



## Kontribusi Koordinasi Mata-Kaki Dan Keseimbangan Dengan Kemampuan Sepaksila Dalam Permainan Sepaktakraw Pada Murid SD Negeri 28 Tumampua II Kab.Pangkep.

**Muhammad Nur<sup>1</sup>**

---

**Keywords :**

Koordinasi Mata-Kaki,  
Keseimbangan,  
Kemampuan Sepaksila

**Correspondensi Author**

<sup>1</sup> Universitas Negeri Makassar,  
Email:

**Article History**

**Received:** 30-06-2018;

**Reviewed:** 10-07-2018;

**Accepted:** 15-17-2018;

**Published:** 23-07-2018

**ABSTRACT**

*Penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui; (1) Apakah ada kontribusi koordinasi mata-kaki dengan kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw pada murid SD Negeri 28 Tumampua II Kab.Pangkep; (2) Apakah ada kontribusi keseimbangan dengan kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw pada murid SD Negeri 28 Tumampua II Kab.Pangkep; (3) Apakah ada kontribusi secara bersama-sama koordinasi mata-kaki dan keseimbangan dengan kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw pada murid SD Negeri 28 Tumampua II Kab.Pangkep. Populasinya adalah seluruh siswa putra murid SD Negeri 28 Tumampua II Kab.Pangkep. Sampel yang digunakan adalah sebanyak 40 orang . Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif, analisis inferensial melalui program SPSS 15 pada taraf signifikan  $\alpha = 0,05$ . Hasil penelitian menunjukkan bahwa; (1) Ada kontribusi yang signifikan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw murid SD Negeri 28 Tumampua II Kab.Pangkep dengan nilai korelasi sebesar 0,700 ( $p < 0,05$ ). (2) Ada kontribusi yang signifikan keseimbangan terhadap kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw murid SD Negeri 28 Tumampua II Kab.Pangkep dengan nilai korelasi sebesar 0,753 ( $p < 0,05$ ) (3) Ada kontribusi yang signifikan koordinasi mata-kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw murid SD Negeri 28 Tumampua II Kab.Pangkep dengan nilai korelasi sebesar 0,576 ( $p < 0,05$ ) dan berkontribusi sebesar 57,2%. Terhadap kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw murid SD Negeri 28 Tumampua II Kab.Pangkep.*

**Kata Kunci:** Koordinasi Mata-Kaki, Keseimbangan,  
Kemampuan Sepaksila

---

## PENDAHULUAN

Sepaksila merupakan salah satu teknik dasar yang sangat penting dalam permainan sepaktakraw. Permainan sepaktakraw dengan identik sepaksila yang merupakan dasar dari semua gerakan, dengan sepaksila yang baik akan dapat membantu pemain dalam menguasai bola, sehingga dalam memberikan umpan kepada teman yang akan melakukan smash, arahnya dapat disesuaikan dengan keinginannya. Oleh sebab itu salah satu teknik dasar yang sangat menentukan kemenangan suatu regu adalah pemain yang memiliki sepaksila yang baik. Dalam permainan sepaktakraw kekalahan suatu regu, sering disebabkan karena tekong regu tersebut tidak mampu melakukan sepaksila dengan baik, atau dengan kata lain bahwa kesalahan dalam melakukan sepaksila lebih banyak, sehingga tidak mampu mendapat angka, apalagi memenangkan permainan atau pertandingan. Penguasaan teknik sepaksila yang baik bagi seorang pemain dapat terjadi apabila ditunjang oleh beberapa faktor yang dapat mendukung, diantaranya adalah faktor kemampuan fisik dari pemain itu sendiri seperti kekuatan tungkai, keseimbangan dan koordinasi mata-kaki.

Mengenai faktor kekuatan tungkai, bagi yang memiliki kekuatan tungkai yang baik dengan keserasian tinggi badan dan besar tubuh yang ideal adalah merupakan salah satu potensi yang turut menentukan kualitas sepaksila yang dilakukan. Peranan kekuatan tungkai dalam melakukan sepaksila terutama diperlukan pada saat pemain melakukan umpan kepada teman yang akan melakukan smash, dengan semakin kuat tungkai seorang pemain takraw maka mudah dalam mengangkat bola menuju teman yang akan melakukan smash. Sehingga disaat melakukan smash teman merasa tidak kewalahan dengan arah dan tinggi bola yang diumpankan. Oleh sebab itu kemampuan sepaksila yang benar dan terukur harus dimiliki oleh seorang tekong maupun seorang apit. Sehingga hal ini diperkirakan dengan kekuatan tungkai yang cukup baik berhubungan erat dengan kemampuan sepaksila.

keseimbangan merupakan salah satu komponen fisik yang harus dikembangkan untuk dapat menguasai teknik sepaksila dengan baik. Peranan keseimbangan dalam melakukan sepaksila adalah sangat penting, terutama pada saat bola disepak, disini dibutuhkan

keseimbangan tubuh dalam mempertahankan posisi tubuh agar tetap seimbang, sehingga dalam melakukan sepaksila tubuh tetap stabil dan menghasilkan sepakan yang baik dan benar. sehingga mengarahkannya sesuai yang diinginkan. Tentu saja hal ini dapat menunjang pelaksanaan sepaksila secara efektif.

Di samping itu, yang tidak kalah pentingnya dalam menunjang kemampuan sepaksila yang baik adalah koordinasi mata-kaki. Tungkai sebagai alat gerak tubuh bagian bawah yang dipergunakan untuk melakukan sepaksila dalam permainan sepaktakraw, dituntut memiliki potensi tersendiri agar dapat mendukung pelaksanaan sepaksila yang baik koordinasi mata-kaki merupakan salah satu kondisi fisik yang sangat dibutuhkan dalam pelaksanaan sepaksila. Dengan koordinasi mata-kaki yang baik, akan dapat melakukan sepakan persis perkenaannya pada pertengahan bola sehingga arah dan kerasnya bola dapat dikontrol oleh pemain. Perkenaan bola dengan kaki yang baik akan dapat menghasilkan sepakan yang baik pula. Oleh sebab itu pemain yang memiliki koordinasi mata-kaki yang baik merupakan modal utama yang dapat menunjang kemampuan sepaksila yang lebih baik dibandingkan dengan pemain yang memiliki koordinasi mata-kaki yang kurang baik.

Uraian tersebut di atas, memberi gambaran bahwa untuk dapat melakukan sepaksila dalam permainan sepaktakraw dengan baik, maka harus ditunjang oleh beberapa unsur kemampuan fisik diantaranya kekuatan tungkai, keseimbangan dan koordinasi mata-kaki. Jika kekuatan tungkai, keseimbangan dan koordinasi mata-kaki kurang baik maka tidak mungkin seseorang untuk mencapai prestasi maksimal, khususnya pada saat melakukan sepaksila 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 mempunyai hubungan erat dan mempengaruhi kemampuan sepaksila sepaktakraw yang baik, maka perlu dibuktikan secara ilmiah melalui penelitian ini dengan judul: "hubungan kekuatan tungkai, keseimbangan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw".

Kordinasi merupakan keterampilan antara gerakan yang satu dengan yang lainnya sehingga mampu menghasilkan suatu bentuk keterampilan gerak yang cukup sempurna. Pada dasarnya koordinasi adalah merupakan kemampuan untuk mengontrol gerak tubuh. Seseorang dikatakan koordinasinya baik apabila ia mampu bergerak dengan mudah dan lancar dalam merangkaikan atau memadukan gerakan yang satu dengan yang lainnya, maka ia mampu melakukan gerakan secara efisien, pada akhirnya mampu melakukan aktifitas gerak fisik dengan baik. Menurut Neiman (1990:30) mengatakan bahwa "koordinasi adalah kemampuan menggunakan perasaan, penglihatan dan pendengaran bersama-sama dengan bagian-bagian tubuh dalam penampilan gerak secara tepat dan lancar. Kavin O. Donnel dan Corin Seagrave (1993:3) berpendapat bahwa koordinasi adalah kemampuan untuk menyongsong mulai bekerjanya suatu otot pada saat anda serentak menghentikan rangsangan kepada yang berlawanan dengan otot.

Koordinasi adalah kemampuan biomotor yang sangat kompleks berkaitan dengan kecepatan, kekuatan, daya tahan, dan kelentukan. Selain dari itu, juga termasuk perpaduan perilaku dari dua atau lebih persendian, yang satu sama lainnya berkaitan dalam menghasilkan suatu kemampuan gerak. Kordinasi dari berbagai macam bagian tubuh, termasuk suatu kemampuan untuk menampilkan suatu model keterampilan gerak. kemampuan tersebut dimaksudkan untuk mengendalikan bagian tubuh yang bebas dilibatkan dalam suatu model gerakan yang kompleks, dan menggabungkan bagian-bagian tersebut dalam suatu gerakan, gerakan yang lancar, keberhasilan usaha dalam mencapai suatu tujuan. Dengan demikian, koordinasi merupakan kualitas otot, tulang dan persendian, termasuk panca indra dalam menghasilkan suatu gerak. kemampuan koordinasi merupakan suatu aktualisasi komponen-komponen gerak yang dimaksud antara lain terdiri dari: sistem energi, kontraksi otot, syaraf, tulang, persendian, dan indera mata.

Keseimbangan merupakan kemampuan seseorang mempertahankan sistem tubuh, baik dalam posisi gerak dinamis yang mana keseimbangan juga merupakan hal yang sangat penting didalam melakukan suatu gerakan, karena dengan keseimbangan yang baik, maka seseorang mampu mengkoordinasikan gerakan-gerakan, dan dalam beberapa hal ketangkasan

unsur kelincahan. 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 Muchammad sajoto (1988:58) tentang kemampuan mengatasi titik berat badan yang lebih dikenal dengan istilah keseimbangan bahwa: Keseimbangan atau *balance* adalah kemampuan seseorang mengendalikan organ-organ syaraf ototnya selama melakukan gerakan-gerakan yang cepat dengan perubahan letak titik berat badan yang cepat pula baik dalam keadaan statis maupun lebih-lebih dalam keadaan gerak dinamis.

Lebih lanjut Harsono (1988:223) mengemukakan bahwa keseimbangan atau *balance* adalah "Kemampuan untuk mempertahankan sistem *neuromuscular* kita dalam kondisi statis, atau mengontrol sistem *neuromuscular* tersebut dalam suatu posisi atau sikap yang efisien selagi kita bergerak".

Pada umumnya olahraga banyak yang mengharuskan olahragawan (atlet) memacu kecepatan dalam waktu singkat dari posisi diam. Apabila hal ini diperlukan, olahragawan sedapatnya menempatkan posisi tubuhnya dalam posisi bergerak sehingga mudah kehilangan keseimbangan, untuk kemudian memilih gerakan yang baru.

Dari berbagai pengertian keseimbangan diatas, maka, dapat dikatakan bahwa keseimbangan merupakan kemampuan seseorang mengendalikan organ-organ syaraf otot untuk menahan beban atau tahanan yang dilakukan di dalam beraktifitas baik secara statis maupun dinamis, seperti pada saat melakukan sepaktila dalam permainan sepakbola, disini dibutuhkan keseimbangan yang agar sepakan yang dilakukan dapat terkontrol dengan baik sesuai dengan yang diinginkan, serta dapat dengan mudah dalam menentukan maupun melakukan gerakan selanjutnya, seperti melakukan smash ataupun membendung serangan lawan.

Penguasaan teknik dasar sepaktila merupakan salah satu unsur yang ikut menentukan menang atau kalahnya dalam suatu pertandingan disamping unsur-unsur kondisi fisik, taktik dan mental. Syarifuddin (1994:42), mengemukakan bahwa:

"Seorang atlet yang mendapatkan latihan dengan berbagai situasi dan kondisi akan memiliki kemampuan untuk melakukan seleksi yang lebih luas dibandingkan dengan atlet yang hanya

dilatih dengan situasi dan kondisi yang monoton”

Mengenai teknik dasar permainan sepak takraw, Ismail Tola (1988:10-11), mengemukakan sebagai berikut :

1. Sepakan yang terdiri dari : (1) sepak sila yang bertujuan untuk, a) mengontrol dan menimang bola, b) membuat operan/umpan, c) menyelamatkan bola dari serangan lawan; (2) sepak kuda (punggung kaki) yang bertujuan untuk; a) memainkan bola rendah/jauh dan smash (rejam), b) menyelamatkan bola dari serangan lawan; (3) Sepak cangkil (ujung kaki) yang bertujuan untuk menyelamatkan bola yang jauh dan rendah; (4) telapak kaki yang bertujuan untuk menahan smash dan untuk mensmash ke pihak lawan serta menyelamatkan bola yang jauh dan rendah. 2. Mengkop yang terdiri dari : (1) bagian dahi yang berfungsi untuk mengumpan dan mensmash ke pihak lawan, (2) bagian kiri dan kanan untuk mensmash, (3) bagian belakang untuk menipu lawan; 3. Menahan dengan dada yang bertujuan untuk menyelamatkan bola dari serangan lawan; 4. Menahan dengan paha untuk bertahan dan menyelamatkan bola; dan 5 Menahan dengan bahu, yang digunakan dalam keadaan darurat waktu lawan menyerang.

Melihat materi-materi teknik dasar permainan sepak takraw yang harus dikuasai oleh pemain-pemain sepak takraw, sehingga untuk melaksanakan semuanya teknik dasar tersebut akan menyita waktu yang terlalu lama. Sehubungan dengan judul penelitian yang membahas mengenai kemampuan sepak mula. Kemampuan sme merupakan salah satu teknik dasar sepak takraw mempunyai peranan yang sangat penting, karena keberhasilan suatu tim atau regu ditentukan oleh kemampuan setiap individu dalam melakukan sepaksila.

Dari berbagai teknik dasar yang terdapat permainan sepak takraw, perhatian lebih tertuju pada teknik sepaksila dengan menggunakan kaki

bagian dalam. Ratinus Darwis (1992:16), mengemukakan :

Sepaksila adalah menyepak bola dengan menggunakan kaki bagian dalam, Sepak mula digunakan untuk :

1. Menerima dan menimang (menguasai) bola.
2. Mengumpan dan antar bola.
3. Menyelamatkan serangan lawan.

Jadi kemampuan sepaksila adalah kemampuan seseorang untuk menyepak bola dengan menggunakan kaki bagian dalam. Untuk mendapatkan hasil sepakan yang baik dan benar, maka perlu dipertimbangkan teknik-teknik sepak mula yaitu : (1) berdiri dengan dua kaki terbuka berjarak selebar bahu, (2) kaki sepak digerakkan melipat setinggi lutut kaki tumpu, (3) bola dikenai atau bersentuh dengan bahagian dalam kaki sepak pada bahagian bawah dari bola, (4) kaki tumpu agak ditekuk sedikit, badan dibungkukkan sedikit, (5) mata melihat kepada bola, (6) kedua tangan dibuka dan dibengkokkan pada siku sebagai penjaga keseimbangan, (7) pergelangan kaki sepak pada waktu menyepak ditegakkan atau dikerjakan.

## **METODE**

Penelitian ini adalah jenis penelitian yang bersifat deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan koordinasi mata-kaki, keseimbangan dan kekuatan tungkai dengan kemampuan sepaksila dalam permainan sepak takraw. Ada dua variabel yang terlibat dalam penelitian ini, yakni variabel bebas terdiri dari 2 buah yaitu Koordinasi Mata-kaki ( $X_1$ ) dan Keseimbangan ( $X_2$ ), sedangkan variabel terikatnya adalah Kemampuan Sepaksila sepak takraw (Y). Desain penelitian sebagai rancangan atau gambaran yang dijadikan sebagai acuan dalam melakukan suatu penelitian

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis deskriptif data tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Rangkuman hasil analisis deskriptif data keseimbangan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan sepaksila pada permainan sepakakraw pada murid SD Negeri 28 Tumampua II Kabupaten Pangkep

Nilai Statistik	koordinasi mata-kaki	Keseimbangan	kemampuan sepaksila
N	40	40	40
Mean	14.07	19.37	12.70
Std. Deviation	2.21	5.12	3.34
Range	11.00	29.48	15.00
Minimum	9.00	8.40	5.00
Maximum	20.00	37.88	20.00

Tabel 1 di atas merupakan gambaran data, keseimbangan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan sepaksila pada permainan sepakakraw pada murid SD Negeri 28 Tumampua II Kabupaten Pangkep. Untuk lebih jelasnya diuraikan sebagai berikut:

- ◆ Koordinasi mata-kaki, diperoleh nilai rata-rata = 14,07, standar deviasi = 2,21, nilai terendah = 9, dan nilai tertinggi = 20
- ◆ keseimbangan, diperoleh nilai rata-rata = 19.37, standar deviasi = 5,12, nilai terendah = 8,4, dan nilai tertinggi = 37,88
- ◆ kemampuan sepaksila, diperoleh nilai rata-rata = 12,70, standar deviasi = 3,34, nilai terendah = 5, dan nilai tertinggi = 20

**a. Analisis regresi antara keseimbangan dengan kemampuan sepaksila pada permainan sepakakraw.**

Untuk menguji kebenaran hipotesis tentang ada tidaknya kontribusi antara keseimbangan dengan kemampuan sepaksila pada permainan sepakakraw pada murid SD Negeri 28 Tumampua II Kabupaten Pangkep, dilakukan analisis korelasi Pearson. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4. Rangkuman hasil Uji kontribusi data keseimbangan dengan kemampuan sepaksila pada permainan sepakakraw pada murid SD Negeri 28 Tumampua II Kabupaten Pangkep

Variabel	N	R	R Square	P <sub>value</sub>	Keterangan
Keseimbangan kemampuan sepaksila	40	0,753	0,567	0,000	Signifikan

Keterangan:

rho = Koefisien korelasi pearson

P<sub>value</sub> = Nilai Probabilitas

N = Banyaknya data

Berdasarkan Tabel 4 di atas terlihat bahwa hasil uji analisis koefisien korelasi dengan menggunakan uji korelasi Pearson

dikemukakan sebagai berikut; nilai R hitung (R) diperoleh = 0,753 (P<sub>value</sub> <  $\alpha$  0,05) berarti ada kontribusi antara keseimbangan dengan kemampuan sepaksila pada permainan sepakakraw pada murid SD Negeri 28 Tumampua II Kabupaten Pangkep. Nilai regresi square diperoleh 0,567 berarti keseimbangan memberikan kontribusi sebesar 56,7% terhadap kemampuan sepaksila.

**b. Analisis regresi antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan sepaksila pada permainan sepakakraw.**

Untuk menguji kebenaran hipotesis tentang ada tidaknya kontribusi antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan sepaksila pada permainan sepakakraw pada murid SD Negeri 28 Tumampua II Kabupaten Pangkep, dilakukan analisis korelasi Pearson. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4. Rangkuman hasil Uji regresi data koordinasi mata-kaki dengan kemampuan sepaksila pada permainan sepakakraw pada murid SD Negeri 28 Tumampua II Kabupaten Pangkep

Variabel	N	R	R square	P <sub>value</sub>	Keterangan
Koordinasi mata-kaki kemampuan sepaksila	40	0,700	0,490	0,000	Signifikan

Keterangan:

rho = Koefisien korelasi pearson  
P<sub>value</sub> = Nilai Probabilitas  
N = Banyaknya data

Berdasarkan Tabel 4 di atas terlihat bahwa hasil uji analisis koefisien korelasi dengan menggunakan uji korelasi Pearson dikemukakan sebagai berikut; nilai R hitung (R) diperoleh = 0,700 ( $P_{value} < \alpha$  0,05) berarti ada kontribusi antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan sepaksila pada permainan sepaktakraw pada murid SD Negeri 28 Tumampua II Kabupaten Pangkep. Nilai regresi square diperoleh 0,490 berarti koordinasi mata-kaki memberikan kontribusi sebesar 49% terhadap kemampuan sepaksila

### c. Analisis regresi antara koordinasi mata-kaki dan keseimbangan dengan kemampuan sepaksila pada permainan sepaktakraw

Untuk mengetahui keeratn kontribusi secara bersama-sama antara koordinasi mata-kaki dan keseimbangan dengan kemampuan sepaksila pada permainan sepaktakraw pada murid SD Negeri 28 Tumampua II Kabupaten Pangkep, maka perlu dianalisis dengan menggunakan analisis Regresi ganda. Untuk lebih jelasnya, maka rangkuman hasil analisis regresi ganda dapat dilihat pada Tabel 6.

Tabel 6. Rangkuman hasil Uji regresi ganda data , keseimbangan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan sepaksila pada permainan sepaktakraw pada murid SD Negeri 28 Tumampua II Kabupaten Pangkep

Variabel	N	R	R square	P <sub>value</sub>	Keterangan
keseimbangan dan koordinasi mata-kaki dengan Kemampuan sepaksila.	40	0,756	0,572	0,000	Signifikan

Keterangan:

rho = Koefisien korelasi Pearson  
P<sub>value</sub> = Nilai Probabilitas  
N = Banyaknya data

Berdasarkan Tabel 6 di atas terlihat bahwa hasil uji analisis koefisien regresi ganda dengan menggunakan uji regresi dikemukakan sebagai berikut; nilai regresi (R) diperoleh = 0,756 ( $P_{value} < \alpha$  0,05) setelah dilakukan uji signifikan atau keberartian regresi ganda dengan menggunakan uji F regresi diperoleh F hitung = 24,749 ( $P_{value} < \alpha$  0,05), maka H<sub>0</sub> ditolak dan H<sub>1</sub> diterima, berarti ada kontribusi yang signifikan antara keseimbangan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan sepaksila pada permainan sepaktakraw pada murid SD Negeri 28 Tumampua II Kabupaten Pangkep. Nilai regresi square diperoleh 0,572 berarti koordinasi mata-kaki dan keseimbangan secara bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 57,2% terhadap kemampuan sepaksila

### Pembahasan

Hasil-hasil analisis regresi dalam hipotesis perlu dikaji lebih lanjut dengan memberikan interpretasi keterkaitan antara hasil analisis yang dicapai dengan teori-teori yang mendasari penelitian ini. Penjelasan ini diperlukan agar dapat diketahui kesesuaian teori-teori yang dikemukakan dengan hasil penelitian yang dicapai. Untuk mengambil kesimpulan penelitian yang sesuai dengan tujuan penelitian, maka hasil analisis data yang perlu dibahas sesuai dengan teoriteoi yang mendasarinya. Adapun pembahasan yang dimaksud adalah sebagai berikut:

- Pengujian hipotesis menunjukkan, bahwa dari hasil analisis data diperoleh bahwa ada kontribusi antara keseimbangan dengan kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw pada murid SD Negeri 28 Tumampua II Kabupaten

Pangkep sebesar 56,7%. Keseimbangan adalah keadaan dimana tubuh kita dapat mempertahankan posisinya walaupun telah melakukan gerakan. Keseimbangan sangat diperlukan dalam melakukan sepaksila, ketika menyepak bola takraw, salah satu kaki digunakan untuk menyepak dan kaki yang lain digunakan untuk bertumpu. Kaki yang digunakan untuk bertumpu harus mampu mempertahankan kondisi tubuh agar tetap dalam keadaan seimbang, sehingga pelaksanaan sepaksila dapat berjalan sesuai yang dikehendaki. Selain itu jika tubuh dalam keadaan seimbang pada saat menyepak bola takraw, pemain dengan mudah menentukan arah sepakan bola dengan tenang dan sesuai arah yang diinginkan. Terlebih pada saat mengumpun kepada teman yang akan melakukan smash. Oleh sebab itu keseimbangan perlu ditingkatkan untuk mengembangkna kemampuan sepaksila menjadi lebih baik. Dengan demikian unsur keseimbangan dapat memprediksi terhadap kemampuan sepaksila pada permainan sepaktakraw. Hal ini mengandung makna bahwa, apabila nilai keseimbangan tergolong baik, maka akan diikuti dengan nilai kemampuan sepaksila pada permainan sepaktakraw yang baik pula. Begitu pula sebaliknya, apabila nilai keseimbangan yang kurang baik, maka akan diikuti dengan nilai kemampuan sepaksila pada permainan sepaktakraw yang kurang baik pula.

- Pengujian hipotesis menunjukkan, bahwa dari hasil analisis data diperoleh bahwa ada kontribusi antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan sepaksila pada permainan sepaktakraw pada murid SD Negeri 28 Tumampua II Kabupaten Pangkep sebesar 49%. Secara umum koordinasi diartikan sebagai kerja sama dari prosedur atau sesuatu yang berbeda, secara fisiologis koordinasi sebagai kerja sama dari sistem syaraf pusat dengan otot untuk menghasilkan tenaga, baik inter maupun intramusculer. Dengan pengertian luas, koordinasi sering juga merujuk pada istilah atau nama untuk beberapa kemampuan yang mendukung kerja sama dari proses gerak yang berbeda, misalnya dalam belajar, koordinasi dibedakan atas koordinasi kasar (kemampuan belajar

gerak), koordinasi halus (kemampuan mengendalikan gerak), dan koordinasi halus stabil (kemampuan merubah dan menyesuaikan gerak). Dengan adanya koordinasi mata-kaki pemain mampu menampilkan suatu model keterampilan gerak dalam melakukan sepaksila, dapat menggabungkan gerakan menjadi satu bagian yang kompleks yang memadukan tungkai atau kaki dengan penglihatan menjadi terpadu dalam suatu pola gerakan yang disertai perasaan kontrol bola yang cermat pada bagian-bagian kaki. Hal ini mengandung makna bahwa, apabila nilai koordinasi mata-kaki tergolong baik, maka akan diikuti dengan nilai kemampuan sepaksila dalam permainan sepaktakraw yang baik pula. Begitu pula sebaliknya, apabila nilai koordinasi mata-kaki yang kurang baik, maka akan diikuti dengan nilai kemampuan sepaksila permainan sepaktakraw yang kurang baik pula.

- Pengujian hipotesis menunjukkan, bahwa dari hasil analisis data diperoleh bahwa ada kontribusi antara keseimbangan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan sepaksila pada permainan sepaktakraw pada murid SD Negeri 28 Tumampua II Kabupaten Pangkep sebesar 52,7%. Hal ini dapat dijelaskan bahwa ketiga variabel bebas ini secara bersama-sama memberikan kontribusi yang nyata terhadap kemampuan sepaksila pada permainan sepaktakraw pada murid SD Negeri 28 Tumampua II Kabupaten Pangkep dan sekaligus membuktikan bahwa seorang pemain takraw harus memiliki , keseimbangan dan koordinasi mata-kaki. Sebab sepaksila pada permainan sepaktakraw adalah sepakan yang memerlukan gerakan yang cepat dan kuat, maka dalam pelaksanaannya membutuhkan kontrol gerak yang cepat, ketepatan pukulan dan kekuatan pukulan serta koordinasi mata-kaki dan koordinasi gerak secara tepat sehingga perkenaan bola dengan kaki serta arah pukulan sepaksila dilakukan sesuai sasaran.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Adapun kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Ada kontribusi koordinasi mata-kaki dengan kemampuan sepaksila pada permainan sepakakraw pada murid SD Negeri 28 Tumampua II Kabupaten Pangkep sebesar 49%.
2. Ada kontribusi secara bersama-sama antara keseimbangan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan sepaksila pada permainan sepakakraw pada murid SD Negeri 28 Tumampua II Kabupaten Pangkep sebesar 56,7%.
3. Ada kontribusi secara bersama-sama antara keseimbangan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan sepaksila pada permainan sepakakraw pada murid SD Negeri 28 Tumampua II Kabupaten Pangkep sebesar 57,2%.

Adapun saran yang dikemukakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi para guru penjas, pembina maupun pelatih olahraga permainan sepakakraw, bahwa kiranya dalam upaya untuk meningkatkan kemampuan sepaksila permainan sepakakraw bagi murid atau atlet yang dibina, hendaknya perlu memperhatikan unsur kemampuan fisik yang dapat menunjang, seperti koordinasi mata-kaki dan keseimbangan.
2. Bagi para atlet direkomendasikan bahwa perlu membekali diri mengenai pengetahuan tentang pentingnya mengembangkan dan memiliki kemampuan fisik seperti koordinasi mata-kaki dan keseimbangan guna dapat lebih meningkatkan kemampuan sepaksila yang dimiliki.
3. Bagi mahasiswa yang berminat melakukan penelitian lebih lanjut, disarankan agar melibatkan variabel-variabel lain yang relevan dengan penelitian ini serta dengan populasi dan sampel yang lebih luas.

## DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto, Suharsimi, 1996., *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Renika Cipta, Jakarta.
- Ateng, Abdul, Kadir. 1992. *Azas dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Dirjen Dikti, Jakarta.
- Harsono. 1998. *Coaching dan Aspek – Aspek Psikologi Dalam Coaching*. Depdikbud Dirjen Dikti, Jakarta.
- Darwis, Ratinus, 1992., *Olahraga Pilihan Sepaktakraw*. Depdiknas, Jakarta.
- Hadi, Sutrisno, 1990., *Analisis Regresi*. Andi Offset, Yogyakarta.
- Halim Ichsan Nur, 2004., *Tes dan Pengukuran Kesegaran Jasmani*. Universitas Negeri Makassar, Makassar.
- Kusuma, Dede, 1989., *Olahraga dan Manfaatnya*. CV. Karya Ilmiah, Jakarta.
- Rani, Adib, Abd. 1993. *Ilmu Jiwa Gerak*. Bahan kuliah FIK UNM Makassar. Soebroto, Moeh. 1975. *Masalah – Masalah Dalam Kedokteran Olahraga, Latihan Olahraga, dan Coaching*. Dirjen Pendidikan Luar Sekolah dan Olahraga, Depdikbud RI, Jakarta.
- Slameto, 2010. *Belajar dan faktor – faktor yang mempengaruhi*, jakarta Rineka cipta.
- Sajoto, Mochamad, 1988., *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Bidang Olahraga*. Depdikbud Dirjen Dikti, Jakarta.
- Syarifuddin, 1994., *Sepak Takraw*. PB. Persetasi, Jakarta.
- Tola, Ismail, 1998., *Permainan Sepak Raga dan Sepak Takraw*. FIK UNM, Makassar.
- Yahya, Kasmad. M, 1986., *Struktur dan Rambu-rambu Penulisan Skripsi*. Makalah Seminar Ilmiah FIK UNM