

**KONTRIBUSI DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KOORDINASI
MATA KAKI TERHADAP KEMAMPUAN *SHOOTING* SEPAKBOLA
PEMAIN SSB BINA BAKAT U-15
KOTA PEKANBARU**

SKRPSI

*Diajukan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar strata satu (S1)
Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Universitas Islam Riau*

**OLEH
DEDI WAHYUDI
176610743**

DOSEN PEMBIMBING



**RICKY FERNANDO, S.Pd., M.Pd
NIDN: 1027108701**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
PEKANBARU
2021**

ABSTRAK

Dedi Wahyudi, 2021. Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Kemampuan *Shooting* Sepakbola Pemain Ssb Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi *power* otot tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap ketepatan *shooting* pemain sepak bola pada Pemain Ssb Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru. Adapun jenis penelitian ini adalah korelasi ganda. Populasi pada penelitian ini adalah Pemain Ssb Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru yang berjumlah 21 orang, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling* sehingga sampel pada penelitian ini berjumlah 21 orang. Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes *standing broadjump*, tes koordinasi mata kaki serta tes kemampuan *shooting* sepakbola. Teknik analisa data yang digunakan adalah uji nilai korelasi ganda dan menghitung nilai kontribusi. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat ditarik suatu kesimpulan sebagai berikut: (1) Tidak terdapat kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *shooting* sepakbola pada Pemain Ssb Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru sebesar 10,61% dengan nilai $r_{hitung} = 0,103 < r_{tabel} = 0,433$, (2) Tidak terdapat kontribusi koordinasi mata kaki terhadap ketepatan *shooting* sepakbola pada Pemain Ssb Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru sebesar 58,56% dengan nilai $r_{hitung} = 0,242 < r_{tabel} = 0,433$, (3) Terdapat kontribusi daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan *shooting* sepakbola pada Pemain Ssb Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru sebesar 87,98% dengan nilai $r_{hitung} = 0,938 > r_{tabel} = 0,433$.

Kata Kunci: Daya Ledak Otot Tungkai, Koordinasi Mata Kaki, Kemampuan *Shooting*

ABSTRACT

Dedi Wahyudi, 2021. The Contribution of Ledal Power of Leg Muscles and Ankle Coordination to the Shooting Ability of SSB Players to Develop U-15 Talent in Pekanbaru City.

The purpose of this study was to determine the contribution of leg muscle power and eye-foot coordination to the accuracy of shooting soccer players at the SSB Bina Talent U-15 Players in Pekanbaru City. The type of this research is multiple correlation. The population in this study was the Ssb Bina Talent U-15 Players in Pekanbaru City, amounting to 21 people, the sampling technique used was total sampling so that the sample in this study amounted to 21 people. The research instrument used was a standing broadjump test, an eye-foot coordination test and a soccer shooting ability test. The data analysis technique used is the multiple correlation value test and calculates the contribution value. Based on the results of the research that has been carried out, the following conclusions can be drawn: (1) There is no contribution of leg muscle explosive power to the soccer shooting ability of the Pekanbaru City SSB Bina Talent U-15 Players by 10.61% with a value of $r_{count} = 0.103 < r_{table} = 0.433$, (2) There is no contribution of eye-foot coordination to the accuracy of soccer shooting for Ssb Bina Talent U-15 Players in Pekanbaru City by 58.56% with $r_{count} = 0.242 < r_{table} = 0.433$, (3) There is a contribution of leg muscle explosive power and eye-foot coordination on the soccer shooting ability of SSB Players for U-15 Talent Development in Pekanbaru City by 87.98% with a value of $r_{count} = 0.938 > r_{table} = 0.433$.

Keywords : *Limb Muscle Explosiveness, Eye-foot Coordination, Shooting Ability*

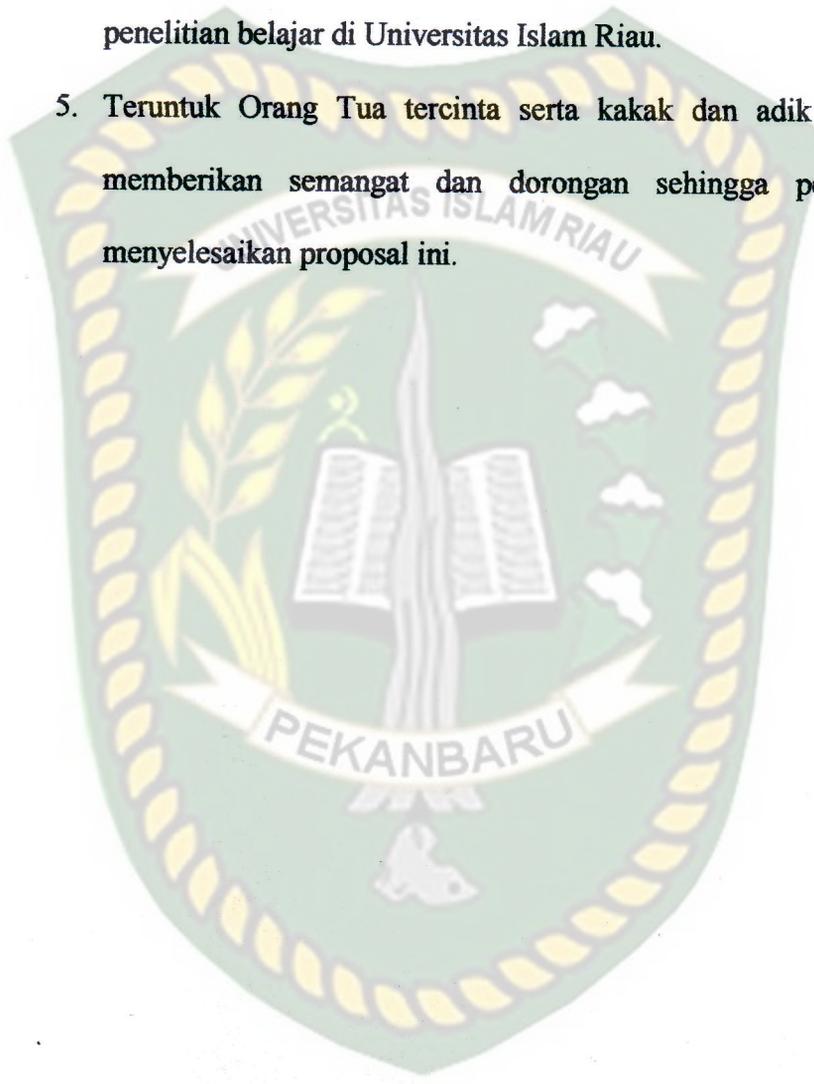
KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis penjelasan kehadiran Allah SWT. Yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal penelitiandengan judul “ **Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan *Shooting* Sepak Bola Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru**”.

Proposal ini di buat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada fakultas keguruan dan ilmu pendidikan jurusan penjas kesrek universitas islam riau (uir). Penelitian menyadari proposal ini masih banyak kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan. Dalam penyusunan proposal penelitian ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moral maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak Ricky Fernando, S.Pd.,M.Pd selaku pembimbing pendamping yang telah banyak memberi masukan dan saran dalam penyelesaian penulisan proposal ini.
2. Ibu Leni Apriliani,S.Pd.,M.Pd. Selaku ketua program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Islam Riau.
3. Bapak Dr. Raffly Henjilito . S.Pd.,M.Pd Sebagai Sekretaris Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Islam Riau.

4. Bapak/Ibu Dosen dan Staf pegawai tata usaha Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau yang telah memberikan pengajaran dan berbagai disiplin ilmu kepada penelitian selama penelitian belajar di Universitas Islam Riau.
5. Teruntuk Orang Tua tercinta serta kakak dan adik yang selalu memberikan semangat dan dorongan sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal ini.



Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

DAFTAR ISI

	Halaman
PENGESAHAN SKRIPSI	i
PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
SURAT KETERANGAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI	vi
SURAT PERNYATAAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR GRAFIK	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah.....	7
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	10
A. Landasan Teori.....	10
1. Hakikat Daya Ledak Otot Tungkai	10
2. Hakikat Koordinasi Mata Kaki	15
3. Hakikat <i>Shooting</i> Permainan Sepakbola	19
B. Kerangka Pemikiran.....	22
C. Hipotesis Penelitian	23

BAB III METEDOLOGI PENELITIAN.....	24
A. Jenis Peneltian.....	24
B. Populasi dan sampel.....	24
1. Populasi	25
2. Sampel.....	25
C. Definisi Operasional	25
D. Pengembangan Instrumen.....	26
1. Tes Daya Ledak Otot Tungkai (<i>Standing broad jump</i>).....	26
2. Koordinasi Mata dan Kaki	27
3. Tes Kemampuan Shooting Permainan Sepakbola	29
E. Teknik Pengumpulan Data.....	31
F. Teknik Analisis Data.....	32
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	36
A. Deskripsi Hasil Penelitian.....	36
B. Analisa Data.....	42
C. Pembahasan.....	44
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	48
A. Kesimpulan	48
B. Saran	48
DAFTAR PUSTAKA.....	50

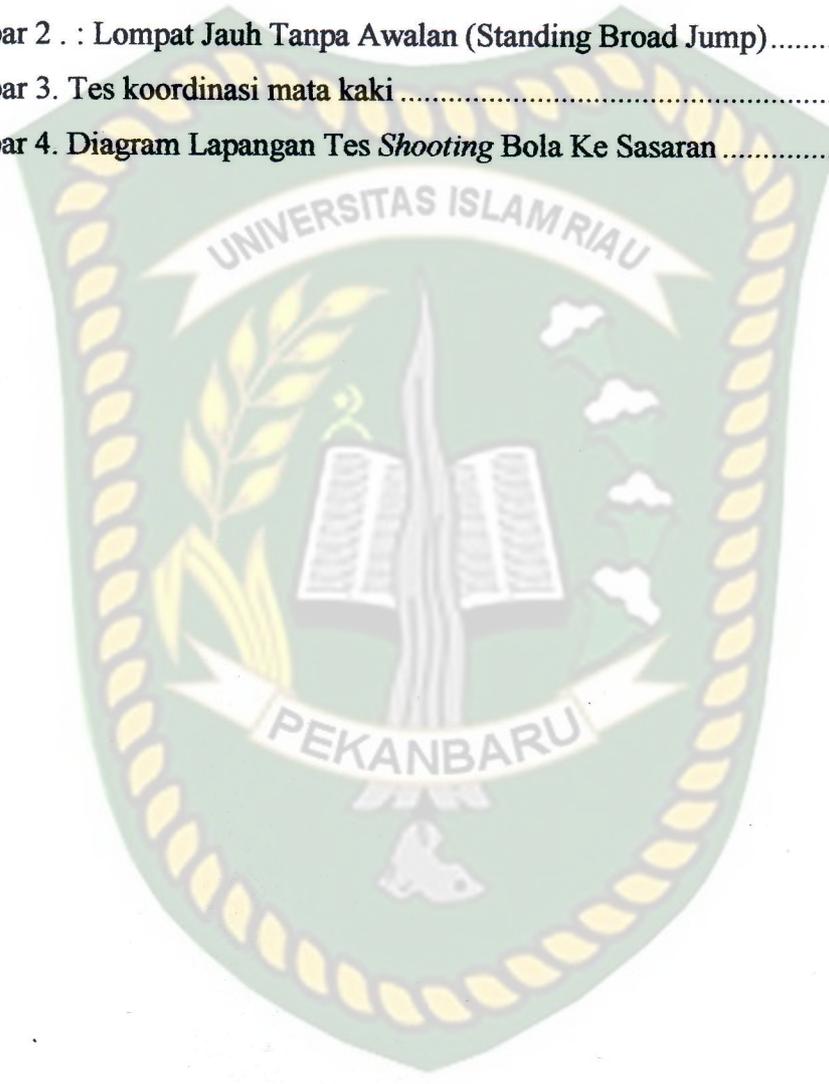
DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 1. Kategori Nilai Korelasi.....	35
Tabel 1. Distribusi Frekuensi Daya ledak Otot Tungkai (X_1) Pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru.....	37
Tabel 2. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata Kaki (X_2) Pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru.....	39
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata Kaki (X_2) Pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru.....	41



DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 1. Jaringan Otot.....	14
Gambar 2 . : Lompat Jauh Tanpa Awalan (Standing Broad Jump).....	27
Gambar 3. Tes koordinasi mata kaki	29
Gambar 4. Diagram Lapangan Tes <i>Shooting</i> Bola Ke Sasaran	31



DAFTAR GRAFIK

Grafik	Halaman
1. Grafik 1. histpgram Frekuensi Data Daya Ledak Otot Tungkai (X_1) Pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru.....	38
2. Grafik 2. Histogram Sebaran Data Koordinasi Mata Kaki (X_2) Pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru.....	40
3. Grafik 3. Histogram Frekuensi Skor Kemampuan <i>Shooting</i> Pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru.....	42



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1. Tabel Data Hasil Tes Daya Ledak Otot Tungkai Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru.....	52
Lampiran 2. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Daya Ledak Otot Tungkai Pada Pemain Ssb Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru	53
Lampiran 3. Tabel Data Hasil Tes Koordinasi Mata Kaki Pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru.....	54
Lampiran 4. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Koordinasi Mata Kaki Pada Pemain Ssb Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru.	55
Lampiran 5. Tabel Data Mentah Hasil Tes Kemampuan <i>Shooting</i> Sepakbola Pemain Ssb U-15 Kota Pekanbaru.....	55
Lampiran 6. Tabel Data Hasil Tes Kemampuan <i>Shooting</i> Sepakbola Pemain Ssb U-15 Kota Pekanbaru Dan T Score	56
Lampiran 7. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes <i>Shooting</i> Pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru	57
Lampiran 8. Korelasi X_1 (Daya Ledak Otot Tungkai) ke Y (Kemampuan <i>Shooting</i> Sepakbola)	58
Lampiran 9. Korelasi X_2 (Koordinasi Mata Kaki) ke Y (Kemampuan <i>Shooting</i> Sepakbola).....	60
Lampiran 10. Korelasi X_1 (Daya Ledak Otot Tungkai) ke X_2 (Koordinasi Mata Kaki).....	62
Lampiran 11. Korelasi X_1, X_2 ke Y	64
Lampiran 12. R tabel.....	65
Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian.....	66

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan suatu bentuk aktivitas fisik yang terstruktur dan terencana yang melibatkan gerak tubuh yang dilakukan secara berulang-ulang yang tujuannya agar dapat meningkatkan kesegaran jasmani. Olahraga juga dibutuhkan oleh setiap orang untuk mendapatkan kesegaran jasmani, adanya kebugaran jasmani diharapkan dapat meningkatkan produktivitas, disisi lain dapat dijadikan sebagai ajang kompetensi untuk berpacu dalam sebuah prestasi. Adanya Pendidikan Nasional bangsa Indonesia tidak terlepas dari peran serta pembangunan dalam memajukan dan mengharumkan nama bangsa seperti banyaknya kegiatan-kegiatan prestasi olahraga yang sangat berkembang pada sampai saat ini. Dapat kita lihat banyaknya ajang-ajang olahraga yang dipertandingkan seperti Pekan Olahraga Nasional, Pekan Olahraga Pelajar Nasional, Pekan Olahraga Wilayah dan sebagainya. Bangsa Indonesia merupakan salah satu bangsa yang sedang berkembang dibidang ilmu pengetahuan dan teknologi serta dibidang lainnya termasuk olahraga.

Di Indonesia pendidikan dan pengembangan olahraga merupakan bagian dan upaya dalam meningkatkan kualitas manusia seutuhnya yang ditunjukkan kepada meningkatkan kesehatan jasmani dan rohani seluruh masyarakat, memupuk watak, disiplin, sportivitas, serta pengembangan prestasi olahraga yang dapat membangkitkan kebanggaan Nasional.

Sesuai dengan (UU RI. NO.3 tahun 2005 tentang sistem keolahragaan dilaksanakan melalui tahap penyelebaran olahraga, pemantauan, pemanduan, serta pengembangan bakat dan peningkatan prestasi.

Berpedoman pada pernyataan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa untuk peningkatan prestasi perlu dilakukan pembinaan secara terencana, dan terus menerus, untuk perlu didukung oleh kondisi fisik, penguasaan teknik, dan taktik dan olahraga yang digeluti. Tanpa kondisi fisik yang baik tidak mungkin seseorang mampu merealisasikan teknik dan taktik dengan baik pula dalam mencapai prestasi yang maksimal. Sesuai dengan pelaksanaan suatu kegiatan yang memiliki tujuan dan target untuk mencapai prestasi olahraga yang diperlukan seperti usaha-usaha yang terungkap dalam UUD No 3 tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional pada pasal 1 ayat 13 yang berbunyi, “olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan yang terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui kompetensi dan teknologi keolahragaan”. Adapun faktor-faktor prestasi olahraga yaitu : 1). Kondisi fisik, 2). Teknik, 3). Strategi atau taktik, dan 4). Mental. Faktor prestasi secara garis besar dapat dikelompokkan atas dua faktor yaitu faktor internal (dalam) dan faktor eksternal (luar). Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam, yaitu dari diri atlet itu sendiri dengan segala potensi yang dimilikinya. Sedangkan yang dimaksud dengan faktor eksternal adalah faktor yang mempengaruhi prestasi atlet yang berasal dari luar diri atlet, atau dari luar potensi yang dimiliki atlet.

Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi, Setiawan (dalam jurnal Gunadi dkk 2020:1093). Adapun faktor-faktor prestasi olahraga yaitu : 1). Kondisi fisik, 2). Teknik , 3). Strategi atau taktik, dan 4). Mental. Faktor prestasi secara garis besar dapat dikelompokkan atas dua faktor yaitu faktor internal (dalam) dan faktor eksternal (luar). Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam, yaitu dari diri atlet itu sendiri dengan segala potensi yang dimilikinya. Sedangkan yang dimaksud dengan faktor eksternal adalah faktor yang mempengaruhi prestasi atlet yang berasal dari luar diri atlet, atau dari luar potensi yang dimiliki atlet.

Agar dapat mengembangkan potensi olahraga manusia harus banyak melahirkan pemikiran-pemikiran yang positif untuk memajukan prestasi olahraga untuk dapat bersaing dalam ajang olahraga regional dan dukungan baik dari pemerintah, keluarga, maupun masyarakat sekitarnya. Salah satu bentuk olahraga prestasi yang banyak diminati adalah sepakbola. Berdasarkan hasil survei yang dilakukan lembaga Survei Skala Indonesia (SSI) pada tahun 2014, peminat olahraga sepakbola di Indonesia sebesar 90,7%, menjadikan sepakbola sebagai cabang olahraga prestasi yang paling diminati di Indonesia.

Sepakbola merupakan suatu bentuk permainan bola besar beregi dengan jumlah 11 pemain. Sepakbola adalah keterampilan terbuka dan sangat didominasi open *skill* dengan tujuan agar memasukkan bola ke gawang sebanyak-banyaknya dengan mempertahankan gawang dari serangan lawan

yang berkemungkinan banyaknya dan mempeertahankan gawang dari serangan lawan yang berkemungkinan gol. Pemain sepakbola harus memiliki teknik dasar yaitu menendang, menghentikan, menyundul, mengoper, menggiring, tackling, throwin, dan god keeping. Dan seorang pemain harus memiliki fisik yang kuat, agar dapat bermain dengan maksimal dan memuaskan.

Pemain sepakbola harus memiliki komponen-komponen kondisi fisik meliputi kekuatan, daya tahan. Daya ledak otot, kecepatan, daya lentur, koordinasi, kecepatan, kelincahan, ketepatan, keseimbangan dan reaksi. Kita akan membahas tentang daya ledak tungkai.

Daya ledak tungkai merupakan komponen fisik yang banyak dibutuhkan pada setiap cabang olahraga khususnya olahraga sepakbola. Dalam melakukan *shooting* ke gawang, dibutuhkan daya ledak pada tungkai agar hasil tendangan yang dilakukan bisa sempurna.

Shooting merupakan teknik dasar yang harus dikuasai atlet atau pemain sepakbola salah satunya yaitu teknik menendang bola ke gawang. *Shooting* adalah menendang bola sekuat tenaga menuju gawang bertujuan untuk menciptakan gol. Dengan dilakukannya *shooting* gol agar tercipta dan tanpa adanya *shooting* dilakukan pemain maka gol pun tidak akan tercipta.

Daya ledak otot tungkai yaitu menunjang kemampuan *Heading*, bola yang di *Heading* dapat melaju dengan cepat dan kuat. Daya ledak otot tungkai sangat berperan dalam hasil *shooting* ke gawang. Dibutuhkan tenaga otot tungkai untuk menopang tungkai yang kuat sehingga menyebabkan semakin

kuat pula dorongan bola yang diayunkan oleh kaki dengan harapan bola sulit ditangkap penjaga gawang.

Koordinasi komponen yang sangat penting untuk mata kaki. Koordinasi mata kaki ini merupakan kemampuan dalam memadukan anatar mata dengan kaki dan mata dengan bola dalam melakukan tendangan. Didalam *shooting* ke gawang dalam permainan sepakbola harus dibutuhkan perkenaan bola dengan kaki agar hasil tendangan yang dilakukan bisa sesuai dengan sasaran yang diinginkan. Koordinasi adalah kemampuan untuk menyelesaikan tugas-tugas motorik secara cepat dan terarah. Karena koordinasi merupakan kemampuan seseorang yang dapat meragkaikan beberapa unsur gerak akan menjadi suatu gerakan yang selaras dan sesuai dengan tujuannya.

Dari hasil observasi yang peneliti lakukan pada Pemain SSB Bina Bakat u-15 Kota Pekanbaru, dapat diketahui masi banyak pemain SSB belum maksimal melakukan *shooting* bola ke sasaran/gawang, ini dapat terlihat *shooting* yang akan dilakukan Pemain SSB jauh dari sasaran dan setiap melakukan *shooting* tidak selalu memenuhi sasaran dan mudah diambil penjaga gawang. Melihat kondisi seperti ini akan banyak faktor yang dapat mempengaruhi seperti, masih kurang keseimbangan pemain SSB dalam melakukan *shooting* dan masih urang koordinasi gerakan pada saat melakukan *shooting* sehingga bola akan keluar sasaran, kurangnya kekuatan otot tungkai pada saat menedang sehingga bola tidak akan meluncur kuat dan masih kurangnya daya ledak otot tungkai yang dimiliki Pemain SSB serta masi kurangnya kecepatan dalam mengambil awan pada saat *shooting* dan

sehingga seperti hal-hal itu akan dapat mempengaruhi *shooting* seorang Pemain SSB pada permainan sebuah sepakbola.

Berdasarkan uraian diatas, maka pemain tertarik untuk meneliti dengan judul “**Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan *Shooting* Sepak Bola Pemain Ssb Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru**”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka dapat disimpulkan diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Terdapat kurang daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *shooting* pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru!
2. Masih kurangnya koordinasi gerakan Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru!
3. Kurangnya koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *shooting* pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru!
4. Masih kurang keseimbangan pada saat *shooting* Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru!
5. Terdapat kurangnya kecepatan pada saat awalan Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru!

C. Pembatasan Masalah

Mengingat terbatasnya waktu, tenaga dan dana yang tersedia maka penulis membatasi masalah pada.

1. Kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *shooting* sepakbola pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru.
2. Kontribusi koordinasi mata dan kaki terhadap kemampuan *shooting* sepakbola pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru.
3. Kontribusi daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap kemampuan *shooting* sepakbola pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *shooting* sepakbola pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru?
2. Apakah terdapat kontribusi koordinasi mata dan kaki terhadap kemampuan *shooting* sepakbola pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru?
3. Apakah terdapat kontribusi daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap kemampuan *shooting* sepakbola pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah, maka tujuan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *shooting* sepakbola pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru.
2. Untuk mengetahui kontribusi koordinasi mata dan kaki terhadap kemampuan *shooting* sepakbola pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru.
3. Untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap kemampuan *shooting* sepakbola pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru.

F. Manfaat Penelitian

Dari penelitian yang penulis lakukan diharapkan dapat memberikan manfaat diantaranya:

1. Bagi Pemain, dapat diharapkan dapat menambah kemampuan teknik dasar sepakbola agar hasil daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-kaki dan kemampuan *shooting* yang lebih maksimal.
2. Bagi pelatih, dapat dijadikan referensi dan tolak ukur kemampuan fisik dan penugasan teknik khususnya kemampuan *shooting* sepakbola agar dapat lebih ditingkatkan dan menjadi motivasi dalam melatih materi sepakbola pada siswa.
3. Bagi sekolah sepakbola, dapat meningkatkan prestasi dalam bidang olahraga sepakbola dalam turnamen yang akan digelar di masa yang akan datang.

4. Bagi fakultas, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan bahan bacaan guna menambah pengetahuan mahasiswa lainnya di perpustakaan fakultas.
5. Bagi peneliti, penelitian ini adalah sebagai salah satu syarat guna menyelesaikan studi strata satu (S1) pada Program Studi Penjaskesrek FKIP UIR.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Hakikat Daya Ledak Otot Tungkai

a. Pengertian Daya Ledak Otot Tungkai

Salah satu aspek dari olahraga adalah kebugaran jasmani, yang sangat mempengaruhi dan yang mendukung kegiatan olahraga tersebut. Salah satunya aktifitas olahraga daya ledak otot. Daya ledak adalah penggabungan antara kekuatan dan kecepatan kontraksi otot untuk menghasilkan tenaga yang maksimal. Daya ledak otot merupakan kemampuan seseorang untuk dapat melakukan aktivitas secara cepat dan kuat untuk menghasilkan tenaga agar dapat mengatasi beban yang diberikan. Dan daya ledak otot banyak penggunaan pada suatu aktivitas olahraga seperti pada berlari, melempar, memukul, dan menendang.

Menurut Burhein (dalam jurnal Gunadi dkk 2020:1096) daya ledak otot tungkai itu sangat berperan dalam hasil *shooting* ke gawang. Dengan otot tungkai itu sangat dibutuhkan untuk menopang tungkai agar dapat bisa menendang bola dengan keras. Dengan daya ledak otot tungkai dapat menyangkut kekuatan dan kecepatan kontraksi otot yang dinamis serta melibatkan pengeluaran kekuatan otot yang maksimal dalam waktu yang secepat-cepatnya.

Beberapa ahli telah memberikan batasan daya ledak sudut pandang masing-masing. Menurut Syafruddin (dalam jurnal Prasetyo dan Henjilito 2020:67-74) menjelaskan daya ledak merupakan terjemahan dari kata explosive daya ledak artinya kemampuan untuk meraih suatu kekuatan setinggi mungkin dalam waktu yang singkat. Menurut pendapat Putra & Mardela (dalam jurnal Gunadi dkk 2020:1096) bahwa daya ledak otot tungkai adalah kemampuan melakukan kerja dalam olahraga, terutama olahraga yang memiliki unsur lompat/loncat, lempar tolak, dan sprint. Dan menurut Sidik (dalam jurnal Iqbal 2020:3) bahwa daya ledak otot tungkai merupakan kemampuan kombinasi kekuatan dan kecepatan yang terealisasi dalam bentuk kemampuan otot untuk mengatasi beban dengan kontraksi yang tinggi. Menurut Soedarminto (dalam jurnal Adhitiya 2021:20) mengemukakan bahwa : “Tungkai terdiri dari tungkai atas dan tungkai bawah, tungkai atas terdiri dari pengkal paha sampai lutut, sedangkan tungkai bawah terdiri atas lutut sampai kaki”.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa daya ledak otot tungkai merupakan kemampuan yang dapat menampilkan kekuatan yang maksimal dan kecepatan maksimum secara explosive dalam waktu yang cepat dan singkat untuk mencapai tujuan yang dikehendaki. Kekuatan menggambarkan kemampuan otot untuk mengatasi beban dengan mengangkat, memukul, menolak, mendorong, sedangkan kecepatan menunjukkan kemampuan otot untuk mengatasi beban dengan kontraksi yang sangat cepat, kekuatan otot dan kontraksi otot merupakan ciri utama daya

ledak. Dan terdapat dua unsur penting didalam daya ledak, yaitu (a) kekuatan otot dan (b) kecepatan dalam mengerahkan tenaga maksimal untuk mengatasi tekanan yang datang ada mempekerjakan otot secara aktif maupun pasif. Dapat ditegaskan daya ledak adalah kombinasi anatara kekuatan dan kecepatan untuk mengtasi beban dengan kecepatan kontrkasi otot yang tinggi dalam satuan waktu tertentu.

Pada kekuatan pada dasarnya menggambarkan kemampuan otot untuk menerima beban sewaktu bekerja dengan mengangkat, menolak, mendorong. Sedangkan kecepatan menunjukkan kemampuan otot untuk mengatasi beban dengan kontraksi yang cepat dan gerakan yang berkesinambungan didalam bentuk yang sama dengan waktu sesingkat-singkatnya. Dan daya ledak otot akan terbentuk melalui keseimbangan antara kekuatan otot dan kecepatan, karena logikanya kekuatan otot semata belum menjadi jaminan untuk menghasilkan daya ledak otot yang optimal.

b. Anatomi Otot Tungkai

Otot-otot dalam tubuh manusia melakukan beberapa fungsi penting. Fungsi utama mereka adalah gerakan, baik sengaja dan tidak sengaja, dan mereka juga mendukung tubuhnya, membantu menjaga postur. Sehat otot yang kuat juga menstabilkan tubuh banyak sendi dan menentukan kekuatan tubuh secara keseluruhan. Fungsi tambahan adalah untuk menghasilkan panas sebagai produk sampingan dari proses lainnya.

Widiastuti (dalam jurnal Latif dan Purbodjati 2021:117) secara mekanis kekuatan otot bisa diartikan sebagai otot yang menghasilkan sebuah gaya

(*force*) atau sekelompok otot yang menghasilkan kontraksi maksimal. Secara fisiologis kekuatan otot adalah kemampuan secara optimal dan dapat untuk melawan tahanan atau beban. Kontraksi otot digunakan untuk memindahkan bagian-bagian tubuh & substansi dalam tubuh. Dalam ilmu Biologi otot adalah alat gerak aktif, karena otot dapat menggerakkan bagian-bagian tubuh yang lain. Tungkai kaki dengan kata lain adalah keseluruhan kaki dari pangkal paha sampai kelopak kaki yang dibagi menjadi dua bagian yaitu bagian atas dari pangkal paha sampai seluruh lutut, sedangkan bagian bawah dari lutut dan bagian kaki ke bawah.

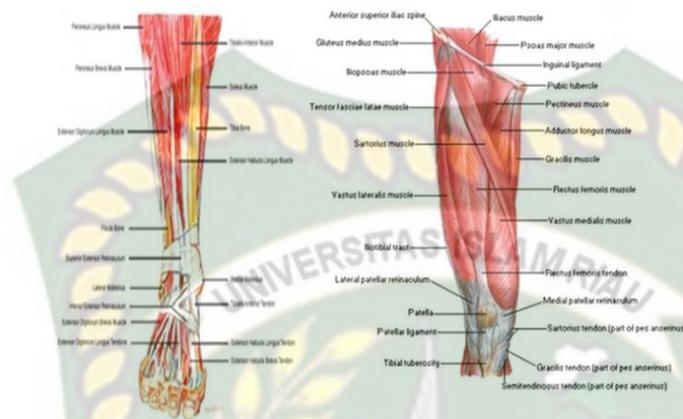
Untuk dapat berkontraksi dan menghasilkan tenaga, otot dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor-faktor tersebut yang menentukan besar atau tidaknya kekuatan yang ditimbulkan. Kekuatan otot tungkai sangat tergantung dari jenis dan jumlah otot.

Hal ini seperti dijelaskan oleh Wiarto (dalam skripsi Muhazir 2017:9) menjelaskan untuk menghasilkan kontraksi yang kuat, maka lebih banyak pula unit syaraf motorik yang direkrut untuk berkontraksi. Kuatnya kontraksi otot yang terjadi pada setiap unit syaraf motorik yang direkrut bergantung pada ukuran unit syaraf motorik yaitu jumlah serat otot yang di kontrol oleh sebuah neuron motorik.

Sebagai anggota gerak bawah, kaki berfungsi sebagai penopang gerak anggota tubuh bagian atas, serta penentu gerakan baik dalam berjalan, berlari, melompat maupun menendang. Sehingga dapat disimpulkan bahwa otot tungkai adalah bagian keseluruhan kaki yang terdiri dari berbagai susunan

otot yang saling berkaitan untuk memungkinkan melakukan suatu gerak.

Untuk lebih jelasnya jaringan otot tungkai dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 1. Jaringan Otot Kaki Setiadi (dalam skripsi Muhazir 2017:11).

Menurut pendapat Setiadi (dalam skripsi Muhazie 2017:11) mengemukakan bahwa “otot tungkai bawah terdiri dari:

1. Otot tulang kering depan (*muskulus tibialis anterior*), fungsinya mengangkat pinggir kaki sebelah tangan dan membengkokkan kaki.
2. *Muskulus ekstensor talangus longus*, fungsinya meluruskan jari telunjuk ketengah jari, jari manis dan kelingking kaki.
3. Otot kedang jempol, fungsinya dapat meluruskan kaki disendi tumit dan membengkokkan tungkai bawah lutut.
4. Otot tulang betis belakang (*muskulus falangus posterior*), fungsinya membengkokkan empu kaki.
5. Otot tulang betis belakang (*muakulus tibialis posteriri*), fungsinya dapat membengkokkan kaki disendi tumit dan telapak kaki sbelah dalam.
6. Otot kedang jari bersama, fungsinya dapat meluruksn jari kaki (*muskulus ekstensor falangus 1-5*).

c. **Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Daya Ledak Otot Tungkai**

Ada dua unsur atau faktor yang sangat penting, yang dapat mempengaruhi daya ledak otot yaitu kekuatan otot dan kecepatan otot. Jadi, daya ledak otot merupakan kemampuan seseorang dalam memadukan antara kekuatan dan kecepatan maksimal dalam melakukan aktivitas. Dengan demikian berarti bahwa semua jenis atau macam kekuatan yang telah dibicarakan di atas ditentukan kemampuannya oleh kapasitas otot tubuh secara menyeluruh.

Adapun faktor-faktor yang membatasi kemampuan otot manusia secara umum antara lain (1) penampang serabut otot, (2) jumlah serabut otot, (3) struktur dan bentuk otot, (4) panjang otot, (5) kecepatan kontraksi otot, (6) tingkat perengangan otot, (7) tonus otot, (8) koordinasi otot intra (koordinasi di dalam otot), (9) koordinasi otot inter (koordinasi antara otot-otot tubuh yang bekerja sama pada suatu gerakan yang dilakukan), dan (10) motivasi.

2. **Hakikat Koordinasi Mata Kaki**

a. **Pengertian Koordinasi Mata-Kaki**

Kemampuan menendang bola dengan baik, itu berkaitan dengan koordinasi, karena tanpa adanya koordinasi maka akan sulit untuk mengarahkan bola secara tepat sasaran saat melakukan tendangan. Selain dari itu, fungsi koordinasi yaitu menghasilkan suatu gerakan yang tepat, cepat, dan efisien. Salah satu komponen yang sangat penting juga adalah koordinasi mata-kaki. Koordinasi mata-kaki merupakan kemampuan dalam memadukan antara mata dengan kaki dan mata dengan bola dalam melakukan tendangan.

Koordinasi mata kaki sangat menentukan *shooting* yang dihasilkan. Semakin baik tingkat koordinasi mata kaki akan sangat mempengaruhi kemampuan sebuah *shooting* pemain sepakbola. Koordinasi mata kaki memiliki fungsi penting karena akan menentukan *shooting* yang dihasilkan dan pandangan mata untuk melihat posisi bola dan gawang serta kaki yang bertujuan untuk melakukan *shooting* sehingga terjadi gerakan yang selaras.

Menurut Diwa (dalam jurnal Gunandi dkk 2020:1100) keterampilan atau skill sendiri bisa melibatkan koordinasi mata-kaki (*foot-eye coordination*) seperti misalnya dalam skiil menendang bola. Sependapat dengan pendapat Harsono (dalam jurnal Diwa 2016:237) menyatakan bahwa “Keterampilan atau skill sendiri bisa melibatkan koordinasi mata-kaki (*foot and eye coordination*) seperti misalnya dengan skill menendang bola; atau mata-tangan (*eye-hand coordination*) seperti dalam hanya skiil melempar suatu objek ke sasaran tertentu.

Menurut Syafruddin (dalam jurnal Gunadi, 2020:1096) “Koordinasi merupakan kemampuan untuk menyelesaikan tugas-tugas motorik secara cepat dan terarah yang ditentukan oleh proses pengendalian dan pengetahuan gerak serta kerja sama sistem persarafan pusat”. Sedangkan menurut Abrar (dalam jurnal Gunandi 2020:1096) koordinasi adalah serangkaian unsur gerak mata dan kaki yang menjadi suatu gerakan atau memadukan beberapa gerakan menjadi suatu gerakan tertentu dengan cepat, efisien, dan penuh ketepatan. Menurut Adityatama (dalam jurnal Haryanti 2021:14) mengatakan bahwa koordinasi memiliki hubungan terhadap keterampilan menendang bola.

Menurut Halim (dalam jurnal *Jumaking* 2020:127) “Komponen yang erat kaitannya dengan koordinasi adalah kecepatan, kekuatan, daya tahan, kelentukan kelincahan dan keseimbangan”. Dan sedangkan menurut Sudjowo (dalam jurnal *Jumaking* 2020:127) mengatakan bahwa “Koordinasi adalah kemampuan untuk mengontrol gerakan tubuh”. Jadi seseorang jika dikatakan koordinasi yang baik dan apabila ia mampu bergerak dengan mudah, lancar dalam rangkaian gerakannya serta iramanya terkontrol dengan baik.

Dari kutipan dapat disimpulkan koordinasi mata kaki memiliki fungsi yang penting karena akan menentukan *shooting* yang dihasilkan. Semakin baik kemampuan koordinasi dapat menyempurnakan keterampilan-keterampilan gerakan olahraga dan seorang pemain sepakbola yang baik harus dapat beradaptasi dengan perubahan situasi dan kondisi tanpa menurunkan kualitas keterampilan yang memiliki.

Dapat kita ketahui didalam penelitian adalah koordinasi, yang dimaksud adalah koordinasi mata-kaki dan ini berarti bahwa gerakan teknik dasar yang dilakukan oleh mahasiswa harus terkoordinasi dengan baik sehingga pelaksanaan teknik yang dilakukan dapat maksimal. Koordinasi mata dan kaki yang baik akan memduahkan seseorang dalam memperkirakan pergerakan bola sehingga dapat mengetahui kapan akan *mepassing* bola yang dibawa ataupun *messtopping* bola yang diterima.

b. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Koordinasi

Seseorang yang memiliki koordinasi yang baik dan benar akan menampilkan gerakan yang indah dan berirama dan tidak kaku. Setiap

gerakan terputus-putus, melainkan dan berurut secara baik sebagaimana seharusnya Koordinasi seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor, faktor-faktor tersebut antara lain:

a) Daya Fikir

Daya fikir merupakan kemampuan seseorang dalam menganalisis dan memutuskan tentang tindakan atau gerakan apa yang harus ia lakukan, dan bagaimana ia harus melakukannya.

b) Kecakapan dan ketelitian organ-organ panca indra.

Ketelitian dari indra-indra seperti mata, telinga, kulit dan lain sebagainya ketelitian dari indra-indra seperti mata, telinga, kulit dan lain sebagainya sangat mempengaruhi sistem kerja saraf dan otot dalam menerima rangsangan dan mengerjakan perintah gerak yang akan semakin baik respon dari masing-masing unsur gerak seperti saraf dan otot yang bertugas untuk melakukan gerak.

c) Pengalaman motorik

Pengalaman motorik akan mempengaruhi koordinasi gerak. Hukum latihan mengatakan bahwa gerakan-gerakan yang sudah terbiasa dilakukan latihan mengatakan bahwa gerakan-gerakan yang sudah terbiasa dilkakukan akan lebih mudah dilakukan disbanding gerakan yang baru.

d) Kemampuan biomotorik

Tingkat perkembangan kemampuan biomotorik seperti: kekuatan, daya tahan, kelenturan berpengaruh terhadap koordinasi. Semakin

bagus kemampuan kekuatan, daya tahan terhadap kemampuan kekuatan, daya tahan, dan kelenturan yang dimiliki seseorang maka akan semakin baik pula koordinasi gerakannya.

3. Hakikat *Shooting* Permainan Sepakbola

a. Pengertian *Shooting* Sepakbola

Untuk menghasilkan skor dapat dilakukan dengan beberapa cara yang diperbolehkan kecuali menggunakan tangan. Salah satu cara yang paling sering digunakan adalah menggunakan kaki atau melakukan tendangan. Untuk menghasilkan skor dapat dilakukan dengan beberapa cara yang diperbolehkan kecuali menggunakan tangan. Salah satu cara yang paling sering digunakan adalah menggunakan kaki atau melakukan tendangan.

Untuk menciptakan gol kita harus memenangkan permainan sepakbola, setiap pemain harus mampu menguasai teknik dasar *shooting*. Menurut Ariston (dalam jurnal Jumaking 2020:125) mengatakan Kemampuan *shooting* bola ke gawang dalam permainan sepakbola adalah: “Teknik dasar yang sangat menunjang keberhasilan prestasi optimal bagi pemain sepakbola”. Dan teknik dasar permainan sepakbola tersebut perlu dipelajari dengan tekun dan terus menerus agar bisa dicapai otomatis gerakan yaitu *shooting* bola yang terarah dan akurat yang dapat menghasilkan terciptanya gol.

Salim (dalam skripsi 2017:11). Menjelaskan pada dasarnya, sepakbola adalah olahraga yang memainkan bola dengan menggunakan kaki. Tujuan utamanya dari permainan ini adalah untuk mencetak gol atau skor sebanyak-banyaknya yang tentunya harus dilakukan sesuai dengan ketentuan yang telah

ditetapkan. Untuk bisa membuat gol kalian harus tangkas, sigap, cepat dan baik dalam mengontrol bola.

b. Teknik Dasar *Shooting*

Keberhasilan shooting dalam permainan sepakbola harus dilakukan dengan teknik yang benar. Mielke (dalam skripsi Muhazir 2017:11) menjelaskan cara melakukan teknik yang benar sebagai berikut: Dekatilah bola dari arah yang sedikit menyamping, bukan garis lurus. Usahakan langkahmu tetap pendek dan cepat. Teknik ini memungkinkan melakukan penyesuaian dan menempatkan kaki yang digunakan untuk menendang sebagai tumpuan pada tempat yang tepat. Tempatkan kaki yang tidak digunakan untuk menendang atau kaki tumpuan kira-kira satu langkah di samping bola. Dengan ujung kaki menendang, tariklah kaki yang digunakan untuk menendang ke belakang tubuh dengan ditekuk kira-kira 90°. Ayunkan kaki tersebut ke depan untuk menyentuh bola, pada saat menyentuh bola, lutut, tubuh dan kepala harus sejajar dengan bola. Pergelangan kaki terkunci, dan ujung kaki menghadap ke bawah. Lanjutkan ayunan kaki mengikuti garis lurus menuju ke arah tendangan bukannya menuju ke atas. Pertahankan ujung kaki tetap lurus sampai kamu mendaratkan kaki ke tanah. Momentum tendangan harus membahawa tubuhmu maju ke depan melebihi titik persentuhan ketika mendaratkan kaki yang kamu gunakan untuk menendang.

c. Kesalahan Yang Sering Terjadi saat Melakukan *Shooting*

Ketika melakukan shooting, tidak selamanya *shooting* dapat dilakukan dengan sempurna. Perlu latihan teratur, berkelanjutan dan juga terpadu hingga

kemampuan shooting semakin baik dari hari ke hari. *Shooting* ke gawang harus dilakukan dengan kerasa dan akurat. Kesalahan yang sering terjadi ketika melakukan *shooting* adalah :

- 1) tembakan melambung melewati batas gawang.
- 2) tembakan kurang bertenaga.
- 3) tembakan melebar kesamping gawang.
- 4) pemain gagal menendang bola dengan *instep*.

d. Perbaiki Kesalahan *Shooting*

Kesalahan-kesalahan yang terjadi saat melakukan *shooting* harus segera diperbaiki agar kemampuan *shooting* semakin sempurna. Beberapa cara perbaikan kesalahan *shooting* di atas sebagai berikut :

1. Tembakan melambung melewati batas gawang. Cara perbaikannya yaitu kemungkinan pemain menempatkan kaki yang menahan keseimbangan di belakang bola yang menyebabkan tubuh menjadi miring ke belakang saat menendang. Seharusnya tempatkan kaki di samping bola. Kaki yang akan menendang diluruskan sepenuhnya dan mengarah ke bawah pada saat kontak dengan bola. Ini akan memastikan tubuh berada di atas bola. Sentakkan kaki lurus ke depan dan teruskan gerakan ke depan melalui titik kontak dengan bola.
2. Tembakan kurang bertenaga. Cara perbaikannya : tembakan yang lemah disebabkan oleh gerakan akhir yang tidak memadai pada kaki yagn menedang atau kegagalan untuk memindahkan berat badan ke depan saat kaki menendang bola. saat melakukan *instep drive*, gerakan akhir dari kaki

yang menendang harus terus lurus ke atas kira-kira menyamai ketinggian dada. Gerakan akhir yang penuh tidak dibutuhkan dalam tembakan *volley*, tetapi kaki harus menyentak lurus ke depan pada saat menendang bola.

3. Tembakan melebar kesamping gawang. Cara perbaikannya : luruskan bahu dan pinggul dengan gawang pada saat akan menendang bola. jaga agar kepala tidak bergerak dan kaki tetap kokoh saat menendang bola dengan *instep*. Gunakan gerakan akhir yang penuh.
4. Pemain gagal menendang bola dengan *instep*. Kesalahan ini biasanya terjadi saat pemain mengalihkan penglihatan dari bola atau pengaturan waktu yang salah saat melakukan tendangan *half volley*.

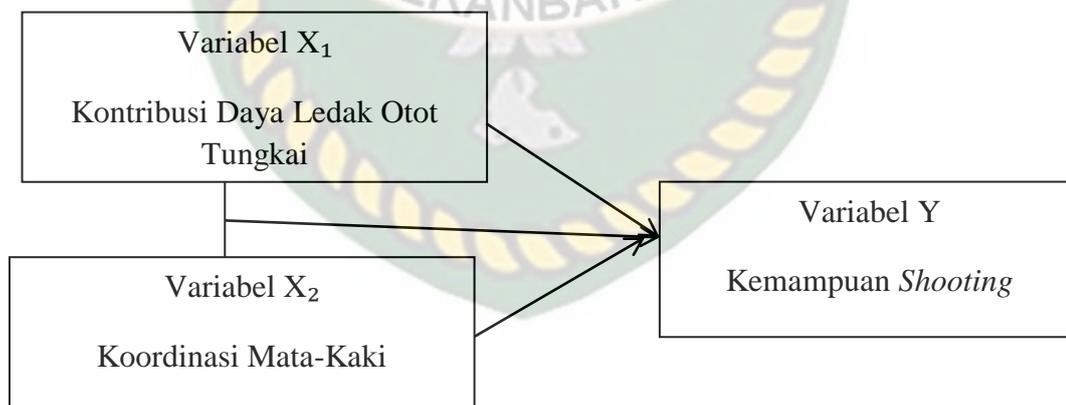
Dari kutipan di atas dapat dijelaskan bahwa setiap kesalahan maka ada cara untuk memperbaikinya. Namun untuk menguasai teknik tendangan dengan sempurna dibutuhkan latihan yang rutin dan terpadu. Kebiasaan mengulang gerakan shooting akan membuat shooting semakin sempurna.

B. Kerangka Pemikiran

Berdasarkan penjelasan pembahasan di atas dapat dianalisis kerangka berfikir dalam penelitian, secara fisiologis otot ialah kemampuan dari sekelompok otot melakukan sebuah kontraksi secara optimal untuk melawan tahanan atau beban. Dari daya ledak otot tungkai merupakan gabungan dari kekuatan dan kecepatan kontraksi otot untuk menghasilkan tenaga yang maksimal. Daya ledak merupakan komponen kondisi fisik yang sangat perlu diperhatikan oleh pelatih dalam meningkatkan prestasi pemain sepakbola.

Koordinasi merupakan kemampuan untuk melakukan suatu gerakan dengan beberapa tingkat dan kesukaran dengan cepat dengan efisien dan penuh ketepatan. Dapat dipikirkan seorang pemain dengan menggunakan koordinasi yang baik maka pemain mampu saja melakukan *skill* yang baik, tetapi juga dengan cepat dapat menyelesaikan sutau tugas latihan.

1. **Kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *shooting* sepakbola pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru.**
2. **Koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *shooting* sepakbola pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru.**
3. **Kontribusi daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *shooting* sepakbola pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru.**



Gambar 2. Desain penelitian

C. Hipotesis Penelitian

Hipotesis dalam penelitian ini adalah : terdapat kontribusi daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan shooting sepakbola pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

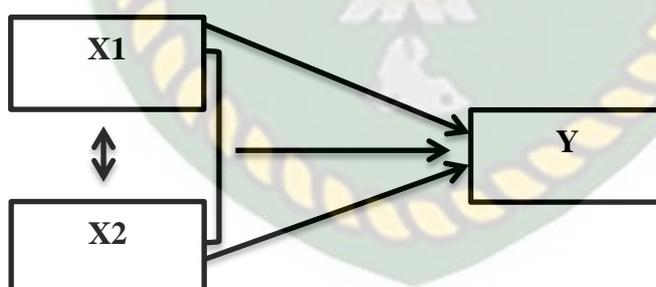
BAB III

METEDOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Peneltian

Jenis penelitian digunakan adalah penelitian korelasional. Korelasiaonal metode yang digunakan untuk mencari hubungan antara dua variabel yang berbeda. Dan bertujuan untuk mengetahui sejauh mana variasi dalam suatu faktor atau karakteristik yang dapat berhubungan dengan variasi dalam faktor atau karakteristik lainnya. Menurut Sugiyono (dalam jurnal Putra dan Fuaddi 2019:51) metode korelasional adalah metode yang digunakan untuk mencari hubungan antara dua variabel yang berbeda.

Dalam hal ini peneliti mencoba dan mengungkapkan kontribusi daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *shooting* sepakbola pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru.



Gambar . Desain penelitian

Keterangan :

X1 : Daya ledak otot tungkai

X2 : Koordinasi mata-kaki

Y : *Shooting*

B. Populasi dan sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan individu atau kelompok yang dapat diamati dan beberapa anggota kelompok. Menurut Sugiono (2011:61) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain yang mengikuti kegiatan SSB Sepakbola Bina Bakat U-15 Pekanbaru pada tentang usia 10-17 tahun berjumlah 21 orang pemain.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut Sugiyono (2017:81). Oleh karena itu jumlah sampel dalam penelitian ini 21 orang.

C. Definisi Operasional

Guna menghindari adanya salah penafsiran dalam penelitian ini, maka peneliti perlu menjelaskan beberapa istilah dalam penelitian ini.

1. Daya ledak otot tungkai merupakan kemampuan otot tungkai menghasilkan tenaga yang maksimal dalam waktu yang singkat. Tes digunakan adalah *standing broad jump*.
2. Koordinasi merupakan kemampuan untuk menyelesaikan tugas-tugas motorik secara cepat dan terarah yang ditentukan oleh proses pengendalian dan pengetahuan gerak serta kerja sama sistem penafsiran pusat, yang

bertujuan untuk membentuk gerakan-gerakan yang dibutuhkan dalam pelaksanaan suatu keterampilan baik.

3. *Shooting* sepakbola kemampuan seseorang untuk melakukan tendangan kearah gawang dengan kuat dan akurat yang bertujuan untuk menciptakan gol. Tes yang digunakan adalah tes *shooting* ke arah sasaran.

D. Pengembangan Instrumen

Adapun instrumen penelitian ini terdiri dari macam tes yaitu tes kekuatan otot tungkai, tes koordinasi mata dan kaki, dan tes kemampuan *shooting* ke gawang.

Berikut adalah tes yang akan digunakan :

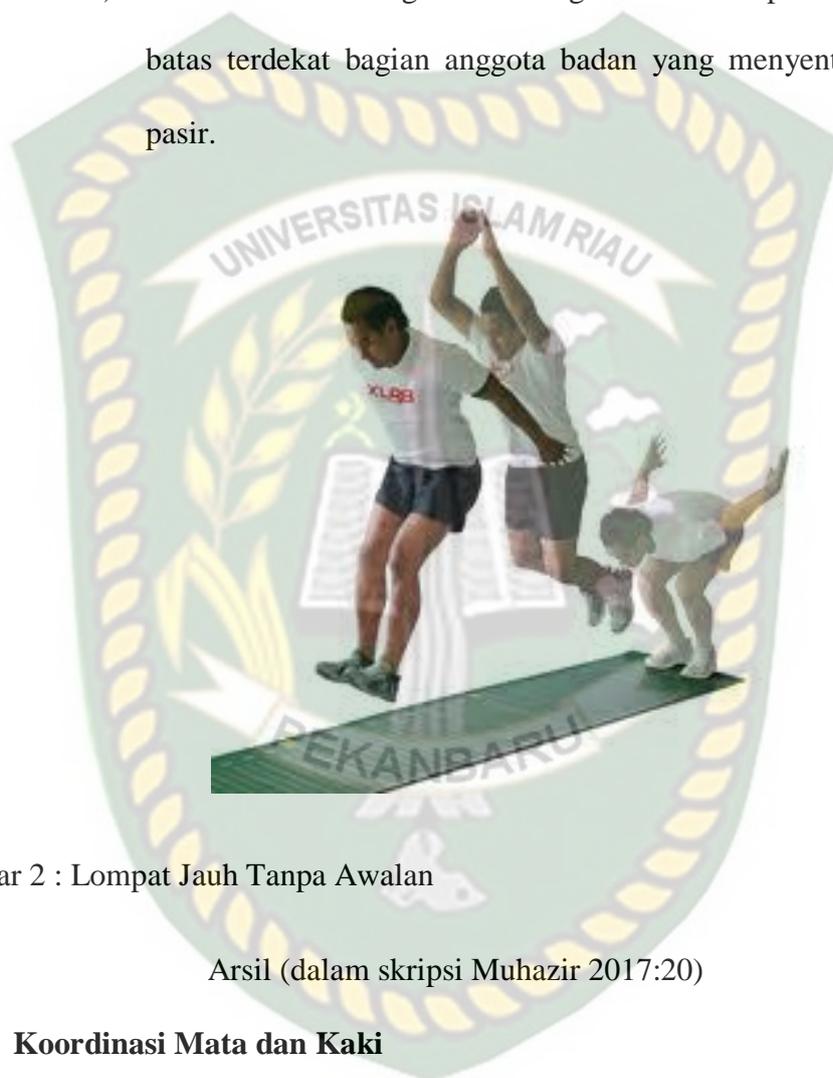
1. Tes Daya Ledak Otot Tungkai (*Standing broad jump*).

Pengukuran tungkai ini dilakukan dengan melakukan tes lompat jauh tanpa awalan (*standing broad jump*). Langkah pelaksanaan tesnya sebagai berikut:

- 1) Alat :
 - a) Bak pasir lompatan.
 - b) Meteran
 - c) Solasi untuk membuat garis *start*.
 - d) Alat tulis

- 2) Pelaksanaan
 - a) Siswa atau testee berdiri di belakang garis batas, kedua kaki sejajar, lutut ditekuk dan kedua tangan ke belakang.

- b) Tanpa menggunakan awalan, kedua kaki menolak secara bersama dan meloncat ke depan sejauh-jauhnya.
- c) Jarak loncat dihitung mulai dari garis batas sampai dengan garis batas terdekat bagian anggota badan yang menyentuh matras/pasir.



Gambar 2 : Lompat Jauh Tanpa Awalan

Arsil (dalam skripsi Muhazir 2017:20)

2. Koordinasi Mata dan Kaki

a) Tujuan

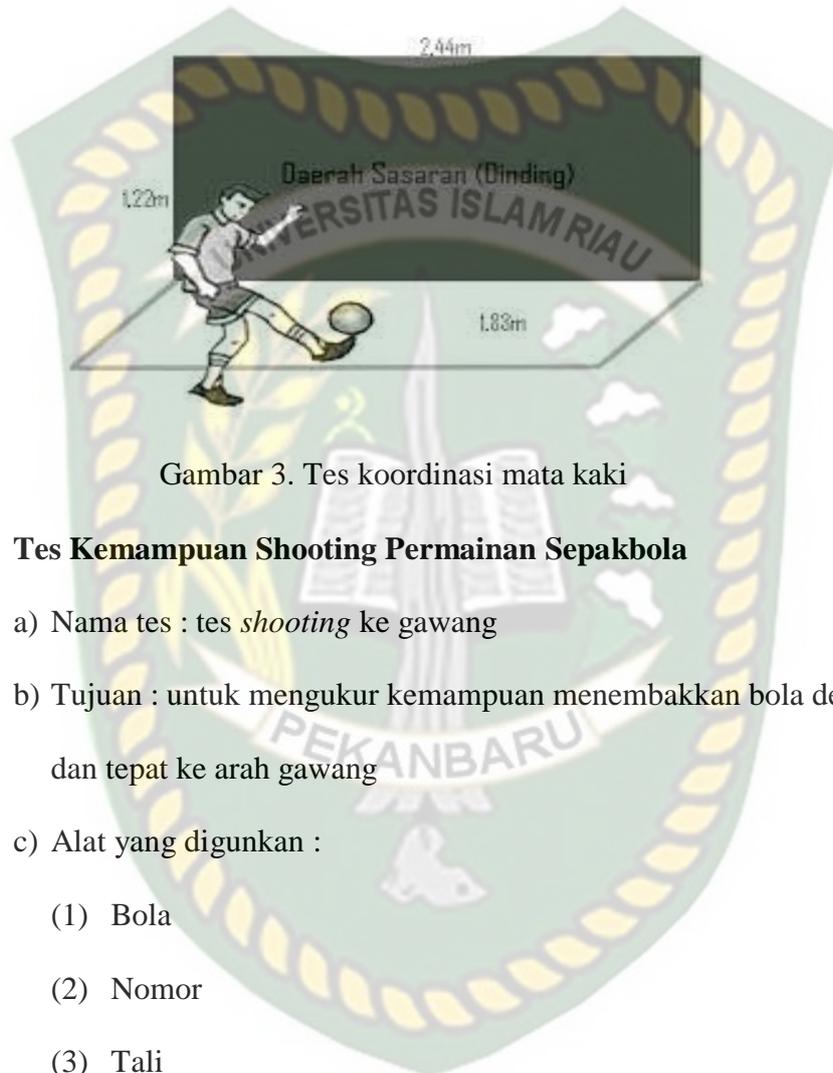
Tes ini bertujuan untuk mengukur koordinasi mata-kaki testee dalam bergerak.

b) Alat dan perlengkapan:

- 1) Kapur atau pita untuk membuat garis batas.
- 2) Formulir dan alat tulis

- 3) Sasaran berbentuk lingkaran dari kertas dengan diameter (gatrik tengah) 65 cm. sasaran disiapkan 3 buah dengan ketinggian yang berbeda-beda (1,25 meter) sesuai dengan kondisi testee agar pelaksanaan tes lebih efisien.
 - 4) Pita pembatas sepanjang 3 meter dipasang didepan testee sebagai pembatas pelaksanaan kegiatan.
 - 5) Jarak antara tes dengan sasaran 2 meter.
- c) Prosedur
- 1) Sasaran ditempelkan pada tembok, dengan ketinggian bagian bawahnya setinggi 1,25 meter.
 - 2) Buatlah garis dilantai menggunakan kapur atau pita dengan jarak 2 meter.
 - 3) Testee berdiri dibelakang pembatas.
 - 4) Testee diinstruksikan melaksanakan tes dengan kaki yang dipilih, dengan cara sebagai berikut: testee melambungkan bola ke atas, menendang bola ke sasaran, menimang bola yang memantul dari sasaran sebelum bola jatuh dilantai, dan menangkapnya kembali.
 - 5) Sebelum dilaksanakan tes testee diberi kesempatan untuk mencoba, agar mereka beradaptasi dengan tes tersebut.
 - 6) Tes dianggap berhasil apabila bola yang ditendang mengenai sasaran, bola yang memantul dapat ditimang, dan ditangkap kembali.
 - 7) Testee tidak boleh memimang dan menangkap bola yang memantul di depan garis.

- 8) Testee memperoleh kesempatan melakukan tes 10 kali ulangan menggunakan kaki kanan, dan 10 kali ulangan menggunakan kaki kiri.

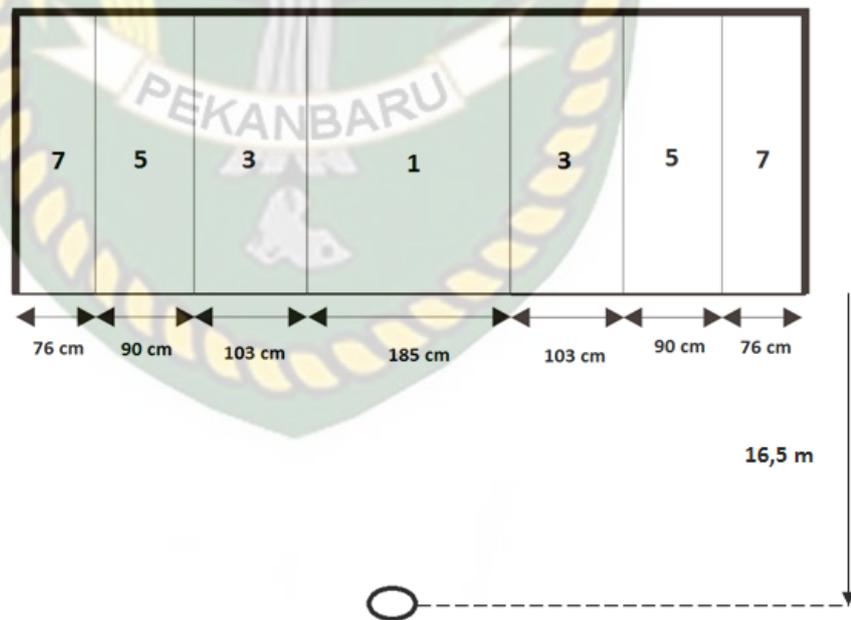


Gambar 3. Tes koordinasi mata kaki

3. Tes Kemampuan Shooting Permainan Sepakbola

- a) Nama tes : tes *shooting* ke gawang
- b) Tujuan : untuk mengukur kemampuan menembakkan bola dengan cepat dan tepat ke arah gawang
- c) Alat yang digunakan :
 - (1) Bola
 - (2) Nomor
 - (3) Tali
 - (4) Stop watch
 - (5) Gawang
- d) Petunjuk pelaksanaan
 - (1) Testee berdiri di belakang bola yang diletakkan pada sebuah titik dengan jarak 16,5 meter di depan gawang.
 - (2) Aba-aba dari tester.

- (3) Pada saat kaki testee mulai menendang bola, maka stop watch dihidupkan dan berhenti saat bola melewati mengenai sasaran
- (4) Testee diberikan 3 kali kesempatan.
- e) Tes dinyatakan gagal apabila.
- (1) Bola keluar dari sasaran.
 - (2) Menempatkan bola lebih dekat dari jarak yang ditentukan.
- f) Cara menskor
- (1) Jumlah skor dan waktu yang ditempuh dari 3 kali kesempatan
 - (2) Bila bola mengenai garis pembatas skor maka diambil skor yang terbesar dari dua skor yang dibatasi tali tersebut. Berikut lapangan tesnya :



Gambar 3. Diagram Lapangan Tes *Shooting* Bola Ke Sasaran

(Nurhasan, 2001:163)

E. Teknik Pengumpulan Data

Beberapa teknik yang dilakukan untuk mendapatkan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Teknik observasi : teknik observasi dilakukan dengan melakukan pengamatan dilapangan guna mencari permasalahan sehubungan dengan judul penelitian ini.
2. Teknik kepustakaan : teknik kepustakaan dilakukan dengan mengutip pendapat para ahli melalui buku literature untuk memperkuat teori penelitian.
3. Teknik tes dan pengukuran : yaitu tes untuk 3 variabel meliputi Variabel X_1 (daya ledak otot tungkai) menggunakan tes standing broad jump. Variable X_2 (Koordinasi mata kaki) menggunakan tes koordinasi mata kaki. Variabel Y (*shooting* ke gawang) menggunakan tes shooting ke arah sasaran.

F. Teknik Analisis Data

Analisis data yang dilakukan pada penelitian ini yaitu analisis korelasi yang dipergunakan adalah korelasi ganda variabel Sugiyono (2011:233) dengan rumus:

1. Mencari kontribusi daya ledak otot tungkai (X_1) terhadap kemampuan *shooting* (Y).

$$r_{x_1y} = \frac{n \sum X_1 Y - (\sum X_1)(\sum Y)}{\sqrt{\{n \sum X_1^2 - (\sum X_1)^2\} \{n \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

r_{x1y} = Koefisien korelasi antara variabel x dengan variabel y

r^2 = kontribusi

ΣX_1 = Jumlah data x

ΣY = Jumlah data y

ΣX_1^2 = Jumlah data kuadrat x

ΣY^2 = Jumlah data kuadrat y

n = Jumlah data (sampel)

r = kolerasional

2. Mencari kontribusi koordinasi mata-kaki (X_2) terhadap kemampuan *shooting* (Y).

$$r_{x2y} = \frac{n \Sigma X_2 \cdot Y - (\Sigma X_2)(\Sigma Y)}{\sqrt{\{n \Sigma X_2^2 - (\Sigma X_2)^2\} \{n \Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2\}}}$$

Keterangan :

r_{x2y} = Koefisien korelasi antara variabel x dengan variabel y

r^2 = kontribusi

ΣX_1 = Jumlah data x

ΣY = Jumlah data y

ΣX_1^2 = Jumlah data kuadrat x

ΣY^2 = Jumlah data kuadrat y

n = Jumlah data (sampel)

r = kolerasional

3. Mencari kontribusi daya ledak otot tungkai (X_1) dengan koordinasi mata-kaki (X_2).

$$r_{X_1X_2} = \frac{n \sum X_1X_2 - (\sum X_1)(\sum X_2)}{\sqrt{\{n \sum X_1^2 - (\sum X_1)^2\} \{n \sum X_2^2 - (\sum X_2)^2\}}}$$

Keterangan :

$R_{x_1x_2}$ = Koefisien korelasi antara variabel x dengan variabel y

r^2 = kontribusi

$\sum X_1$ = Jumlah data x

$\sum Y$ = Jumlah data y

$\sum X_1^2$ = Jumlah data kuadrat x

$\sum Y^2$ = Jumlah data kuadrat y

n = Jumlah data (sampel)

r = kolerasional

4. Korelasi ganda

$$R_{y \cdot x_1 \cdot x_2} = \sqrt{\frac{r_{yx_1}^2 + r_{yx_2}^2 - 2r_{yx_1}r_{yx_2}r_{x_1x_2}}{1 - r_{x_1x_2}^2}}$$

$R_{y \cdot x_1 \cdot x_2}$ = Korelasi antara variable X_1 dengan X_2 secara bersama-sama dengan variable Y

r_{yx_1} = Koraleasi *Prduct Moment* antara X_1 dengan Y

r_{yx_2} = Korelasi *Product Moment* antara X_2 dengan Y

$r_{x_1 x_2}$ = Korelasi *Product Moment* antara X_1 dengan X_2

5. Rumus Kontribusi (R^2)

KD : $R^2 \times 100\%$

Dimana : KP = Nilai Koefisien Determinasi

r = Nilai Koefisien Korelasi



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan *shooting* sepakbola pada pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru. Untuk mengetahui hal tersebut maka akan dibahas secara berturut-turut mengenai deskripsi data masing-masing variabel, pengujian hipotesis, pembahasan penelitian yang telah dilakukan.

Data penelitian ini menyangkut tiga variabel yaitu satu variabel terikat dan dua variabel bebas. Variabel terikat (Y) adalah kemampuan *shooting* sepakbola, sedangkan variabel bebas pertama (X_1) adalah power otot tungkai dan variabel bebas kedua (X_2) adalah koordinasi mata kaki. Jumlah sampel penelitian yang ada di SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru yang berjumlah 21 orang. Untuk memperoleh gambaran mengenai karakteristik sampel dilakukan melalui deskripsi data skor dari subyek penelitian untuk masing-masing variabel. Untuk itu berikut ini disajikan nilai rata-rata, simpangan baku, median, distribusi frekuensi, dan histogram data tunggal.

1. Power Otot Tungkai (X_1) Pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru

Pengukuran terhadap power otot tungkai, diperoleh *power* otot tungkai terendah yang dicapai adalah 172 centimeter dan *power* otot tungkai maksimal

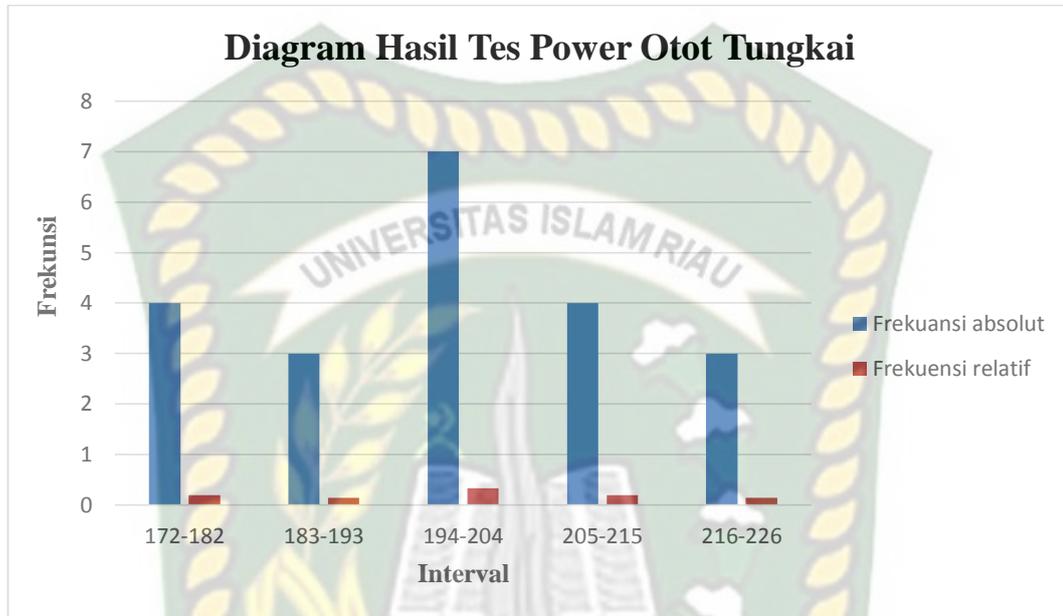
adalah 223 centimeter dengan perhitungan terhadap distribusi data menghasilkan: (1) rata-rata lompatan = 199,5; (2) simpangan baku = 14,50; (3) median = 203., dan modus = 204.

Data hasil penelitian dimasukkan ke dalam tabel dengan banyak kelas 5, panjang kelas 10 yaitu pada kelas interval pertama pada rentang 172-182 terdapat 4 orang atau 19,04%, pada kelas interval kedua pada rentang 183-193 terdapat 3 orang atau 14,28%, pada kelas interval ketiga pada rentang 194-204 terdapat 7 orang atau 33,33%, pada kelas keempat pada rentang 205-215 terdapat 4 orang atau 19,04%, pada kelas kelima pada rentang 216-226 terdapat 3 orang atau 14,28%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Daya ledak Otot Tungkai (X_1) Pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	172 - 182	4	19,04%
2	183 - 193	3	14,28%
3	194 - 204	7	33,33%
4	205 - 215	4	19,04%
5	216 - 226	3	14,28%
Jumlah		21	100%

Penyebaran distribusi frekuensi dari Daya Ledak otot tungkai dapat ditunjukkan pada gambar berikut.



Gambar 1. histpgram Frekuensi Data Daya Ledak Otot Tungkai (X_1) Pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru

2. Koordinasi Mata Kaki (X_2) Pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru

Berdasarkan hasil tes koordinasi mata kaki terhadap pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru. Diperoleh koordinasi mata kaki terendah yang dicapai pemain adalah 9 dan koordinasi mata kaki tertinggi adalah 11, perhitungan terhadap distribusi skor tersebut dapat menghasilkan: (1) skor rata-rata = 9.90; (2) simpangan baku = 0.70 (3) median = 10; dan (4) modus = 10.

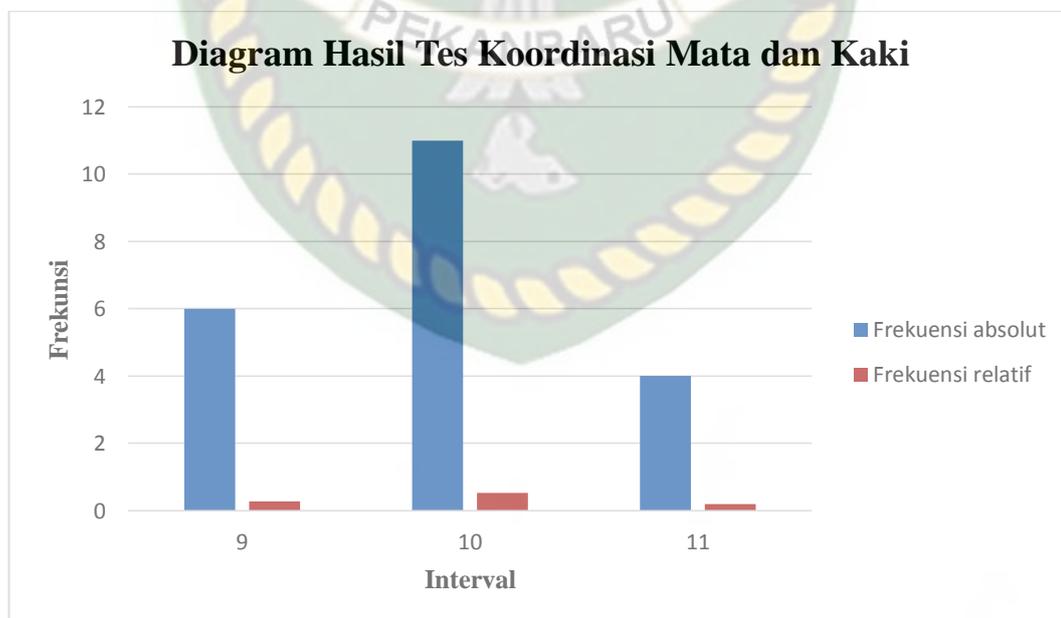
Sebaran skor koordinasi mata kaki pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru disajikan dalam daftar distribusi frekuensi dalam jumlah kelas sebanyak 5 dan panjang kelas 0,4 yaitu pada kelas interval pertama pada rentang 9 terdapat 6 orang atau 28%, pada kelas interval kedua pada rentang 10 terdapat 11

orang atau 52%, pada kelas interval ketiga pada rentang 11 terdapat 4 orang atau 19%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata Kaki (X_2) Pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	9	6	28%
2	10	11	52%
3	11	4	19%
Jumlah		21	100%

Penyebaran distribusi frekuensi dari koordinasi mata kaki pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru dapat ditunjukkan pada gambar berikut:



Grafik 2. Histogram Sebaran Data Koordinasi Mata Kaki (X_2) Pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru.

3. Hasil Kemampuan *Shooting* Sepakbola (Y) Pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru

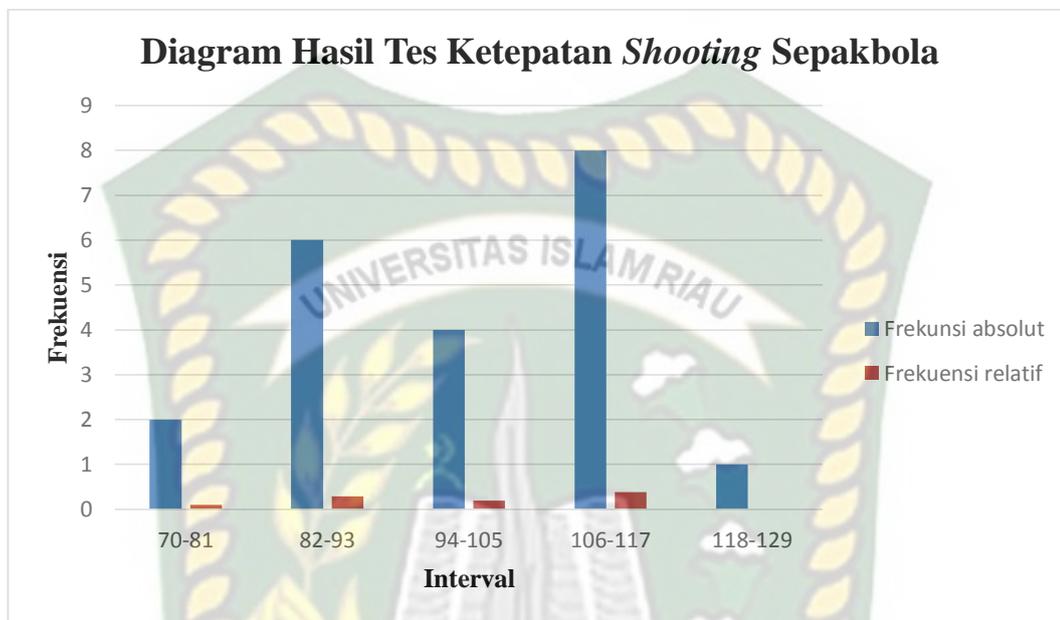
Berdasarkan hasil perhitungan terhadap kemampuan *shooting* sepakbola, nilai terendah yang diperoleh pemain adalah 70 dan nilai tertinggi adalah 127. Perhitungan terhadap distribusi skor tersebut menghasilkan: (1) rata-rata = 99,77 (2) simpangan baku = 15,01 (3) median = 101 dan (4) modus = 110,8

Data hasil penelitian dimasukkan ke dalam tabel dengan banyak kelas 5 dan panjang kelas 11 yaitu pada kelas interval pertama pada rentang 70-81 terdapat 2 orang atau 9.5%, pada kelas interval kedua pada rentang 82-93 terdapat 6 orang atau 28.5%, pada kelas interval ketiga pada rentang 94-105 terdapat 4 orang atau 19.0%, pada kelas interval keempat pada rentang 106-117 terdapat 8 orang atau 38.0%, pada kelas interval kelima pada rentang 118-129 terdapat 1 orang atau 4.7%.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kemampuan *Shooting* Sepakbola (Y) Pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
1	70 - 81	2	9.5%
2	82 - 93	6	28.5%
3	94 - 105	4	19.0%
4	106 - 117	8	38.0%
5	118 - 129	1	4.7%
Jumlah		21	100%

Penyebaran distribusi frekuensi dari kemampuan shooting sepakbola dapat ditunjukkan pada gambar berikut:



Gambar 3. Histogram Frekuensi Skor Kemampuan *Shooting* Pada Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru

B. Analisa Data

Data yang telah terkumpul kemudian dianalisis, yang menjadi variabel X_1 adalah Daya Ledak Otot Tungkai dan X_2 adalah koordinasi mata kaki dan yang menjadi variabel Y adalah kemampuan *shooting* sepakbola. Pengujian yang digunakan yaitu sebagai berikut:

1. Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kemampuan *Shooting* Sepakbola.

Data yang telah diperoleh dan dianalisis secara deskriptif, maka selanjutnya dilakukan uji hipotesis dari penelitian yang telah dilakukan. Adapun hipotesis pertama yang akan diuji yaitu: Tidak Terdapat kontribusi

daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *shooting* sepakbola pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru.

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan daya ledak oto tungkai terhadap kemampuan *shooting* sepakbola pada pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru didapat nilai $r_{hitung} = 0,103$ Dengan nilai $r_{tabel} = -0,433$ sehingga diketahui nilai KD atau nilai Kontribusinya sebesar 10,61%

2. Kontribusi Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan *Shooting* Sepakbola.

Adapaun hipotesis kedua yang akan diuji yaitu: Tidak terdapat kontribusi koordinasi mata kaki terhadap kemampuan *shooting* sepakbola pemain

SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru. Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan *shooting* sepakbola pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru. Didapat nilai $r_{hitung} = 0,242$ dengan nilai $r_{tabel} = 0,433$ sehingga diketahui nilai KD atau nilai kontribusinya sebesar 58,56%

3. Kotribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan *Shooting* Sepakbola.

Adapaun hipotesis ketiga yang akan diuji yaitu: Terdapat daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru. Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki

terhadap kemampuan shooting sepakbola pada pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru. Didapat nilai $r_{hitung} = -0,938$ dengan nilai $r_{tabel} = -0,433$ sehingga diketahui nilai KD atau nilai kontribusinya sebesar 87,98%.

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan daya ledak otot tungkai dan koodrinasi mata kaki terhadap pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru. Secara simultan adalah 0,938 .setelah angka korelasi didapat, selanjutnya dilakukan pengujian hipotetsis dengan kaidah pengujian sebagai berikut:

Jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ maka signifikan

Jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ maka tidak signifikan

Kemudian didapati $r_{hitung} = 0,938$. Pada taraf signifikan 5% didapati $r_{tabel} = 0,433$ dengan demikian $r_{hitung} > r_{tabel}$ atau $0,938 > 0,433$. Hal ini menunjukkan tidak adanya korelasi antara variabel X_1 dan X_2 ke variabel Y atau Tidak ada hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan shooting sepakbola pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru dengan kategori nilai hubungan tergolong sangat kuat karena terletak pada rentan kategori nilai hubungan antara 0,80-1,00. Sehingga didapatkan nilai kontribusinya sebesar 87,98%

C. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan *shooting* sepakbola pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru tidak mempengaruhi kemampuan dalam melakukan *Shooting* sepakbola, ini menandakan bahwa daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki mempunyai kontribusi yang baik terhadap kemampuan *shooting* sepakbola pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru. Daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki akan memaksimalkan kemampuan pemain sewaktu *shooting* sepakbola dengan tepat kearah gawang.

Dari analisis data yang telah dikemukakan sebelumnya diketahui bahwa daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki mempunyai kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan *shooting* sepakbola sebesar 87,98%. Nilai kontribusi ini cukup besar mempengaruhi kemampuan *shooting* seseorang atlet, sehingga masih ada faktor lain yang mempengaruhi kemampuan *shooting* sepakbola namun faktor daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki ini merupakan faktor yang penting harus dimiliki secara maksimal oleh seseorang pemain sepakbola disaat melakukan *shooting* sepakbola.

Berdasarkan hasil penelitian ini sudah terbukti bahwa terdapat kontribusi yang signifikan dari daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan *shooting* sepakbola. Kontribusi tersebut ada sewaktu pemain *shooting* bola, ketika pemain melihat sasaran digawang

kemudia saraf otak memberikan respon kepada otot tungkai untuk melakukan tendangan yang keras sehingga bersamaan daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki membuat bola meluncur dengan cepat dan tepat kearah gawang dituju.

Hasil penelitian menandakan kurangnya koordinasi gerak atau rendah (berdasarkan siswa), karakteristik gerak siswa yang berbeda-beda (berdasarkan siswa), dan tidak signifikan karena latihan yang tidak efektif sehingga daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki yang dimiliki oleh pemain tidak berpengaruh terhadap kemampuan *shootingnya*, semakin baik daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki pemain, maka belum tentu semakin baik kemampuan *shooting* sepakbolanya. Selain daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki ada faktor lain yang juga mempunyai kontribusi sewaktu pemain *shooting* bola seperti tingkat penguasaan teknik *shooting* yang dimiliki oleh pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru. Pengetahuan teknik *shooting* yang maksimal akan tendangan yang bagus kearah gawang, karena penguasaan teknik *shooting* pemain SSB Bina Bakat Kota Pekanbaru akan percaya diri dalam mengeksekusi bola.

Selain daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki ada faktor lain yang juga mempunyai kontribusi sewaktu pemain *shooting* bola seperti tingkat penguasaan teknik *shooting* yang dimiliki oleh pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru. Pengetahuan teknik *shooting* yang maksimal akan tendangan yang bagus kearah gawang, karena penguasaan teknik

shooting pemain SSB Bina Bakat Kota Pekanbaru akan percaya diri dalam mengeksekusi bola.

Dari pemaparan diatas, telah dibuktikan melalui penelitian ini, bahwa dengan daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki yang maksimal maka kemampuan *shooting* SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru akan menjadi lebih baik dengan data penelitian menunjukkan bahwa $r_{hitung} = 0,938$. Lebih besar dari $r_{tabel} = -0,433$, sehingga terdapat nilai KD atau nilai kontribusi sebesar 87,98% dan sisanya sebesar 12,02% dipengaruhi oleh faktor lainnya seperti tingkat penguasaan teknik *shooting* sepakbola dan kelenturan pergelangan kaki.

Hasil penelitian ini relevan dengan penelitian yang dilakukan Suwirman (2019) Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata kaki dengan Kemampuan Shooting Pemain Sepakbola Kesimpulan itu hasil perhitungan korelasi ganda diperoleh $r_{hitung} = 0.636 > r_{tabel} 0.444$, dan $F_{hitung} = 6,453 > F_{tabel} 3.52$ Terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki dengan kemampuan shooting pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru

Penguasaan teknik *shooting* sepakbola oleh pemain akan menghasilkan *shooting* sepakbola yang tepat pada gawang sesuai dengan arah yang diinginkan saat bola ditendang. Teknik *shooting* sepakbola ini harus dilatih sedemikian rupa sehingga pemain dapat menguasai teknik ini

dengan baik dan akan meningkatkan prestasi pemain dalam bermain sepakbola.



Dokumen ini adalah Arsip Miitik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

DAFTAR PUSTAKA

- Adhitiya, Bayu dkk.”Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai dan Kelenturan Pinggang Terhadap Hasil Bantingan Kayang Dalam Olahraga Gulat”. Dalam Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani, X(X), h. 14-23. April 2021.
- Diwa. Bustaman. & Saifuddin. 2016. “ Hubungan Koordinasi Mata-Kaki Dengan Kemampuan *Shooting* Dalam Permainan Sepakbola Pada Klub Sepakbola Humadirga Tahun 2013”. Dalam Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, 2(3), h. 235-244. Agustus 2016.
- Gunandi, Dwi dkk.” Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Koordinasi Mata Kaki Dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan *Shooting*”. Dalam Jurnal Patriot, 2(4), h. 1092-1103. 2020.
- Haryanti, Eka Fitri dkk.” *Literature Review* : Hubungan Koordinasi Terhadap Keterampilan Menendang Bola Pada Pemain Sepakbola”. Dalam Jurnal Patriot, 1(1), h. 13-20. Februari 2021.
- Iqbal, Muhammad.” Daya Ledak Tungkai Dan Ketepatan Sasaran Gawang Terhadap Keterampilan Bermain Futsal: Analisis Korelasional”. Dalam Jurnal *Department Of Physical Education Universita Pahlawan*, 01(01), h 2-8. September 2020.
- Muhazir, Dimas. 2017.”Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kemampuan *Shooting* Permainan Sepakbola Pemain Klub Sepakbola Gatra FC Pekanbaru”. Universitas UIR. Pekanbaru.

Jumaking. “Pengaruh Daya Ledak Tungkai, Koordinasi Mata Kaki Dan Percaya Diri Terhadap Kemampuan *Shooting* Ke Gawang Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa SMAN 2 KOLAKA. Dalam Jurnal Ilmian Pendidikan Jasmani, 4(1), h 122-131. 2020.

Latif, & Purbodjati.” Kontribusi Kekuatan Otot Lengan, Otot Perut Dan Otot Tungkai Terhadap Akurasi *Dragged Shot Floorball* Pada Atlet Putra *Floorball* UNESA”. Dalam Jurnal Kesehatan Olahraga, 9(1), h 115-122. Maret 2021.

Prasetyo,& Henjilito.”Ketepatan *Shooting* Sepakbola Pada Siswa SMA Melihat Dari Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai”. Dalam Jurnal *Departemen Of Phsical Education Univesitas Pahlawan*, 01(02), h 66-74. September 2020.

Putra,& Fuaddi. “ Hubungan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Keterampilan Sepak Sila Permainan Sepak Takraw”. Dalam Jurnal *Journal Of Sport Education*, 1(2), h 49-55. 2019.

Sugiyono, 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualintatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.