampilan Sepak Sila Permainan Sepak Takraw. *Journal Of Sport Education (JOPE)*, 1(2), 49. <https://doi.org/10.31258/jope.1.2.49-55>
- Sahabuddin, S. (2020). Pengaruh Latihan Smash Bola Gantung Dan Bola Lambung Terhadap Kemampuan Smash Dalam Permainan Sepaktakraw. *SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and*

- Recreation*, 3(2), (105) <https://doi.org/10.26858/sportive.v3i2.17003>.
- Setiawan, D., Yunitaningrum, W., & Atiq, A. (2015). Pengaruh Media Bola Plastik Terhadap Teknik Dasar Sepak Sila di Sekolah Menengah Atas. Khatulistiwa, *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 4(2). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.26418/jppk.v4i2.9035>
- Sulaiman, Hidayah, T., & Azwan, M. (2020). Contribution of Leg Muscle Power, Leg Flexibility and Balance to Kedeng Smash Ability Sepaktakraw Game. *Atlantis Press, International Conference on Science and Education and Technology (ISET 2019)*, 443, 327–330. <https://doi.org/10.4108/eai.29-6-2019.2290463>
- Sya'ban, A., & Lesmana, H. S. (2020). Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar dan Teknik Khusus Permainan Sepaktakraw Atlet Putri ATC (Ambacang Takraw Club). *Jurnal Patriot, Universitas Negeri Padang*, <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/patriot.v2i1.519>
- Syaifudin, M., Hernawan, & Samsudin. (2016). Upaya Meningkatkan Keterampilan Sepak Sila Melalui Media Alat Bantu Untuk Siswa Ekstrakurikuler di SMP N 232 Jakarta. *Jurnal Universitas Negeri Jakarta* 21–30, <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/segar/article/view/18040>.
- Wibowo, R.A., Rumini, Rustiana, E. R. (2017). Pengaruh Metode Latihan dan Koordinasi Mata Kaki terhadap Kemampuan Smash Kedeng dalam Permainan Sepak Takraw. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(2), 193–197