

HUBUNGAN KOORDINASI MATA-KAKI DAN KELINCAHAN DENGAN KEMAMPUAN *DRIBBLING* SISWA EKSTRAKURIKULER SEPAK BOLA SMP N 1 BATUSANGKAR

Muhammad Aqsa Lanes¹, Haripah Lawanis², Atradinal³, Aldo Naza Putra⁴

¹Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Padang,
Padang, Indonesia

Email: aqsalanes123@gmail.com¹, haripahlawanis@fik.unp.co.id²,
atradinal199@fik.unp.ac.id³, aldonazaputra@gmail.com⁴

ABSTRAK

Penelitian ini didasari oleh belum optimalnya kemampuan *dribbling* siswa ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Batusangkar yang diduga dipengaruhi oleh koordinasi mata-kaki dan kelincahan. Penelitian ini bertujuan mengetahui keterkaitan kedua variabel tersebut dengan kemampuan *dribbling*, baik secara parsial maupun simultan. Jenis penelitian adalah korelasional yang melibatkan 21 siswa dengan teknik sensus. Instrumen yang digunakan yaitu *Soccer Wall Volley Test*, *Illinois Agility Run Test*, dan tes *dribbling* zig-zag. Analisis data menggunakan statistik deskriptif, korelasi *Product Moment*, korelasi ganda, uji-t, dan uji-F. Hasil penelitian menunjukkan hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan *dribbling* ($r_{hitung} = 0,546 > r_{tabel} = 0,433$), kelincahan dengan kemampuan *dribbling* ($r_{hitung} = 0,620 > r_{tabel} = 0,433$), serta koordinasi mata-kaki dan kelincahan secara bersama-sama dengan kemampuan *dribbling* ($R_{hitung} = 0,821 > R_{tabel} = 0,433$; $F_{hitung} = 18,678 > F_{tabel} = 3,55$). Disimpulkan bahwa koordinasi mata-kaki dan kelincahan berhubungan signifikan dengan kemampuan *dribbling*. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi pelatih dalam merancang program latihan yang lebih terarah sesuai dengan kebutuhan siswa, dengan memberikan perhatian pada pengembangan koordinasi mata-kaki dan kelincahan sebagai komponen yang berhubungan dengan kemampuan *dribbling*.

Keywords: *Koordinasi Mata-Kaki, Kelincahan, Dribbling, Sepak bola*

PENDAHULUAN

Di antara sekian banyak cabang olahraga populer dunia, sepak bola terus berkembang pesat baik pada tingkat prestasi maupun pembinaan usia dini. Pembinaan itu tidak lepas dari penguatan teknik dasar sebagai penentu keberhasilan seorang pemain. Salah satu teknik dasar yang memiliki peranan penting adalah *dribbling*. Kemampuan *dribbling* memungkinkan pemain mempertahankan penguasaan bola, melewati lawan, menciptakan ruang permainan, serta membangun peluang untuk melakukan serangan maupun mencetak gol. Oleh karena itu, kemampuan *dribbling* perlu dikembangkan sejak usia sekolah melalui proses latihan yang terencana.

Keberhasilan melakukan *dribbling* tidak hanya dipengaruhi oleh penguasaan teknik, tetapi juga oleh kondisi fisik yang mendukung pelaksanaan gerakan tersebut. Dua komponen kondisi fisik yang diduga memiliki hubungan erat dengan kemampuan *dribbling* adalah koordinasi mata-kaki dan kelincahan. Koordinasi mata-kaki berperan dalam menyelaraskan informasi visual dengan gerakan kaki sehingga pemain mampu mempertahankan kontrol bola secara akurat selama menggiring bola. Sementara itu, kelincahan memungkinkan kelincahan memberi kemampuan mengubah arah gerak secara cepat tanpa kehilangan keseimbangan maupun penguasaan bola ketika menghadapi tekanan lawan.

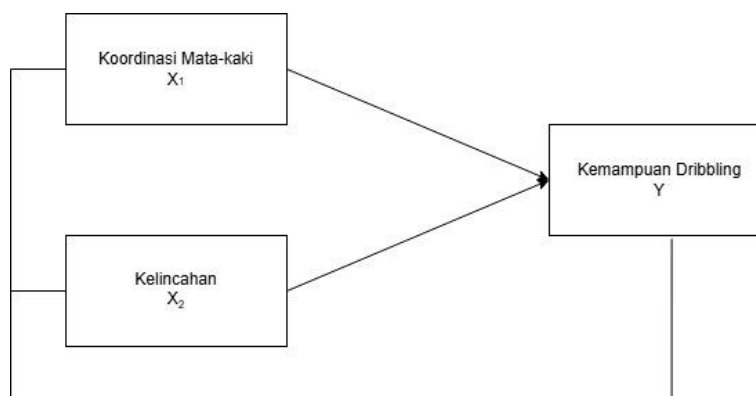
Observasi awal pada kegiatan ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Batusangkar memperlihatkan bahwa sejumlah siswa masih mengalami kesulitan dalam melakukan *dribbling* secara efektif. Beberapa siswa belum mampu mempertahankan penguasaan bola ketika bergerak, kurang cepat dalam melakukan perubahan arah, serta masih sering kehilangan bola ketika berhadapan dengan lawan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kemampuan *dribbling* siswa masih perlu ditingkatkan melalui latihan yang didukung oleh komponen kondisi fisik yang sesuai.

Sejumlah kajian terdahulu telah mengangkat kaitan antara koordinasi mata-kaki maupun kelincahan memiliki hubungan dengan kemampuan *dribbling*. Hasyim dan Jährir, (2024) menemukan bahwa koordinasi mata-kaki memiliki hubungan yang signifikan terhadap kemampuan *dribbling*, sedangkan Putra, (2020) mengatakan bahwa koordinasi mata-kaki dan kelincahan secara bersama-sama memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan *dribbling* pemain sepak bola. Namun, penelitian-penelitian tersebut umumnya dilakukan pada subjek dan konteks yang berbeda sehingga masih diperlukan penelitian yang mengkaji hubungan kedua variabel tersebut secara simultan pada siswa ekstrakurikuler sepak bola tingkat SMP.

Berdasarkan uraian diatas, penelitian ini dirancang untuk mengkaji hubungan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan *dribbling*, hubungan kelincahan dengan kemampuan *dribbling*, serta hubungan koordinasi mata-kaki dan kelincahan secara bersama-sama terhadap kemampuan *dribbling* siswa ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Batusangkar. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam pengembangan ilmu kepelatihan olahraga, sekaligus menjadi bahan pertimbangan bagi guru PJOK maupun pelatih dalam menyusun program latihan yang lebih efektif untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* pemain usia sekolah.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan korelasional, yaitu jenis penelitian yang bertujuan mengidentifikasi hubungan serta tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih tanpa melakukan intervensi atau manipulasi terhadap variabel-variabel tersebut (Pratama dkk., 2023). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah koordinasi mata-kaki (X_1) dan kelincahan (X_2), sedangkan variabel terikatnya adalah kemampuan *dribbling* sepak bola (Y). Kerangka hubungan antar variabel tersebut digambarkan pada Gambar 1.



Gambar 1. Kerangka Konseptual Penelitian

Populasi penelitian mencakup seluruh siswa yang tergabung dalam ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Batusangkar yang berjumlah 21 orang (Susanto dkk., 2024). Karena jumlah populasi tergolong kecil, pengambilan sampel dilakukan dengan teknik sensus, yaitu teknik penentuan sampel yang melibatkan seluruh anggota populasi sebagai responden penelitian (Mushofa dkk., 2024), sehingga sampel penelitian berjumlah 21 orang siswa.

Data koordinasi mata-kaki diambil melalui *Soccer Wall Volley Test*, yaitu tes menendang bola ke arah sasaran pada dinding sebanyak mungkin dalam tiga kali ulangan yang berdurasi 20 detik setiap ulangannya. Data kelincahan dikumpulkan menggunakan *Illinois Agility Run Test*, yaitu tes lari secepat mungkin melewati lintasan berbentuk zig-zag sepanjang 10 meter dengan delapan *cone* sebagai penanda arah. Adapun kemampuan *dribbling* diukur menggunakan tes menggiring bola zig-zag melewati enam *cone* dari garis start sampai garis finish, yang dicatat dalam satuan waktu (detik).

Data yang terkumpul dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk memperoleh nilai tertinggi, terendah, rata-rata (mean), dan standar deviasi setiap variabel. Uji normalitas

data dilakukan dengan uji *Liliefors* pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$. Pengujian hipotesis hubungan antara masing-masing variabel bebas dengan variabel terikat dilakukan melalui korelasi *Product Moment* yang dilanjutkan dengan uji-t, sedangkan hubungan kedua variabel bebas secara bersama-sama dengan variabel terikat diuji melalui korelasi ganda yang dilanjutkan dengan uji-F.

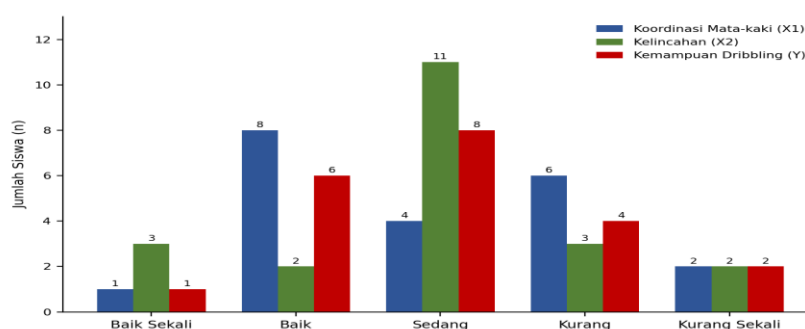
HASIL

Berdasarkan hasil pengukuran terhadap 21 siswa ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Batusangkar, diperoleh gambaran statistik deskriptif sebagaimana disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Deskripsi Statistik Data Penelitian

Variabel	N	Skor Minimum	Skor Maksimum	Mean	SD
Koordinasi Mata-kaki	21	6	15	12,05	1,63
Kelincahan	21	16,09	20,98	18,63	1,26
Kemampuan <i>Dribbling</i>	21	10,45	13,50	11,78	0,84

Secara umum, distribusi kategori masing-masing variabel didominasi oleh kategori “Sedang”, yaitu 19% untuk koordinasi mata-kaki, 52% untuk kelincahan, dan 38% untuk kemampuan *dribbling* (Gambar 2). Rerata koordinasi mata-kaki (12,05) dan rerata kelincahan (18,63 detik) siswa berada pada kategori sedang, demikian pula rerata kemampuan *dribbling* (11,78 detik), yang mengindikasikan bahwa kemampuan *dribbling* siswa ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Batusangkar secara umum masih belum berada pada level optimal.



Gambar 2. Distribusi Kategori Data Koordinasi Mata-kaki, Kelincahan, dan Kemampuan *Dribbling*

Uji normalitas data dengan uji *Liliefors* pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ menunjukkan bahwa ketiga variabel penelitian berdistribusi normal, sebagaimana disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas *Liliefors*

Variabel	N	Lo	Ltabel	Keterangan
Koordinasi Mata-kaki	21	0,149	0,193	Normal
Kelincahan	21	0,119	0,193	Normal
Kemampuan <i>Dribbling</i>	21	0,097	0,193	Normal

Karena nilai L_o pada setiap variabel lebih kecil daripada L_{tabel} , seluruh data penelitian dinyatakan berasal dari populasi yang berdistribusi normal sehingga layak digunakan untuk pengujian hipotesis. Pengujian hipotesis dilakukan melalui korelasi *Product Moment* yang dilanjutkan dengan uji-t untuk hubungan parsial, serta korelasi ganda yang dilanjutkan dengan uji-F untuk hubungan simultan. Rangkuman hasil pengujian disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Rangkuman Hasil Uji Korelasi dan Uji Signifikansi

Hubungan Variabel	r / R	r-tabel / R-tabel	t / F	t-tabel / F-tabel	Keterangan
X ₁ -Y	-0,546	0,433	2,847	2,093	Signifikan
X ₂ -Y	0,620	0,433	3,443	2,093	Signifikan

X_1, X_2-Y	0,821	0,433	18,678	3,55	Signifikan
--------------	-------	-------	--------	------	------------

*Nilai koefisien korelasi X_1 dengan Y bertanda negatif (-0,546) karena variabel kemampuan *dribbling* (Y) diukur dalam satuan waktu (detik); nilai absolutnya (0,546) yang dibandingkan dengan r_{tabel} untuk menyatakan signifikansi hubungan.

Hasil analisis menunjukkan bahwa koordinasi mata-kaki memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan *dribbling* ($t_{hitung} 2,847 > t_{tabel} 2,093$). Nilai koefisien korelasi yang bertanda negatif (-0,546) menunjukkan arah hubungan yang berkebalikan secara nilai mentah, namun tetap bermakna searah secara substantif: semakin tinggi koordinasi mata-kaki yang dimiliki siswa, semakin sedikit waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tes *dribbling*, yang berarti kemampuan *dribbling* siswa tersebut semakin baik. Temuan ini sejalan dengan pandangan Fajrian dkk., (2026) bahwa koordinasi mata-kaki merupakan proses penyesuaian antara informasi visual yang ditangkap mata dengan respons gerakan kaki, di mana mata merekam situasi lapangan yang kemudian diolah sistem saraf untuk menggerakkan kaki secara presisi. Yakini dkk., (2025) juga menegaskan bahwa keberhasilan *dribbling* tidak selalu ditentukan oleh kecepatan lari, melainkan oleh ketajaman mata dalam membaca jarak serta respons kaki yang presisi agar bola tetap terkontrol dan sulit direbut lawan.

Kelincahan juga terbukti berkorelasi signifikan dengan kemampuan *dribbling* ($t_{hitung} 3,443 > t_{tabel} 2,093$). Kelincahan merupakan kemampuan tubuh seseorang untuk mengubah arah atau posisi secara cepat dan efisien tanpa kehilangan keseimbangan, yang dalam praktiknya terintegrasi dengan akselerasi, deselerasi, dan kontrol motorik saat berinteraksi dengan bola (Laden dkk., 2026). Kelincahan menjadi modal utama bagi atlet untuk merespons dan beradaptasi secara instan terhadap situasi permainan yang berubah-ubah (Nainggolan dkk., 2024). Semakin baik tingkat kelincahan yang dimiliki siswa, semakin efektif pula kemampuannya dalam menggiring bola melewati hadangan lawan sambil tetap menjaga penguasaan bola (Putra & Gazali, 2017).

Secara simultan, koordinasi mata-kaki dan kelincahan juga terbukti berkorelasi signifikan dengan kemampuan *dribbling* ($F_{hitung} 18,678 > F_{tabel} 3,55$), dengan koefisien korelasi ganda sebesar 0,821. Temuan ini memperkuat pandangan Adnan dkk., (2025) bahwa keterkaitan kelincahan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *dribbling* dapat diamati secara nyata saat seorang pemain menerima operan bola, kemudian secara instan menggiring bola secara taktis untuk melewati kawalan lawan. Kedua komponen biomotorik ini bersifat saling melengkapi dan sama-sama dibutuhkan agar teknik *dribbling* dapat dieksekusi secara presisi di lapangan pertandingan.

Temuan penelitian ini relevan dengan hasil penelitian Hasyim dan Jahir, (2024) yang menemukan keterkaitan yang signifikan antara keseimbangan dan koordinasi mata-kaki dengan hasil *dribbling* menggunakan kaki bagian dalam ($R = 0,720$), serta penelitian Putra (2020) yang menemukan kontribusi signifikan antara kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan *dribbling* bola ($F_{hitung} 6,109 > F_{tabel} 3,59$). Dengan demikian, koordinasi mata-kaki dan kelincahan dapat dikonfirmasi sebagai dua komponen kondisi fisik yang secara konsisten berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling* pemain sepak bola pada berbagai konteks dan jenjang usia.

PEMBAHASAN

1. Hubungan Koordinasi Mata-kaki dengan Kemampuan *Dribbling*

Hasil penelitian memperlihatkan adanya hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan *dribbling* siswa ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Batusangkar. Nilai koefisien korelasi sebesar -0,546 tergolong dalam kategori sedang. Tanda negatif pada koefisien korelasi tidak menunjukkan hubungan yang berlawanan secara substantif, melainkan disebabkan oleh pengukuran kemampuan *dribbling* menggunakan waktu tempuh. Dengan demikian, semakin baik koordinasi mata-kaki yang

dimiliki siswa, maka semakin singkat waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tes *dribbling*, yang berarti kemampuan *dribbling* semakin baik.

Secara teoritis, koordinasi mata-kaki adalah kemampuan memadukan informasi visual dengan gerak kaki sehingga menghasilkan gerakan yang efektif, efisien, dan terarah. Dalam permainan sepak bola, pemain harus mampu mengamati posisi bola, lawan, rekan satu tim, serta ruang permainan dalam waktu yang bersamaan, kemudian menerjemahkan informasi tersebut menjadi gerakan kaki yang tepat ketika menggiring bola. Oleh karena itu, koordinasi mata-kaki memiliki peranan penting dalam menjaga penguasaan bola selama melakukan *dribbling*.

Temuan penelitian ini selaras dengan pendapat (Mora dkk., 2021) yang menyatakan bahwa koordinasi mata-kaki diperlukan agar bola tetap berada dalam jangkauan kaki selama proses *dribbling*. Selain itu, Hafidzullah dkk., (2024) menjelaskan bahwa pemain yang memiliki koordinasi mata-kaki yang baik memungkinkan pemain tersebut melakukan *dribbling* dengan lebih efektif karena koordinasi gerak yang lebih baik menghasilkan kontrol bola yang lebih optimal. Hasil penelitian ini juga memperkuat temuan Hasyim dan Jährir, (2024) yang menyatakan bahwa koordinasi mata-kaki memiliki hubungan yang signifikan terhadap kemampuan *dribbling* pada permainan sepak bola.

Merujuk pada hasil penelitian tersebut dapat dipahami bahwa peningkatan kemampuan *dribbling* tidak cukup hanya dilakukan melalui latihan teknik menggiring bola secara berulang, tetapi juga perlu didukung oleh latihan yang mampu meningkatkan koordinasi mata-kaki, seperti *Soccer Wall Volley Test*, latihan passing ke sasaran, maupun latihan koordinasi dengan stimulus visual. Dengan demikian, pengembangan koordinasi mata-kaki dapat menjadi salah satu fokus latihan dalam meningkatkan kemampuan *dribbling* pemain usia sekolah.

2. Hubungan Kelincahan dengan Kemampuan *Dribbling*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan *dribbling* siswa ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Batusangkar. Nilai koefisien korelasi menunjukkan bahwa semakin baik tingkat kelincahan siswa, maka semakin baik pula kemampuan *dribbling* yang dimiliki. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kelincahan merupakan salah satu komponen kondisi fisik yang berperan penting dalam menunjang keterampilan teknik dasar sepak bola, khususnya kemampuan menggiring bola.

Secara teoritis, kelincahan dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk berpindah arah atau mengubah posisi tubuh secara efisien dalam waktu singkat dengan tetap mempertahankan kontrol dan keseimbangan gerakan. Dalam permainan sepak bola, kemampuan tersebut sangat dibutuhkan ketika pemain harus melewati lawan, menghindari tekanan, maupun mengubah arah serangan tanpa kehilangan penguasaan bola. Pemain yang memiliki kelincahan yang baik akan lebih mudah melakukan perubahan arah secara tiba-tiba sambil tetap mempertahankan kontrol bola.

Temuan penelitian ini sesuai dengan pendapat Gemaël dan Kurniawan, (2019) yang menyatakan bahwa kelincahan merupakan kemampuan mengubah arah secara cepat tanpa kehilangan keseimbangan tubuh. Selain itu, Kaisar dan Gazali, (2025) menjelaskan bahwa kelincahan memiliki peranan penting dalam pelaksanaan teknik *dribbling* karena memungkinkan pemain mempertahankan penguasaan bola meskipun bergerak pada ruang yang sempit atau berada di bawah tekanan lawan. Hasil penelitian ini juga mendukung penelitian Putra, (2020) yang menemukan bahwa kelincahan memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan *dribbling* pemain sepak bola.

Implikasi dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan kemampuan *dribbling* perlu diimbangi dengan latihan-latihan yang berorientasi pada peningkatan kelincahan, seperti *Illinois Agility Run*, *ladder drill*, *cone drill*, maupun latihan perubahan

arah yang dikombinasikan dengan teknik menggiring bola. Melalui latihan tersebut, pemain tidak hanya memiliki kemampuan bergerak cepat, tetapi juga mampu mempertahankan kontrol bola secara optimal ketika menghadapi situasi permainan yang dinamis.

3. Hubungan Koordinasi Mata-kaki dan Kelincahan dengan Kemampuan *Dribbling*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa koordinasi mata-kaki dan kelincahan secara bersama-sama memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan *dribbling* siswa ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Batusangkar. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh koefisien korelasi ganda sebesar 0,821. Nilai tersebut menunjukkan bahwa koordinasi mata-kaki dan kelincahan secara simultan memiliki tingkat hubungan yang sangat kuat terhadap kemampuan *dribbling* siswa. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kemampuan *dribbling* tidak hanya dipengaruhi oleh satu komponen kondisi fisik, tetapi merupakan hasil interaksi berbagai kemampuan biomotor yang saling melengkapi.

Hal tersebut terlihat dari nilai koefisien korelasi ganda ($R = 0,821$) yang lebih tinggi dibandingkan koefisien korelasi parsial masing-masing variabel. Kondisi ini menunjukkan bahwa koordinasi mata-kaki dan kelincahan saling melengkapi dalam mendukung kemampuan *dribbling* sehingga pengembangan kedua komponen tersebut secara bersamaan akan memberikan hasil latihan yang lebih optimal.

Koordinasi mata-kaki berperan dalam menyelaraskan informasi visual dengan gerakan kaki sehingga pemain mampu mempertahankan kontrol bola secara akurat ketika bergerak. Sementara itu, kelincahan memungkinkan pemain melakukan perubahan arah secara cepat tanpa kehilangan keseimbangan maupun penguasaan bola. Apabila kedua kemampuan tersebut berkembang secara bersamaan, maka pemain akan lebih mudah melakukan *dribbling* secara efektif dalam berbagai situasi permainan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan kerangka konseptual penelitian yang menyatakan bahwa kemampuan *dribbling* berkaitan dengan kombinasi koordinasi mata-kaki dan kelincahan sebagai dua komponen fisik yang bekerja secara bersamaan. Temuan ini juga memperkuat hasil penelitian Putra, (2017) yang menyatakan koordinasi mata-kaki dan kelincahan yang dimiliki pemain secara kolektif berhubungan dengan peningkatan kemampuan *dribbling*, dengan kontribusi yang signifikan terhadap keterampilan tersebut.

Secara praktis, hasil penelitian ini memberikan implikasi bahwa pelatih maupun guru PJOK sebaiknya tidak hanya berfokus pada latihan teknik *dribbling*, tetapi juga mengembangkan program latihan yang mengintegrasikan peningkatan koordinasi mata-kaki dan kelincahan secara bersamaan. Pendekatan latihan yang terpadu diharapkan mampu meningkatkan kualitas penguasaan bola, efektivitas *dribbling*, serta performa bermain siswa dalam situasi pertandingan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pengujian hipotesis, dapat disimpulkan bahwa koordinasi mata-kaki memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan *dribbling* siswa ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Batusangkar ($t_{hitung} 2,847 > t_{tabel} 2,093$), kelincahan memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan *dribbling* ($t_{hitung} 3,443 > t_{tabel} 2,093$), dan secara bersama-sama koordinasi mata-kaki dan kelincahan memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan *dribbling* ($F_{hitung} 18,678 > F_{tabel} 3,55$; $R = 0,821$). Temuan ini menegaskan bahwa koordinasi mata-kaki dan kelincahan, baik secara parsial maupun simultan, merupakan komponen kondisi fisik yang berkontribusi nyata terhadap kualitas kemampuan *dribbling* siswa. Atas dasar temuan tersebut, guru PJOK dan pelatih disarankan untuk merancang program latihan yang secara khusus memadukan latihan koordinasi mata-kaki dan kelincahan guna meningkatkan efisiensi dan kecepatan *dribbling* siswa, sementara siswa diharapkan lebih aktif melatih kedua komponen fisik tersebut baik selama kegiatan

ekstrakurikuler maupun secara mandiri. Penelitian selanjutnya juga disarankan untuk menambahkan variabel kondisi fisik lain, seperti keseimbangan, kekuatan otot tungkai, atau kelentukan, serta memperluas jumlah sampel agar diperoleh gambaran yang lebih menyeluruh mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kemampuan *dribbling*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak SMP Negeri 1 Batusangkar, pelatih dan siswa ekstrakurikuler sepak bola yang telah bersedia menjadi subjek penelitian, bapak/ibu dosen, keluarga dan seluruh pihak yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan dukungan kepada penulis selama proses penelitian dan penulisan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adnan, A., Arnando, M., Eldawaty, E., & Lawanis, H. (2025). Hubungan Kelincahan dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Kemampuan Dribbling Pemain Sepakbola Minang Sejagat Fc (Football Club) Payakumbuh. *Jurnal JPDO*, 8(5), 2330–2339.
- Fajrian, K., Arnando, M., Atradinal, A., & Saputra, M. (2026). Hubungan Antara Kelincahan dan Koordinasi Mata Kaki dengan Kemampuan Dribbling pada Pemain Futsal Real Wahid Pekanbaru. *Jurnal JPDO*, 9(1), 383–392.
- Gemael, Q. A., & Kurniawan, F. (2019). Pengaruh Latihan Kelincahan Dengan Intensitas Tinggi dan Intensitas Sedang Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola. *Competitor*, 11(3), 155–161.
- Hafidzullah, M. R., Sudarmanto, E., & Fatoni, M. (2024). Kemampuan menggiring bola ditinjau dari keseimbangan dan koordinasi mata kaki. *Jurnal Porkes*, 7(1), 511–523. <https://doi.org/10.29408/porkes.v7i1.25491>
- Hasyim, M., & Jahrir, A. (2024). Hubungan keseimbangan dan koordinasi mata kaki terhadap hasil dribbling menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepakbola. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 4(3).
- Kaisar, S., & Gazali, N. (2025). Kontribusi Kecepatan dan Kelincahan terhadap Keterampilan Dribble Sepakbola pada Siswa Ekstrakurikuler SMP Negeri 34 Pekanbaru. *Aktifa: Jurnal Pembelajaran Aktif Jasmani Dan Olahraga*, 1(1).
- Laden, T. M., Erianti, E., Atradinal, A., & Lawanis, H. (2026). Hubungan Kecepatan Dan Kelincahan Dengan Kemampuan Dribble Bola Pemain SSB Putra Painan Kabupaten Pesisir Selatan. *Jurnal JPDO*, 9(2), 505–513.
- Mora, L., Firlando, R., & Salman, E. (2021). Hubungan koordinasi mata kaki dengan ketepatan shooting ke gawang SSB Silampari Kota Lubuklinggau. *SJS: Silampari Journal Sport*, 1(2), 9–17. <https://doi.org/10.55526/sjs.v1i2.117>
- Mushofa, M., Hermina, D., & Huda, N. (2024). Memahami populasi dan sampel: Pilar utama dalam penelitian kuantitatif. *Jurnal Syntax Admiration*, 5(12), 5937–5948.
- Nainggolan, R. P., Yulifri, Y., Handayani, S. G., & Lawanis, H. (2024). Kontribusi Kelentukan Pinggang Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling Atlet Futsal Di Club SMAN 1 Lubuk Pakam. *Jurnal JPDO*, 7(11), 2468–2475.
- Pratama, R., Aisyah, S. A., Putra, A. M., Sirodj, R. A., & Afgan, M. W. (2023). Correlational Research. *Jiip - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(3), 1754–1759. <https://doi.org/10.54371/jiip.v6i3.1420>
- Putra, A. N. (2017). Hubungan Antara Rasa Percaya Diri, Kelentukan Togok, Dan Koordinasi Mata-Kaki Dengan Keterampilan Menggiring Bola Atlet Sepakbola Klub Psts Tabing Padang. *Motion: Jurnal Riset Physical Education*, 8(1), 1–12.
- Putra, A. N., & Gazali, V. (2017). Kontribusi kelentukan pinggang dan kelincahan terhadap kemampuan dribbling atlet sepakbola PSTS Tabing Padang. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 16(2).

- Putra, M. A. (2020). Kontribusi kelincahan dan koordinasi mata kaki dengan kemampuan dribbling bola. *Jurnal Sain Olahraga Dan Pendidikan Jasmani*, 20.
- Susanto, P. C., Arini, D. U., Yuntina, L., Soehaditama, J. P., & Nuraeni, N. (2024). Konsep penelitian kuantitatif: Populasi, sampel, dan analisis data (sebuah tinjauan pustaka). *Jurnal Ilmu Multidisplin*, 3(1), 1–12.
- Yakin, R. K., Solihin, A. O., & Syamsudar, B. (2025). Hubungan Kelincahan, Kecepatan, Kekuatan Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki dengan Keterampilan Menggiring Bola pada Permainan Sepakbola. *Jurnal Master Penjas & Olahraga*, 6(1), 580–587.