

RELATIONSHIP BETWEEN POWER MUSCLE FLOOR AND EYE AND FOOT COORDINATION WITH FLOOR PASSING IN SOCCER RUMBAI FC JUNIOR GAME

Panji Bimanjaya, Dr. Zainur, M.Pd, Aref Vai, S.Pd, M.Pd

Email: pbimanjaya@gmail.com, dr.zainurunri@gmail.com, aref.vai@lecturer.unri.ac.id

Phone Number: 082284105872

*Health and Recreation Physical Education Study Program
Faculty of Teacher Training and Education,
University of Riau*

Abstract: *This study aims to find out whether there is a relationship between the power of muscle limbs and the coordination of eyes and feet with gastric passing in soccer games in SSB Rumbai FC junior. The sample from this study was the 16-member Junior High School FC Tassel School Team. The sampling technique was taken in total (total sampling) or the full sampling technique of the Team of Tassel SSB School FC junior, which amounted to 16 people. The results of the correlation of the SSB Rumbai FC School Team where the first analysis between leg muscle power X1 and Y where r_{tab} at a significant level $\alpha (0.05) = r_{hitung} 0,880 > r_{tabel} (0.514)$, means that the hypothesis is accepted and there is a strong relationship between leg muscle power to Junior SSB Rumbai School Team's long passing ability. From the calculation of the analysis of both X2 and Y, where at a significant level $\alpha (0.05) = \text{berarti } r_{hitung} (0,630) > r_{tabel} (0.514)$, it means that the hypothesis is accepted and there is a strong relationship between eye and foot coordination on the junior passing ability of the FC SSB Rumbai School Team. The third analysis of the relationship of leg muscle power (X1) eye and foot coordination (X2) with gastric passing results (Y) where r_{tab} at a significant level $\alpha (0.05) = r_{hitung} 0,868 > r_{tabel} (0.514)$, it can be concluded that the relationship between (X1) and (X2) with (Y) or the relationship of leg muscle power and eye and foot coordination with the results of hull passing at a strong interpretation.*

Key Words: *Muscle Power, Gastric Coordination and Passing.*

HUBUNGAN ANTARA POWER OTOT TUNGKAI DAN KOORDINASI MATA DAN KAKI DENGAN PASSING LAMBUNG DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA DI SSB RUMBAI FC JUNIOR

Panji Bimanjaya¹, Dr. Zainur, M.Pd², Aref Vai, S.Pd, M.Pd³

Email: pbimanjaya@gmail.com, dr.zainurunri@gmail.com, aref.vai@lecturer.unri.ac.id

No. HP: 082284105872

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Riau

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat Hubungan Antara Power Otot Tungkai dan Koordinasi Mata dan Kaki dengan Passing Lambung Dalam Permainan Sepakbola di SSB Rumbai FC junior. Sampel dari penelitian ini adalah Tim Sekolah SSB Rumbai FC junior yang berjumlah 16 orang. Teknik pengambilan sampel diambil secara (total sampling) atau teknik pengambilan sampel secara penuh Tim Sekolah SSB Rumbai FC junior yang berjumlah 16 orang. Hasil dari korelasi Tim Sekolah SSB Rumbai FC junior dimana analisis pertama antara power otot tungkai X_1 dan Y dimana r_{tab} pada taraf signifikan $\alpha (0.05) = r_{hitung} (0,880) > r_{tabel} (0.514)$, artinya hipotesis diterima dan terdapat hubungan yang kuat antara power otot tungkai terhadap kemampuan passing lambung Tim Sekolah SSB Rumbai FC junior. Dari perhitungan analisis kedua X_2 dan Y , dimana r_{tab} pada taraf signifikan $\alpha (0.05) =$ berarti $r_{hitung} (0,630) > r_{tabel} (0.514)$, artinya hipotesis diterima dan terdapat hubungan yang kuat antara koordinasi mata dan kaki terhadap kemampuan passing lambung Tim Sekolah SSB Rumbai FC junior. Analisis ketiga hubungan power otot tungkai (X_1) koordinasi mata dan kaki (X_2) dengan hasil passing lambung (Y) dimana r_{tab} pada taraf signifikan $\alpha (0.05) = r_{hitung} (0,868) > r_{tabel} (0.514)$, maka dapat disimpulkan bahwa hubungan antara (X_1) dan (X_2) dengan (Y) atau hubungan power otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki dengan hasil passing lambung pada interpretasi kuat.

Kata Kunci : Power Otot, Koordinasi dan Passing Lambung.

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan kegiatan fisik yang banyak manfaatnya bagi manusia. Olahraga dapat menyehatkan fisik, mental, emosional dan sosial. Minat masyarakat terhadap kegiatan olahraga pada saat ini cukup besar. Hal ini dapat dilihat dari makin banyaknya orang yang melakukan kegiatan olahraga baik di pagi maupun sore hari, terutama pada hari-hari libur. Menurut Sajoto (1988: 12) selain sebagai sarana untuk meningkatkan kesehatan olahraga juga dapat berfungsi sebagai sarana pendidikan, rekreasi dan juga sarana untuk mencapai prestasi.

Untuk mencapai suatu prestasi dalam dunia olahraga diperlukan usaha-usaha seperti yang tertuang didalam UU NO 3 tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional pada pasal 1 ayat 13 yang berbunyi “olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahraga secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan.”

Sepak bola adalah olahraga yang dimainkan disebuah lapangan yang mana di dalam permainan tersebut memiliki tujuan memasukkan bola kedalam gawang lawan. Sepak bola sendiri merupakan olahraga yang sangat diminati dikalangan masyarakat dunia baik itu pria maupun wanita bahkan di Indonesia sekalipun sepakbola sudah sangat lumrah dan dapat dilihat dari banyaknya pecinta olahraga sepakbola dari kota hingga plosok Negeri. Bahkan dikarnakan cinta akan olahraga yang satu ini tak jarang masyarakat Indonesia menjadikan baik itu club atau pun pemain idaman mereka sebuah teman hidup di dunia maya mereka.

Passing lambung (long pass) merupakan teknik dasar permainan sepakbola yang memiliki peranan yang sangat penting dalam mengatur pola permainan bertahan (defense) maupun menyerang (attack) selain mempersingkat waktu dan jarak dengan Passing lambung pemain juga dapat menciptakan peluang-peluang dalam mencetak gol. Menurut Harsono (1988:199) power terutama penting untuk cabang-cabang olahraga dimana atlet harus mengerahkan tenaga yang eksplosif seperti nomor-nomor lompat dalam atletik, sprint, voli (untuk smash) dan olahraga-olahraga yang ada unsur kecepatan seperti balap sepeda dan sepakbola, menurut Harsono (1988:220) keterampilan atau skillnya sendiri bisa melibatkan koordinasi mata dan kaki seperti misalnya skill menendang bola, Menurut Clive Gifford (2005:16) Pemain sepakbola Amerika Serikat, Brandi Chastain, melakukan umpan panjang dengan kura-kura kaki sambil bergerak. Jauh atau dekat sebuah umpan tergantung pada panjang atau pendek ayunan kakimu dan cepat atau lambat kakimu menendang bola dan Clive Gifford (2005:17) menyatakan juga bahwa tips hebat dalam melakukan passing jarak jauh adalah perhatikan sasaranmu sesaat sebelum kamu mengumpan, cobalah menendang bola dengan lepas, dengan kekuatan yang tepat, lakukanlah umpan dengan sisi kaki untuk umpan jarak pendek. Gunakan umpan dengan kura-kura kaki untuk umpan panjang.

Dalam sebuah observasi pada SSB RUMBAI FC JUNIOR yang saya jalankan terdapat beberapa kelemahan dalam hasil passing lambung, dapat dilihat bahwa ketika bermain, para pemain belum mendominasi dan belum begitu maksimal dalam melakukan passing jauh. Sehingga bola melenceng dan juga terkadang jatuh ke lawan. Pada team SSB RUMBAI FC JUNIOR tidak mendominannya dan belum maksimalnya passing jauh merupakan suatu kesalahan yang harus diperbaiki guna meningkatkan kualitas bermain dan dalam sebuah observasi dapat disimpulkan diantaranya: Kurang

maksimalnya penerapan *Passing* lambung dalam permainan, Kurang mendominasinya *passing* lambung dalam permainan, dan, Akurasi yang kurang dalam *passing* lambung.

Berdasarkan observasi dan hasil penelitian maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul Hubungan Antara Power Otot Tungkai dan koordinasi mata dan kaki Dengan Passing Lambung Dalam Permainan Sepakbola di SSB RUMBAI FC JUNIOR. Dengan penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan koreksi dan antisipasi bagi pemain SSB RUMBAI JUNIOR FC untuk masa-masa yang akan datang.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian korelasi dengan melihat hubungan power otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki dengan hasil passing lambung pada team SSB Rumbai FC junior, adapun variabel bebas adalah power otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki, variabel terikat adalah passing lambung, sesuai dengan jenis penelitian ini maka penelitian korelasi (*correlation research*) yaitu penelitian korelasi untuk menemukan seberapa besar hubungan dan apabila ada. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain Sekolah Sepak Bola Rumbai FC junior sebanyak 16 orang. Menurut Suharsimi Arikunto (2006:133) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi. Mengingat jumlah sampel yang sedikit yaitu kurang dari 30 orang maka dalam penelitian ini peneliti menggunakan total sampling yaitu seluruh pemain Sekolah Sepak Bola Rumbai FC junior. Instrumen penelitian yang di gunakan dala penelitian ini adalah untuk mengukur power otot tungkai menggunakan tes *Standing Broad Jump* (Ismariyati 2008:61-62), untuk mengukur koordinasi mata dan kaki menggunakan *soccer wall volley test* (Ismariyati 2008:54-56), dan untuk mengukur hasil passing lambung dengan tes passing lambung Robby Charlton (Danny Mielke 2009:26).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Data

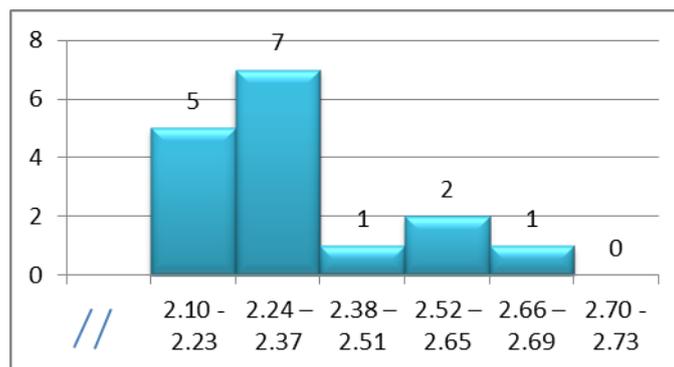
1. Power otot tungkai

Pengukuran *power* otot tungkai dilakukan dengan tes *Standing Broad Jump* terhadap 16 orang sampel, didapat skor tertinggi 2,77 cm, skor terendah 2,10 cm, rata-rata (mean) 2,32 dan simpangan baku (standar deviasi) 0,17, dari data hasil tes ini dapat dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Variabel Daya Tahan

No	Kelas Interval	Frekuensi Absolute (Fa)	Frekuensi Relative (Fr)
1	2.10 – 2.23	5	31.25
2	2.24 – 2.37	7	43.75
3	2.38 – 2.51	1	6.25
4	2.52 – 2.65	2	12.5
5	2.66 – 2.69	1	6.25
6	2.70 – 2.73	0	0
		16	100

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 16 sampel, ternyata 5 orang sampel (31.25%) memiliki hasil *power* otot tungkai dengan rentangan 2.10 – 2.23 dengan kategori cukup, kemudian terdapat 7 orang sampel (43.75%) memiliki hasil *power* otot tungkai dengan rentangan 2.24 – 2.37 dengan kategori baik, kemudian terdapat 1 orang lagi sampel (6.25%) memiliki rentangan *power* otot tungkai 2.38 – 2.51 dengan kategori baik, selanjutnya sebanyak 2 orang sampel (12.5%) memiliki rentangan *power* otot tungkai 2.66 – 2.67 dengan kategori baik sekali untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram:



Gambar 1. Histogram *Power*Otot Tungkai

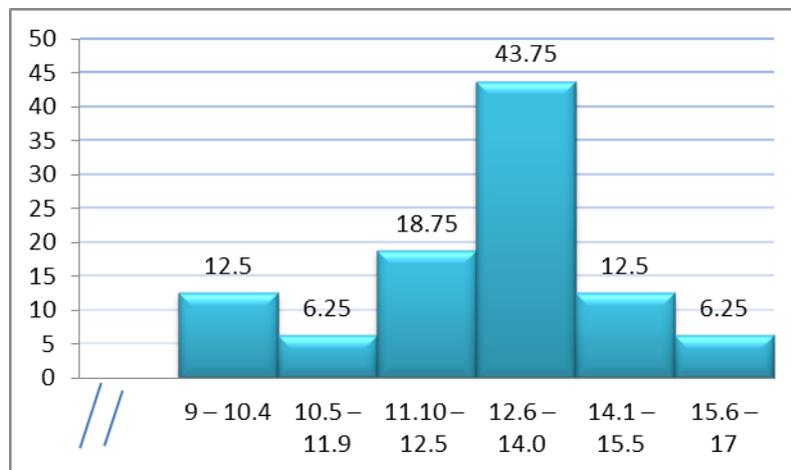
2. Koordinasi Mata dan Kaki

Pengukuran Koordinasi Mata dan Kaki dilakukan dengan tes soccer wall volley test terhadap 16 orang sampel, didapat skor tertinggi 16, skor terendah 9, rata-rata (mean) 12,93 dan simpangan baku (standar deviasi) 1,87, dari data hasil tes ini dapat dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Variabel Koordinasi mata dan kaki

No	Kelas Interval	Frekuensi Absolute (Fa)	Frekuensi Relative (Fr)
1	9-10.4	2	12.5
2	10.5-11.9	1	6.25
3	11.10-12.5	3	18.75
4	12.6-14.0	7	43.75
5	14.1-15.5	2	12.5
6	15.6-17	1	6.25
		16	100

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 16 sampel, ternyata 1 orang sampel (5.25%) memiliki hasil Koordinasi Mata dan Kakidengan rentangan 15.6-17 dengan kategori sangat baik, kemudian terdapat 2 orang sampel (12.5%) memiliki hasil Koordinasi Mata dan Kakidengan rentangan 14.1–15.5 dengan kategori baik, kemudian terdapat 7 orang lagi sampel (43.75%) memiliki hasil Koordinasi Mata dan Kakidengan rentangan 12.6–14.0 dengan kategori cukup, selanjutnya sebanyak 3 orang sampel (18.75%) memiliki rentangan Koordinasi Mata dan Kaki 11.10–12.5 dengan kategori cukup, sedangkan 1 orang sampel (6.25%) memiliki rentangan Koordinasi Mata dan Kaki10.5-11.9 dikategorikan cukup, dan sisanya 2 orang sampel memiliki hasil Koordinasi Mata dan Kaki (12.5%) memiliki rentangan Koordinasi Mata dan Kaki9-10.4 dengan kategori kurang, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram:



Gambar 2. Histogram koordinasi mata dan kaki

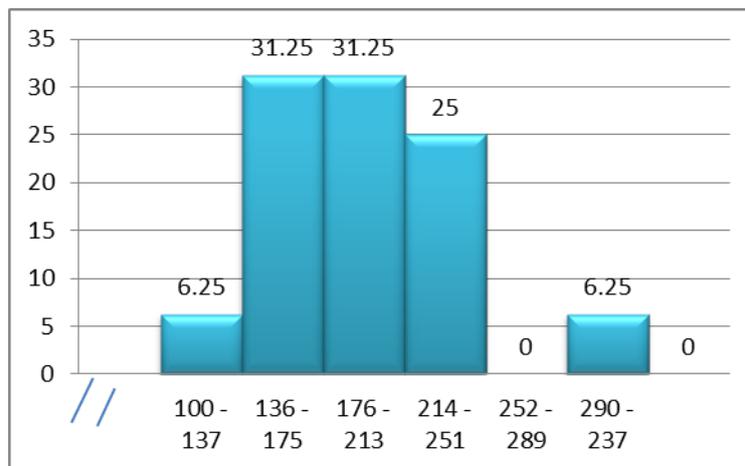
3. *Passing Lambung*

Pengukuran *Passing lambung* dilakukan dengan tes *passing lambung bobby chalton* terhadap 16 orang sampel, didapat skor tertinggi 290,0, skor terendah 100,0, rata-rata (mean) 195,625 dan simpangan baku (standar deviasi) 46,18 dari data hasil tes ini dapat dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Variabel Hasil *passing* lambung

No	Kelas Interval	Frekuensi Absolute (Fa)	Frekuensi Relative (Fr)
1	100 – 137	1	6.25
2	138 – 175	5	31.25
3	176 - 213	5	31.25
4	214 – 251	4	25
5	252 – 289	-	0
6	290 - 327	1	6.25
			100

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 16 sampel, ternyata 1 orang sampel (6,25%) memiliki hasil *passing* lambung dengan rentangan 100 – 137 dengan kategori kurang, dan terdapat 5 orang sampel (31,25%) memiliki hasil *passing* lambung dengan rentangan 138 – 175 dengan kategori cukup kemudian terdapat 5 orang lagi sampel (31,25%) memiliki rentangan *passing* lambung dengan rentangan 176 – 213 dengan kategori cukup, selanjutnya sebanyak 4 orang sampel (25%) memiliki rentangan *passing* lambung 214 – 251 dengan kategori baik, dan sisanya 1 orang sampel (6,25%) memiliki rentangan *passing* lambung 290 – 327, dengan kategori sangat baik. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram:



Gambar 3. Histogram Hasil *Passing* Lambung

Pengujian Hipotesis

Terdapat hubungan antara power otot tungkai dan *passing* lambung, dimana r_{tab} pada taraf signifikan $\alpha (0.05) =$ berarti $r_{hitung}(0,880) > r_{tab} (0.514)$. Kemudian terdapat hubungan antara koordinasi mata dan kaki terhadap *passing* lambung, dimana r_{tab} pada taraf signifikan $\alpha (0.05) =$ berarti $r_{hitung}(0,630) > r_{tab} (0.514)$. Dan terdapat hubungan secara bersama-sama antara power otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki dengan hasil *passing* lambung pada team SSB Rumbai FC junior, dimana r_{tab} pada taraf

signifikan α (0.05) = berarti $r_{hitung}(0,868) > r_{tab}$ (0.514). Dengan kata lain disimpulkan H_a diterima.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan power otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki dengan hasil passing lambung pada team SSB Rumbai FC junior yang berjumlah 16 orang. Sampel dalam penelitian ini kurang dari seratus maka sampel diambil secara (total sampling) atau teknik pengambilan sampel secara penuh pemain Sekolah Sepak Bola Rumbai FC junior yang berjumlah 16 orang. Rancangan penelitian ini merupakan penelitian korelasional dengan membandingkan hasil pengukuran dua variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel. Sebagai variabel bebas power otot tungkai (X_1) dan koordinasi mata dan kaki (X_2) sedangkan variabel terikat (Y) adalah passing lambung. Instrumen dalam penelitian ini berupa tes diantaranya tes power otot tungkai dengan menggunakan standing broad jump, tes koordinasi mata dan kaki dengan menggunakan *soccer wall volley test* dan tes passing lambung dengan test passing lambung Robby Charlthon.

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Simpulan

Masalah dalam penelitian ini adalah pemain sepakbola SSB Rumbai Junior Fc belum optimal dalam melakukan *passing* lambungsaat bermain sepakbola. Hal ini diduga kurangnya koordinasi mata dan kaki dan *power* otot tungkai yang dimiliki pemain SSB Rumbai Junior Fc melakukan *passing lambung* sehingga tendangan tidak terarah dan tidak memiliki kekuatan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan koordinasi mata dan kaki dan *power* otot tungkai dengan hasil *passing lambung* pada pemain SSB Rumbai Junior Fc.

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah penulis uraian pada bab sebelumnya, maka dapat di ambil kesimpulan sebagai berikut: Terdapat hubungan yang signifikan antara *Power Otot Tungkai* dengan hasil *passing* lambung, dimana r_{hitung} pada taraf signifikan α (0,05) = 0,514, berarti r_{hitung} (0,880) > r_{tab} (0,514), Terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata dan kakidengan hasil *passing* lambung, dimana r_{hitung} pada taraf signifikan α (0,05) = 0,514 berarti r_{hitung} (0,630) > r_{tab} (0,514). Terdapat hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara *power* otot tungkai dan koorinasi mata dan kaki denganhasil *passing* lambungpada pemain SSB Rumbai Junior Fc, dimana r_{hitung} pada taraf signifikan α (0,05) = 0,514, berarti R_{hitung} (0,868) > r_{tab} (0,514). Dengan kata lain disimpulkan H_a diterima.

Rekomendasi

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti dapat memberikan rekomendasi kepada:

1. Pelatih atau guru dapat memperhatikan daya tahan dan kelincahan untuk menghasilkan kemampuan menggiring bola yang baik bagi Sekolah Sepak Bola Rumbai FC junior
2. Pelatih atau guru dapat mengarahkan latihan yang dapat mempengaruhi kemampuan passing lambung.
3. Atlet atau siswa agar dapat memperhatikan dan menerapkan latihan power otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki untuk menunjang keterampilan passing lambung.
4. Bagi para peneliti disarankan untuk dapat mengkaji faktor-faktor lain yang berhubungan dengan kemampuan passing lambung.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT RINEKA CIPTA.
- Harsono. 2001. *Latihan Kondisi Fisik*. Bandung : FPOK IKIP.
- Ismaryati. 2008. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Lembaga Pengembangan Pendidikan (LPP) UNS.
- Marjohan. 2014. *Tes Pengukuran dan Evaluasi Pendidikan Jasmani*. Padang : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- Milke, danny. 2007. *Dasar-Dasar Sepak Bola*. Bandung:Prakarya.
- Sajoto. 1995. *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik*. Semarang : Dahara Prize.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional. Jakarta: Citra Umbara