

# **THE CORRELATION OF POWER IN THE MUSCLE OF FLOURS AND EYE AND FOOT COORDINATION WITH ACCURACY ABILITY OF FOOTBALL SHOOTING IN SSB RUMBAI PRATAMA TEAM**

**Normansyah, Drs. Ramadi S.Pd., M.Kes AIFO, Aref Vai, S.Pd. M.Pd**

E-mail : Normansyah289@gmail.com, Mr.Ramadi59@gmail.com, aref.vai@lecture.unri.ac.id

Phone : 082384376938

*Riset Program of Health and Recreation Physical Education  
Faculty of Teaching and Education University of Riau*

**Abstract:** *The aim of this research was to determine and prove the correlation between explosive power of the leg muscle and eye and foot coordination with the ability to accurately shoot football at the Rumbai Pratama SSB team. This type of research conducted in this research is to use a correlational research design. A sample of 22 people from the results of hypothesis research with saturated sampling techniques or sampling points. The results obtained did not correlate leg muscle strength with the accuracy of shooting in football matches in the Rumbai Pratama SSB Team, where the  $r_{count}$  (0.311) < of the  $r_{table}$  (0.433) at  $\alpha = 0.05$ . But the pattern of the results of the second hypothesis there is a link between eye and foot coordination with the accuracy of shooting in football on the Rumbai Pratama SSB team, where the acquisition of  $r_{count}$  (0.862) > of the acquisition of  $r_{table}$  (0.433) at  $\alpha = 0.05$ . In the third hypothesis there is a joint correlation between Leg Muscle Explosion Power and eye and foot coordination with the accuracy of shooting in football matches on the Rumbai Pratama SSB Team namely the acquisition of  $r_{hitung}$  (0.865) > of the acquisition of  $r_{table}$  (0.433) on  $\alpha = 0.05$ .*

**Key Words:** *Explosive Power Of Leg Muscles, Eye And Foot Coordination, Shooting, Football*

# **HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KOORDINASI MATA DAN KAKI DENGAN KEMAMPUAN AKURASI SHOOTING SEPAKBOLA PADA TIM SSB RUMBAI PRATAMA**

**Normansyah, Drs. Ramadi S.Pd., M.Kes AIFO, Aref Vai, S.Pd. M.Pd**  
E-mail : Normansyah289@gmail.com, Mr. Ramadi59@gmail.com, aref.vai@lecture.unri.ac.id  
No Telepon : 082384376938

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

**Abstrak:** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui serta membuktikan adanya hubungan antara daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan akurasi *shooting* sepakbola pada tim SSB Rumbai Pratama. Jenis penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah menggunakan rancangan penelitian korelasional. Sampel berjumlah 22 orang dari hasil penelitian hipotesis dengan teknik penarikan sampel jenuh atau titik sampel. Hasil yang diperoleh tidak terdapat hubungan daya ledak otot tungkai dengan ketepatan *shooting* dalam permainan sepakbola pada Tim SSB Rumbai Pratama dimana perolehan  $r_{hitung}$  (0,311) < dari perolehan  $r_{tabel}$  (0,433) pada  $\alpha=0,05$ . Tetapi pola hasil hipotesis kedua terdapat hubungan koordinasi mata dan kaki dengan ketepatan *shooting* dalam permainan sepakbola pada Tim SSB Rumbai Pratama dimana perolehan  $r_{hitung}$  (0,862) > dari perolehan  $r_{tabel}$  (0,433) pada  $\alpha=0,05$ . Pada hipotesis ketiga terdapat hubungan secara bersama-sama antara Daya Ledak Otot Tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan sepakbola pada Tim SSB Rumbai Pratama yaitu perolehan  $r_{hitung}$  (0,865) > dari perolehan  $r_{tabel}$  (0,433) pada  $\alpha=0,05$ .

**Kata Kunci:** Daya Ledak Otot Tungkai, Koordinasi Mata Dan Kaki, Menembak, Sepakbola.

## PENDAHULUAN

Olahraga adalah bentuk-bentuk kegiatan jasmani yang terdapat di dalam permainan, perlombaan dan kegiatan jasmani lainnya dalam rangka memperoleh rekreasi, kemenangan dan prestasi optimal. Untuk mencapai sasaran tersebut pendidikan jasmani dan olahraga yang diberikan dalam bentuk formal kurikulum pendidikan harus mampu memberikan sumbangan yang positif dan efektif bagi pertumbuhan nilai-nilai pokok manusia yang merupakan kekuatan pendorong bagi terciptanya generasi muda sebagai tunas-tunas bangsa yang lebih baik, lebih bertanggung jawab, lebih kuat jiwa dan raga, lebih berkepribadian dan dengan demikian lebih mampu mengisi dan membina kemerdekaan bangsa dan negara. Olahraga 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. Seiring dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan kemajuan teknologi yang begitu pesat, olahraga saat ini memiliki peran yang sangat populer dikalangan masyarakat bahkan mendunia.

Kemajuan olahraga sekarang ini tidak terlepas dari kemauan masyarakat dan instansi terkait dalam membantu mengembangkan olahraga. Perkembangan ini terlihat dari banyaknya kejuaraan – kejuaraan atau pertandingan olahraga yang ada di tingkat nasional maupun di tingkat internasional, dan dari banyaknya prestasi yang telah dihasilkan oleh anak bangsa. Tetapi pada saat ini banyak masyarakat yang tidak mengetahui peranan penting olahraga dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini sesuai dengan tujuan khusus dari aktifitas berolahraga yang dinyatakan Sanyoto dalam Gusril (1992:42), sebagai berikut: (1) Aktifitas olahraga yang bertujuan pendidikan (2) Aktifitas olahraga yang bertujuan untuk rekreasi (3) Aktifitas olahraga yang bertujuan untuk kesegaran jasmani (4) Aktifitas olahraga yang bertujuan untuk prestasi. Dalam Undang-undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005, tentang sistem keolahragaan nasional (BAB VI, Pasal 17:11) menyatakan bahwa ruang lingkup olahraga meliputi kegiatan: a. Olahraga pendidikan, b. Olahraga rekreasi, c. Olahraga prestasi. Olahraga pendidikan dimaksudkan diselenggarakan sebagai bagian proses pendidikan, Olahraga pendidikan dilaksanakan baik pada jalur pendidikan formal maupun nonformal. Olahraga rekreasi dilakukan sebagai bagian proses pemulihan kembali kesehatan dan kebugaran, olahraga rekreasi dapat dilaksanakan oleh setiap orang. Dan olahraga prestasi dimaksudkan sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan dan potensi olahragawan dalam rangka meningkatkan harkat dan martabat bangsa, olahraga prestasi dilakukan oleh setiap orang yang memiliki bakat, kemampuan dan potensi untuk mencapai prestasi.

Olahraga prestasi yang dapat meningkatkan harkat dan martabat bangsa antara lain yakni bola voli, sepak bola, sepak takraw, renang, dan lain-lain. Dari beberapa olahraga prestasi tersebut, sepak bola adalah salah satu olahraga yang populer yang diminati sebagian besar masyarakat Indonesia dan dunia umumnya. Menurut Sucipto Dkk (2000:7-8) sepakbola merupakan permainan beregu masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain dan salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan tungkai kecuali penjaga gawang yang dibolehkan menggunakan lengannya di daerah tendangan hukumannya. Tujuan utama permainan sepak bola adalah sebagai mediator untuk mendidik anak agar kelak menjadi anak yang cerdas, terampil, jujur, dan sportif selain itu dari permainan sepakbola diharapkan akan tumbuh dan berkembang rasa persaingan (competition), kerja sama

(cooperation), interaksi sosial (social interaction), dan pendidikan moral (moral education). Hal senada juga diungkapkan oleh (Joseph Luxbacher, 2012) Sepak bola merupakan olahraga yang paling terkenal didunia. Lebih dari 200 juta orang diseluruh dunia memainkan lebih dari 20 juta permainan sepak bola setiap tahunnya.

Adapun keterampilan yang harus dimiliki setiap pemain yakni teknik, taktik, mental, dan fisik. Keterampilan fisik Menurut Sajoto (1988: 16-18) adalah kekuatan (*strength*), daya tahan (*endurance*), daya ledak (*muscular power*), kecepatan (*speed*), daya lentur (*flexibility*), kelincahan (*agility*), koordinasi (*coordination*), keseimbangan (*balance*), ketepatan (*accuracy*), dan reaksi (*reaction*). Sedangkan keterampilan teknik dalam sepak bola Menurut Sucipto Dkk (2000:17-38) yaitu menendang (*kicking*), menghentikan bola (*stopping*), menggiring bola (*dribbling*), menyundul bola (*heading*), merampas bola (*tackling*), lemparan kedalam (*throw in*), dan menjaga gawang (*goal keeping*).

Sepak bola merupakan olahraga yang terkenal dipenjuru dunia dan digemari oleh anak-anak maupun orang dewasa diantaranya rakyat indonesia. Permainan sepak bola di indonesia juga berkembang pesat. Ini ditandai dengan berdirinya persatuan sepak bola seluruh indonesia (PSSI). Permainan sepak bola adalah permainan tim dengan masing-masing beranggotakan sebelas orang dengan waktu 2 x 45 menit dan salah satunya penjaga gawang. Kemudian kemenangan di dalam permainan sepak bola hanya dapat diraih dengan kerjasama dari tim kesebelasan dan salah satu yang paling terpenting adalah memiliki kondisi fisik yang kuat dan mental yang sangat bagus karna pemain harus melakukan gerakan-gerakan dan teknik skill yang tinggi agar bisa menguasai permainan saat bertanding sehingga memenangkan pertandingan.

Wujud nyata dari daya ledak otot yang tergambar dalam kemampuan seseorang seperti: kekuatan atau ketinggian lompatan, kekuatan tendangan, kekuatan lemparan, dan kemampuan lainnya yang menggambarkan kekuatan, Hendri Irawan (2004:167). Salah satu keberhasilan dalam berolahraga diukur dengan berapa jauh seseorang dapat melempar, menolak, melompat, dan sejenisnya. Kemampuan ini merupakan perwujudan dari daya ledak otot seseorang, Agar seseorang dapat melompat setinggi-tingginya, Dibutuhkan tolakan yang kuat dan cepat dari otot-otot tungkai disamping ayunan tangan. Kemampuan ini sangat diperlukan pada beberapa cabang olahraga seperti bolavoli( saat melompat untuk melakukan smash), Bolabasket(saati melompat untuk melakukan shooting atau saat bola berada diatas), Lompat tinggi(saati melompati mistar), Lompat jauh(saati menolak atau melompat sejauh-jauhnya), Sepakbola(pada saat seseorang pemain melakukan tembakan atau *shooting* ke gawang) dan lain sebagainya Koordinasi merupakan unsur kondisi fisik yang sangat penting dalam kehidupan terlebih-lebih dalam aktifitas olahraga. Hampir seluruh aktifitas Olahraga membutuhkan gerak. Gerak dalam Olahraga jarang yang berdiri sendiri, melainkan merupakan rangkaian dari beberapa elemen gerak. Gerak melompat, berlari, memukul, melempar, menendang, dan lain sebagainya merupakan gerakan gabungan antara gerakan kaki, tangan, pinggang, dan bagian tubuh lainnya, Hendri Irawan (2004:181). Koordinasi mata dan kaki adalah sebagai tumpuan saat akan melakukan tendangan ke arah gawang, sambil bergerak atau berlari hampir dalam kecepatan penuh. Oleh sebab itu daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki sangat memiliki peran penting dalam melakukan teknik *shooting* yang baik.

Berdasarkan hasil pengamatan yang telah dilakukan pada tim sepakbola RUMBAI PRATAMA, dijumpai fenomena masih rendahnya akurasi *shooting*, ini terbukti saat menendang bola ke gawang, arahnya masih kurang tepat dan tendangannya tidak keras,

dari hasil uji coba yang dilakukan, dari 10 kali tembakan kegawang hanya 2 kali yang mengarah kesasaran dan bisa ditangkap oleh penjaga gawang, hal ini terlihat pada saat tim melakukan ujicoba melawan SSB TUNAS MUDA dan ujicoba melawan tim LPI. Diduga permasalahannya adalah kondisi fisik atlet seperti *eksplosive power* otot tungkai, koordinasi mata dan kaki, kelincahan, keseimbangan dan kecepatan.

Koordinasi mata dan kaki sangat berpengaruh pada saat *shooting*, karena pada saat akan melakukan tendangan mata melihat bola yang akan ditendang. Sehingga peneliti menyimpulkan bahwa lemahnya *shooting* di akibatkan karena Daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki kurang baik.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan rancangan penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengetahui seberapa besar hubungan antara variabel bebas yaitu Daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-kaki dan variabel terikat yaitu kemampuan akurasi *shooting* sepakbola. Menurut Suharsimi Arikunto (2006:270), penelitian korelasi bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan dan apabila ada berapa erat hubungan serta berarti atau tidak hubungan itu. Menurut Sugiyono (2012:37). Populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 22 orang yang berasal dari tim SSB Rumbai Pratama dan sampel diambil secara total sampling. Adapun instrumen penelitian yang digunakan adalah (a) vertical jump untuk daya ledak otot tungkai dilakukan percobaan sebanyak 1 kali tanpa lompatan dan 2 kali menggunakan lompatan, (b) tes koordinasi mata kaki untuk tes akurasi dilakukan percobaan sebanyak 10 kali menggunakan kaki kanan dan 10 kali menggunakan kaki kiri lalu dihitung berapa jumlah yang didapat, (c) dan shooting kearah gawang untuk tes ketepatan shooting dilakukan percobaan sebanyak 6 kali yaitu dengan menggunakan kaki kanan sebanyak 2 kali dan kaki kiri sebanyak 2 kali lalu 2 kali selanjutnya menggunakan kaki yg terkuat menurut atlet.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

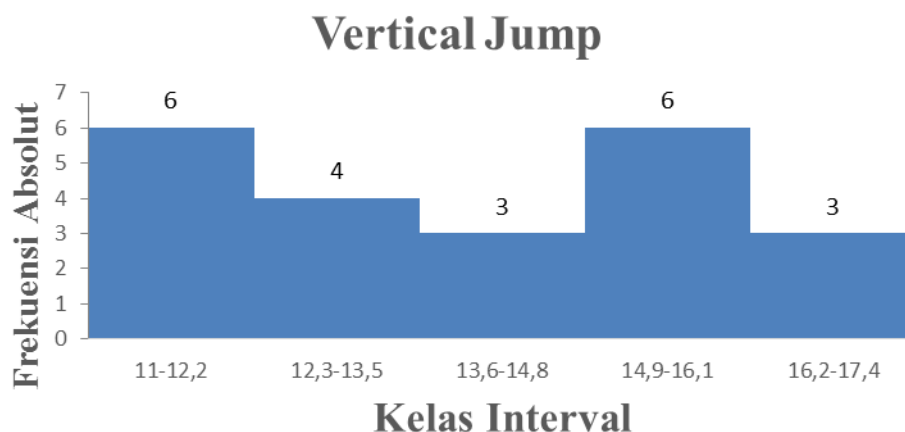
### **Daya Ledak Otot Tungkai**

Pengukuran koordinasi mata dan kaki dilakukan terhadap 22 orang sampel, didapat skor tertinggi 17 dan skor terendah 11, rata-rata (mean) 13,95, simpangan baku (standar deviasi) 2,00, Untuk lebih jelasnya lihat pada distribusi frekuensi di bawah ini:

Tabel 1. Distribusi Frekueasi Variabel Daya ledak otot tungkai ( $X_1$ )

| No     | Kelas interval | Frekuensi absolute (Fa) | Frekuensi relative (Fr) |
|--------|----------------|-------------------------|-------------------------|
| 1      | 11 -12.2       | 6                       | 27.27 %                 |
| 2      | 12.3-13.5      | 4                       | 18.18 %                 |
| 3      | 13.6-14.8      | 3                       | 13.63 %                 |
| 4      | 14.9-16.1      | 6                       | 27.27 %                 |
| 5      | 16.2-17.4      | 3                       | 13.63 %                 |
| Jumlah |                | 22                      | 100%                    |

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 22 sampel, ternyata 6 orang (27.27%) memiliki Vertical Jump dengan rentangan nilai 11-12.2 dengan kategori kurang, sedangkan 4 orang (18.18%) memiliki Vertical Jump dengan rentangan nilai 12.3-13.5 dengan kategori kurang, kemudian 3 orang (13.63%) memiliki Vertical Jump dengan rentangan nilai 13.6-14.8 dengan kategori sedang, untuk 6 orang (27.27%) memiliki Vertical Jump dengan rentangan nilai 14.9-16.1 dengan kategori cukup, dan 3 orang (13.63%) memiliki Vertical Jump dengan rentangan nilai 16.2-17.4 dengan kategori baik. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 1. Histogram Daya Ledak Otot Tungkai

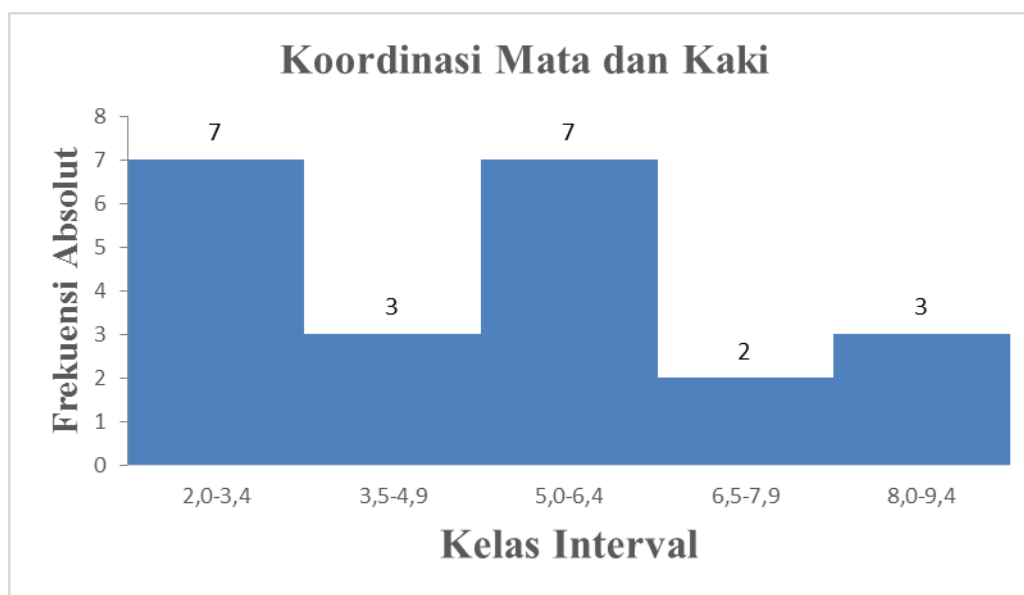
### Koordinasi Mata dan Kaki

Pengukuran koordinasi mata dan kaki dilakukan terhadap 22 orang sampel, didapat skor tertinggi 9 dan skor terendah 2, rata-rata (mean) 4.86, simpangan baku (standar deviasi) 2,07, Untuk lebih jelasnya lihat pada distribusi frekuensi di bawah ini:

Tabel 2 Distribusi Frekueasi Variabel Koordinasi Mata dan Kaki ( $X_1$ )

| No     | Kelas interval | Frekuensi absolute (Fa) | Frekuensi relative (Fr) |
|--------|----------------|-------------------------|-------------------------|
| 1      | 2 -3.4         | 7                       | 31.81%                  |
| 2      | 3.5-4.9        | 3                       | 13.63%                  |
| 3      | 5.0-6.4        | 7                       | 31.81%                  |
| 4      | 6.5-7.9        | 2                       | 9.09%                   |
| 5      | 8.0-9.4        | 3                       | 13.63%                  |
| Jumlah |                | 22                      | 100%                    |

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 22 sampel, ternyata 7 orang (31.81%) memiliki koordinasi mata dan kaki dengan rentangan nilai 2-3.4 dengan kategori kurang, sedangkan 3 orang (13,64%) memiliki koordinasi mata dan kaki dengan rentangan nilai 3.5-4.9 dengan kategori kurang, kemudian 7 orang (31,81%) memiliki koordinasi mata dan kaki dengan rentangan nilai 5.0-6.4 dengan kategori Cukup, untuk 2 orang (9,09%) memiliki koordinasi mata dan kaki dengan rentangan nilai 6.5-7.9 dengan kategori baik dan 3 orang (13,64%) memiliki koordinasi mata dan kaki dengan rentangan nilai 8.0-9.4 dengan kategori baik. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 2. Histogram Koordinasi mata dan kaki

### Ketepatan *Shooting*

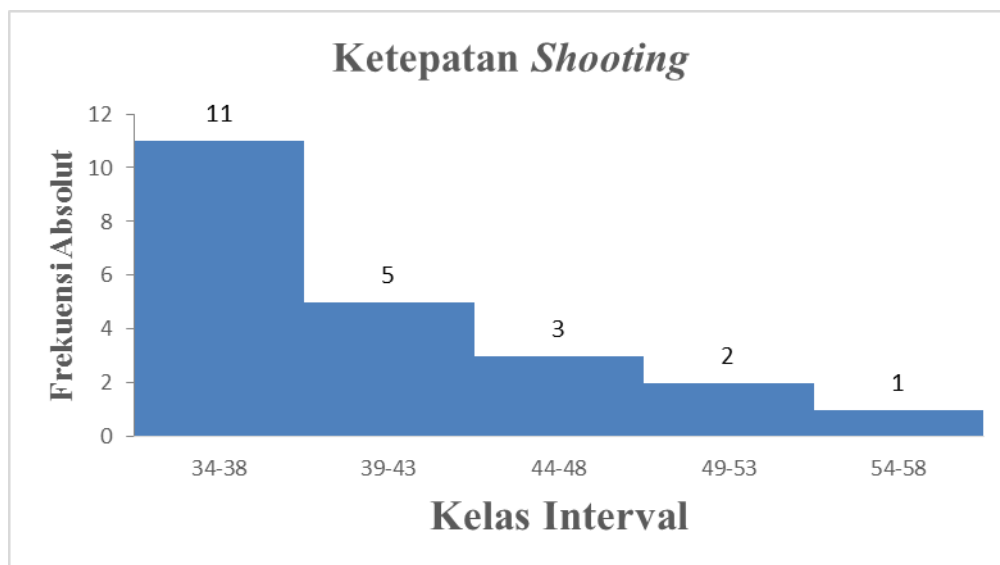
Pengukuran hasil *shooting* dilakukan dengan memasukkan bola sesuai nomor pada kotak yang sudah diberi nilai dan waktu terhadap 22 orang sampel, didapat skor

tertinggi 54 skor terendah 34, rata-rata (mean)40.81 simpangan baku (standar deviasi) 6.60, Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada distribusi frekuensi di bawah ini:

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Variabel Ketepatan *shooting*(Y)

| No     | Kelas interval | Frekuensi absolute (Fa) | Frekuensi relative (Fr) |
|--------|----------------|-------------------------|-------------------------|
| 1      | 34-38          | 11                      | 50%                     |
| 2      | 39-43          | 5                       | 22.72%                  |
| 3      | 44-48          | 3                       | 13.63%                  |
| 4      | 49-53          | 2                       | 9.09%                   |
| 5      | 54-58          | 1                       | 4.54%                   |
| Jumlah |                | 22                      | 100%                    |

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 22 sampel, ternyata 11 orang (50%) memiliki Ketepatan *shooting* dengan rentang nilai 34-38 dengan kategori kurang, sedangkan 5 orang (22.72%) memiliki Ketepatan *shooting* dengan rentang nilai 39-43 dengan kategori kurang, kemudian 3 orang (13.63%) memiliki Ketepatan *shooting* dengan rentang nilai 44-48 dengan kategori sedang, untuk 2 orang (9.09%) memiliki Ketepatan *shooting* dengan rentang nilai 49-53 dengan kategori sedang, dan 1 orang (4.54%) memiliki Ketepatan *shooting* dengan rentang nilai 54-48 dengan kategori dengan kategori baik. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 3. Histogram Hasil *shooting*

## PENGUJIAN HIPOTESIS

### a. Uji Hipotesis Satu

Pengujian hipotesis pertama yaitu terdapat hubungan antara Daya Ledak Otot Tungkai dengan Ketepatan *shooting*. Berdasarkan analisis dilakukan, maka didapat rata-rata Ketepatan *shooting* sebesar 40.81. Untuk skor rata-rata Daya Ledak Otot Tungkai didapat 13.95. Dari keterangan di atas diperoleh analisis korelasi antara Daya Ledak Otot Tungkai dan Ketepatan *shooting*, dimana  $r_{\text{tab}}$  pada taraf signifikan  $\alpha (0,05) = 0,433$  berarti, dengan  $r_{\text{hitung}}(0,311) < r_{\text{tab}}(0,433)$  artinya hipotesis ditolak dan tidak terdapat hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dengan Ketepatan *shooting* dalam permainan sepakbola Pada Tim SSB RUMBAI PRATAMA.

Tabel 4. Analisis Korelasi Antara daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan shooting( $X_1Y$ )

| Dk=n-1 | $r_{\text{hitung}}$ | $r_{\text{tabel}}$ | Kesimpulan |
|--------|---------------------|--------------------|------------|
| 21     | 0.311               | 0.433              | Ha ditolak |

Hasil analisis korelasi menyatakan terdapat hubungan tapi tidak signifikan antara daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan shooting pada taraf signifikan  $\alpha = 0,05$ .

### b. Uji Hipotesis Dua

Pengujian hipotesis kedua yaitu terdapat hubungan antara koordinasi Mata dan Kaki dengan Ketepatan *shooting*. Berdasarkan analisis dilakukan, maka didapat rata-rata Ketepatan *shooting* sebesar 40.81. Untuk skor rata-rata koordinasi Mata dan Kaki didapat 4.86. Dari keterangan di atas diperoleh analisis korelasi antara koordinasi Mata dan Kaki dengan Ketepatan *shooting*, dimana  $r_{\text{tab}}$  pada taraf signifikan  $\alpha (0,05) = 0,433$  berarti, dengan  $r_{\text{hitung}}(0,862) > r_{\text{tab}}(0,433)$  hipotesis diterima dan terdapat hubungan koordinasi Mata dan Kaki dengan Ketepatan *shooting* dalam permainan sepakbola pada Tim SSB RUMBAI PRATAMA.

Tabel 5. Analisis Korelasi Antara Koordinasi Mata dan Kaki Terhadap Ketepatan Shooting ( $X_2Y$ )

| Dk=n-1 | $r_{\text{hitung}}$ | $r_{\text{tabel}}$ | Kesimpulan  |
|--------|---------------------|--------------------|-------------|
| 21     | 0.862               | 0.433              | Ha diterima |

Hasil analisis korelasi menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata dan kaki terhadap ketepatan shooting pada taraf signifikan  $\alpha = 0,05$ .

### c. Penguji Hipotesis Tiga

Pengujian hipotesis tiga yaitu terdapat hubungan antara koordinasi mata dan kaki dan koordinasi Mata dan Kaki dengan Ketepatan *shooting*. Dari hasil perhitungan diperoleh koefisien korelasi ganda (uji R) didapat  $R_{hitung} = 0.164$  sedangkan  $R_{tabel}$  diperoleh sebesar 0.433, dengan  $R_{hitung} = (0,865) < r_{tab}(0,433)$  terdapat hubungan secara bersama-sama signifikan antara Daya Ledak Otot Tungkai ( $X_1$ ) dan koordinasi Mata dan Kaki ( $X_2$ ) dengan kemampuan ketepatan *shooting* (Y). Berdasarkan Analisis dilakukan, maka diperoleh analisis korelasi antara Daya Ledak Otot Tungkai dan koordinasi Mata dan Kaki dengan kemampuan ketepatan *shooting*.

Tabel 6. Analisis Korelasi Antara Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata dan Kaki Terhadap Ketepatan *Shooting* ( $X_1 X_2 Y$ )

| Dk=n-1 | $r_{hitung}$ | $r_{tabel}$ | Kesimpulan  |
|--------|--------------|-------------|-------------|
| 21     | 0.865        | 0.433       | Ha diterima |

Hasil analisis korelasi menyatakan terdapat hubungan bersama-sama yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap ketepatan shooting pada taraf signifikan  $\alpha = 0,05$

## PEMBAHASAN

### 1. Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dengan Ketepatan *Shooting*

Berdasarkan hasil temuan penelitian yang dilaksanakan dengan tes *vertical jump* berjumlah 22 sampel. Diperoleh hasil terbaik adalah 17, sedangkan hasil terburuk adalah 11. Beberapa sampel yang memiliki daya ledak otot tungkai yang baik namun hasil ketepatan *shooting* masih kurang baik. Salah satu dari sampel yang diambil bernama Dzaki, yang memiliki daya ledak otot tungkai 17 dengan hasil ketetapan *shooting* hanya memiliki 39. Sedangkan Mulyadi memiliki daya ledak otot tungkai 11 dengan hasil ketepatan *shooting* 38. Hasil yang kurang maksimal dikarenakan beberapa faktor diantaranya kurangnya koordinasi mata dan kaki saat melakukan *shooting* dan keseimbangan saat setelah melakukan *shooting* ke gawang.

Berdasarkan hal di atas, diperoleh perhitungan korelasi antara daya Ledak Otot tungkai ( $X_1$ ) dengan Ketepatan *shooting* (Y) menggunakan rumus korelasi product moment. Kriteria pengujian jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$ , maka terdapat hubungan yang signifikan dan sebaliknya (Sudjana 2006:369). Dari hasil perhitungan korelasi antara daya Ledak Otot tungkai dengan Ketepatan *shooting* diperoleh  $r_{hitung}$  0,311 sedangkan  $r_{tabel}$  pada taraf signifikan  $\alpha = 0.05$  yaitu 0.433. Berarti dalam hal ini tidak terdapat hubungan antara daya Ledak Otot tungkai dengan Ketepatan *shooting*. Dengan demikian harapan yang diinginkan peneliti bahwa semakin bagus daya ledak yang dimiliki seseorang maka semakin bagus pula hasil ketepatan shooting yang diperoleh belum tercapai. Hal ini berarti jika seseorang yang mempunyai daya ledak otot tungkai yang baik, maka tidak tentu dapat menghasilkan ketepatan *shooting* yang baik.

Dari penjelasan diatas jelas bahwa daya ledak otot tungkai tidak memberi pengaruh yang baik terhadap ketepatan shooting dalam permainan sepakbola. Ini terlihat dari hasil perhitingan analisis yang menyatakan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan shooting yang ditentukan dari hasil analisis, artinya masih ada yang lebih berpengaruh untuk hasil ketepatan shooting yang baik selain daya ledak otot tungkai.

## **2. Hubungan Koordinasi Mata dan Kaki dengan Ketepatan *Shooting***

Berdasarkan hasil temuan penelitisn yang dilaksanakan dengan tes koordinasi mata dan kaki berjumlah 22 sampel. Diperoleh hasil terbaik adalah 9, sedangkan hasil terburuk adalah 2. Beberapa sampel memiliki koordinasi mata dan kaki yang baik namun hasil ketepatan *shooting* yang kurang baik. Salah satu dari sampel yang diambil bernama Septio, yang memiliki koordinasi mata dan kaki 9 dengan hasil ketetapan *shooting* hanya memiliki 35. Sedangkan Agus Ardi memiliki koordinasi mata dan kaki 2 dengan hasil ketepatan *shooting* 35. Hasil yang kurang maksimal dikarenakan beberapa faktor diantaranya kurangnya keterampilan tendangan yang kurang baik dan posisi kaki yang terlalu jauh dari bola saat melakukan *shooting* ke gawang.

Berdasarkan hal di atas, maka diperoleh perhitungan korelasi antara koordinasi mata dan kaki ( $X_2$ ) dengan Ketepatan *shooting* (Y) menggunakan rumus korelasi product moment. Kriteria pengujian jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$   $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, maka terdapat hubungan yang signifikan dan sebaliknya (Sudjana 2006:369). Dari hasil perhitungan korelasi antara koordinasi mata dan kaki dengan Ketepatan *shooting* diperoleh  $r_{hitung}$  0,862 sedangkan  $r_{tabel}$  pada taraf signifikan  $\alpha = 0.05$  yaitu 0,433. Berarti dalam hal ini terdapat hubungan antara koordinasi mata dan kaki dengan Ketepatan *shooting*.

Dari penjelasan diatas jelas bahwa koordinasi mata dan kaki berpengaruh terhadap ketepatan shooting dalam permainan sepakbola. Ini terlihat dari hasil perhitingan analisis yang menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata dan kaki terhadap ketepatan shooting yang ditentukan dari hasil analisis, artinya koordinasi mata dan kaki lebih berpengaruh untuk mendapatkan ketepatan shooting yang baik dari pada daya ledak otot tungkai.

## **3. Hubungan Antara Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata dan Kaki Dengan Ketepatan *Shooting***

Untuk mengetahui hubungan dari dua variabel atau lebih digunakan rumus korelasi ganda. Dari hasil perhitungan diperoleh koefisien korelasi ganda (uji R) didapat  $R_{hitung} = 0.865$  sedangkan  $R_{tabel}$  diperoleh sebesar 0.433, jadi  $R_{hitung} > R_{tabel}$ , artinya terdapat hubungan secara bersama-sama antara daya Ledak Otot tungkai ( $X_1$ ) dan Koordinasi Mata dan Kaki( $X_2$ ) dengan kemampuan Ketepatan *shooting* (Y).

Berdasarkan uraian di atas jelas bahwa kedua faktor tersebut dapat mempengaruhi ketepatan *shooting* yang dilakukan seseorang dalam permainan sepakbola. Semakin baik daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki seseorang maka semakin baik juga seseorang untuk mengarahkan bola dengan tepat ke daerah lawan seperti halnya melakukan *shooting* ke gawang. Kenyataan dari hasil yang diperoleh yang

menyatakan terdapat hubungan daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap ketepatan *shooting*. Ternyata hipotesis yang dibuat oleh peneliti terjawab bahwa terdapat hubungan anatar ke tiga variabel tersebut. Akan tetapi dari hasil yang diperoleh oleh peneliti, sebenarnya memiliki banyak kelemahan yang menyebabkan kurang maksimal dalam penelitian ini meskipun terdapatnya hubungan dari tiga variabel yang diteliti oleh peneliti.

## SIMPULAN DAN REKOMENDASI

### Simpulan

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan jenis korelasi “penelitian korelasi atau peneliti koresional adalah penelitian yang dilakukan oleh peneliti untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variable atau lebih, tanpa melakukan perubahan, tambahan atau manipulasi terehadap data yang memang sudah ada”. Penelitan ini dimulai dengan pengambilan data pada sampel dengan tes vertical jump dan koordinasi mata dan kaki terhadap akurasi *shooting*. Kemudian data mentahnya dicari normalitasnya dengan metode *lilifors*, setelah data berdistribusi normal kemudian data dianalisis menggunakan anlisis korelasi. Populasi dalam penelitian ini adalah Tim SSB RUMBAI PRATAMA yang berjumlah 22 orang. Terknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah total *sampling*, dimana keseluruhan populasi yang berjumlah 22 sampel pada Tim SSB RUMBAI PRATAMA.

Masalah dalam penelitian ini adalah saat melalukan *shooting* kegawang masih banyak yang tidak tepat sasaran dikarenakan kurangnya koordinasi mata dan kaki saat melakukan *shooting* sehingga tidak bias menghasilkan goll, tujuan dalam penelitan ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki dengan kemampuan akurasi *shooting* sepakbola pada tim SSB RUMBAI PRATAMA.

Dari hasil yang diperoleh daya ledak otot tungkai tidak terdapat hubungan dengan ketepatan *shooting* dalam permainan sepakbola pada tim SSB Rumbai Pratama yaitu perolehan  $r_{hitung}$  (0,311) < dari perolehan  $r_{tabel}$  (0,433) pada  $\alpha=0,05$ . Dari hasil yang diperoleh koordinasi mata dan kaki terdapat hubungan yang dengan ketepatan *shooting* dalam permainan sepakbola pada tim SSB Rumbai Pratama yaitu perolehan  $r_{hitung}$  (0,862) < dari perolehan  $r_{tabel}$  (0,433) pada  $\alpha=0,05$ . Terdapat hubungan secara bersama-sama antara daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan sepakbola pada tim SSB Rumbai Pratama yaitu perolehan  $R_{hitung}$  (0,865) < dari perolehan  $R_{tabel}$  (0,433) pada  $\alpha=0,05$ .

### Rekomendasi

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

1. Pelatih dapat memperhatikan kondisi fisik yang lain selain daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki dalam permainan sepakbola padaTim SSB Rumbai Pratama.

2. Bagi atlet agar dapat memperhatikan dan menerapkan bahkan menentukan lagi kondisi fisik yang lain selain koordinasi mata dan kaki dengan daya ledak otot tungkai untuk menunjang kemampuan Ketepatan *shooting*.
3. Bagi atlet agar memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan Ketepatan *shooting*.
4. Bagi para peneliti disarankan untuk dapat mengkaji faktor-faktor lain yang berhubungan dengan ketepatan *shooting*.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta. Rineka cipta
- Hendri irawadi. 2014 *kondisi fisik dan pengukurannya*
- Luxbacher A. Joseph. 2012. *Sepak Bola*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Sajoto. 1990. *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Prize.
- Soekatamsi. 1995. *Materi Pokok Permainan Besar I (sepak Bola)*. Jakarta. Universitas Terbuka
- Undang-Undang Republik Indonesia No 3 Tahun 2005 Tantang Sistem Keolahragaan Nasional
- Syaifuddin. 2001. *Anatomi Fisiologi Untuk Perawat*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Marjohan. 2014. *Tes Pengukuran dan Evaluasi Pendidikan Jasmani*. Universitas Negeri Padang.
- Sajoto, M. (1998). *Peningkatan dan Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Semarang ;Dahara Prize
- Undang-Undang Republik Indonesia No 3 Tahun 2005 Tantang Sistem Keolahragaan Nasional.