
Hubungan koordinasi mata dan kaki terhadap kemampuan sepak sila pada permainan sepak takraw

Rafliyanto R. Kadir^{1abcdef}, Suriyadi Datau^{2acd}, Meyke Parengkuan^{3cdef}

^{1,2,3}Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo, Indonesia

Abstrak

Introduction: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan tendangan sepak sila pada siswa kelas VIII-A SMP Negeri 2 Telaga. Koordinasi mata dan kaki merupakan salah satu komponen kondisi fisik yang berperan penting dalam pelaksanaan teknik dasar sepak sila pada permainan sepak takraw. **Methods:** Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Populasi penelitian terdiri atas seluruh siswa kelas VIII-A SMP Negeri 2 Telaga yang berjumlah 12 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan **total sampling**, sehingga seluruh populasi dijadikan sampel penelitian. Instrumen yang digunakan meliputi tes koordinasi mata dan kaki serta tes kemampuan tendangan sepak sila. Analisis data dilakukan melalui uji normalitas menggunakan metode Liliefors, uji linearitas, analisis korelasi **Product Moment**, uji t, dan analisis koefisien determinasi. **Results:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa data kedua variabel berdistribusi normal dan memiliki hubungan yang linear. Analisis korelasi menghasilkan koefisien korelasi sebesar **0,99**, yang menunjukkan hubungan **sangat kuat** antara koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan tendangan sepak sila. Hasil uji t menunjukkan bahwa nilai **thitung** lebih besar daripada **ttabel**, sehingga hipotesis alternatif diterima. Selain itu, nilai koefisien determinasi sebesar **98,01%** menunjukkan bahwa koordinasi mata dan kaki memberikan kontribusi yang sangat besar terhadap kemampuan tendangan sepak sila. **Conclusion:** Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan tendangan sepak sila pada siswa kelas VIII-A SMP Negeri 2 Telaga. Semakin baik koordinasi mata dan kaki yang dimiliki siswa, maka semakin baik pula kemampuan mereka dalam melakukan teknik sepak sila. Temuan ini menunjukkan bahwa peningkatan koordinasi mata dan kaki perlu menjadi perhatian dalam proses pembelajaran maupun latihan sepak takraw untuk mendukung penguasaan teknik dasar secara optimal.

Keywords: Eye-foot coordination; Sepak sila; Sepak takraw; Correlational study.

Cara Mengutip: Kadir, R.R., Datau, S. Parengkuan, M. (2026). Hubungan koordinasi mata dan kaki terhadap kemampuan sepak sila pada permainan sepak takraw . *Jurnal Tomini Sports: Jurnal Olahraga*, 3(1), 123-135.



Kontribusi penulis: a – Menyusun konsep; b – Merumuskan metode; c – Melakukan penelitian; d – Pengolahan hasil; e – Interpretasi dan kesimpulan; f – Mengedit versi final

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan salah satu bagian penting dalam kehidupan manusia yang memiliki peranan besar dalam meningkatkan kualitas kesehatan, kebugaran jasmani, mental, serta pembentukan karakter. Melalui aktivitas olahraga, seseorang tidak hanya memperoleh manfaat fisik, tetapi juga mampu mengembangkan kemampuan disiplin, kerja sama, tanggung jawab, dan sportivitas. Dalam dunia pendidikan, olahraga menjadi bagian dari proses pembelajaran yang bertujuan untuk mengembangkan kemampuan peserta didik secara menyeluruh. Oleh karena itu, pendidikan jasmani diajarkan pada setiap jenjang pendidikan sebagai sarana pembentukan kemampuan gerak dan peningkatan kebugaran peserta didik.

Salah satu cabang olahraga yang berkembang cukup pesat di Indonesia adalah sepak takraw. Sepak takraw merupakan olahraga tradisional yang memadukan unsur keterampilan, ketangkasan, kecepatan, keseimbangan, kelincahan, dan koordinasi gerak tubuh. Permainan sepak takraw dimainkan oleh dua regu yang saling berhadapan dengan tujuan mengembalikan bola melewati net menggunakan anggota tubuh selain tangan. Permainan ini membutuhkan kemampuan teknik dasar yang baik agar pemain dapat menguasai jalannya permainan dengan maksimal.

Permainan sepak takraw adalah salah satu cabang olahraga yang banyak diminati oleh masyarakat luas. Menurut sejarah perkembangannya, sepak takraw berasal dari olahraga tradisional Indonesia, yaitu : sepak raga. Daerah-daerah di Indonesia yang sebelumnya mengembangkan olahraga ini adalah Sumatra Utara, Sumatra Barat dan Sulawesi Selatan. Semula permainan sepak raga ini dimainkan oleh sekelompok bangsawan di daerah-daerah tersebut dan kemudian berkembang menjadi permainan rakyat. (Purwanto, 2021)

Sepak takraw merupakan permainan yang menyerupai permainan Bulu tangkis dan Bola voli. Permainan Sepak takraw bola dikembalikan ke lapangan lawan menggunakan kaki, kepala, dan badan. Permainan sepak takraw merupakan permainan yang dilakukan oleh dua regu yang

berhadapan di lapangan yang dipisahkan oleh jaring (net) yang terbentang membelah lapangan menjadi dua bagian. Setiap regu yang berhadapan terdiri atas tiga orang pemain yang bertugas sebagai tekong yang berdiri paling belakang, dua orang lainnya menjadi pemain depan yang berada disebelah kiri dan kanan yang disebut apit kanan dan apit kiri. (Syam, 2022)

Sepak takraw menjadi salah satu cabang olahraga yang cukup diminati karena memiliki karakteristik permainan yang unik dan menarik. Selain membutuhkan kemampuan fisik, olahraga ini juga menuntut kemampuan teknik dan koordinasi gerak yang baik. Dalam permainan sepak takraw, pemain harus mampu melakukan berbagai teknik dasar seperti sepak sila, sepak kuda, heading, smash, blocking, dan servis. Teknik-teknik tersebut saling berkaitan dan menentukan keberhasilan permainan suatu tim. Oleh sebab itu, penguasaan teknik dasar menjadi faktor penting dalam menunjang prestasi pemain sepak takraw.

Teknik dasar yang paling penting dalam permainan sepak takraw adalah sepak sila. Sepak sila merupakan teknik menyepak bola menggunakan kaki bagian dalam yang berfungsi untuk menerima, mengontrol, mempertahankan, dan memberikan umpan kepada teman satu tim. Teknik ini menjadi dasar utama dalam permainan karena hampir setiap serangan maupun pertahanan diawali dari kemampuan melakukan sepak sila dengan baik. Pemain yang memiliki kemampuan sepak sila yang baik akan lebih mudah mengendalikan bola dan membangun pola permainan yang efektif.

Sahila (2024) berpendapat bahwa penguasaan teknik dasar sangat penting bagi semua pemain sepaktakraw, karena teknik-teknik tersebut merupakan dasar permainan. Keterampilan unik atau teknik khusus ini juga diperlukan baik untuk serangan maupun pertahanan, sehingga pemain sepaktakraw harus mahir dalam teknik-teknik tertentu dalam permainan.

Sepak sila merupakan dasar sepakan sepaktakraw yang kegunaannya untuk menahan bola, mengawal bola dan mengumpan dalam suatu permainan sepaktakraw (Muhlis dkk., 2025). Sepak sila sangat

penting dan harus di kuasai oleh pemain sepak takraw, karena sepak sila merupakan gerakan yang dominan dalam permainan sepak takraw (Boru dkk., 2024).

Dalam pelaksanaannya, sepak sila membutuhkan ketepatan gerakan, keseimbangan tubuh, dan koordinasi yang baik antara penglihatan dengan gerakan kaki. Saat bola datang, pemain harus mampu memperkirakan arah, kecepatan, dan titik jatuh bola melalui penglihatan, kemudian menggerakkan kaki secara tepat agar bola dapat dikontrol dengan baik. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan koordinasi mata dan kaki memiliki peranan penting dalam keberhasilan melakukan sepak sila.

Koordinasi mata dan kaki merupakan kemampuan seseorang dalam mengintegrasikan fungsi penglihatan dengan gerakan kaki secara harmonis, tepat, dan efisien. Koordinasi ini sangat diperlukan dalam berbagai aktivitas olahraga, terutama cabang olahraga yang menggunakan kaki sebagai alat utama permainan, termasuk sepak takraw. Pemain yang memiliki koordinasi mata dan kaki yang baik cenderung mampu melakukan gerakan dengan lebih tepat, cepat, dan terarah dibandingkan pemain yang memiliki koordinasi rendah.

Koordinasi merupakan hasil perpaduan kinerja dan kualitas otot, tulang, dan persendian dalam menghasilkan satu gerak yang efektif dan efisien (Sajoto, 1995 dalam Sugiarto & Agustiar, 2025). Koordinasi adalah kemampuan seseorang dalam mengintegrasikan berbagai gerakan yang berbeda ke dalam suatu pola gerakan tunggal secara efektif. Koordinasi juga berhubungan erat dengan komponen gerak motorik lainnya seperti keseimbangan, kecepatan, dan kelincahan, sehingga koordinasi yang baik memungkinkan seseorang melakukan keterampilan dengan sempurna dan mampu mengatasi permasalahan yang tidak diharapkan selama latihan (Sugiarto & Agustiar, 2025).

Menurut Sukadiyanto dalam (Anam et al., 2020) indikator utama koordinasi mata dan kaki adalah ketepatan dan gerak yang ekonomis. Dengan demikian koordinasi merupakan hasil perpaduan kinerja dari kualitas otot, tulang, dan persendian dalam menghasilkan gerak yang efektif

dan efisien. Dimana komponen gerak yang terdiri dari energi, kontraksi otot, syaraf, tulang, dan persendiaan merupakan koordinasi neuromuscular. Koordinasi neuromuscular adalah gerak yang terjadi dalam urutan dalam waktu yang tepat serta gerakannya mengandung tenaga.

Dalam permainan sepak takraw, koordinasi mata dan kaki sangat diperlukan ketika pemain menerima bola dari lawan maupun teman satu tim. Mata berfungsi untuk mengamati arah datangnya bola, sedangkan kaki melakukan gerakan untuk mengontrol atau mengumpan bola menggunakan teknik tertentu. Apabila koordinasi antara mata dan kaki berjalan dengan baik, maka pemain dapat melakukan sepak sila dengan akurat dan stabil. Sebaliknya, apabila koordinasi mata dan kaki kurang baik, maka pemain akan mengalami kesulitan dalam mengontrol bola sehingga sering terjadi kesalahan dalam permainan.

Kemampuan sepak sila yang baik tidak dapat diperoleh secara instan, tetapi harus melalui proses latihan yang teratur dan didukung oleh kondisi fisik yang baik. Salah satu unsur kondisi fisik yang mendukung keberhasilan teknik sepak sila adalah koordinasi mata dan kaki. Koordinasi yang baik akan membantu pemain dalam menentukan waktu yang tepat untuk melakukan kontak dengan bola sehingga gerakan menjadi lebih efektif dan efisien. Oleh karena itu, koordinasi mata dan kaki menjadi salah satu faktor yang perlu diperhatikan dalam pembelajaran maupun latihan sepak takraw.

Pada kenyataannya, masih banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam melakukan teknik sepak sila. Kesulitan tersebut terlihat dari kurang tepatnya perkenaan kaki terhadap bola, lemahnya kontrol bola, serta kurang stabilnya arah umpan yang diberikan kepada teman satu tim. Selain itu, beberapa siswa juga terlihat kurang mampu mempertahankan bola tetap berada dalam penguasaan ketika melakukan sepak sila secara berulang. Kondisi ini menunjukkan bahwa kemampuan teknik dasar sepak sila siswa masih perlu ditingkatkan.

Rendahnya kemampuan sepak sila siswa dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi kondisi fisik, koordinasi gerak, keseimbangan, kelincahan, minat, dan motivasi siswa. Sedangkan faktor eksternal meliputi metode pembelajaran, sarana dan prasarana, serta intensitas latihan yang diberikan. Dari berbagai faktor tersebut, koordinasi mata dan kaki diduga menjadi salah satu faktor yang memiliki hubungan erat terhadap kemampuan sepak sila pada permainan sepak takraw.

Berdasarkan hasil pengamatan awal yang dilakukan peneliti pada kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani dan latihan sepak takraw, terlihat bahwa kemampuan siswa dalam melakukan sepak sila masih bervariasi. Ada siswa yang mampu melakukan sepak sila dengan baik dan terarah, namun ada pula siswa yang masih sering gagal mengontrol bola. Siswa yang memiliki koordinasi gerak yang baik tampak lebih mudah menerima dan mengumpan bola dibandingkan siswa yang koordinasinya kurang baik. Hal ini menunjukkan adanya dugaan hubungan antara koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan sepak sila.

Selain itu, dalam proses pembelajaran sepak takraw, guru lebih sering menekankan pada penguasaan teknik tanpa memperhatikan unsur kondisi fisik yang mendukung kemampuan teknik tersebut. Padahal, kemampuan teknik dasar tidak hanya dipengaruhi oleh latihan teknik semata, tetapi juga dipengaruhi oleh kondisi fisik dan kemampuan koordinasi gerak siswa. Oleh sebab itu, diperlukan penelitian yang dapat memberikan informasi mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kemampuan sepak sila, khususnya koordinasi mata dan kaki.

Penelitian tentang hubungan koordinasi mata dan kaki terhadap kemampuan sepak sila penting dilakukan karena dapat memberikan gambaran mengenai tingkat keterkaitan antara kedua variabel tersebut. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi bagi guru pendidikan jasmani dan pelatih dalam menyusun program latihan yang lebih efektif dan terarah. Dengan mengetahui hubungan koordinasi mata dan kaki terhadap kemampuan sepak sila, maka latihan yang diberikan tidak hanya

berfokus pada teknik, tetapi juga pada pengembangan kemampuan koordinasi gerak siswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif korelasional, yang bertujuan untuk mengukur kekuatan dan arah hubungan antara dua variabel, yakni koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan sepak sila dalam permainan sepak takraw (Sugiyono, 2020). Metode deskriptif korelasional dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mendeskripsikan fenomena yang ada sekaligus menentukan koefisien hubungan antar variabel tanpa melakukan manipulasi terhadap kondisi yang diamati.

Desain penelitian yang digunakan adalah studi korelasi (correlational study), yaitu dengan mengumpulkan data dari dua variabel pada satu kelompok subjek, kemudian menentukan koefisien korelasi di antara variabel-variabel tersebut. Variabel bebas (X) dalam penelitian ini adalah koordinasi mata dan kaki, sedangkan variabel terikat (Y) adalah kemampuan sepak sila. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas VIII-A SMP Negeri 2 Telaga yang berjumlah 12 orang, dan seluruh populasi dijadikan sampel dengan teknik total sampling.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi: (1) analisis statistik deskriptif untuk menggambarkan karakteristik data setiap variabel; (2) uji normalitas data menggunakan metode Liliefors pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$; (3) uji linearitas untuk memastikan hubungan antar variabel bersifat linear; (4) analisis korelasi Product Moment Pearson untuk menghitung koefisien korelasi; (5) uji t untuk menguji signifikansi korelasi; dan (6) koefisien determinasi (r^2) untuk mengukur besarnya kontribusi variabel bebas terhadap variabel terikat. Seluruh tahapan analisis dilakukan dengan bantuan perangkat lunak statistik.

HASIL

Data penelitian diperoleh melalui dua jenis tes, yaitu tes koordinasi mata dan kaki sebagai variabel bebas (X) dan tes kemampuan sepak sila sebagai variabel terikat (Y). Selanjutnya, data yang diperoleh dianalisis

menggunakan teknik statistik yang meliputi analisis deskriptif, transformasi data ke dalam T-score, uji normalitas, analisis korelasi Product Moment, serta uji signifikansi (uji t).

Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat kuat antara koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan sepak sila, dengan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,99 yang termasuk dalam kategori sangat kuat. Berdasarkan hasil uji signifikansi, diperoleh nilai thitung lebih besar dari ttabel, sehingga hubungan tersebut signifikan secara statistik pada taraf $\alpha = 0,05$.

Tabel 1. Deskripsi Statistik Koordinasi Mata & Kaki

Statistik	Nilai
Jumlah Sampel (N)	12
Nilai Minimum	5
Nilai Maksimum	17
Rata-rata (Mean)	11,08
Standar Deviasi	3,78

Berdasarkan tabel dan diagram di atas, dapat diketahui bahwa distribusi nilai koordinasi mata dan kaki siswa cenderung menyebar secara merata. Sebagian besar siswa memiliki nilai pada rentang menengah hingga tinggi, yaitu antara 11 hingga 17, yang menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki kemampuan koordinasi yang cukup baik. Namun, masih terdapat beberapa siswa yang memiliki nilai di bawah rata-rata, sehingga menunjukkan bahwa kemampuan koordinasi mereka masih perlu ditingkatkan melalui latihan yang lebih terarah.

Tabel 2. Deskripsi Statistik Tendangan Sepak Sila

Statistik	Nilai
Jumlah Sampel (N)	12
Nilai Minimum	15
Nilai Maksimum	33
Rata-rata (Mean)	24,58
Standar Deviasi	5,83

Berdasarkan tabel dan diagram di atas, dapat diketahui bahwa distribusi nilai kemampuan sepak sila siswa cenderung menyebar secara merata. Sebagian besar siswa memiliki nilai pada rentang 22 hingga 30, yang menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki kemampuan sepak sila

yang cukup baik. Namun demikian, masih terdapat beberapa siswa dengan nilai rendah, yang menunjukkan perlunya peningkatan latihan teknik dasar

Uji normalitas pada variabel koordinasi mata dan kaki dilakukan untuk mengetahui apakah data hasil penelitian berdistribusi normal atau tidak. Pengujian ini penting sebagai salah satu syarat dalam analisis statistik parametrik yang akan digunakan pada tahap selanjutnya. Dalam penelitian ini, uji normalitas dilakukan menggunakan metode Liliefors dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$.

Berdasarkan hasil perhitungan, diperoleh nilai rata-rata (mean) sebesar 11,08 dan standar deviasi sebesar 3,78. Hasil uji normalitas Liliefors menunjukkan bahwa nilai Lhitung = 0,173 lebih kecil dari nilai Ltabel = 0,258 pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ dengan $n = 12$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa data koordinasi mata dan kaki berdistribusi normal.

Uji normalitas pada variabel kemampuan tendangan sepak sila bertujuan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh dari hasil pengukuran memiliki distribusi normal atau tidak. Sama halnya dengan variabel sebelumnya, pengujian ini menggunakan metode Liliefors dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ sebagai dasar pengambilan keputusan.

Berdasarkan hasil perhitungan, diperoleh nilai rata-rata (mean) sebesar 24,58 dan standar deviasi sebesar 5,83. Hasil uji normalitas Liliefors menunjukkan bahwa nilai Lhitung = 0,196 lebih kecil dari nilai Ltabel = 0,258 pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ dengan $n = 12$. Dengan demikian, data kemampuan tendangan sepak sila juga berdistribusi normal.

Tabel 3. Hasil Uji Linearitas

Sumber Variasi	F _{hitung}	Sig.	Keterangan
Deviation from Linearity	1,21	0,36	Linear

Berdasarkan hasil analisis diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,36, yang lebih besar dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan tendangan sepak sila bersifat linear.

Uji hipotesis dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata dan kaki (X) dengan kemampuan tendangan sepak sila (Y). Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan uji t berdasarkan koefisien korelasi Product Moment.

Berdasarkan hasil perhitungan, diperoleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,99. Nilai ini menunjukkan bahwa hubungan antara koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan tendangan sepak sila berada pada kategori sangat kuat (Guilford, 1956). Hasil uji t diperoleh nilai thitung = 17,27 dan ttabel = 2,228 pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ dengan derajat kebebasan dk = 10. Karena thitung (17,27) > ttabel (2,228), maka hipotesis alternatif (H1) diterima. Hal ini berarti bahwa semakin baik koordinasi mata dan kaki yang dimiliki siswa, maka semakin baik pula kemampuan dalam melakukan tendangan sepak sila.

Koefisien determinasi digunakan untuk mengetahui besarnya kontribusi koordinasi mata dan kaki terhadap kemampuan tendangan sepak sila. Hal ini menunjukkan bahwa 98,01% kemampuan sepak sila dipengaruhi oleh koordinasi mata dan kaki, sedangkan 1,99% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Dengan demikian, koordinasi mata dan kaki memberikan kontribusi yang sangat besar terhadap kemampuan tendangan sepak sila.

PEMBAHASAN

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data kedua variabel berdistribusi normal. Hal ini dibuktikan dengan nilai Lhitung yang lebih kecil daripada Ltabel pada taraf signifikansi 0,05. Dengan terpenuhinya asumsi normalitas, maka data penelitian ini layak untuk dianalisis menggunakan statistik parametrik. Kondisi ini memberikan dasar yang kuat bahwa hasil analisis yang dilakukan selanjutnya dapat dipercaya dan memiliki validitas yang baik.

Selanjutnya, hasil uji linearitas menunjukkan bahwa hubungan antara koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan tendangan sepak sila bersifat linear ($F = 1,21$; $p = 0,36 > 0,05$). Artinya, setiap peningkatan pada

koordinasi mata dan kaki akan diikuti oleh peningkatan kemampuan tendangan sepak sila secara searah dan proporsional. Hubungan yang linear ini memperkuat bahwa variabel bebas memiliki pola hubungan yang jelas terhadap variabel terikat, sehingga penggunaan analisis korelasi Product Moment Pearson dalam penelitian ini telah memenuhi syarat dan dinyatakan tepat.

Berdasarkan hasil uji hipotesis, diperoleh nilai thitung = 17,27 lebih besar dari ttabel = 2,228, sehingga hipotesis alternatif (H1) diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan tendangan sepak sila. Koefisien korelasi sebesar $r = 0,99$ menunjukkan arah hubungan yang positif dan sangat kuat. Hasil ini sejalan dengan temuan Gustira et al. (2024) yang menemukan bahwa koordinasi mata dan kaki berkontribusi signifikan terhadap kemampuan sepak sila pada atlet sepak takraw. Dengan demikian, semakin baik koordinasi mata dan kaki yang dimiliki siswa, maka semakin tinggi pula kemampuan mereka dalam melakukan tendangan sepak sila.

Hasil perhitungan koefisien determinasi menunjukkan bahwa kontribusi koordinasi mata dan kaki terhadap kemampuan tendangan sepak sila sangat besar. Hal ini berarti bahwa koordinasi menjadi salah satu faktor utama yang mempengaruhi keberhasilan siswa dalam melakukan teknik tersebut. Meskipun demikian, masih terdapat faktor lain di luar penelitian yang juga berperan, seperti kekuatan otot, kelincahan, keseimbangan, serta intensitas latihan yang dilakukan oleh siswa.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa koordinasi mata dan kaki memiliki hubungan yang signifikan dan memberikan kontribusi yang sangat besar (98,01%) terhadap kemampuan tendangan sepak sila. Temuan ini memperkuat hasil penelitian Gustira et al. (2024) serta Muhlis et al. (2025) yang juga menegaskan pentingnya koordinasi dalam penguasaan teknik dasar sepak takraw. Dengan demikian, upaya peningkatan keterampilan sepak sila sebaiknya tidak hanya berfokus pada latihan teknik, tetapi juga pada pengembangan

koordinasi mata dan kaki melalui latihan yang terstruktur, terprogram, dan berkelanjutan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut. Pertama, data kedua variabel berdistribusi normal berdasarkan uji Liliefors ($L_{hitung} < L_{tabel}$ pada $\alpha = 0,05$) dan terdapat hubungan yang bersifat linear antara koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan tendangan sepak sila. Kedua, hasil analisis korelasi Product Moment menunjukkan koefisien korelasi $r = 0,99$ yang termasuk dalam kategori sangat kuat dan bersifat positif, dengan nilai $t_{hitung} = 17,27 > t_{tabel} = 2,228$ pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$.

Dengan demikian, terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan tendangan sepak sila pada siswa kelas VIII-A SMP Negeri 2 Telaga. Koefisien determinasi sebesar $r^2 = 0,980$ menunjukkan bahwa 98,01% kemampuan sepak sila dipengaruhi oleh koordinasi mata dan kaki, sedangkan 1,99% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini. Berdasarkan temuan tersebut, disarankan kepada guru pendidikan jasmani dan pelatih sepak takraw untuk memberikan porsi latihan koordinasi mata dan kaki yang lebih terstruktur dan terarah, agar kemampuan teknik dasar sepak sila siswa dapat berkembang secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, Y. F., & Purnomo, M. (2021). Analisis Manajemen Latihan Pb Suryabaja Tulungagung Selama Masa Pandemi Covid-19. *Prestasi Olahraga*, 4(3), 107–112.
- Apriyanto, T. (2020). Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education Vol . 4 Januari 2020 TERHADAP KEMAMPUAN DIG PADA ATLET BOLA VOLI PUTRI FORTIUS Rosalina Wardan Tirto Apriyanto dan Ika Novitaria Marani. 4(2).
- Boru, M. J., Wali, C. N., & Kaho, U. J. R. (2024). Studi Tentang Hubungan Kekuatan Otot Tungkai dan Kemampuan Sepak Sila Siswa Kelas VIII SMP Negeri 3 Kupang Tengah: Penelitian. *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan*, 4(4), 24682-24689.

- Daud Pramudita W, Abdul Aziz H, Heri Wahyudi, & Mokhamad Nur Bawono. (2024). Karakteristik Perolehan Angka Permainan Sepak Takraw Nomor Double Event Pada POMNAS 2022 Di Sumatera Barat. Populer: Jurnal Penelitian Mahasiswa, 3(3), 54–66.
- Gustira, I., Bahar, C., & Putra, R. (2024). Kontribusi Keseimbangan dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Sepak Sila dalam Permainan Sepak Takraw pada Atlet Kota Sungai Penuh. *Journal of Information System and Education Development*, 2(2), 5–10
- Muhlis, D. N., Sartono, S., & Atmaja, N. M. K. (2025). Pengaruh Variasi Latihan Berpasangan Terhadap Keterampilan Dasar Sepak Sila Pada Siswa Ekstrakurikuler Smpn 1 Kramatmulya. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (Penjaskesrek)*, 12(1), 1-10.
- Sahila, R. A., Pratama, B. A., & Sugito, S. (2024). Tingkat Keterampilan Dasar Sepak Takraw Pada Siswa Ekstrakurikuler SMP. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 14(3), 157-168.
- Sugiarto, A., & Agustiara, M. (2025). Hubungan Antara Fleksibilitas Pergelangan Tangan dan Daya Tahan Otot Tungkai dengan Kemampuan Shooting Under Basket Pada Club Bola Basket Puma Samarinda. *Cendekia: Jurnal Pendidikan dan Pengajaran*, 8(2), 60-76.
- Anam, K., Irawan, F. A., & Nurrachmad, L. (2020). Hubungan Koordinasi Mata-Kaki dengan Keterampilan Sepak Sila pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak Takraw. *Jurnal Keolahragaan*, 8(1), 1-10.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Ummah, M. S. (2020). Hubungan Koordinasi Mata Kaki dengan Kemampuan Sepak Mula dalam Permainan Sepak Takraw. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 19(1), 1-14.