

ARTIKEL

**HUBUNGAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI DENGAN HASIL
KETEPATAN MENENDANG BOLA KEARAH GAWANG
(SHOOTING) PADA KLUB SEPAKBOLA PS BATEMBAT
PACE NGANJUK**



OLEH:

SHOFI MAULANA ABADI

NPM : 12.1.01.09.0158

Dibimbing oleh :

- 1. Drs. Slamet Junaidi, M.Pd.**
- 2. Septyaning Lusianti, M.Pd.**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
TAHUN 2018**

SURAT PERNYATAAN ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2018

Yang bertanda tangan di bawah ini:

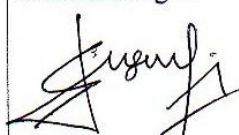
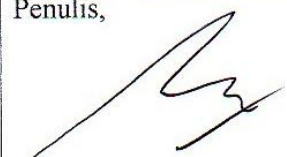
Nama Lengkap : SHOFI MAULANA ABADI
NPM : 12.1.01.09.0158
Telepon/HP : 082230508821
Alamat Surel (Email) : shofimaulanaabadi@gmail.com
Judul Artikel : Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dengan Hasil
Ketepatan Menendang Bola Kearah Gawang (*shooting*)
Pada Klub Sepakbola PS Batembat Pace Nganjuk

Fakultas – Program Studi : FKIP/ Penjaskesrek
Nama Perguruan Tinggi : Universitas Nusantra PGRI Kota Kediri
Alamat Perguruan Tinggi : Jl. KH. Ahmad Dahlan No. 76 Mojoroto Kota Kediri

Dengan ini menyatakan bahwa :

- artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiarisme;
- artikel telah diteliti dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggungjawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		Kediri, 25 Desember 2017
 <u>Drs. Slamet Junaidi, M.Pd.</u> NIDN. 0015066801	 <u>Septyaning Lusianti, M.Pd.</u> NIDN. 0722098601	 <u>Shofi Maulana Abadi</u> 12.1.01.09.0158

HUBUNGAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI DENGAN HASIL KETEPATAN MENENDANG BOLA KEARAH GAWANG (*SHOOTING*) PADA KLUB SEPAKBOLA PS BATEMBAT PACE NGANJUK

Shofi Maulana Abadi

12.1.01.09.0158

FKIP - Penjaskesrek

shofimaulanaabadi@gmail.com

Dosen Pembimbing 1 : Drs. Slamet Junaidi, M.Pd.

Dosen Pembimbing 2 : Septyaning Lusianti, M.Pd.

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi oleh pembangunan nasional bangsa Indonesia tidak terlepas dari peran serta olahraga di tanah air, dimana olahraga dijadikan landasan dalam pembentukan dan pembiasaan jiwa masyarakat yang sehat fisik dan mental. sehingga melahirkan individu-individu (sumber daya manusia) yang berkualitas dan berdaya guna sehat jasmani dan rohani.

Permasalahan penelitian ini adalah (1) apakah ada hubungan kekuatan otot tungkai dengan ketepatan *shooting* pada permainan sepakbola klub PS Batembat Pace Nganjuk? (2) Apakah ada hubungan kekuatan otot perut dengan ketepatan *shooting* pada permainan sepakbola klub PS Batembat Pace Nganjuk? (3) Apakah ada hubungan kekuatan otot tungkai dan kekuatan otot perut dengan ketepatan *shooting* pada permainan sepak bola club PS Batembat Pace Nganjuk?.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan menggunakan metode deskriptif. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini meliputi seluruh atlet Sepak Bola PS Batembat Pace Nganjuk dan dianalisis menggunakan *regresi linier* sederhana dengan *software SPSS for windows versi 23*.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah (1) Terdapat hubungan antara kekuatan otot tungkai dengan Hasil Ketepatan Menendang Bola Kearah Gawang (*Shooting*) Pada Klub Sepakbola PS Batembat Pace Nganjuk. (2) Terdapat hubungan antara kekuatan otot perut dengan Hasil Ketepatan Menendang Bola Kearah Gawang (*Shooting*) Pada Klub Sepakbola PS Batembat Pace Nganjuk. (3) Terdapat hubungan antara kekuatan otot tungkai dan kekuatan otot perut dengan Hasil Ketepatan Menendang Bola Kearah Gawang (*Shooting*) Pada Klub Sepakbola PS Batembat Pace Nganjuk.

KATA KUNCI : Kekuatan Otot Tungkai dengan Hasil Ketepatan Menendang Kearah Gawang (*Shooting*)

I. LATAR BELAKANG

Pembangunan nasional bangsa Indonesia tidak terlepas dari peran serta olahraga di tanah air, dimana olahraga dijadikan landasan dalam pembentukan dan pembiasaan jiwa masyarakat yang sehat fisik dan mental. sehingga melahirkan individu-individu (sumber daya manusia) yang berkualitas dan berdaya guna sehat jasmani dan rohani. Olahraga merupakan salah satu kebutuhan pokok yang perlu mendapat perhatian setiap individu manusia, karena olahraga merupakan aktifitas fisik manusia dalam upaya pembentukan manusia seutuhnya yang sehat jasmani dan rohani serta memiliki mental yang baik. Aktifitas olahraga dapat dilakukan dalam berbagai bentuk, yang terpenting adalah konsekuensi dari olahraga itu sendiri, yang mampu memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat.

Sepakbola merupakan olahraga yang paling banyak digemari oleh masyarakat di dunia. Pada pertengahan tahun 2002, seluruh perhatian umat manusia di dunia tumpah kepada kegiatan akbar paling spektakuler yang disaksikan oleh

lebih dari 2 milyar pasang mata penduduk disegenap penjuru dunia yaitu kejuaraan sepakbola dunia atau World Soccer Games 2002 di Korea dan Jepang. (Iskandar, 2006: 06). Dalam permainan sepakbola kemenangan hanya di dapat dengan memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya, Maka dari itu seorang pemain sepakbola harus memiliki dan menguasai teknik bermain yang baik. Untuk dapat bermain sepakbola dengan baik dibutuhkan penguasaan bermacam-macam teknik. Dan juga permainan tim yang kompak dan solid juga dapat membantu dalam mencapai sebuah kemenangan, oleh karena itu teknik dan kekompakan harus seimbang dalam permainan sepakbola. Teknik dasar dalam permainan sepakbola terbagi atas dua, yaitu:

1. Teknik badan (tanpa bola), meliputi : lari cepat dan merubah arah, melompat dan gerak tipu tanpa bola.
2. Teknik dengan bola, meliputi : menendang bola, menerima bola, menggiring bola dan menyundul bola. (Soekatamsi, 1992: 271).

Untuk itu salah satu teknik yang diperlukan untuk mencetak gol dalam permainan sepakbola adalah, menendang bola kearah gawang atau (*shooting*), *shooting* adalah salah satu bagian teknik yang penting untuk mencapai suatu prestasi. Pada saat melakukan *shooting*, dibutuhkan teknik menendang dengan baik, pemain dituntut untuk mampu menguasai bola dalam berbagai posisi dengan seluruh bagian tubuh, kecuali tangan. Berdasarkan masalah yang banyak di temui pada pemain klub sepakbola PS Batembat yang berada di Pace Nganjuk para pemain belum mempunyai akurasi atau ketepatan menendang bola kearah gawang (*shooting*) dengan baik, terutama pada klub sepakbola PS Batembat, menurut pengamatan peneliti para pemain PS Batembat ini belum mempunyai ketepatan *shooting* dengan baik, Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di klub sepakbola PS Batembat ini, dengan mencari hubungan yang membuat ketepatan (*shooting*) pada pemain agar lebih baik dan menemui sasaran ke gawang, maka penulis memilih variabel X nya adalah tentang kekuatan otot tungkai

dan kekuatan otot perut yang ada kaitannya dengan otot tungkai, penulis ingin mengetahui apakah ada terdapat hubungan kekuatan otot tungkai dengan hasil ketepatan menendang kearah gawang (*shooting*) pada klub sepakbola PS Batembat.

Landasan teori dalam penelitian ini yaitu: Danny Mielke (2007: 67) Menyatakan *shooting* adalah keterampilan dasar menendang bola dan selanjutnya mengembangkan sederetan teknik *shooting* yang memungkinkannya untuk melakukan tendangan *shooting* dan mencetak gol dari berbagai posisi di lapangan. *Shooting* bertujuan memasukkan bola kedalam gawang lawan untuk meraih kemenangan Ismaryati (2008: 101) menyatakan bahwa kekuatan adalah tenaga kontraksi otot yang dicapai dalam sekali usaha maksimal. Usaha maksimal ini dilakukan oleh otot atau sekelompok otot untuk mengatasi suatu tahanan. Menurut pendapat Drs.syaifuddin, (2006: 87) menyatakan otot merupakan salah satu organ/alat yang memungkinkan tubuh dapat bergerak Sedangkan menurut Soekatamsi (1992: 3) mengatakan

bahwa sepakbola adalah permainan beregu yang dimainkan masing-masing regunya terdiri dari sebelas orang pemain termasuk penjaga gawang, permainan boleh dilakukan dengan seluruh badan kecuali dengan kedua lengan (tangan).

Hampir seluruh permainan dilakukan dengan keterampilan kaki, kecuali penjaga gawang dalam memainkan bola bebas menggunakan anggota badannya, dengan kaki maupun tangannya. Sepakbola dimainkan diatas lapangan rumput yang rata, berbentuk empat persegi panjang dimana lebar dan panjangnya lebih kurang berbanding tiga dengan empat pada kedua garis batas lebar lapangan ditengah-tengahnya masing-masing didirikan sebuah gawang yang saling berhadap-hadapan.

Setelah membahas secara singkat, maka penulis tertarik untuk membuktikan uraian tersebut dengan mengadakan penelitian tentang : **“Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dengan Hasil Ketepatan Menendang Bola Kearah Gawang (*shooting*) Pada**

Klub Sepakbola PS Batembat Pace Nganjuk

II. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dan jenis penelitian korelasi. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini meliputi 20 responden atau semua Atlet PS Batembat, pengumpulan data menggunakan tes kekuatan otot tungkai, tes kekuatan otot perut dan tes *shooting*, serta dianalisis dengan uji normalitas, uji heteroskedastisitas, uji multikolinieritas, uji korelasi produk moment pearson dan uji F dengan menggunakan *Software SPSS* Versi 23.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

A. Analisis Data

1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk melihat normalitas model regresi. Pengujian dilakukan dengan menggunakan One-Sample Kolmogrov-Smirnov Test. Berikut ini hasil uji normalitas dengan menggunakan One-Sample Kolmogrov-Smirnov Test.

		Tes Kekuatan Tes Menendang	Tes Kekuatan Otot Tungkai	Tes Kekuatan Otot Perut
N		20	20	20
Normal Parameters ^{ab}	Mean	9.15	92.25	23.25
	Std. Deviation	1.954	4.908	1.482
Most Extreme Differences	Absolute	.218	.112	.200
	Positive	.122	.096	.200
	Negative	-.218	-.112	-.144
Test Statistic		.218	.112	.200
Asymp. Sig. (2-tailed)		.213 ^{cd}	.200 ^{cd}	.234 ^{cd}

Berdasarkan teknik Uji *Kolmogrov Smirnov* diatas dapat dilihat jika nilai signifikansi > 0,05 maka variabel berdistribusi normal. Berdasarkan pada hasil analisis yang tercantum pada tabel diatas diperoleh nilai *Kolmogrof Smirnov* untuk kekuatan otot tungkai sebesar 0,200, kekuatan otot perut sebesar 0,234 dan variabel ketepatan menendang sebesar 0,213. Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa data lebih besar dari 0,05 yang berarti data tersebut berdistribusi normal.

2. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas bertujuan untuk menguji apakah model regresi ditemukan adanya hubungan yang kuat diantara variabel independen. Untuk mengetahui ada tidaknya multikolinearitas, yaitu dengan melihat besarnya nilai toleransi value atau *Variance Inflation Factor* (VIF). Apabila nilai VIF lebih kecil dari 0,10 atau lebih

besar dari 10 maka terjadi multikolinearitas dan juga Nilai VIF dapat dilihat pada tabel di bawah berikut :

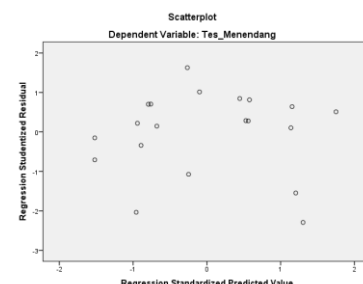
Hasil Uji Multikolinearitas

VIF
1,007
1,007

Dari Tabel di atas terlihat semua variabel bebas, memiliki nilai VIF lebih besar dari 0,10 dan lebih kecil dari 10, sehingga dapat disimpulkan tidak terjadi adanya penyimpangan asumsi klasik multikolinieritas antar variabel bebas atau *independent* dalam model.

3. Uji Heteroskedastisitas

Pengujian heteroskedastisitas dilakukan dengan menggunakan Scatterplot. Hasil pengujian heteroskedastisitas sebagaimana juga pada gambar berikut :



Hasil Uji Heteroskedastisitas

Hasil pengujian heteroskodasitas menunjukkan bahwa titik-titik tidak

membentuk pola tertentu dan titik-titik menyebar diatas dan dibawah angka 0 pada sumbu Y. Hal ini menunjukkan bahwa dalam model regresi tidak terjadi heteroskedatisitas, sehingga layak untuk digunakan.

4. Pengujian Hipotesis

a. Uji Korelasi Product Moment Pearson

Hasil Analisis Korelasi Product Moment Pearson

		Tes_Kekuatan _Otot_Tungkai	Tes_Kekuatan _Otot_Perut	R tabel
Tes_Kekuatan_Otot_Tun gkai	Pearson Correlation	1	.885	0,423
	Sig. (2-tailed)		.002	
	N	20	20	
Tes_Kekuatan_Otot_Peru t	Pearson Correlation	.785	1	0,423
	Sig. (2-tailed)	.002		
	N	20	20	

Berdasarkan hasil regresi pada tabel diatas menunjukkan bahwa :

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa hasil uji hitung r hitung pada kekuatan otot tungkai dengan ketepatan menendang bola kearah gawang dalam permainan sepakbola > r tabel, sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai sebesar 0,785. Kekuatan otot tungkai nilai r hitung = 0,785 > r table = 0,423 dan nilai signikansi 0,002 < taraf signifikansi = 0,05, artinya ada hubungan antara kekuatan otot tungkai dengan

ketepatan menendang bola kearah gawang dalam permainan sepakbola. Kekuatan otot perut nilai r hitung = 0,885 > r table = 0,423 dan nilai signikansi 0,002 < taraf signifikansi = 0,05, artinya ada hubungan antara kekuatan otot perut dengan ketepatan menendang bola kearah gawang dalam permainan sepakbola.

b. Uji F

Pengujian ini membuktikan apakah pengaruh dari variabel independen secara simultan atau menyeluruh memiliki hubungan signifikan atau tidak dengan variabel dependen. Pengujian yang dilakukan dengan SPSS 23 adalah sebagai berikut :

Uji f

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regre sion	6.366	2	3.183	7.818	.008 ^b
	Resid ual	66.184	17	3.893		
	Total	72.550	19			

a. Dependent Variable: KeputusanPembelian
b. Predictors: (Constant), Lokasi, Discount, DisplayProduk

Nilai sig. = 0,008 < 0,05 artinya secara bersama-sama kekuatan otot tungkai (X1), dan kekuatan otot perut (X2) memiliki hubungan yang dengan tendangan ke arah gawang (*shooting*) pada permainan sepakbola (Y).

B. Simpulan

1. Terdapat hubungan antara kekuatan otot tungkai dengan Hasil Ketepatan Menendang Bola Kearah Gawang (*Shooting*) Pada Klub Sepakbola PS Batembat Pace Nganjuk.
2. Secara bersama-sama kekuatan otot tungkai, memiliki hubungan yang signifikan dengan Hasil Ketepatan Menendang Bola Kearah Gawang (*Shooting*) Pada Klub Sepakbola PS Batembat Pace Nganjuk..

IV. DAFTAR PUSTAKA

- Agus Susworo D.M, Saryono, & Yudanto. (2009). *Tes Sepakbola FIK Jogja*. Jurnal Iptek dan Olahraga, VOL. 11, No. 2. Yogyakarta: FIK UNY.
- Dany Mielke. (2007). *Dasar-dasar Sepakbola*. Human Kinetics: PT. Intan Sejati.
- Depdikbud. 1977. *Teknik Dasar Sepakbola*. Jakarta.
- Djawal. 1976. *Bermain Sepakbola*, Yogyakarta : Intan
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching*, CV. Tambak Kusuma, Jakarta.
- Ismaryati (2008). *Tes dan Pengukuran Olahraga*, UNS Surakarta.
- Justinus Lhaksana. (2011). *Taktik & Strategi Sepakbola Modern*. Jakarta: Penebar Swadaya Group.
- Komarudin. (2011). *Dasar Gerak Sepakbola*. Diklat Pembelajaran. Yogyakarta: FIK UNY.
- Nurhasan. (2001) *Tes Dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani: Direktorat Jendral Olahraga*. Jakarta Pusat
- Ricahard and Widdows.1982. *Sepakbola Keterampilan Ataktik dan Fakta*. Jakarta : Mertju Buana Football Klub
- Syaifuddin. (2006). *Anatomi Fisiologi*. Jakarta : EGC.
- Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R &D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2012). *“Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Sukamtasi. (1984). *Tehnik Dasar Bermain Sepakbola*. Surakarta : Tiga Serangkai.
- Suharsimi Arikunto. (2006). *Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.