

HUBUNGAN KEMAMPUAN MOTOR ABILITY DENGAN KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA PADA KLUB HIMADIRGA UNSYIAH

Maimun Nusufi

Dosen Jurusan Penjasokesrek, FKIP UNSYIAH

Surel: maimunsufi@yahoo.co.id

ABSTRAK

Penelitian yang berjudul “Hubungan Motor Ability Dengan Keterampilan Bermain Sepakbola Pada Klub Himadirga Unsyiah”. Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang dipengaruhi oleh berbagai faktor. Motor ability merupakan salah satu yang mempengaruhi keterampilan dalam permainan Sepak bola. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Motor Ability Dengan Keterampilan Bermain Sepakbola Pada Klub Himadirga Unsyiah. Jenis penelitian termasuk penelitian deskriptif dengan uji korelasi. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain klub Himadirga FKIP Unsyiah yang berjumlah 20 orang. Adapun yang menjadi sampel dalam penelitian ini sebanyak 20 orang yang didapatkan melalui total sampling. Teknik pengumpulan data yang dilakukan adalah tes motor ability yang terdiri dari tes melempar pada sasaran untuk mengukur koordinasi mata tangan, tes kelentukan tolok dan pinggang untuk mengukur kemampuan kelentukan tolok dan pinggang, tes lompat jauh tanpa awalan untuk mengukur power otot tungkai, tes lengkup bangun untuk mengukur kecepatan mengubah posisi tubuh, tes push up untuk mengukur kekuatan lengan dan bahu, tes *suttle run* untuk mengukur kelincahan, dan tes keterampilan Sepakbola yang terdiri dari tes *heading*, tes *passing* dan *stopping*, tes *dribling* dan tes *shooting*. Data diolah dengan menggunakan statistik dalam bentuk perhitungan nilai rata-rata, SD, korelasi, determinasi dan pengujian hipotesis. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan $\bar{x}=42,86$, $\bar{y}=63,08$, $SD_x=8,41$, $SD_y= 6,79$, $r_{xy}=0,91$, $Kp=82,81\%$ dan pengujian hipotesis dengan uji T sebesar 9,39. Hal ini menunjukkan bahwa hasil penelitian variabel x mempengaruhi variabel y sebesar 82,81% dan 17,19% dipengaruhi oleh faktor lain. Hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa $T_{hit}= 9,39 > T_{tab}= 1,75$, berarti terdapat hubungan yang signifikan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa motor ability memiliki korelasi yang signifikan dengan keterampilan bermain Sepakbola Pada Klub Himadirga Unsyiah.

Kata kunci: Motor Ability, Keterampilan Bermain Sepakbola

PENDAHULUAN

Perkembangan yang dinamis dan penyebaran yang semakin meluas dari fenomena olahraga dari tahun ke tahun, telah menyebabkan kegiatan olahraga menjadi salah satu kegiatan yang sangat dibutuhkan dalam kehidupan manusia. Kegiatan olahraga dapat meningkatkan kualitas hidup, kesehatan, kesegaran jasmani, pembinaan mental, watak serta perkembangan kebudayaan manusia. Olahraga sangat

berperan dalam meningkatkan kesehatan bagi para pekerja, baik yang bekerja pada pemerintahan maupun swasta. Pemeliharaan tubuh sangat perlu diperhatikan, karena kondisi fisik sangat mempengaruhi aktivitas olahraga. Dengan demikian kondisi yang segar akan membawa dampak yang positif terhadap kegairahan kerja dan berolahraga serta peningkatan kualitas hidup seseorang.

Gerak merupakan peranan yang sangat vital dalam kehidupan manusia. Sejak bayi, kanak-kanak hingga dewasa perkembangan gerak sangat mempengaruhi perkembangan secara keseluruhan baik fisik, intelektual, sosial dan emosional. Gerak adalah sesuatu yang esensial dalam kehidupan setiap orang. Waharsono (1999: 53) menyatakan "Sejalan dengan meningkatnya ukuran tubuh dan meningkatnya kemampuan fisik, maka meningkat pulalah kemampuan geraknya". Sedangkan pengertian kemampuan motorik menurut Menurut Rusli Lutan (1988: 96) bahwa, "Kemampuan motorik lebih tepat disebut sebagai kapasitas dari seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu ketrampilan yang relatif melekat setelah masa kanak-kanak". Menurut Sukintaka (2004:78) bahwa "Kemampuan motorik adalah kualitas hasil gerak individu dalam melakukan gerak, baik gerakan non olahraga maupun gerak dalam olahraga atau kematangan penampilan keterampilan motorik".

Sehubungan dengan hal tersebut. menurut Nurhasan (2003:213) menyatakan bahwa: Motor Ability (kemampuan gerak) adalah kemampuan yang umum seseorang untuk bergerak. sedangkan menurut Rureton (1973) fungsi dari kemampuan motorik adalah menghubungkan atau kesanggupan dari setiap individu untuk digunakan dalam mempertinggi daya kerjanya. Motor ability atau kemampuan gerak dasar pada dasarnya merupakan kemampuan yang mendasari dari gerak yang dibawa sejak lahir yang bersifat umum atau fundamental yang berperan untuk melakukan gerak baik gerakan olahraga maupun non olahraga. Untuk itu, bagi siswa sekolah dasar perlu ditanamkan kemampuan gerak dasar yang dimiliki dapat dilakukan dengan benar. Agus Mahendra (2004: 20) menyatakan, "Keterampilan dasar adalah bentuk keterampilan yang bermanfaat dan dibutuhkan anak dalam kehidupannya sehari-hari.

Kemampuan motor ability tidak terlepas dari unsur-unsur kondisi fisik yang ada di dalamnya. Tampilan gerak yang dilakukan seseorang dalam kehidupan sehari-hari atau aktivitas olahraga tidak terlepas dari unsur-unsur kondisi fisiknya. Kirkendall (1987: 131) menyatakan, "Komponen-komponen motor ability yaitu: kecepatan, kekuatan, daya tahan, power, koordinasi mata-tangan, koordinasi mata-kaki, kelincahan dan kelentukan". Menurut Peterson dan kawan-kawan (1974), Rorick dan Dobins (1975), Borgel (1978) yang dikutip A. Hamidsyah Noer (1996: 120) dijelaskan:

"Struktur motor ability terdiri empat atau lima komponen. Komponen tersebut terdiri dari faktor-faktor yang harus diteliti yaitu kontrol gerak keseimbangan, koordinasi gerak motorik besar maupun koordinasi mata-tangan, kekuatan gerak yaitu kecepatan, power dan kelincahan. Faktor-Faktor tersebut memiliki kecenderungan cukup besar dalam mempengaruhi motor performance (penampilan motorik)".

Keterampilan bermain Sepakbola sangat penting dikuasai oleh setiap pemain dalam bermain Sepakbola karena apabila keterampilan dasarnya baik maka pencapaian prestasi olahraga Sepakbola akan mudah dicapai dan tentunya dengan melaksanakan latihan yang terprogram dengan baik, dengan memiliki kemampuan motor ability dan keterampilan bermain Sepakbola merupakan sebuah kunci untuk menjadikan seseorang dalam pencapaian prestasi olahraga, terutama pada cabang Sepakbola.

Klub Himadirga FKIP Unsyiah merupakan salah satu klub di lingkungan Universitas Syiah Kuala yang sangat disegani pada turnamen tingkat Fakultas maupun Universitas yang berada di wilayah Banda Aceh dan Aceh Besar karena selalu meraih titel juara pada even yang diikuti klub tersebut, Kemudian klub Himadirga FKIP Unsyiah telah Terdaftar dalam Kompetisi divisi II Persiraja Banda Aceh dan lolos mendapat promosi ke divisi I Persiraja Banda Aceh. Klub ini memiliki pemain-pemain berpotensi yang telah banyak melahirkan atlet sepakbola yang telah mengharumkan kabupaten yang ada di Aceh maupun Provinsi Aceh di ajang Pra PON, PON dan banyak pemain sepakbola yang membela klub-klub sepakbola yang ada di Aceh.

Pengertian Motor Ability

Motor ability atau sering disebut kemampuan motorik/kemampuan gerak dasar merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang sejak kecil dari masa kanak-kanak yang berkembang seiring dengan perkembangan dan pertumbuhan. Kemampuan gerak dasar merupakan kemampuan yang dimiliki anak seiring dengan perkembangan dan pertumbuhannya. Waharsono (1999:53) menyatakan, "Sejalan dengan meningkatnya ukuran tubuh dan meningkatnya kemampuan fisik maka meningkat pulalah kemampuan geraknya". Sedangkan pengertian kemampuan motorik menurut Menurut Lutan (1988:96) bahwa "Kemampuan motorik lebih tepat disebut sebagai kapasitas dari seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu ketrampilan yang relatif melekat setelah masa kanak-kanak". Menurut Sukintaka (2004:78) bahwa "Kemampuan motorik adalah kualitas hasil gerak individu dalam melakukan gerak, baik gerakan non olahraga maupun gerak dalam olahraga atau kematangan penampilan keterampilan motorik".

Motor ability atau kemampuan gerak dasar pada dasarnya merupakan kemampuan yang mendasari dari gerak yang dibawa sejak lahir yang bersifat umum atau fundamental yang berperan untuk melakukan gerak baik gerakan olahraga maupun non olahraga. Gerak adalah sesuatu yang esensial dalam kehidupan setiap orang. Menurut Kiram (1992: 48) gerak diartikan sebagai perubahan tempat, posisi dan kecepatan tubuh atau bagian dari tubuh manusia yang terjadi dalam suatu dimensi ruang dan waktu yang dapat diamati secara obyektif.

Sehubungan dengan hal tersebut, Nurhasan (2003: 2.13) menyatakan bahwa: *Motor Ability* (kemampuan gerak) adalah kemampuan yang umum seseorang untuk bergerak. Secara lebih spesifik *Motor Ability* adalah kapasitas seseorang untuk dapat melakukan berbagai macam-macam gerakan yang memerlukan keberanian dalam olahraga. Sedangkan Menurut Ma'mum (2002: 20) ada kategori dasar-dasar fundamental kemampuan gerak yaitu :

- a. Kemampuan lokomotor
- b. Kemampuan non lokomotor
- c. Kemampuan manipulatif

Kemampuan gerak merupakan gerakan yang biasa siswa lakukan dalam kehidupan sehari-hari. Dapat dikatakan juga bahwa kemampuan gerak adalah suatu kemampuan yang diperoleh dari keterampilan gerak umum yang mendasari tingkat penampilan yang baik atau tingkat kemampuan gerak seseorang dalam mempelajari suatu gerakan secara kualitas dan kuantitas yang baik.

Berdasarkan dua pendapat tersebut menunjukkan bahwa, motor ability di dalamnya terdiri beberapa macam unsur kondisi fisik yaitu, koordinasi mata-tangan, koordinasi mata-kaki, kekuatan, kecepatan, power, kelentukan, daya tahan dan kelincahan. Unsur-unsur kondisi fisik tersebut sangat menunjang tampilan motor ability seseorang.

Pengertian Sepakbola

Josep A. Luxbacheer (1998) menjelaskan bahwa: "Olahraga Sepakbola merupakan olahraga yang paling terkenal di Dunia". Selain itu Sepakbola merupakan olahraga yang di mainkan oleh dua kelompok berlawanan arah masing-masing berjuang untuk memasukkan bola ke gawang lawan. Masing-masing kelompok beranggotakan sebelas pemain, dan karenanya kelompok tersebut juga dinamakan kesebelasan. Untuk pertandingan Internasional dewasa lapangan Sepakbola yang digunakan memiliki panjang antara 100 - 120 meter dan lebar 65 - 75 meter, di bagian tengah kedua ujung lapangan terdapat area gawang yang berupa persegi panjang berukuran panjang 7.32 meter dan tinggi 2.44 meter, di bagian depan dari gawang terdapat area penalti yang berjarak 16.5 meter dari gawang, area ini adalah batas kiper boleh menangkap bola dengan tangan dan menentukan kapan sebuah pelanggaran mendapatkan hadiah tendangan penalti atau tidak. Sepakbola adalah salah satu permainan yang menuntut kepada atlet, memiliki ketrampilan yang baik dan juga di tuntutan memiliki fisik yang kuat. Untuk meningkatkan prestasi Sepakbola maka di perlukan latihan-latihan yang mendasar tentang Sepakbola yaitu latihan teknik dasar.

Teknik Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola

Permainan Sepakbola merupakan salah satu permainan yang dituntut kepada pemain harus mempunyai skill yang tinggi untuk menjadi pemain Sepakbola yang baik. Oleh karena itu setiap pemain perlu mempelajari dan harus menguasai teknik dasar bermain Sepakbola. Adapun teknik dasar tersebut sesuai yang dikemukakan oleh Abdullah (1985:420) adalah sebagai berikut : "1) Teknik dasar menendang bola; 2) Teknik dasar menerima bola; 3) Teknik dasar menggiring bola; 4) Teknik dasar menyundul bola; 5) Teknik dasar melempar bola; 6) Teknik dasar merampas bola; dan 7) Teknik dasar merampas bola".

Berdasarkan uraian diatas, dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa teknik dasar sangat mempengaruhi pencapaian prestasi Sepakbola sebagai salah satu faktor yang sangat diperlukan untuk menunjang penampilan pemain dalam setiap pertandingan.

Hal ini dapat tercapai dengan pembinaan yang teratur, terarah dan berkesinambungan dengan petunjuk yang diberikan oleh pelatih demi meningkatkan keterampilan pemain dalam bermain Sepakbola.

Teknik Dasar Menendang Bola

Pada dasarnya untuk melakukan tendangan memang mudah, akan tetapi untuk tujuan-tujuan tertentu seperti memasukkan bola ke gawang cukup sulit, hal ini sesuai dengan pendapat Cooper yang disandarkan Yusuf (1985) bahwa pada hakikatnya setiap pemain harus mampu melakukan tendangan atau tembakan jitu, karena mencetak gol bagian terpenting dalam sepakbola dapat dibagi atas beberapa bagian yaitu:

1. Teknik Menendang Bola dengan Kaki Bagian Dalam
2. Teknik Menendang Bola dengan Punggung Kaki
3. Teknik Menendang Bola dengan Punggung Kaki Bagian Dalam
4. Teknik Menendang Bola dengan Punggung Kaki Bagian Luar

Teknik Dasar Menerima Bola

Menerima bola atau mengontrol bola adalah salah satu usaha untuk memudahkan pemain dalam menguasai bola liar dengan kata lain memudahkan membawa kedalam penguasaan sepenuhnya. Yusuf (1982:100) mengatakan bahwa : “Seorang pemain harus bisa mengontrol bola, mengiring bola atau melepaskannya dalam bayangan lawan yang setiap saat mampu merebut bola dengan teknik yang terampilnya”.

Menurut Abdullah (1980:35) bahwa : “Dalam menghentikan bola dilihat dari datang bola ada dua cara yaitu cara menerima bola datar dan bola di udara”. Teknik Dasar Menerima Bola Datar : “ a) Menerima bola telapak kaki; b) Menerima bola dengan kaki sebelah dalam; c) Menerima bola dengan kaki sebelah luar; d) Menerima bola dengan punggung kaki”.

Teknik Dasar Mengiring Bola

Mengiring bola merupakan suatu keahlian beberapa bagian dari kaki untuk menguasai bola terus menerus ditanah sambil berlari. Teknik mengiring bola dapat dilakukan tiga cara sebagaimana dikemukakan Abdullah (1980:427) Yaitu: “Pada prinsipnya ada tiga cara mengiring bola yang bisa dipergunakan, bola dapat dipergulirkan dengan mempergunakan : 1) kaki bagian dalam, 2) kaki bagian luar, dan 3) punggung kaki”. Untuk lebih jelasnya mengenai bola dengan tiga cara tersebut dapat dilihat pada gambar berikut ini :

Gerak Tipu Dengan Bola

Gerak tipu dengan bola adalah keahlian seseorang membuat rencana gerakan untuk menipu atau membingungkan perhatian lawan dari arah gerakan yang sebenarnya dari setiap pemain. Gerakan tipu dapat dilakukan dengan bola dan koordinasi badan menurut Soegiato dkk yang dipaparkan oleh Abdullah (1985:428) dapat dibedakan menjadi: a) Garak tipu pemain berhadapan dengan lawan; b) Gerak tipu pemain membelakangi lawan; c) Gerak tipu pemain disisi lawan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa gerak tipu merupakan unsur yang terpenting dalam permainan Sepakbola disamping unsur-unsur yang lain, karena dengan adanya gerak tipu pemain mendapat keuntungan untuk memenangkan posisi dan lepas dari penjagaan lawan, dan melakukan gerakan berikutnya tanpa rintangan lawan.

Teknik Dasar Merampas Bola

Merampas bola merupakan suatu usaha pemain untuk merebut bola dari penguasaan lawan, teknik ini sering kali dilakukan oleh pemain pertahanan dalam usaha untuk membendung serangan dari lawan. Berikut adalah teknik dasar merampas bola seperti terlihat dalam gambar di bawah ini : a) Merampas bola dari depan; b) Merampas bola dari samping; c) merampas bola dengan meluncur; d) Merampas bola dengan bagian bahu.

Teknik Dasar Menyundul Bola

Menyundul bola merupakan salah satu teknik dalam bermain Sepakbola. Menyundul bola selain digunakan untuk menerima dan mengontrol bola juga untuk memberikan bola kepada kawan sekaligus untuk menciptakan gol. Menurut Cooper (1985:101) bahwa: "Latihan menyundul bola sangat penting dalam pembinaan pemain remaja, karena dengannya sekaligus dikembangkan daya loncat". Teknik menyundul

bola berdasarkan sikap waktu menyundul bola sesuai pendapat Abdullah (1985:425) adalah : Menyundul bola dalam sikap berdiri, menyundul bola dengan sikap melompat.

Teknik Dasar Melempar Bola

Dalam permainan sering terjadi bola keluar dari garis samping lapangan yang mengakibatkan lemparan kedalam. Hal ini sesuai dengan pendapat Abdullah (1985:435) mengatakan "Jumlah kesempatan lemparan adalah lebih umum dibandingkan dengan kesempatan tendangan penjuror atau tendangan bebas didekat gawang". Cara melakukannya adalah pegang bola dengan sepuluh jari, angkat bola kebelakang dengan melewati kepala, ayunkan tangan lalu lemparkan bola dan posisi kaki tidak boleh terangkat, kedua-duanya harus tetap di tanah, gambar dibawah ini menampilkan gerakan melempar sesuai dengan pendapat Abdullah (1985:435) adalah sebagai berikut: a) sikap pemula; b) Sikap awalan melempar; c) Sikap terakhir melempar.

Teknik Khusus Penjaga Gawang

Penjaga gawang adalah salah satu pemain dalam tim Sepakbola yang bertugas secara langsung mempertahankan gawang untuk mencegah terjadinya gol. Menurut Saleh (1981:76) menjelaskan bahwa : *Kipper* adalah merupakan benteng terakhir guna mempertahankan wilayahnya, jika kiper kebobolan, berarti seluruh kesebelasan ikut kebobolan, oleh karena itu kiper harus cakap dan tangguh". Hal ini sesuai dengan pendapat yang tertuang dalam buku yang dikeluarkan oleh Departemen Pendidikan dan Kebudayaan (1981:129) bahwa :

Untuk menjadi penjaga gawang yang baik harus melakukan latihan-latihan gerakan dasar yaitu: 1) melompat dan menangkap bola tinggi diatas kepala, 2) Melompat dan memukul bola tinggi, 3) Menangkap menyusur tanah, 4) Menangkap bola setinggi pinggang, 5) menjatuhkan diri dan menangkap bola disudut bawah, 6) Melayang dan menangkap bola disudut atas, 7) Mentip bola tinggi keatas melewati mistar gawang, 8) Mentip bola rendah disudut gawang, 9) Melempar bola ke kawan, 10) Menendang bola sejauh mungkin.

Dengan demikian secara umum dapat diambil suatu kesimpulan bahwa, keseluruhan teknik dasar bermain bola mutlak harus dikuasai dan bisa ditingkatkan, berbagai metode latihan dapat dilakukan untuk meningkatkan dan mengembangkan teknik dasar keterampilan bermain Sepakbola. Dalam hal ini peranan pelatih sangat diperlukan untuk membina dan melatih kemampuan atau keterampilan dasar tersebut, agar pemain benar-benar berkualitas dan profesional seperti yang diharapkan dapat tercapai.

Profil Klub PS Himadirga Unsyiah

Klub sepakbola Himadirga merupakan salah satu klub Sepakbola Unsyiah tepatnya pada Fakultas KIP jurusan Penjaskesrek. Sepakbola adalah salah satu cabang olahraga yang diminati oleh mahasiswa Jurusan Penjaskesrek dan merupakan mata kuliah yang terdapat di Jurusan Penjaskesrek Unsyiah yaitu mata kuliah T.P Sepakbola.

Terbentuknya PS Himadirga karena banyaknya mahasiswa olahraga yang berminat olahraga Sepakbola dan merupakan cabang olahraga pilihan. Himadirga awalnya merupakan sebuah Himpunan mahasiswa yang belum mempunyai sebuah wadah perkumpulan Sepakbola yang menjadi tempat latihan bagi mahasiswa yang gemar pada cabang olahraga Sepakbola. Setelah melihat banyaknya mahasiswa di jurusan Penjaskesrek yang berminat bermain Sepakbola dan mengembangkan kemajuan olahraga Sepakbola Aceh umumnya dan di kampus Unsyiah khususnya pada Fakultas KIP Jurusan Penjaskesrek, maka oleh Dr. Saifuddin, M.Pd dibentuk lah Klub Sepakbola PS Himadirga FKIP Unsyiah. Setelah terbentuk wadah klub PS Himadirga banyak pemain yang bagus dalam bermain Sepakbola diantaranya Zulfikar, Murdani, Samsul Bahri, Fadhil, yudi Aswir, Muhammad, Said Murdan, Safrizal, dan Supriadi yang pernah membela klub PS Himadirga FKIP Unsyiah di era tahun 80-an. Melalui pelatihan dan pembinaan yang di asuh oleh bapak Dr.Saifuddin,M.Pd.

METODE

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif merupakan suatu penelitian yang berusaha menggambarkan dan menafsirkan suatu data-data, peristiwa-peristiwa dan kejadian serta gejala (fenomena) yang ada pada masa sekarang. Dengan uji korelasi (*Corelation Research*). Menurut Sudjana (1991 : 63) bahwa : "Penelitian korelasi merupakan penelitian untuk mengetahui ada tidak hubungannya dalam bentuk koefisian korelasi). Jadi, jelas bahwa penelitian ini termasuk ke dalam penelitian diskriptif korelasional artinya penelitian ini bertujuan untuk menemukan ada atau tidaknya hubungan antara satu variabel dengan variabel yang lain dan apabila hubungan tersebut ada berapa besar hubungan tersebut.

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi adalah keseluruhan subjek yang akan diselidiki, hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Arikunto (2006:130) yaitu : “Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian“.Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah pemain klub Himadirga FKIP Unsyiah yang berjumlah 20 orang”.Sedangkan yang menjadi sampel adalah sebagian dari penelitian, hal ini sesuai dengan pendapat Arikunto (2006:131) sampel adalah “Sebagian atau yang mewakili populasi yang diteliti”, lebih lanjut Arikunto (1996: 107)mengatakan bahwa “Apabila subjeknya kurang dari 100 orang maka di ambil semua.

Adapun teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling* Mengingat populasi yang sedikit maka, sampel dalam penelitian ini adalah seluruh pemain klub Himadirga FKIP Unsyiah yang berjumlah 20 orang.

RENCANA PENELITIAN

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara mengukur kemampuan motor ability dengan keterampilan bermain Sepakbola pada klub Himadirga FKIP Unsyiah dari subjek yang berhubungan dengan variabel yang diteliti adalah sebagai berikut :

Tes Kemampuan Motor Ability

Kemampuan motorik adalah kapasitas penampilan seseorang dalam melakukan berbagai tugas gerak.Instrumen kemampuan motorik menggunakan item tes yang terdiri dari: (1) tes melempar pada sasaran/target, (2) tes kelentukan togok dan pinggang, (3) tes lompat jauh tanpa awalan, (4) tes telungkup dan bangun, (5) tes push up, (6) tes kelincahan lari bolak-balik. Adapun pelaksanaannya adalah sebagai berikut :

1. Tes Melempar Pada Sasaran/target
2. Tes Kelentukan Togok dan pinggang
 - a. Tes Kelentukan Togok
 - b. Tes Kelentukan Pinggang
3. Tes Lompat Jauh Tanpa Awalan
4. Tes Lengkup dan Bangun
5. Tes Push up
6. Tes *Suttle Run*

Keterampilan Sepakbola

Pengukuran untuk mengukur kemampuan bermain Sepakbola, di samping untuk mengelompokkan pemain dan juga dapat dipergunakan sebagai dasar penilaian keterampilan Sepakbola seperti yang dikemukakan oleh Wirja santosa (1984:310). Adapun item tes adalah sebagai berikut :

1. Memainkan bola dengan kepala (*Heading*)
2. Menendang dan Menghentikan Bola (*Passing and Stopping*)
 - a. Mengiring bola (*Dribbling*)
 - b. Menendang ke sasaran (*Shoting*)

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pengolahan data tes kemampuan motor ability dengan keterampilan Sepakbola pada permainan Sepakbola yang terdiri dari dua item tes telah diperoleh hasil sebagaimana terlihat dalam pengujian hipotesis. Hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan kemampuan motor ability dengan keterampilan Sepakbola ($r = 0,91$). Kemampuan motorik memberi kontribusi sebesar 82,81% ($0,91^2 \times 100\%$) terhadap keterampilan Sepakbola. Hal tersebut menunjukkan bahwa 82,81% variasi keterampilan Sepakbola pada permainan Sepakbola ditentukan oleh variabel bebas.

Dari perhitungan hipotesis diperoleh nilai t_h (t-hitung) = 9,39, sedangkan nilai t_t (t-tabel) pada taraf signifikan 0,05% adalah 1,75, artinya nilai $t_{hitung} = 9,39 >$ nilai $t_{tabel} = 1,75$. Maka kemampuan motor ability memberikan hubungan yang positif dan signifikan dengan keterampilan Sepakbola pada permainan Sepakbola. Kemampuan motor ability tidak terlepas dari unsur-unsur kondisi fisik yang ada di dalamnya. Tampilan gerak yang dilakukan seseorang dalam kehidupan sehari-hari atau aktivitas olahraga tidak terlepas dari unsur-unsur kondisi fisiknya. Kirkendall (1987:131) menyatakan, "Komponen-komponen motor ability yaitu: kecepatan, kekuatan, daya tahan, power, koordinasi mata-tangan, koordinasi mata-kaki, kelincahan dan kelentukan". Menurut Peterson dan kawan-kawan (1974), Rorick dan Dobins (1975), Borgel (1978) yang dikutip A. Hamidsyah Noer (1996: 120) dijelaskan:

"Struktur motor ability terdiri empat atau lima komponen. Komponen tersebut terdiri dari faktor-faktor yang harus diteliti yaitu kontrol gerak keseimbangan, koordinasi gerak motorik besar maupun koordinasi mata-tangan, kekuatan gerak yaitu kecepatan, power dan kelincahan. Faktor-Faktor tersebut memiliki kecenderungan cukup besar dalam mempengaruhi motor performance (penampilan motorik)".

Berdasarkan kutipan di atas, dapat dijelaskan bahwa motor ability memiliki beberapa komponen yang sangat mempengaruhi yaitu keseimbangan, koordinasi gerak, kecepatan, power dan kelincahan. Secara lebih spesifik *Motor Ability* adalah kapasitas seseorang untuk dapat melakukan berbagai macam-macam gerakan yang memerlukan keberanian dalam olahraga. Motor ability yang baik akan memudahkan atlet dalam mencapai prestasi yang baik

Penelitian ini dilakukan hanya sebatas pembuktian teori-teori yang telah dikemukakan para ahli olahraga, namun demikian penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan dan pertimbangan yang berarti bagi pengembangan ilmu pengetahuan secara umum dan lebih khusus lagi untuk pengembangan ilmu keolahragaan dalam rangka peningkatan prestasi cabang olahraga khususnya cabang olahraga Sepakbola.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan kemampuan motor ability dengan keterampilan bermain Sepakbola pada pemain Himadirga FKIP Unsyiah Tahun 2014, maka dapat diambil kesimpulan bahwa: Hasil analisis data nilai koefisien (r) antara kemampuan motor ability (X), dengan keterampilan Sepakbola (Y) pada permainan Sepakbola adalah $r_{xy} 0,91$, artinya bahwa nilai koefisien korelasi yang

dihitung menunjukkan tingkat signifikan antara motor ability dengan keterampilan sepakbola. Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan terhadap kemampuan motor ability dengan keterampilan bermain Sepakbola pada klub Himadirga FKIP Unsyiah. Kemampuan motor ability (X) memberikan kontribusi terhadap keterampilan bermain sepakbola (Y) sebesar 82,81%, artinya nilai kontribusi motor ability sangat tinggi yang menunjukkan sumbangan yang sangat bagus terhadap keterampilan sepakbola dan 17,19% artinya di pengaruhi oleh faktor lain yaitu emosional, motivasi dan percaya diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Arman. 1980. ***Dasar-dasar Pembinaan Sepakbola***. Bandung: PT Citra Husada.
- Arikunto, Suharsimi, 1991. ***Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis***. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Bloom, Gardner, and Gagne, 2008. How learning occurs in the classroom, Geneva Baker, Northern Arizona University. <http://Baker Theorist Paper.htm>
- Examination Project, 2008. A constructivist learning event following Gagne's steps of instructional design. <http://counstructivist-Gagne1.htm>
- FIFA, 2010. ***Laws Of The Games***, Jakarta: PSSI.
- Kurniawan, Feri. 2011. ***Buku Pintar Olahraga***. Jakarta: Laskar Aksara.
- Kiram, Phil. Yanuar. 1992. ***Belajar Motorik***. Jakarta: Depdikbud.
- Lutan, Rusli.1988. ***Belajar Keterampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode***. Jakarta: P2LPTK Dirjen Dikti Depdikbud.
- Nurhasan. 2003. ***Tes Dan Pengukuran: Pengantar, Kegunaan Tes dan Pengukuran, Kriteria Tes***. Surabaya.
- Sukintaka.2004. ***Teori Pendidikan Jasmani Filosofi, Pembelajaran dan Masa Depan***. Bandung: Yayasan Nuansa Cendekia.
- Winarno, E, M. 1994. ***Belajar Motorik***. Malang: Buku fakultas ilmu pendidikan universitas negeri Malang
- Wirjasantosa, Ratal. 1984. ***Supervisi Pendidikan Olahraga***, Jakarta: Universitas Indonesia