

## **KONTRIBUSI KECEPATAN REAKASI KAKI TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA SSB KIJANG FC**

**Kurniawan, Mutmainnah<sup>2</sup>, Sulaeman<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar, Jl. Wijaya Kusuma No. 14, Banta-Bantaeng, Rappocini, Makassar, Sulawesi Selatan.

[kurninawang@gmail.com](mailto:kurninawang@gmail.com), [mutmainnah@unm.ac.id](mailto:mutmainnah@unm.ac.id), [sulaemanfik@unm.ac.id](mailto:sulaemanfik@unm.ac.id)

---

### **Abstract**

*The aim of this research is to determine the contribution of foot reaction speed to soccer playing skills. The research method used in this research is correlational research. By using regression analysis. The population in this study was 30 people using population sampling technique. Data collection techniques include foot reaction tests and football playing skills.*

*Based on the results of the data analysis that has been carried out, a simple linear regression equation model  $Y = 251,891 + 1,038X$  From the results of the analysis of the coefficient of determination ( $R^2$ ),  $R^2 = 0.152$ , which means that foot reaction speed contributes 15.2 percent to ball playing skills, while the remaining 84.8% is influenced by other factors. Meanwhile, from the results of the t-test analysis, a significant value of  $0 < 0.05$  was obtained, which means that the reaction speed of the feet contributed positively to the ball playing skills of SSB Kijang FC athletes, thus the hypothesis was accepted.*

**Keywords:** *Feet Reaction Speed, Soccer Playing Skills.*

## **KONTRIBUSI KECEPATAN REAKASI KAKI TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA SSB KIJANG FC**

### **Abstrak**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi kecepatan reaksi kaki terhadap keterampilan bermain sepakbola. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian korelasional. Dengan menggunakan analisis regresional. Populasi dalam penelitian ini adalah berjumlah 30 orang dengan menggunakan Teknik population sampling. Teknik pengumpulan data melalui tes reaksi kaki dan keterampilan bermain sepakbola.

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, maka diperoleh model persamaan regresi linear sederhana  $Y = 251.891 + 1.038X$  yang berarti tiap penambahan satu satuan nilai kecepatan reaksi kaki, maka nilai keterampilan bermain sepakbola mengalami peningkatan 1.038. Dari hasil analisis koefisien determinasi ( $R^2$ )  $R^2 = 0,152$  yang berarti bahwa kecepatan reaksi kaki berkontribusi sebesar 15,2 persen terhadap keterampilan bermain bola, sedangkan 84,8% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Sementara dari hasil analisis uji-t diperoleh nilai signifikan  $0 < 0,05$  yang berarti bahwa kecepatan reaksi kaki berkontribusi positif terhadap keterampilan bermain bola atlet SSB Kijang Fc, dengan demikian hipotesis diterima.

**Keywords:** *Feet Reaction Speed, Soccer Playing Skills.*

## **PENDAHULUAN**

Sepakbola merupakan cabang olahraga yang sangat populer hampir diseluruh belahan dunia, Demikian juga di Indonesia, sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat digemari oleh seluruh lapisan masyarakat mulai kalangan anak-anak sampai orang dewasa dapat mengetahui olahraga sepak bola. Sepak bola merupakan olahraga yang sangat populer yang dimainkan oleh masing-masing regu atau tim dengan jumlah pemain sebelas

orang setiap masing-masing tim, Maka didalam permainan sepak bola dapat dikatakan bahwa kerjasama merupakan syarat mutlak yang harus dimiliki oleh tim

Menurut (Zakariya dan Haryanto, 2015) “olahraga sepak bola adalah olahraga yang menggunakan bola yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing tim beranggotakan sebelas orang”. Sedangkan (Karim, 2020) berpendapat bahwa “Sepak bola merupakan suatu olahraga permainan yang menggunakan lapangan yang dimainkan oleh dua regu, masing-masing terdiri dari sebelas pemain, permainan sepak bola pada umumnya bertujuan memasukkan bola sebanyak mungkin ke gawang lawan dan mempertahankan gawang agar tidak kemasukan bola”.

Berdasarkan pengertian sepak bola diatas dapat disimpulkan bahwa permainan sepak bola adalah permainan yang dimainkan oleh dua tim dan masing-masing tim terdiri dari 11 orang dan bertujuan untuk memasukan bola kegawang lawan dan menjaga agar gawang sendiri tidak kemasukan bola. Seorang pemain sepak bola harus memenuhi syarat yang baik sebagai individu maupun sebagai anggota tim. Untuk bermain sepak bola dengan baik, para pemain harus dapat menguasai teknik dasar dalam permainan sepak bola. Menurut (Hidayat, 2017) menyatakan bahwa dalam permainan sepakbola, seseorang harus memahai mengenai teknik dasar dalam bermain sepakbola, seperti menggiring, mengumpan, menyundul, tendangan lambung, blocking, teknik menangkap bola, tackling, body charge.

Dalam sepakbola, pemain harus selalu berlari baik saat menyerang atau bertahan. Lapangan yang cukup sempit membuat serangan akan terus menerus terjadi. Hal ini membuat hampir tidak ada jeda pemain untuk berjalan santai, oleh karena itu factor kecepatan menjadi yang cukup vital agar dapat bermain sepakboladengan maksimal. Sedangkan menurut Widiastuti (2011:114) kecepatan adalah sebagai kemampuan mengerakan anggota badan, kaki atau lengan tau bagian statis pengumpul tubuh bahkan keseluruhan tubuh dengan kecepatan terbesar yang mampu dilakukan. Peranan anggota tubuh sangat kontras terhadap kecepatan, kondisi fisik yang baik adalah faktor pendukung terciptanya keberhasilan dari proses latihan kecepatan semakin sering kita berlatih semakin baik hasilnya.

Berdasarkan observasi oleh peneliti masih banyak pemain yang dalam kemampuan menggiring, passing, heading, dan shooting. Terlihat masih banyak yang kurang mampu untuk melakukannya dilihat bebarapa pertandingan yang dilakoni. Dilihat dari kemampuan passing yang tidak akurat, selalu kalah dalam duel udara, shooting yang tidak tepat sasaran, dan menguasai bola yang selalu lepas. Oleh karena itu, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul ” kontribusi kecepatan reaksi kaki terhadap keterampilan bermain sepakbola SSB Kijang Fc”

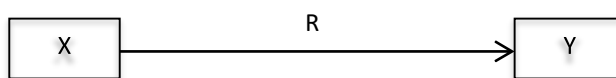
## **METODE.**

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif korelasional, menurut sugiyono (2014), penelitian korelasional adalah penelitian yang sifatnya menanyakan hubungan antara dua variabel atau lebih. Metode korelasional digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Sugiyono, 2014:21).

Penelitian ini akan dilakukan di Lapangan Stadion Bau Masepe Kabupaten Pinrang, Sulawesi Selatan pada bulan Juli 2023

Variabel penelitian merupakan gejala/objek yang menjadi fokus peneliti untuk diamati dan akan dikumpulkan datanya. Menurut Sugiyono (2014:60) mengemukakan bahwa: Variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu kedalam penelitian ini sebagai berikut: yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya . Variabel pada penelitian ini adalah

kecepatan reaksi kaki sebagai variabel bebas dan keterampilan bermain bola sebagai variabel terikat



**Gambar 2. Desain Penelitian**

Sumber: (Sugiyono, 2017)

Keterangan:

X : Kecepatan Reaksi Kaki (Variabel Bebas)

Y : Keterampilan Bermain Sepakbola (Variabel Terikat)

R : Koefisien Determinasi

Menurut Sugiyono (2011) populasi adalah bagian generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang di tetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah pemain SSB kijing yang berjumlah 30 orang pemain sepakbola SBB Kijing fc.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.” (Sugiyono, 2021:118). Teknik sampling yang digunakan adalah *Total Sampling*, “Total sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi” (Sugiyono, 2011). Adapun sampel pada penelitian adalah 30 orang pemain Sekolah Sepak Bola Kijing.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Hasil penelitian

#### a. Analisis Deskriptif

Berdasarkan pengelolaan data variabel-variabel yang terdiri dari Kontribusi Kecepatan Reaksi Kaki Terhadap Keterampilan Bermain Sepak Bola . Data tersebut dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui gambaran secara umum data dapat dilihat berikut:

Tabel. Distribusi Frekuensi Kecepatan Reaksi kaki

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	> 18	Baik Sekali	9	30%
2	16 – 18	Baik	5	16,7%
3	14 – 16	Cukup	5	16,7%
4	12 – 14	Kurang	2	6,7%
5	< 12	Kurang Sekali	9	30%
Jumlah			30	100%

Sumber: Hasil Olah Data

Tabel Distribusi Frekuensi Keterampilan Bermain Sepak Bola

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	< 15,84	Baik Sekali	30	100%
2	15,85 - 18,69	Baik	0	0%
3	18,70 - 18,69	Cukup	0	0%
4	18,70 - 21,53	Kurang	0	0%
5	> 24,38	Kurang Sekali	0	0%
Jumlah			30	100%

Sumber: Hasil Olah Data

**b. Uji Normalitas Data**

Uji Normalitas data menjadi salah satu persyaratan sehingga data dilanjutkan ke tahap berikutnya. Data yang diolah antara lain data Kontribusi Kecepatan Reaksi Kaki Terhadap Keterampilan Bermain Sepak Bola. Pengujian normalitas data dapat dilakukan untuk mengetahui apakah data yang di peroleh pada hasil penelitian berada pada sebaran normal. Pengujian normalitas data dapat di lakukan dengan uji *Kolmogorov Smirnov*.

Kriteria untuk menyatakan apakah data berasal dari sampel yang berdistribusi normal atau tidak dapat dilakukan dengan membandingkan koefisien Sig. Atau nilai P dengan 0.05 (taraf signifikan). Apabila nilai P besar dari 0.05, maka memiliki makna bahwa data berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Begitu pula sebaliknya apabila nilai P-Value lebih kecil dari 0.05, maka memiliki makna bahwa data berasal dari populasi yang berdistribusi tidak normal. Hasil uji normalitas Kontribusi Kecepatan Reaksi Kaki Terhadap Keterampilan Bermain Sepak Bola. Dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel. Rangkuman hasil uji normalitas data Kontribusi Kecepatan Reaksi Kaki Terhadap Keterampilan Bermain Sepak Bola.

Variabel	N	KS-Z	Asymp.Sig	p	Ket.
Kecepatan Reaksi Kaki	30	0,894	0,400	0,05	Normal
Keterampilan Sepakbola	30	0,651	0,791	0,05	Normal

Sumber: Hasil olah data SPSS 25

Oleh karena data penelitian berdistribusi normal, maka selanjutnya akan dilakukan pengujian hipotesis. Hipotesis yang akan diuji yaitu Kontribusi Kecepatan Reaksi Kaki Terhadap Keterampilan Bermain Sepak Bola.

**c. Uji Hipotesis**

Dalam uji hipotesis uji yang digunakan adalah analisis regresi yang dilakukan untuk mengetahui pengaruh variabel bebas dengan variabel terikat. Analisis regresi yang digunakan adalah analisis regresi (R) pada taraf signifikan 95% ( $\alpha=0,05$ ). Hal tersebut dimaksudkan untuk mengetahui Kontribusi Kecepatan Reaksi Kaki Terhadap Keterampilan Bermain Sepak Bola. Berdasarkan hasil perhitungan statistik pada hipotesis penelitian dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel Rangkuman hasil uji hipotesis Kontribusi Kecepatan Reaksi Kaki Terhadap Keterampilan Bermain Sepak Bola

VARIABEL	N	R <sup>2</sup>	Sig	p
Kecepatan Reaksi Kaki	30	0,220	0,009	0,05
Keterampilan Sepakbola				

Tabel Hasil Uji Koefisien Determinasi (R<sup>2</sup>)

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,229 <sup>a</sup>	,152	,018	1,528
	a.	Predictors: (Constant), Kecepatan Reaksi Kaki		
	b.	Dependent Variabel: Keterampilan bermain bola		

Sumber: Diolah dengan Menggunakan SPSS 25

## **2. Pembahasan**

Dari hasil pengujian hipotesis pertama ditemukan bahwa kecepatan reaksi kaki memiliki kontribusi yang signifikan terhadap Keterampilan bermain bola atlet SSB Kijang Fc. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai Koefisien regresi X sebesar 1.038 menyatakan bahwa setiap penambahan 1% nilai kecepatan reaksi kaki, maka nilai keterampilan bermain sepakbola bertambah sebesar 1.038, koefisien regresi tersebut bernilai positif, sehingga dapat dikatakan bahwa arah Kecepatan reaksi kaki memiliki kontribusi terhadap keterampilan bermain sepak bola atlet SSB Kijang Fc. Temuan ini memberikan makna bahwa semakin baik kecepatan reaksi kaki, semakin baik pula kemampuan menggiring bola atlet SSB Kijang Fc, sebaliknya semakin tidak baik kecepatan reaksi kaki, maka kemampuan menggiring bola atlet SSB Kijang Fc semakin tidak baik pula. Kecepatan reaksi kaki merupakan komponen kesegaran jasmani yang harus dimiliki, termasuk dalam kemampuan menggiring bola. Kecepatan reaksi kaki merupakan kemampuan seseorang dalam melakukan gerakan berkesinambungan dalam bentuk sama dan dalam waktu yang sesingkat-singkatnya.

Apabila kecepatan reaksi kaki baik, maka tentu akan berpengaruh untuk memberikan hasil yang optimal dalam menggiring bola pada permainan sepakbola. Kecepatan reaksi kaki merupakan salah satu faktor yang menopang dalam kerja fisik, termasuk dalam kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Karena dengan kecepatan reaksi kaki yang baik, akan membantu pada saat menggiring bola pada permainan sepakbola. Apa yang telah dihasilkan dalam penelitian ini, yang memperlihatkan adanya kontribusi kecepatan reaksi kaki dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola, menjadi rujukan dalam meningkatkan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (NURDIANSYAH R, 2019) kecepatan reaksi merupakan koordinasi kerja otot dan saraf yang menentukan gerak-gerakan terampil pada cabang olahraga. Dalam olahraga lari cepat gerakan-gerakan yang dilakukan menurut kecepatan reaksi akibat pendengaran dan penglihatan. Kecepatan reaksi motorik ditentukan oleh kemampuan menanggapi rangsang yang disertai koordinasi dan ketetapan gerak. Penglihatan dan pendengaran dalam lari cepat terutama pada saat start dilakukan sangat menunjang.

Kecepatan reaksi kaki merupakan salah satu faktor yang menopang dalam kerja fisik, termasuk dalam kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Karena dengan kecepatan reaksi kaki yang baik, akan membantu pada saat menggiring bola pada permainan sepakbola. Apa yang telah dihasilkan dalam penelitian ini, yang memperlihatkan adanya kontribusi kecepatan reaksi kaki dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola, menjadi rujukan dalam meningkatkan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan. Dapat disimpulkan bahwa terdapat Kontribusi Kecepatan Reaksi Kaki Terhadap Keterampilan Bermain Sepak Bola atlet SSB Kijang Fc.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto, S. 2006. Metode Penelitian Kualitatif. Jakarta: Bumi Aksara
- Badaru, B. 2017. *Latihan taktik beysb bermain futsal modern*. Bekasi: cakrawala cendikia.
- Diputra, R. (2015). Pengaruh Latihan Three Cone Drill, Four Cone Drill, dan Five Cone Drill terhadap Kelincahan (Agility) dan Kecepatan (Speed). *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 1(1), 41-59.

- Gunawan, Y. R., & Suherman, A. (2016). Hubungan Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling Bola Futsal Pada Atlet O2SN Kecamatan Sumedang Utara. *SpoRTIVE*, 1(1), 1-11.
- Hermans, Vic dan Rainer Engler. 2011. "Futsal Technique – Tactics – Training". Duisburg: Meyer & Meyer Sport.
- Harsono. 2001. *Latihan Kondisi Fisik*. Bandung. UPI Bandung.
- Hawindri Susi Brila. (2016). *Pemanfaatan Panduan Latihan Teknik Dasar Futsal Bagi Atlet Pemuda*.
- Hadari Nawawi, H. Murni Martini, *Penelitian Terapan* ( Yogyakarta : Gajah Mada University Press, cet . 2, 1966)
- Ismaryati. 2006. Tes dan Pengukuran Olahraga. Sukarta. LPP dan UPT Universitas Sebelas Maret.
- Jaya, A. 2008. *Futsal Gaya Hidup, Peraturan dan Tips-Tips permainan*. Yogyakarta: Pustaka Timur.
- Lhaksana, J. 2012. *Taktik & Strategi Futsal Modern*. Jakarta: Be Champion.
- Mulyono, M. A. 2014. *Buku Pintar Panduan Futsal*. Jakarta: Niaga Swadaya.
- Nurhasan dan Hasanudin. 2007. "Modul Tes dan Pengukuran Keolahragaan". Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia Bandung.
- Purba, P. H. (2017). Hubungan kelentukan dan kelincahan terhadap kecepatan tendangan mawashi gery chudan pada karateka perguruan wadokai dojo UNIMED. *Jurnal Prestasi*, 1(1).
- Sajoto, Mochamad. 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti.
- Sulaeman. (2020). Pengaruh motor ability, motor educability dan struktur tubuh terhadap keterampilan bermain futsal pada tim futsal SMAN 9Makassar. *Jurnal Penjaskesrek Megarezky*, 6(1), 49-6.
- Sukadiyanto, 1997. *Pembinaan Kondisi Fisik Petenis*. Jakarta: PB PELTI.
- Soedjadi. 1997. *Analisis Manajemen Modern*. Padang: Universitas Andalas.
- Syafurudin. (2013). *Ilmu Kepeleatihan Olahraga*. Padang : UNP press Padang.
- Sugiyono.2021.*Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif,kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta
- Tenang, J. D. 2008. *Mahir Bermain Futsal Dilengkapi Teknik dan Strategi Bermain*. Bandung: Mizan Media Utama.
- Widiastuti,(2011).Tes dan Pengukuran Olahraga. Jakarta Timur : Bumi Timur Jaya