PENGARUH KECEPATAN, KESEIMBANGAN DAN KONSENTRASI TERHADAP KEMAMPUAN DRIBBLING BOLA SISWA SEKOLAH SEKOLAH SEPAKBOLA RUMBAI

Ardiansyah [1], Muhammad Sazeli Rifki [2], Arsil [3], Didin Tohidin [4]
[1,2,3,4]Universitas Negeri Padang
ardibroqu@gmail.com

Sejarah Artikel Submit: 27 Desember 2022 Revision: 10 Januari 2022 Tersedia Daring: 30 Januari 2023

Abstrak

Masalah penelitian adalah masih rendahnya kemampuan dribbling bola siswa sekolah sepakbola Rumbai. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) pengaruh langsung kecepatan terhadap kemampuan dribbling; (2) pengaruh langsung keseimbangan terhadap kemampuan dribbling.; (3) pengaruh langsung konsentrasi terhadap kemampuan dribbling; (4) pengaruh tidak langsung kecepatan melalui konsentrasi terhadap kemampuan dribbling; (5) pengaruh tidak langsung keseimbangan melalui konsentrasi terhadap kemampuan dribbling; (6) pengaruh kecepatan, kelincahan dan konsentrasi terhadap kemampuan dribbling bola. Metode penelitian ini termasuk ke dalam penelitian kausal-komparatif, karena menggunakan analisis jalur (path analysis). Populasi penelitian ini seluruh siswa sekolah sepakbola laki-laki PS Rumbai. Seluruh populasi dijadikan sampel penelitian, yaitu 36 orang. Data untuk kecepatan dikumpulkan dengan instrumen tes lari 30 meter, data untuk keseimbangan digunakan instrumen Modified Bass Test of Dynamic Balance, data untuk konsentrasi digunakan instrumen Grid Concentration Test, dan data untuk kemampuan dribbling digunakan instrumen tes dribbling sekolah sepakbola. Analisis data dilakukan dengan analisis deskriptif dan analisis inferensial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) terdapat pengaruh langsung kecepatan terhadap kemampuan dribbling, karena koefiesiennya lebih kecil dari 0,05 (0,000<0,05); (2) terdapat pengaruh langsung keseimbangan terhadap kemampuan dribbling (0,038<0,05); (3) terdapat pengaruh langsung konsentrasi terhadap kemampuan dribbling dengan koefiesien 0,110 atau lebih kecil dari 0,05; (4) tidak terdapat pengaruh tidak langsung kecepatan melalui konsentrasi terhadap kemampuan dribbling, karena nilai pengaruhnya lebih kecil dari 0,302 (0,110<0,302); (5) tidak terdapat pengaruh tidak langsung keseimbangan melalui konsentrasi terhadap kemampuan, karena nilai pengaruhnya lebih kecil dari 0,302 (0,251<0,302; (6) terdapat pengaruh secara simultan pada kecepatan, kelincahan dan konsentrasi terhadap kemampuan dribbling bola siswa sekolah sepakbola Rumbai, yaitu sebesar 62,09%.

Kata Kunci: Kecepatan, Keseimbangan, Konsentrasi, Kemampuan Dribbling sepakbola

Abstract

The research problem is the low dribbling ability of Rumbai football players. This study aims to determine: (1) the direct effect of speed on dribbling ability; (2) the direct effect of balance on dribbling ability; (3) the direct effect of concentration on dribbling ability; (4) the indirect effect of speed through concentration on dribbling ability; (5) the indirect effect of balance through concentration on dribbling ability; (6) the effect of speed, agility and concentration on the ball dribbling ability. This research method is included in causal-comparative research, because it uses path analysis. The population of this study were all male football players PS Rumbai. The entire population was used as the research sample, namely 36 people. Data for speed were collected using the 30-meter running test instrument, data for balance used the Modified Bass Test of Dynamic Balance instrument, data for concentration used the Grid Concentration Test instrument, and data for dribbling ability used the football dribbling test instrument. Data analysis was performed by descriptive analysis and inferential analysis. The results showed that: (1) there is a direct effect of

speed on dribbling ability, because the coefficient is less than 0.05 (0.000<0.05); (2) there is a direct effect of balance on dribbling ability (0.038<0.05); (3) there is a direct effect of concentration on dribbling ability with a coefficient of 0.110 or less than 0.05; (4) there is no indirect effect of speed through concentration on dribbling ability, because the effect value is less than 0.302 (0.110<0.302); (5) there is no indirect effect of balance through concentration on ability, because the effect value is smaller than 0.302 (0.251 <0.302; (6) there is a simultaneous effect on speed, agility and concentration on the dribbling ability of Rumbai football players, which is equal to 62.09%.
Keywords: *Speed, Balance, Concentration, Football Dribbling*

A. PENDAHULUAN

Dalam kesehariannya aktivitas olahraga dianggap sebagai suatu rutinitas yang menjadi kebutuhan, yaitu suatu aktivitas individu yang bertujuan untuk menjalani hidup yang sehat jasmani dan rohani. Aktivitas olahraga dapat menjaga kondisi fisik Anda, sehingga Anda dapat menjaga semangat Anda saat melakukan aktivitas sehari-hari. Sekolah sepakbola merupakan olahraga paling populer di dunia seperti di Negara Eropa, Amerika selatan, Asia, dan Afrika. Sepak bola skala internasional dikenal dengan sebutan "*Soccer*". Olahraga sekolah sepakbola merupakan pemersatu berbagai negara di dunia dengan sejarah dan budaya berbeda, dan tampaknya dapat mempererat dunia selain melalui diploma politik, agama dan etnis, perbedaan. Untuk Indonesia sendiri sudah banyak berkembang tentang olahraga melalui pembangunan nasional dari segala aspek.

Pengembangan sekolah sepakbola yang ada di Indonesia secara khusus ditingkatkan berlandasan filosofi strategi yang sesuai sumber daya yang ada di Indonesia. Dimana filosfi yang diterapkan untuk sekolah sepakbola Indonesia disebut dengan Filanesia. Filosofi tersebut juga menjadi acuan kurikulum pengembagnan sekolah sepakbola di Indonesia. Sebagaimana dikatakan dalam situs resmi PSSI (2022), bahwa filosofi tersebut akan memberikan panduan dalam hal lingkup sekolah sepakbola, seperti penjenjangan latihan berdasarkan usia, pengembangan teknik siswa, dan ciri-ciri bermain di lapangan. Kurikulum Pembinaan Sepak Bola Indonesia ini bukan untuk menyeragamkan taktik setiap klub, namun ini akan menjadi ciri siswa Indonesia di pentas Internasional.

Salah satu teknik dasar siswa dalam olahraga sekolah sepakbola adalah kemampuan dribbling. Kemampuan *dribbling* lebih sulit dibandingkan teknik-teknik lainnya dalam permainan sepakbola (Bangsbo & Mohr Magni., 2011). Karena teknik tersebut menggabungkan banyak kondisi fisik dalam pelaksanaannya, seperti kecepatan, keseimbangan, konsentrasi dan berbagai kondisi fisik lainnya. Sebagaimana dikatakan Komaldin (2011), bahwa "Tujuan menggiring bola adalah untuk menyalip lawan,

mengarahkan bola ke ruang angkasa, melarikan diri dari kawanan lawan, memberi ruang untuk teman, dan menggiring bola ke arah gawang lawan."

Kondisi fisik dibutuhkan dalam bermain sekolah sepakbola agar semakin baik pula kemampuan *dribbling* sekolah sepakbolanya. Kecepatan berlari dibutuhkan oleh seorang siswa sekolah sepakbola dalam menghadapi situasi tertentu dan suasana pertandingan menurut unsur kecepatan untuk bergerak menguasai bola dan bertahan. Siswa harus memiliki kecepatan yang baik dalam pertandingan akan mudah melakukan *dribbling* untuk melewati lawan, dan mempermudah membuka ruang dan menciptakan kesempatan peluang gol kegawang lawan.

Kemampuan *dribbling* bola yang baik bagi seorang siswa sekolah sepakbola adalah apabila siswa mampu melewati lawan dengan bola yang selalu dikuasainya. Sebab *dribbling* harus dilakukan dengan cepat, kuat, dan tepat supaya bola yang dikuasai tidak dirampas oleh siswa lawan. Men-*dribbling* bola yang baik bagi siswa berguna untuk merubah satu posisi ke posisi yang berbeda, dengan kecepatan tinggi dan keseimbangan yang baik saat bergerak tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya.

Selain kecepatan dan keseimbangan, aspek psikologis yang sering dihadapi siswa sekolah sepakbola adalah konsentrasi. Konsentrasi merupakan aspek mental dalam olahraga yang mempunyai peranan penting, karena apabila seorang atlet tidak konsentrasi ketika menghadapi pertandingan akan menimbulkan berbagai persoalan berupa hasil yang tidak optimal dibutuhkan konsentrasi yang baik. Konsentrasi adalah kemampuan atlet pada penekanan perhatiannya terhadap lingkungan pertandingan (Weinberg, dkk: 20011). Konsentrasi salah satu aspek mental yang menentukan pada pertandingan yang memiliki peran penting, jika terganggunya selama latihan tidak baik maka saat bertanding juga sangat terganggu, dan juga dalam pertandingan, maka akan muncul aneka macam kasus dan output yang optimal.

Sebagaimana penelitian oleh Okto Mira Kurniawan (2020), yang mana permasalahan yang dihadapi juga hampir sama, *dribbling* adalah salah satu faktor yang penting dalam sekolah sepakbola, variabel untuk penuntasannya juga menggunakan kecepatan sebagai alternatif untuk mengetahui apakah *dribbling* juga membutukan kondisi fisik kecepatan sebagai faktor menghambat, bagaimana jika atlet tidak memiliki kecepatan pastinya akan menjadi kesulitan sendiri saat melakukan *dribbling* pada saat pertandingan. Meskipun Rumbai

banyak faktor kekurangan dalam atletnya, sebagai kebanggaan pernah meraih kejuaraan Divisi 1 Nasional kategori senior pada tahun 2012.

B. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif (Arikunto, 2013), yaitu kausalitas komparatif. Berdasarkan Winarno (2013), penelitian kausal yang kompatibel bertujuan untuk mengatakan kemungkinan korelasi karena efek antara variabel tanpa memanipulasi variabel. Dengan demikian, penelitian ini berarti penelitian kuantitatif, yaitu kausal kompatitif, tujuan dari penelitian ini adalah untuk menentukan efek kecepatan, keseimbangan dan konsentrasi terhadap keterampilan dribbling bola. Penelitian ini diklasifikasikan dalam jenis penelitian kuantitatif yang menggunakan teknik analisis jalur (*path analysis*)(Kuncoro et al., 2012). populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa sekolah sepakbola Rumbai yang berjumlah 36 orang. sampel (Barlian, 2016) penelitian ini berjumlah 36 orang siswa sekolah sekolah sepakbola Rumbai. Alasan untuk mengambil sampel 36 orang adalah bahwa populasi hanya 36 orang (kecil dari 100). Untuk alasan ini, penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik total pengambilan sampel. Instrument dalam penelitian adalah instrumen kecepatan, instrumen keseimbangan, instrumen konsentrasi dan instrumen kemampuan dribbling (Kadir, 2015).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data hasil tes kecepatan dan data hasil tes kemampuan *dribbling* sekolah sepakbola berupa catatan waktu. Sedangkan data hasil tes keseimbangan dan data hasil tes konsentrasi berupa angka skor. Data-data tersebut diklasifikasikan sesuai norma pengukuran masing-masing data. Adapun deskripsi data-data tersebut adalah sebagai berikut:

Data kecepatan diperoleh dari hasil tes kecepatan berupa tes lari 30 meter. Siswa sekolah sepakbola selaku *testee* diminta lari secepat-cepat dalam jarak tempuh 30 meter. Data yang diukur adalah waktu tempuh setiap testee. Setiap *testee* melakukan dua kali percobaan tes lari 30 meter, dan data hasil tes kecepatan yang diambil adalah waktu tercepat dari dua kali percobaan lari. Berdasarkan hasil tes kecepatan lari, diperoleh waktu tercepat 4,08 detik, dan waktu paling lambat adalah 4,91 detik. Melalui norma tes kecepatan yang ditetapkan, maka

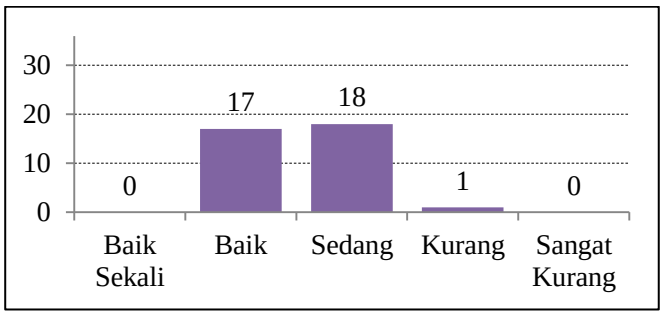
diperoleh distribusi data kecepatan pada tiga klasifikasi waktu, yaitu kategori baik, sedang, dan kurang. Lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel klasifikasi data hasil tes kecepatan berikut ini.

Tabel 1. Klasifikasi Data Kecepatan Siswa Sekolah sepakbola Rumbai Pekanbaru

No.	Rentang Waktu (Detik)	Kategori	Jumlah Siswa	%
1	3,58 – 3,91	Baik Sekali	-	-
2	3,92 – 4,34	Baik	17	47,22%
3	4,35 – 4,72	Sedang	18	50,00%
4	4,73 – 5,11	Kurang	1	2,78%
5	5,12 – 5,50	Sangat Kurang	-	-
Jumlah			36	100%

Sumber: Data Olahan Hasil Penelitian, 2022

Melalui tabel 1 tersebut, diperoleh bahwa tidak ada siswa sekolah sepakbola Rumbai yang memperoleh kategori kecepatan baik sekali, terdapat 17 siswa sekolah sepakbola (47,22%) yang memperoleh kategori kecepatan baik, dan 18 siswa (50%) memperoleh kategori kecepatan sedang, 1 siswa (2,78%) dengan kategori kecepatan kurang. Distribusi terkait kategori penilaian kecepatan siswa sekolah sepakbola Rumbai tersebut juga dapat dilihat dalam bentuk gambar berikut ini.



Gambar 1. Distribusi Kategori Kecepatan Siswa Sekolah sepakbola Rumbai

Diketahui dari lima kategori penilaian norma kecepatan yang ditetapkan, bahwa tidak ada kategori penilaian baik sekali dan penilaian sangat kurang yang diperoleh siswa sekolah sepakbola Rumbai. Sebagian besar siswa sekolah sepakbola memperoleh penilaian sedang, dan diikuti oleh kemampuan baik, kemudian hanya satu orang memiliki kecepatan yang masih kurang.

Data keseimbangan diperoleh dari data hasil tes keseimbangan, yaitu dengan *modifikasi bass test*. Setiap *testee* yang mampu menjaga keseimbangannya akan diberikan skor 5, dan jika tidak akan dikurangi skor 5. Terdapat 10 area pijakan yang harus dilalui oleh setiap *testee* dengan melompat menggunakan satu kaki secara bergantian. Misalnya tumpuan pertama

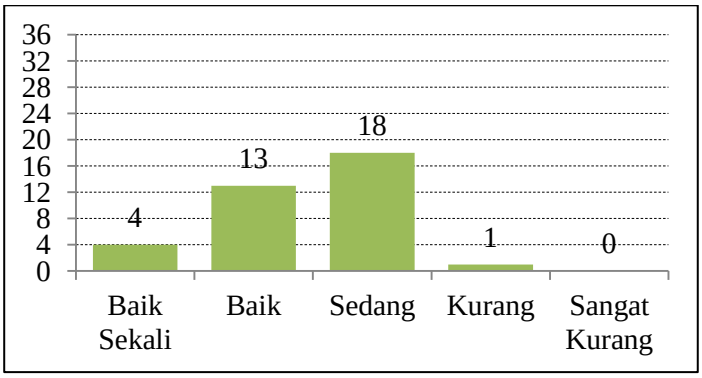
menggunakan kaki kiri, tumpuan berikutnya menggunakan kaki kanan untuk bertumpu, begitu seterusnya hingga seluruh area tumpu berhasil diinjak dan posisi badan seimbang selama 5 detik. Setiap *testee* berhasil menginjakkan kakinya dengan seimbang sempurna diberikan skor 5. Nilai minimal yang diperoleh oleh setiap *testee* adalah skor 5, dan maksimal adalah skor 50. *Testee* dikatakan tidak seimbang sempurna jika kaki yang tidak bertumpu menyentuh tanah atau posisi badan *testee* sedang berusaha mempertahankan keseimbangan badannya atau badannya bergerak-gerak dalam mempertahankan keseimbangan badannyanya. Melalui hasil tes keseimbangan pada setiap siswa sekolah sepakbola Rumbai, diperoleh hasilnya sebagai berikut.

Tabel 2. Klasifikasi Data Keseimbangan Siswa Sekolah sepakbola Rumbai Pekanbaru

No.	Rentang Skor	Kategori	Jumlah Siswa	%
1	41 – 50	Baik Sekali	4	11,11%
2	32 – 40	Baik	13	36,11%
3	23 – 31	Sedang	18	50,00%
4	14 – 22	Kurang	1	2,78%
5	5 – 13	Sangat Kurang	-	-
Jumlah			36	100%

Sumber: Data Olahan Hasil Penelitian, 2022

Berdasarkan tabel 2 tersebut, diperoleh 4 siswa sekolah sepakbola (11,11%) memperoleh kategori penilaian keseimbangan baik sekali, terdapat 13 siswa sekolah sepakbola (36,11%) memiliki keseimbangan kategori baik, 18 siswa (50%) memiliki keseimbangan kategori sedang, dan 1 siswa (2,78%) memiliki keseimbangan kategori kurang. Lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar 2.



Gambar 2. Distribusi Kategori Keseimbangan Siswa Sekolah sepakbola Rumbai

Diketahui dari lima kategori penilaian norma keseimbangan yang ditetapkan, bahwa tidak ada kategori penilaian penilaian sangat kurang yang diperoleh siswa sekolah sepakbola Rumbai. Sebagian besar siswa sekolah sepakbola memperoleh penilaian keseimbangan yang

sedang, dan diikuti oleh kemampuan baik, dan terdapat empat orang yang memiliki keseimbangan yang baik sekali, serta hanya satu orang memiliki keseimbangan yang masih kurang.

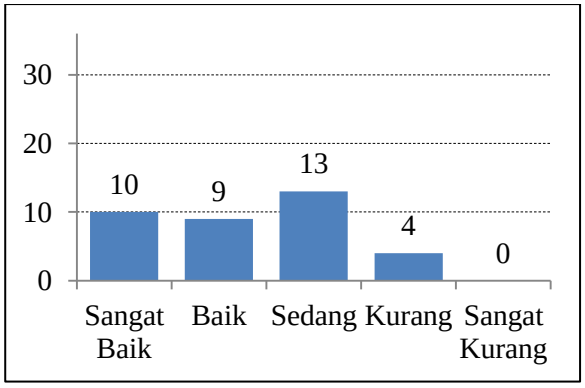
Data konsentrasi siswa sekolah sepakbola Rumbai Pekanbaru diperoleh melalui hasil tes *grid concentration exercise*. Tes berupa kotak-kotak angka yang tersusun secara acak, setiap siswa diminta untuk menandai angka-angka secara berurutan dalamw aktu 60 detik. Semakin banyak angka yang dapat dihubungkan, maka semakin tinggi skor penilaian yang diperoleh setiap siswa sekolah sepakbola. Berdasarkan norma penilaian konsentrasi, dan perolehan hasil tes konsenstrasi siswa sekolah sepakbola Rumbai, maka diperoleh hasilnya sebagai berikut.

Tabel 3. Klasifikasi Data Konsentrasi Siswa Sekolah sepakbola Rumbai Pekanbaru

No.	Rentang Skor	Kategori	Jumlah Siswa	%
1	< 21	Sangat Baik	10	27,78%
2	16 – 20	Baik	9	25,00%
3	11 – 15	Sedang	13	36,11%
4	6 – 10	Kurang	4	11,11%
5	> 5	Sangat Kurang	-	-
Jumlah			36	100%

Sumber: Data Olahan Hasil Penelitian, 2022

Berdasarkan tabel 4, terdapat 10 siswa sekolah sepakbola (27,78%) memperoleh kosentrasi kategori baik sekali, 9 siswa (25,00%) memperoleh kosentrasi kategori baik, 13 siswa (36,11%) memperoleh penilaian kosentrasi kategori sedang, dan 4 siswa (11,11%) memperoleh penilaian kosentrasi kategori kurang. Distribusi data konsentrasi siswa sekolah sepakbola Rumbai dapat dilihat pada gambar 4 berikut ini.



Gambar 3. Distribusi Kategori Konsentrasi Siswa Sekolah sepakbola Rumbai

Diperoleh dari lima kategori penilaian norma kosentrasi yang ditetapkan, bahwa tidak ada siswa sekolah sepakbola Rumbai yang memperoleh kategori penilaian penilaian konsentrasi yang sangat kurang. Sebagian besar siswa sekolah sepakbola memperoleh penilaian kosentrasi yang sedang, dan diikuti oleh kemampuan sangan baik dan baik, dan hanya sebagian kecil atau empat orang siswa sekolah sepakbola Rumbai yang memiliki kosentrasi kurang.

Data kemampuan *dribbling* siswa sekolah sepakbola Rumbai Pekanbaru diperoleh dari hasil pelaksanaan tes *dribbling* sekolah sepakbola. Dimana tes *dribbling* dilaksanakan dengan rintangan berupa korn, dan setiap siswa diminta menggiring bola secepat mungkin melewati korn secara zig-zag sesuai tes yang sudah ditetapkan. Jenis dribbling sekolah sepakbola yang digunakan bebas, baik itu menggunakan bagian kaki luar, bagian kaki dalam, maupun kombinasi.

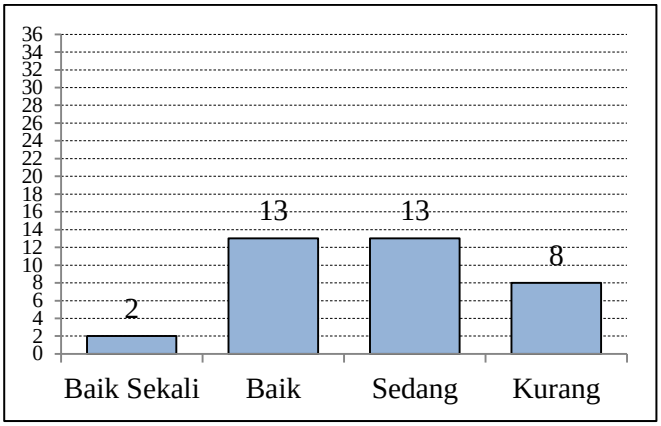
Setiap siswa diberikan kesempatan dua kali tes, dan yang dicatat adalah waktu tempuh pada setiap tesnya. Waktu yang diambil adalah waktu tercepat. Waktu tercepat adalah waktu dengan angka yang lebih kecil, artinya semakin kecil angka waktu yang diperoleh siswa sekolah sepakbola, maka semakin baik kemampuan *dribbling* sekolah sepakbolanya. Melalui data kemampuan dribbling sekolah sepakbola Rumbai Pekanbaru, diperoleh hasilnya sebagai berikut.

Tabel 4. Klasifikasi Data Kemampuan *Dribbling* Siswa Sekolah sepakbola Rumbai Pekanbaru

No.	Klasifikasi	T-Skor	Jumlah Siswa	%
1	Baik Sekali	≥ 66	2	5,56%
2	Baik	53 – 65	13	36,11%
3	Sedang	41 – 52	13	36,11%
4	Kurang	≤ 40	8	22,22%
Jumlah			36	100%

Sumber: Data Olahan Hasil Penelitian, 2022

Diketahui dari tabel tersebut di atas, bahwa terdapat 2 siswa sekolah sepakbola (5,56%) memperoleh memiliki kemampuan *dribbling* yang baik sekali, kemudian 13 siswa (36,11%) memiliki kemampuan *dribbling* yang baik, 13 siswa (36,11%) lainnya memiliki kemampuan *dribbling* yang sedang, dan selebihnya atau 8 siswa (22,22%) memiliki kemampuan *dribbling* yang masih kurang. Distribusi kemampuan *dribbling* siswa sekolah sepakbola Rumbai juga dapat dilihat dalam bentuk gambar histogram berikut ini.



Gambar 4. Distribusi Kategori Kemampuan *Dribbling* Siswa Sekolah sepakbola Rumbai

Kemampuan *dribbling* siswa sekolah sepakbola Rumbai terdistribusi pada seluruh kategori penilaian kemampuan *dribbling* sekolah sepakbola yang ditetapkan. Dimana sebagian besar siswa sepabola Rumbai memiliki kemampuan *dribbling* sekolah sepakbola yang baik dan sedang. Namun masih terdapat sebagaian siswa, atau delapan orang yang memiliki kemampuan *dribbling* kurang, dan hanya dua orang yang memiliki kemampuan *dribbling* yang baik sekali.

Dengan demikian, dapat juga dikatakan bahwa terdapat pengaruh konsentrasi secara signifikan terhadap kemampuan *dribbling* sekolah sepakbola. Pengaruh dari hasil analisis *phat* dan hipotesis keseluruhan, baik itu pengaruhnya secara langsung atau tidak langsung, dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 5. Hasil dan Kategori Pengujian Hipotesis

Impact	Direct	Indirect	Signifikan
Kecepatan → Kemampuan *Dribbling*	0,747	-	0,000
Keseimbangan → Kemampuan *Dribbling*	-0,423	-	0,038
Konsentrasi → Kemampuan *Dribbling*	0,452	-	0,011
Kecepatan → Konsentrasi → Kemampuan *Dribbling*	0,243	0,243 x 0,452 = 0,110	
Keseimbangan → Konsentrasi → Kemampuan *Dribbling*	0,555	0,555 x 0,452 = 0,251	
Kecepatan → Keseimbangan → Konsentrasi → Kemampuan *Dribbling*	0,788	-	0,000

Sumber: Data Olahan Hasil Penelitian 2022

Diketahui dari Tabel 5 tersebut, bahwa semua variabel yang memiliki pengaruh positif secara langsung memiliki pengaruh yang signifikan, karena seluruh nilai signifikan berada di bawah atau lebih kecil dari nilai 0,05. Sedangkan variabel yang memiliki nilai koefisien pengaruh yang negatif, tidak menunjukkan adanya pengaruh atau hubnugan antar variabel.

Pembahasan

Data kecepatan siswa sekolah sepakbola Rumbai diperoleh dengan melakukan tes kecepatan lari 30 meter. Data yang diperoleh berupa data dalam bentuk waktu, dimana semakin besar angka waktu yang ditunjukkan, maka semakin rendah kategori penilaian yang diperoleh siswa. Begitu juga sebaliknya, semakin kecil angka waktu yang diperoleh, maka semakin baik kategori kecepatan yang diperoleh siswa. Melalui hasil tes kecepatan, diperoleh bahwa rentang waktu lari siswa sekolah sepakbola Rumbai adalah 5,11 detik hingga 3,92 detik. Berdasarkan norma penilaian kecepatan yang ditetapkan, maka diperoleh tiga kategori penilaian kecepatan, yaitu penilaian kategori baik, sedang, dan kurang. Tidak ada siswa sekolah sepakbola yang memperoleh penilaian kecepatan yang baik sekali, dan penilaian kecepatan yang sangat kurang. Dimana sebagian besarnya berkategori sedang dan baik.

Melalui hasil tes keseimbangan, bahwa rentang skor keseimbangan yang diperoleh siswa sekolah sepakbola Rumbai adalah skor 20 hingga skor 45. Berdasarkan norma penilaian keseimbangan yang ditetapkan, diperoleh empat kategori penilaian keseimbangan, yaitu penilaian kategori baik sekali, baik, sedang, dan kurang. Tidak ada siswa sekolah sepakbola yang memperoleh penilaian keseimbangan yang sangat kurang, dan sebagian besarnya memperoleh kategori penialian sedang dan penilaian baik.

Penulis menyimpulkan bahwa konsentrasi memiliki pengaruh terhadap kemampuan *dribbling* siswa sekolah sepakbola. Karena konsentrasi sangat dibutuhkan dalam berbagai aktivitas kegiatan, termasuk dalam *dribbling* sekolah sepakbola. Orang yang sulit berkonsentrasi tentu sulit mempertahankan aktivitasnya. Begitu juga dengan siswa sekolah sepakbola, konsentrasi yang kurang baik tentunya membuat performanya sebagai siswa sekolah sepakbola menjadi turun. Hal itu juga berlaku ketika dalam melakukan *dribbling* sekolah sepakbola. Kurangnya konsentrasi dapat membuat teknik *dribbling* menjadi salah, oleh karena itu dibutuhkan juga konsentrasi dalam sekolah sepakbola.

Data konsentrasi siswa sekolah sepakbola Rumbai diperoleh dengan melakukan tes *grid concentration exercise*. Data tersebut juga dalam bentuk skor, dimana skor tertingginya

adalah skor 21 ke atas, dan terendah dalah skor 5 ke bawah. Norma penilaiannya menunjukkan bahwa semakin banyak angka yang dapat dihubungkan, maka semakin tinggi skor yang diperoleh, Begitu juga sebaliknya, semakin sedikit angka yang dapat dihubungkan, maka semakin kecil skor yang diperoleh. Semakin tinggi angka skor, semakin tinggi kategori penialiannya. Begitu juga sebaliknya jika angkanya rendah. Melalui hasil tes konsentrasi tersebut, diperoleh rentang skor 6 hingga skor 21 ke atas. Berdasarkan lima kategori norma penilaian konsentrasi yang ditetapkan, diperoleh empat kategori penilaian, yaitu penilaian kategori baik sekali, baik, sedang, dan kurang. Tidak ada siswa sekolah sepakbola yang memperoleh penilaian konsentrasi yang sangat kurang, dan sebagian besarnya memperoleh kategori penialian baik dan baik sekali. Sebagian lainnya memperoleh penilaian sedang, dan hanya sebagin kecil siswa sekolah sepakbola Rumbai yang memperoleh penilaian konsentrasi kurang.

Pemilihan kemampuan *dribbling* siswa sekolah sepakbola Rumbai dibandingkan kemampuan sekolah sepakbola lainnya dikarenakan oleh masih seringnya ditemui permasalahan *dribbling* oleh pelatih sekolah sepakbola Rumbai dibandingkan kemampuan-kemampuan lainnya yang ada dalam permainan sekolah sepakbola. Sehingga kemampuan *dribbling* siswa sekolah sepakbola Rumbai dipilih dan dijadikan sebagai variabel penelitian. Kemampuan *dribbling* siswa sekolah sepakbola Rumbai dinilai dengan tes *dribbling* sekolah sepakbola, yaitu melakukan *dribbling* sekolah sepakbola secara *zig-zag* melewati kerucut (*corn*) dengan jarak 6 meter secara garis lurus. Hasil tes berupa angka dalam bentuk waktu (detik). Penilaiannya, semakin kecil waktu yang diperoleh siswa sekolah sepakbola, maka semakian tinggi kemampuan *dribbling* siswa sekolah sepakbola Rumbai. Begitu juga sebaliknya, semakin besar angka waktu yang diperoleh, maka semakin rendah kemampuan *dribbling* siswa sekolah sepakbola Rumbai. Namun untuk norma penilaian yang digunakan adalah berbentuk skor. Sehingga data waktu diubah dengan *t-score*. Melalui hasil tes *dribbling* tersebut, diperoleh rentang skor penialian ≤40 - ≥66, atau kemampuan *dribbling* siswa sekolah sepakbola Rumbai terdistribusi pada semua kategori penilaian. Sebagian besar siswa sekolah sepakbola memiliki kemampuan *dribbling* yang baik dan sedang, sebagian lainnya memiliki kemampuan *dribbling* yang masih kurang, dan hanya sebagian kecil yang memperoleh penilaian baik sekali.

Berdasarkan keempat variabel tersebut, maka ditetapkan penelitian komparatif dengan *analysis path*, agar dapat dilihat pengaruh tiap variabel melalui banyak kemungkinan rumusan

dan hipotesis. Sehingga ditetapkan enam rumusan dan hipotesis penelitian terkait variabel kecepatan, keseimbangan, konsentrasi, dan kemampuan *dribbling*. Namun untuk melakukan pengujian, maka data-data variabel tersebut perlu disamakan terlebih dahulu dengan menggunakan *t-score*. Karena data variabel kecepatan berupa waktu yang memiliki penilaian berbeda dengan data skor. Dimana nilai tertinggi pada data waktu ada pada angka yang lebih kecil atau lebih rendah, sedangkan pada skor ada pada angka tertinggi. Sehingga hasil penilaiannya bertolak belakang. Oleh karena itu perlu disamakan dengan *t-score*.

Data *t-score* pada masing-masing variabel kemudian diuji terlebih dahulu dengan uji prasyarat, yaitu uji normalitas dan linieritas. Setelah data-data berdistribusi normal dan linier, maka pengujian dapat dilakukan dengan analisis jalur (*analysis path*).

KESIMPULAN

Melalui hasil penelitian dan pembahasan, diperoleh kesimpulannya yaitu, (1) Terdapat pengaruh langsung secara signifikan kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* siswa sekolah sepakbola Rumbai. Artinya kemampuan *dribbling* sekolah sepakbola sangat dipengaruhi oleh kecepatan agar gerakan *dribbling* dapat dilakukan dengan lincah oleh siswa. (2) Terdapat pengaruh langsung secara signifikan keseimbangan terhadap kemampuan *dribbling* siswa sekolah sepakbola Rumbai. Artinya kemampuan *dribbling* sekolah sepakbola sangat dipengaruhi oleh keseimbangan agar posisi seimbang siswa dalam melakukan gerakan *dribbling* bola dapat dipertahankan. (3) Terdapat pengaruh langsung secara signifikan konsentrasi terhadap kemampuan *dribbling* siswa sekolah sepakbola Rumbai. Artinya kemampuan *dribbling* sekolah sepakbola sangat dipengaruhi oleh konsentrasi agar gerakan *dribbling* dapat dilakukan dengan teknik yang benar. (4) Tidak terdapat pengaruh tidak langsung secara signifikan antara kecepatan melalui konsentrasi terhadap kemampuan *dribbling* siswa sekolah sepakbola Rumbai. Akibat rendahnya pengaruh kecepatan terhadap konsentrasi, maka konsentrasi tidak dibutuhkan siswa sekolah sepakbola Rumbai ketika melakukan kecepatan sesaat, terutama dalam kecepatan ketika melakukan *dribbling* bola. (5) Tidak terdapat pengaruh tidak langsung secara signifikan antara keseimbangan melalui konsentrasi terhadap kemampuan *dribbling* siswa sekolah sepakbola Rumbai. Akibat rendahnya pengaruh keseimbangan terhadap konsentrasi, maka keseimbangan ketika melakukan *dribbling* bola tidak dibutuhkan oleh siswa. Keseimbangan membutuhkan

konsentrasi jika posisi keseimbangan perlu dipertahankan dalam waktu lama. (6) Terdapat pengaruh kecepatan dan kelincahan melalui konsentrasi secara simultan terhadap kemampuan *dribbling* siswa sekolah sepakbola Rumbai. Artinya kemampuan *dribbling* sekolah sepakbola sangat dipengaruhi oleh kecepatan dan kelincahan serta konsentrasi secara bersama-sama agar gerakan *dribbling* dapat dilakukan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.

Bangsbo & Mohr Magni. 2011. *Finess Testing in Football.* Bangsbospot.

Barlian, Eri. 2016. *Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Padang: Sukabina Press.

Debi Yandri, Hanif Badri, dan Didin Tohidin. 2010. Tinjauan Keterampilan Teknik Dasar Sekolah sepakbola Siswa Sentral Sekolah sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok. *Jurnal Stamina, 2(4), 451-459.*

Diki Putra Ananda dan Muhammad Sazeli Rifki. 2019. Gambaran Program Pembinaan Olahraga Prestasi Cabang Olahraga Sekolah sepakbola di Koni Kabupaten Solok Selatan. *Jurnal Stamina, 2(3), 315-328.*

Emral, Arsil, dan Willadi Rasyid. 2003. Kontribusi Kemampuan Daya Ledak Otot Tungkai secara Vertikal dan Kecepatan Akselerasi terhadap Jauhnya Tendangan Siswa Sekolah sepakbola. *Laporan Penelitian Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang*.

Faruq, Muhyi M. 2008. *Meningkatkan Kebugaran Tubuh Jasmani Melalui Permainan dan Olahraga Sekolah sepakbola*. Jakarta: Grasindo.

Hadi, Firdaus Soffan, Eko Hariyanto, FA. 2016. Pengaruh Latihan Ladder Drills Terhadap Peningkatan Kelincahan Siswa U-17 di Persatuan. *Jurnal Pendidikan Jasmani, vol,26, no.1, hlm. 213–227*.

Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: Tambak Kusuma.

Instruksi Presiden (INPRES) Nomor 3 Tahun 2019 Tentang Percepatan Pembangunan Persekolah sepakbolaan Nasional.

Instruksi Presiden Nomor 3 Tahun 2019 tentang Kebijakan dan Strategi Nasional Pengembangan Pendidikan.

Irvan Ramodana dan Masrun. 2019. Kontribusi Kelincahan dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Dribbling Siswa SSB Rambatan. *Jurnal Pendidikan dan Olahraga, 2(1), 83 – 88.*

Ismaryati. 2008. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: LPP UNS dan UNS Pres. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Janje J Sapulete. 2012. Hubungan Kelincahan dan Kecepatan dengan Kemampuan Menggiring Bola pada Permainan Sekolah sepakbola Siswa SMK Kesatuan Samarinda. *Jurnal ILARA*. Volume III no 1 Januari-Juni 2012. Rettrieved from http://universitas.negeri.makasar-digilib-unm janjejsapu-368-1-13.janj-c.pdf .

Jazi, S.D., Purrajabi, F., Movahedi, A., & Jalali, S. Effect of Selected Balance of Children with Visual Impairments. Journal of Visual Impairment & Blindness. *2016;106(8):466-74.*

Kadir. 2015. *Statistika Terapan: Konsep, Contoh, dan Analisa Data dengan Program SPSS/Lisrel dalam Peneltian*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.

Koger, Robert. 2007. *Latihan Dasar Sekolah sepakbola Remaja.* Klaten: Macanan Jaya Cemerlang.

Komarudin. 2015. *Psikologi Olahraga*. Bandung: Rosda.

Kuncoro, Achmad Engkos dan Ridwan. 2012. *Análisis Jalur (Path Análisis), Edisi Kedua*. Bandung: Alfabeta.

Kusnanto Mukti W. 2012. *Analisis Spektroskopi Uv-Vis Penentuan Konsentrasi Permangananat*. Surakarta: Universitas Negeri Sebelas Maret.

Luxbacher A. Joseph. 2008. *Sekolah sepakbola: Langkah-langkah Menuju Sukses*.

M. Sajoto. 1988. *Pembinaan kondisi Fisik Dalam Olahaga*. Jakarta: Depertemen Pendidikan dan Kebudayaan Derektoral Jenderal Pendidikan Tinggi.

Mielke. 2003. *Dasar-dasar Aspek Sekolah sepakbola.* Bandung: PT Intan Sejati.

Muhajir. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.* Bandung: Erlangga.

Remmy, Muchtar. 1992. *Olahraga Pilihan Sekolah sepakbola*. Jakarta: Depdikbud. Dirjendikti. Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

Riduwan & Kuncoro. 2011. *Cara Menggunakan dan Memakai Path Analysis (Analisis Jalur).* Bandung: Alfabeta.

Robby Kurniawan. 2018. Pengaruh Keseimbangan, Kecepatan, dan Percaya Diri Terhadap Kemampuan *Dribbling* dalam Permainan Sekolah sepakbola pada Atlet SSB Putra Wijaya Padang. *UNES Journal of Education Scienties, 2*(1), 62-70.

Robbins, P. Stephen. 2006. *Perilaku Organisasi. Edisi Sepuluh Diterjemahkan oleh Benyamin Molan*. Jakarta: Erlangga.

Roesdiyanto, Budiwanto, S. 2008. *Dasar-dasar Kepelatihan Olahraga. Malang: Laboratorium Ilmu Keolahragaan, Jurusan Ilmu Keolahragaan,* Universitas Negeri Malang.

Sapulete, Janje J. 2012. Hubungan Antara Daya Ledak Lengan, Daya Ledak Tungkai, dan Kelentukan dengan Kemampuan Melempar Bola pada Siswa Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan FKIP UNMUL SAMARINDA. *Jurnal Competitor No 1. UNMUL SAMARINDA.*

Scheunemann, T. 2013. *Kurikulum dan Pedoman Dasar Sepak Bola Indonesia*. Jakarta: PSSI.

Scheunemann, Timo. 2008. *Dasar-Dasar Sekolah sepakbola Modern untuk Siswa dan Pelatih*. Malang: DIOMA.

Sin, Tjung Hauw dan Aprinanda, Marjan. 2020. The Impact of Concentration Toward Soccer Player Shooting Ability of Soccer School Batuang Taba Padang City. *International Journal of Research in Consuling Education, 4(1), 35-39.*

Sucipto, dkk. 2015. *Olahraga Pilihan: Sekolah sepakbola*. Jakarta: Dirjen Dikdasmen.

Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan.* Bandung: Alfabeta.

Suharno, Sukardi, Chodijah dan Suwalni. 1998. *Belajar dan Pembelajaran II*. Semarang: UNS Press.

Sukadiyanto. 2002. *Pengantar teori dan metodologi melatih fisik.* Yogyakarta: Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK UNY.

Undang-undang RI Nomor 3 Tahun 2005 dan Peraturan Pemerintahan RI Tahun 2007 Sistim Keolahragaan Nasional.

UNP. 2016. *Buku Panduan Penulisan Tesis*. Padang: Program Pascasarjana Universitas Negeri Padang.

Weinberg, R.S. & Gould, D. 2011. *Fifth Edition: Foundations of Sport and Exercise Psychology.* United States: Human Kinetics.

Winarno, M. E. 2013. *Metodologi Penelitian Dalam Pendidikan Jasmani*. Malang: Universitas Negeri Malang (UM Press).

Witarsa, W. 2002. *Latihan Kondisi Fisik*. Bandung: Penataran Wasit dan Pelatihan Panahan Sejawa Barat Bandung.

Zalfendi. 2012. *Buku Ajar Sekolah sepakbola*. Padang: FIK UNP.

Zerf, Mohammed & Bengoua, Ali. 2015. The Impact Dimensional of Delimiters On Testing And Training Duels Dribbling In Young Soccer (Under15 Year). *European Scientific Journal. Vol.1. 1857 – 7881*.