

**THE CORELATION OF MUSCLE POWER AND EYE
COORDINATION WITH ACCURACY LONG-SUITABLE IN PS
DABINK TEAM DABINK DISTRICT, TAMBANG DISTRICT,
KAMPAR REGENCY**

Syaprizal,¹Drs. Slamet, M.Kes, AIFO,²Ardiah Juita, S.Pd, M.Pd³

Email : Syaprizalayay47227@gmail.com, Slametkepelatihan@ymail.com,

Ardiah.Juita@lecturer.unri.ac.id

No. HP: 081372976056

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

Abstract: *In this research there were very problems with the lack of leg muscle and eye and foot coordination with the accuracy of the long passing of the PS Dabink soccer team, Tambang District, Kampar Regency. The purpose of this research was to determine and prove that there is a link between leg muscle power and eye-foot coordination on the accuracy of long-term transmission of PS Dabink football team, Tambang District, Kampar Regency. The type of investigation used is the type of correlation investigation, this investigation is a correlational investigation by comparing the results of measurements between different variables to find the level of the relationship between these variables. The population in this research was 14 people from the PS Dabink soccer team. The sample used in this research was 14 people. As Arikunto (2006: 134) has indicated that if the population size is less than 100, the entire population must be sampled to obtain representative data. The instruments used in this research are (a) Standing broad jump, (b) soccer wall volley test, and (c) Bobby Charlton gastric passage. Then the data test using the normality test, normality test data with liliefors test, correlation analysis. X1 L_0 max variable normality test (0.1069) < L_{table} (0.2270), X2 L_0 max normality test variable (0.0950) < L_{table} (0.2270) and Y variable normality test (0.2064) < L_{table} (0, 2270). With this, the data is distributed normally and the conclusions of the study show that the hypothesis is accepted at a significant level $\alpha = 0.05$, in other words, there is a connection between leg muscle strength and eye-foot coordination on the accuracy of the long-pass from the PS Dabink football team, Tambang Subdistrict, Kampar Regency with r_{count} (1,020) > r_{table} (0.553).*

Key Words: *Leg Muscle, Ankle Coordination, Passing By, Football*

HUBUNGAN *POWER* OTOT TUNGKAI DAN KOORDINASI MATA-KAKI DENGAN AKURASI MELAKUKAN *LONG PASSING* PADA TIM SEPAKBOLA PS DABINK KECAMATAN TAMBANG KABUPATEN KAMPAR

Syaprizal,¹Drs. Slamet, M.Kes, AIFO,²Ardiah Juita, S.Pd, M.Pd³

Email : Syaprizalayay47227@gmail.com, Slametkepelatihan@ymail.com,

Ardiah.Juita@lecturer.unri.ac.id

No. HP: 081372976056

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

Abstrak: Dalam penelitian ini sangat terlihat permasalahan tentang kurangnya *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki dengan akurasi melakukan *long passing* pada tim sepakbola PS Dabink Kecamatan Tambang Kabupaten Kampar. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui serta membuktikan bahwa adanya hubungan antara *power* otot tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap akurasi melakukan *long passing* pada tim sepakbola PS Dabink Kecamatan Tambang Kabupaten Kampar. Adapun jenis penelitian di gunakan adalah jenis penelitian korelasi, penelitian ini adalah merupakan penelitian korelasional dengan membandingkan hasil pengukuran antar variabel yang berbeda agar dapat menemukan tingkat hubungan antara variabel-variabel ini. Populasi dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 14 orang yang berasal dari tim sepakbola PS Dabink. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 14 orang. Sebagaimana yang dikemukakan Arikunto (2006: 134) apabila besar populasi kurang dari 100, untuk mendapatkan data yang representative, maka seluruh populasi hendaknya dijadikan sampel. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah (a) *Standing broad jump*, (b) *soccer wall volley test*, dan (c) *passing lambung Bobby Charlton*. Kemudian tes data menggunakan tes uji normalitas, uji normalitas data dengan uji liliefors, analisis korelasi. Uji normalitas variabel X1 $L_{0maks} (0,1069) < L_{tabel} (0,2270)$, uji normalitas variabel X2 $L_{0maks} (0,0950) < L_{tabel} (0,2270)$ dan uji normalitas variabel Y $(0,2064) < L_{tabel} (0,2270)$. Dengan itu data berdistribusi normal dan kesimpulan penelitian menunjukan dimana hipotesis diterima pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$ dengan kata lain terdapat hubungan antara *power* otot tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap akurasi melakukan *long passing* pada tim sepakbola PS Dabink Kecamatan Tambang Kabupaten Kampar dengan $r_{hitung} (1,020) > r_{tabel} (0,553)$.

Kata Kunci : Power otot tungkai, Koordinasi mata-kaki, *Long passing*, sepakbola

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan kegiatan fisik yang banyak manfaatnya bagi manusia yang berguna untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Olahraga dapat menyehatkan fisik, mental, emosional, dan sosial. Sehingga melahirkan individu-individu yang berdaya guna sehat jasmani dan rohani. Minat masyarakat terhadap kegiatan olahraga cukup besar. Hal ini dapat dilihat dari orang yang melakukan kegiatan olahraga baik di pagi hari maupun di sore hari, bahkan di 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. Dalam UU nomor 3 pasal 13 Tahun 2005 tentang keolahragaan nasional dijelaskan bahwa : olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjejang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Berdasarkan undang-undang tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa sepakbola adalah salah satu olahraga yang bertujuan untuk mencapai prestasi dengan jenjang dan terencana melalui kompetisi.

Sepakbola adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim dengan masing-masing beranggotaakan sebelas orang. (Zidane Muhdor, 2013:9). Kemudian kemenangan di dalam permainan sepakbola hanya dapat diraih dengan kerjasama dari tim kesebelasan dan salah satu yang paling terpenting adalah memiliki kondisi fisik yang baik. Selain kondisi fisik yang baik seorang pemain sepakbola harus menguasai teknik dasar sepak bola. Teknik dasar sepak bola berupa pada gerakan *passing* (mengumpan), *dribbling* (menggiring), *Shooting* (menendang) dan *heading* (menyundul). Semua gerakan ini sangat berpengaruh dalam kemenangan pada pertandingan sepakbola (J. A Luxbacher, 2004 : 48). Menurut Sajoto (1988) dalam Darmawan (2011: 3), seorang pemain sepakbola harus menguasai kondisi fisik yang baik, komponen kondisi fisik yang sangat diperlukan meliputi kekuatan, daya tahan, daya ledak, kecepatan, kelentukkan, keseimbangan, koordinasi, kelincahan, ketepatan, dan reaksi.

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 akselerasi (percepatan) seperti lari, balap sepeda dan sepak bola. Selain itu power juga perlu untuk memukul (tinju, softball, dan lain-lain), Menendang (pencak silat, kempo, dan lain-lain), Membanting (gulat, angkat, dan lain lain). Daya ledak (power) merupakan salah satu dari komponen gerak yang sangat penting untuk melakukan aktifitas yang sangat berat karena dapat menentukan seberapa kuat seseorang memukul, seberapa jauh seseorang dapat melempar, seberapa cepat seseorang dapat berlari, seberapa tinggi seseorang dapat melompat dan lainnya. Dengan memiliki daya ledak otot tungkai yang tinggi maka memungkinkan seseorang pemain melakukan *long passing* dengan baik dan benar.

Ada beberapa teknik dalam permainan sepakbola salah satunya yakni: *Passing* (mengoper bola). *Passing* adalah usaha yang dilakukan pemain untuk mengoper bola kepada temannya. Ada *passing* kaki bagian dalam dan ada juga *passing* menggunakan punggung sepatu. *Passing* menggunakan kaki bagian dalam untuk *passing* dekat, sedangkan *passing* menggunakan punggung sepatu adalah *passing* yang dilakukan untuk jarak jauh yang disebut *long passing*. Long pass adalah seni memindahkan

momentum bola dari satu pemain ke pemain yang lain yang jarak yang lebih jauh, kamu harus melambungkannya. Dalam melakukan gerakan ini diperlukan kekuatan otot tungkai yang baik (Danny mielke, 2003 : 23).

Power otot tungkai adalah komponen kondisi fisik seseorang dalam menggunakan otot dan tulang yang saling berkaitan dari pangkal paha sampai tumit sertam emberikan energi kekuatan. Selain *power* otot tungkai dalam melakukan *long passing* faktor-faktor lain juga mempengaruhi *long passing* berupa keseimbangan, koordinasi mata-kaki, daya ledak otot tungkai, dan ketepatan kaki tumpuan. Koordinasi mata-kaki adalah kemampuan seseorang mengintergrasikan gerakan yang efektif dan tepat. Menurut Harsono (1988 : 220) keterampilan atau skillnya sendiri bisa melibatkan koordinasi mata-kaki seperti misalnya dalam skill menendang bola, dengan mata sebagai kemampuan melihat dan kaki sebagai unit gerak tubuh manusia dalam rangka mencapai tujuan. Banyak gerakan-gerakan dalam sepakbola yang memerlukan koordinasi mata-kaki.

Berdasarkan observasi yang saya lakukan, khususnya pada tim PS Dabink Kecamatan Tambang Kabupaten Kampar terdapat beberapa kelemahan dalam hasil *long passing*, dapat dilihat ketika saat bermain para pemain PS Dabink Kecamatan Tambang Kabupaten Kampar belum maksimal dalam melakukan *long passing*. Hal ini dapat terlihat ketika para pemain sedang bermain sepakbola, dimana *long pass* yang dilakukan pemain masih lemah sehingga bola tidak sampai pada teman dan akurasi *long passing* juga kurang terarah kepada teman satu tim.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan pada tim sepakbola PS Dabink Kecamatan Tambang Kabupaten Kampar maka penulis ingin meneliti lebih lanjut dengan mengambil judul "Hubungan *Power* Otot Tungkai dan Koordinasi Mata-Kaki Dengan Akurasi Melakukan *Long Passing* Pada Tim Sepakbola PS Dabink Kecamatan Tambang Kabupaten Kampar."

METODE PENELITIAN

Adapun jenis penelitian di gunakan adalah jenis penelitian korelasi, penelitian ini adalah merupakan penelitian korelasional dengan membandingkan hasil pengukuran antar variabel yang berbeda agar dapat menemukan tingkat hubungan antara variabel-variabel ini. Populasi dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 14 orang yang berasal dari tim sepakbola PS Dabink. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 14 orang. Sebagaimana yang dikemukakan Arikunto (2006: 134) apabila besar populasi kurang dari 100, untuk mendapatkan data yang representative, maka seluruh populasi hendaknya dijadikan sampel. Kemudian tes data menggunakan tes uji normalitas, uji normalitas data dengan uji liliefors, analisis korelasi. Instrumen penelitian yang di gunakan dalam penelitian ini adalah, untuk mengukur *power* otot tungkai menggunakan tes *standing broad jump*, untuk mengukur koordinasi mata-kaki menggunakan tes *soccer wall volley test* dan untuk mengukur long passing menggunakan tes *Passing* Lambung Bobby Charlton.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data yang diperoleh sebagai hasil penelitian adalah data deskriptif melalui tes. Data yang diambil melalui tes dan pengukuran terhadap 14 orang atlet tim Sepakbola PS Dabink Kecamatan Tambang Kabupaten Kampar. Variabel-variabel yang ada pada penelitian ini yaitu *power* otot tungkai yang dilambangkan dengan (X_1), Koordinasi mata dan kaki yang dilambangkan dengan (X_2) sebagai variabel bebas. Sedangkan *long pass* dilambangkan dengan (Y) sebagai variabel terikat.

Data Hasil Tes *Standing Broad Jump*

Setelah dilakukan test *Standing Broad Jump* maka dapat di peroleh data awal dengan perincian dalam analisis pada tabel sebagai berikut :

Tabel 1. Analisis Hasil *Standing Broad Jump*

STATISTIK	Hasil
Sampel	14
Mean	1,93
Standar Deviasi	0,14
Varians	0,02
Minimum	1,70
Maximum	2,20
Jumlah	27,11

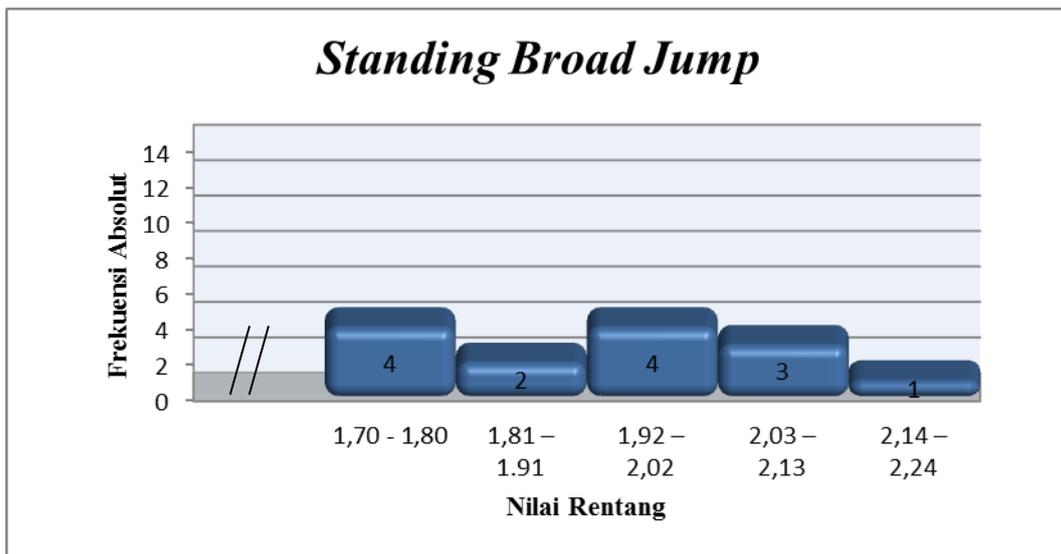
Dari table analisis hasil *Standing Broad Jump* di atas dapat disimpulkan bahwa hasilnya sebagai berikut : skor tertinggi adalah 2,20, skor terendah adalah 1,70, dengan mean 1,93, standar deviasi 0,14 dan varians 0,02, Untuk lebih jelasnya lihat pada distribusi frekuensi di bawah ini:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Variabel Power Otot Tungkai (X_1)

No	Nilai	Frekuensi Absolut	Frekuensi Kumulatif	Frekuensi Relatif (%)
1	1,70 - 1,80	4	4/14x100	28,57%
2	1,81 - 1,91	2	6/14x100	14,29%
3	1,92 - 2,02	4	10/14x100	28,57%
4	2,03 - 2,13	3	13/14x100	21,43%
5	2,14 - 2,24	1	14/14x100	7,14%
Jumlah		14		100%

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 14 sampel, 4 orang (28,57%) memiliki hasil power otot tungkai dengan rentangan nilai 1,70 - 1,80 dengan

kategori sangat kurang, kemudian 2 orang (14,29%) memiliki hasil power otot tungkai dengan rentangan nilai 1,81 – 1,91 dengan kategori sangat kurang, selanjutnya 4 orang (28,57%) memiliki hasil power otot tungkai dengan rentangan nilai 1,92 – 2,02 dengan kategori sangat kurang, kemudian 3 orang (21,43%) memiliki hasil power otot tungkai dengan rentangan nilai 2,03 – 2,13 dengan kategori sangat kurang, dan 1 orang (7,14%) memiliki hasil power otot tungkai dengan rentangan nilai 2,14 – 2,24 dengan kategori kurang, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar histogram di bawah ini:



Gambar 1. Histogram Power Otot Tungkai

Koordinasi Mata dan Kaki

Setelah dilakukan test koordinasi mata dan kaki maka dapat di peroleh data awal dengan perincian dalam analisis pada tabel sebagai berikut :

Tabel 3. Analisis Hasil Koordinasi Mata dan Kaki

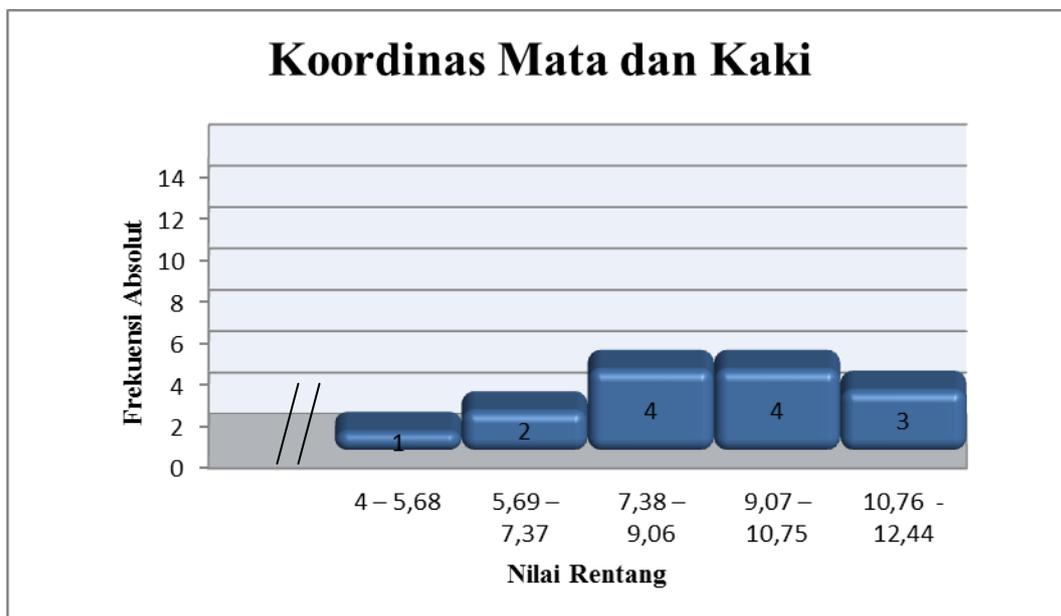
STATISTIK	Nilai
Sampel	14
Mean	8
Standar Deviasi	2,31
Varians	5,38
Minimum	4
Maximum	12
Jumlah	118

Dari table analisis hasil Koordinas Mata dan Kaki di atas dapat disimpulkan bahwa hasilnya sebagai berikut : skor tertinggi adalah 12, skor terendah adalah 4, dengan mean 8, standar deviasi 2,31 dan varians 5,38, Untuk lebih jelasnya lihat pada distribusi frekuensi di bawah ini:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Variabel Koordinasi Mata dan Kaki (X_2)

No	Nilai	Frekuensi Absolut	Frekuensi Kumulatif	Frekuensi Relatif (%)
1	4 – 5,68	1	1/14x100	7,14%
2	5,69 – 7,37	2	3/14x100	14,29%
3	7,38 – 9,06	4	7/14x100	28,57%
4	9,07 – 10,75	4	13/14x100	28,57%
5	10,76 - 12,44	3	14/14x100	21,43%
Jumlah		14		100%

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 14 sampel, 1 orang (7,14%) memiliki koordinasi mata dan kaki dengan rentangan nilai 4 – 5,68 dengan kategori kurang sekali, kemudian 2 orang (14 – 29%) memiliki koordinasi mata dan kaki dengan rentangan nilai 5,69 – 7,37 dengan kategori kurang sekali, selanjutnya 4 orang (28,57%) memiliki koordinasi mata dan kaki dengan rentangan nilai 7,38 – 9,06 dengan kategori kurang, sedangkan 4 orang (28,57%) memiliki koordinasi mata dan kaki dengan rentangan nilai 9,07 – 10,75 dengan kategori kurang dan sedangkan 3 orang (21,43%) memiliki koordinasi mata dan kaki dengan rentangan nilai 10,76 - 12,44 dengan kategori sedang. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 2. Histogram Koordinasi Mata Dan Kaki

Long pass

Setelah dilakukan test *long pass* maka dapat di peroleh data awal dengan perincian dalam analisis pada tabel sebagai berikut :

Tabel 5. Analisis Hasil *Long Pass*

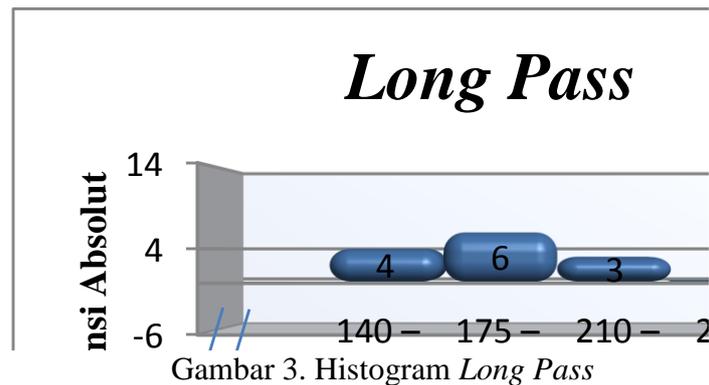
STATISTIK	Nilai
Sampel	14
Mean	196
Standar Deviasi	39,94
Varians	1595,69
Minimum	140
Maximum	300
Jumlah	2740

Dari table analisis hasil long pass di atas dapat disimpulkan bahwa hasilnya sebagai berikut : skor tertinggi adalah 300, skor terendah adalah 140, dengan mean 196, standar deviasi 39,94 dan varians 1595,69, Untuk lebih jelasnya lihat pada distribusi frekuensi di bawah ini:

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Variabel *Long Pass* (Y)

No	Nilai	Frekuensi Absolut	Frekuensi Kumulatif	Frekuensi Relatif (%)
1	140 – 174	4	4/14x100	28,57%
2	175 – 209	6	10/14x100	42,86%
3	210 – 244	3	13/14x100	21,43%
4	245 – 279	0	13/14x100	0%
5	280 - 314	1	14/14x100	7,14%
Jumlah		14		100%

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 14 sampel, 4 orang (28,57%) memiliki hasil *long Pass* dengan rentangan nilai 140 – 174 dengan kategori cukup, sedangkan 6 orang (42,86%) memiliki hasil *long Pass* dengan rentangan nilai 175 – 209 dengan kategori cukup, kemudian 3 orang (21,43%) memiliki hasil *long Pass* dengan rentangan nilai 210 – 244 dengan kategori cukup, selanjutnya 0 orang (0%) memiliki hasil *long Pass* dengan rentangan nilai 245 – 279 dengan kategori cukup, dan 1 orang (7,14%) memiliki hasil *long Pass* dengan rentangan nilai 280 - 314 dengan kategori baik, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



UJI NORMALITAS DATA

Tabel 7. Uji Normalitas Data Dengan Uji Lilliefors

No	Variabel	Lo Max	Ltabel	Keterangan
1	Power Otot Tungkai	0.1069	0,2270	Normal
2	Koordinasi mata dan kaki	0.0950	0,2270	Normal
3	Long Pass	0.2064	0,2270	Normal

Pada tabel diatas dapat dilihat bahwa hasil Lo variabel kelincahan tubuh dan kecepatan reaksi penjaga gawang lebih kecil dari Lt, maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

PENGUJIAN HIPOTESIS

Setelah data diperoleh dan dianalisis secara deskriptif, maka selanjutnya adalah menguji Hipotesis penelitian yang diajukan sesuai dengan masalah yang diajukan. Hipotesis H_a : Terdapat hubungan power otot tungkai (X1) dan koordinasi mata-kaki (X2) terhadap akurasi melakukan long passing (Y) pada tim sepakbola PS Dabink Kecamatan Tambang Kabupaten Kampar.

Dengan itu data berdistribusi normal dan kesimpulan penelitian menunjukan dimana hipotesis diterima pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$ dengan kata lain terdapat hubungan antara power otot tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap akurasi melakukan long passing pada tim sepakbola PS Dabink Kecamatan Tambang Kabupaten Kampar dengan $r_{hitung}(1,020) > r_{tabel}(0,553)$.

PEMBAHASAN

Hubungan Power Otot Tungkai dengan Long Pass

Kemampuan otot untuk melakukan lompat jauh tanpa awalan guna membangkitkan tegangan terhadap suatu tahanan sewaktu bekerja, pada bagian mulai

dari pangkal paha sampai tumit dengan cara sebagai berikut melompat tanpa awalan dengan semaksimal mungkin.

Berdasarkan hasil temuan penelitian yang dilaksanakan dengan *Standing Broad Jump* terhadap 14 sampel. Didapat hasil terbaik 2,20, hasil terburuk 1,70. Beberapa sampel yang memiliki power otot tungkai yang baik namun hasil *long Pass*nya kurang baik. Salah satu sampelnya seperti zumi zola memiliki power otot tungkai 1,89 dengan hasil *long Pass*nya hanya memiliki 8 sedangkan dwi susilo memiliki power otot tungkai 2,00 dengan hasil *long Pass* 10. Hasil yang kurang maksimal dikarenakan oleh beberapa faktor diantaranya keterampilan akurasinya kurang baik dan perkenaan bola pada kaki kurang tepat pada saat melakukan shooting kurang di dekatnya posisi atau kakinya terlalu kaku dalam melakukan shooting. Dari hasil penelitian yang diuraikan di atas maka dapat disimpulkan terhadap hubungan yang kuat antara power otot tungkai dengan hasil *long Pass* pada atlet Sepakbola PS Dabink Kecamatan Tambang Kabupaten Kampar dimana r_{tab} pada taraf nyata $\alpha (0,05) = 0,553$ berarti $r_{\text{hitung}} 1,014 > r_{\text{tab}} 0,553$.

Dari penjelasan di atas jelas bahwa power otot tungkai berpengaruh terhadap hubungan *long pass* seseorang. Hal ini sama dengan *long pass*, sama-sama memiliki hubungan yang signifikan untuk mendapatkan *long pass* yang baik. Dari dugaan peneliti yang menyatakan bahwa untuk mendapat shooting yang baik diperlukan *power* otot tungkai.

Hubungan Koordinasi Mata Dan Kaki dengan *Long Pass*

Koordinasi mata-kaki adalah kemampuan seseorang untuk melakukan gerakan dengan berbagai tingkat kesukaran dengan cepat, efisien dan penuh ketepatan.

Berdasarkan hasil temuan penelitian yang dilaksanakan dengan koordinasi mata dan kaki terhadap 14 sampel. Didapat hasil terbaik 12, hasil terburuk 4 hasil terbaik *long pass* 300 dan terendah 140. Beberapa sampel yang memiliki koordinasi mata dan kaki yang baik namun hasil *long Pass*nya kurang baik. Salah satu sampelnya seperti diki wahyudi memiliki Koordinasi mata dan kaki 7 dengan hasil *long Pass*nya hanya memiliki 170 sedangkan adi sumarta memiliki koordinasi mata dan kaki 9 dengan hasil *long Pass* 190. Hasil yang kurang maksimal dikarenakan oleh beberapa faktor diantaranya keterampilan akurasinya kurang baik dan pada saat menendang terlalu tergesa-gesa. pada saat melakukan shooting kurang diarahkan posisi atau kakinya terlalu kaku dalam melakukan shooting. Dari hasil penelitian yang diuraikan di atas maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang kuat antara koordinasi mata dan kaki dengan hasil *long Pass* pada atlet Sepakbola PS Dabink Kecamatan Tambang Kabupaten Kampar dimana r_{tab} pada taraf nyata $\alpha (0,05) = 0,553$ berarti $r_{\text{hitung}} 0,091 > r_{\text{tab}} 0,553$.

Dari penjelasan di atas jelas bahwa koordinasi mata dan kaki berhubungan terhadap *long Pass* seseorang. Dari dugaan peneliti yang menyatakan bahwa untuk mendapat tendangan yang baik diperlukan *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki yang baik pula.

Hubungan Antara Power Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata Dan Kaki Dengan Hasil *Long Pass*

Untuk mengetahui hubungan dari dua variabel atau lebih digunakan rumus korelasi ganda. Dari hasil perhitungan diperoleh koefisien korelasi ganda (uji R) didapat $R_{hitung} = 1,020$ sedangkan R_{tabel} diperoleh sebesar 0.553, jadi $R_{hitung} > R_{tabel}$, artinya terdapat hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara power otot tungkai (X_1) dan koordinasi mata dan kaki (X_2) dengan kemampuan *long Pass* (Y).

Berdasarkan uraian di atas jelas bahwa kedua faktor tersebut dapat mempengaruhi hasil *long Pass* yang dilakukan seseorang dalam permainan sepak bola. Harapan peneliti yang menginginkan baik *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki seseorang maka semakin baik juga seseorang untuk akurasi shooting dengan tepat ke sasaran seperti halnya melakukan shooting kearah gawang.

Kenyataan dari hasil yang diperoleh yang menyatakan terdapat hubungan power otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki dengan *long Pass*. Ternyata hipotesis yang yang dibuatkan oleh peneliti terjawab bahwa terdapat hubungan antar ke tiga variabel tersebut.

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti lakukan pada atlet Sepakbola PS Dabink Kecamatan Tambang Kabupaten Kampar, masih banyak atlet yang mengalami kegagalan pada waktu melakukan *long pass*. Kegagalan yang sering terjadi pada saat melakukan akurasi : kurang terarahnya tendangan dan kurang terarahnya shooting, shooting dengan mudah ditangkis oleh penjaga gawang, shooting tidak tepat sasaran oleh lawan ini terlihat pada saat tim melakukan latihan dan pertandingan. Hal tersebut diduga faktor penyebabnya adalah kondisi fisik atlet.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Atlet Sepakbola PS Dabink Kecamatan Tambang Kabupaten Kampar yang berjumlah 14. Sampel dalam penelitian ini adalah 14 orang dengan menggunakan teknik total sampling. Instrumen dalam penelitian ini adalah *Standing Broad Jump*, tes koordinasi mata dan kaki dan hasil *long pass*. Data yang diperoleh di analisis dengan menggunakan korelasi produk moment.

Untuk mengetahui hubungan dari dua variabel atau lebih digunakan rumus korelasi ganda. Dari hasil perhitungan diperoleh koefisien korelasi ganda (uji R) didapat $R_{hitung} = 1,020$ sedangkan R_{tabel} diperoleh sebesar 0.553, jadi $R_{hitung} > R_{tabel}$, artinya terdapat hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara power otot tungkai (X_1) dan koordinasi mata dan kaki (X_2) dengan kemampuan *long Pass* (Y).

Rekomendasi

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti dapat memberikan rekomendasi sebagai berikut:

1. Pelatih dapat memperhatikan power otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki pada atlet Sepakbola PS Dabink Kecamatan Tambang Kabupaten Kampar .
2. Bagi atlet agar dapat memperhatikan dan menerapkan power otot tungkai maupun koordinasi mata dan kaki untuk menunjang kemampuan *long Pass*.
3. Bagi atlet agar memperhatikan kekuatan power otot tungkai untuk perkembangan *long Pass* yang bagus.
4. Bagi para peneliti disarankan untuk dapat mengkaji faktor-faktor lain yang berhubungan dengan *long Pass*.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharmisi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Arsil, (2010). *Evaluasi Pendidikan jasmani dan olahraga*. Malang. Wineka Media.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta CV. Tambak Kusuma.
- Hartono, (2012). *Statistik Untuk Penelitian*. Yogyakarta Celeban Timur.
- Irawadi, Hendri (2014). *Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. Jakarta. Unp press
- Ismaryati (2008). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta. UNS Press.
- Luxbacher Joseph, A. (2012). *Sepak bola Edisi Kedua*. Jakarta . Rajawali Fers.
- Mielke Danny (2007), *Dasar-Dasar Sepak Bola*, Bandung, Pakar Raya.
- Sajoto.Muchamad.(1988). *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta : P2LPTK
- Sajoto, M. (1995). *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang : Dahara Prize

- Setiadi.(2007). Anatomi dan Fisiologi Manusia.Yogyakarta.Graha Ilmu.
- Soekatamsi. (2003). Materi Pokok Permainan Besar 1 (sepakbola).Jakarta
- Sutanto, Teguh. (2016). Buku Pintar Olahraga, Yogyakarta. Pustaka Baru Press
- Syaifuddin. (2006). Anatomi Fisiologi Untuk Mahasiswa Keperawatan. Jakarta. EGC.
- Syaifuddin.(2009).Anatomi Tubuh Manusia Edisi 2.Jakarta.Salemba media
- Thomson Peter. (1991). Pengenalan Teori Latihan. Edisi IAAF. Jakarta.
- Yuniar. (2004). Kamus Besar Bahasa Indonesia. Jakarta : Balai Pustaka.