JSR 4 (1) (2024)
Journal Sport Rokania
https://e-jurnal.rokania.ac.id/index.php/jsr

Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan *Passing* Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Ekstrakulikuler SD Negeri 026 Tambusai

Rahmat Habibi[1], Suhermon[2]

[1,2,]Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Rokania, Indonesia

Info Artikel
Sejarah Artikel:
Diterima Maret 2024
Revisi April 2024
Diterima Mei 2024
Tersedia online Mei 2024

Kata kunci:
Kekuatan Otot Tungkai, Passing Sepak Bola

Abstrak

Latar belakang masalah dalam penelitian ini adalah kemapuan *passing* siswa esktrakuriler SD Negeri 026 Tambusai masih kurang baik, kondisi fisik pemain masih kurang dilatih, program latihan yang masih tidak teratur. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *passing* dalam permainan sepakbola pada siswa ekstrakurikuler SD Negeri 026 Tambusai. Populasi penelian ini adalah siswa ekstrakulikuker SD Negeri 026 Tambusai. Sampel yang digunakan adalah 16 orang, dengan teknik total *sampling*. Jenis penelitian adalah korelasi. Instrumen penelitian yaitu 1) Tes *standing broad jump* dan Tes *passing* dengan teknik analisis data korelasi *product moment*. Analisis data menunjukkan terdapatnya hubungan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *passing* dalam permainan sepakbola siswa ekstrakulikuler siswa esktrakuriler SD Negeri 026 Tambusai sebesar 0,75 dengan besaran koefisien determinan sebesar 5,6%.

Abstract

The background to the problem in this research is that the passing ability of extracurricular students at SD Negeri 026 Tambusai is still not good, the physical condition of the players is still poorly trained, the training program is still irregular. The aim of this research was to determine the contribution of leg muscle strength to passing ability in football games among extracurricular students at SD Negeri 026 Tambusai. The population of this study were extracurricular students at SD Negeri 026 Tambusai. The sample used was 16 people, with a total sampling technique. The type of research is correlation. The research instruments are 1) Standing broad jump test and passing test using product moment correlation data analysis techniques. Data analysis shows that there is a relationship between leg muscle strength and passing ability in extracurricular soccer games for extracurricular students at SD Negeri 026 Tambusai of 0.75 with a determinant coefficient of 5.6%.

*Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau
* Email: rahmathabibi04@gmail.com

ISSN 2776-7426 (online)
ISSN 2776-7817 (cetak)

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan proses pembelajaran secara menyeluruh dan berkembang, dimana penjasorkes sebagai media untuk mendorong keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, dan penghayatan nilai. Dalam (UUKeolahragaan, 2022) menyatakan bahwa: " Olahraga adalah segala kegiatan yang melibatkan pikiran, raga, dan jiwa secara terintegrasi dan sistematis untuk mendorong, membina serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, sosial dan budaya ". Olahraga adalah proses sistematik yang berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong mengembangkan, dan membina potensi-potensi jasmaniah dan rohaniah seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat dalam bentuk permainan, perlombaan/ pertandingan, dan kegiatan jasmani yang intensif (Zamzami & Arisman, 2023). Olahraga merupakan suatu bentuk aktivitas fisik yang memiliki dimensi kompleks yang tidak dapat dipisahkan, adapun bentuknya berkaitan erat dengan perilaku manusia serta tinjauanpun akan menjadi luas dalam mengkaji ilmu di bidang olahraga khususnya dalam bidang olahraga sepakbola (Lestaluhu & Tofikin, 2023).

Olahraga merupakan kegiatan yang dilaksanakan melalui gerakan-gerakan fisik dengan tujuan untuk mengembangkan perkembangan jasmani yang meliputi aspek aktivitas olahraga, kesehatan, kebugaran jasmani, aktivitas bermain, keterampilan berfikir, sikap kritis, stabilitas emosional, hubungan sosial, penalaran dalam menganalisa dan moral bagi para pemain dan siswa esktrakurikuler. Sekolah sepakbola (SSB) merupakan suatu wadah atau tempat yang mempunyai peranan penting dalam membimbing, membina, mengarahkan perkembangan dan pendayagunaan potensi tertentu yang dimiliki siswa dalam hal ini khususnya potensi bermain sepak bola.

Sepakbola merupakan permainan bola yang sangat populer dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing beranggotakan sebelas orang. Prinsip sepakbola sangat sederhana sekali, melakukan dan membuat gol dan mencegah lawan untuk melakukan hal yang sama kepada gawang kita sendiri, yang memasukkan gol terbanyak memenangkan pertandingan (Irfan et al., 2020). Olahraga sepakbola merupakan olahraga permainan bola besar yang dimainkan olah dua tim dimana masing-masing tim terdiri dari 11 orang pemain, tujuan permainan sepakbola ini mencetak gol sebanyak mungkin ke gawang lawan untuk memperoleh kemenangan (Nasution & Suhermon, 2023). Permainan sepakbola merupakan permainan yang dimainkan dalam tempo waktu selama 2x45 menit (waktu normal), tiap regu terdiriatas 11 (sebelas) orang ditambah 7 orang pemain cadangan, setiap pemain saling berusaha untuk menciptakan gol sebanyak mungkin (Lestaluhu & Tofikin, 2023). Permainan sepakbola merupakan permainan yang paling digemari oleh kalangan pelajar dan mahasiswa. Melalui kegiatan olahraga sepakbola ini, para siswa banyak memperoleh manfaat khususnya dalam pertumbuhan fisik, mental, psikis dan sosial. Permainan sepakbola saat ini mengalami perkembangan yang pesat, terbukti dengan munculnya berbagai macam perkumpulan seperti klub ekstrakurikuler, klub-klub tangguh dan atlet-atlet sepakbola pelajar baik tingkat sekolah hingga ke perguruan tinggi.

Olahraga ini dapat menarik minat bagi semua kelompok umur, berbagai tingkat keterampilan, pria maupun wanita memainkan olahraga ini di dalam ataupun di luar ruangan untuk tujuan rekreasi, dan juga sebagai ajang persaingan (Hidayah & Alsaudi, 2021). Di dalam permainan sepakbola ini ada beberapa teknik yang harus dikuasai oleh pemain, diantaranya teknik *dribbling*, *passing*, *shooting*, *heading* dan *throw-in*, akan tetapi penulis hanya mengkaji lebih dalam lagi hanya teknik *passing* saja. *Passing* dalam sepakbola adalah teknik yang paling dasar dibandingkan teknik-teknik lainnya untuk dipelajari dalam olahraga sepakbola. Teknik *passing* ini sangatlah penting, karena olahraga sepakbola ini intinya untuk mengoper bola kepada teman satu tim, *passing* terdiri atas *passing* menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki (Alfi Hidayat, 2019). *Passing* mempunyai fungsi untuk menempatkan bola ke segala arah sesuai dengan keinginan berdasarkan strategi dalam tim. Pemain dapat mengontrol jalannya pertandingan apabila memiliki teknik passing yang baik agar bola tidak dikuasai oleh lawan.

[8]Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau
* Email: rahmathabibi04@gmail.com

ISSN 2776-7426 (online)
ISSN 2776-7817 (cetak)

Passing adalah salah satu elemen teknis yang harus dipelajari dalam permainan sepakbola (Pradana, Alvido Briliant, 2023). Untuk menghasilkan *passing* yang baik, maka diperlukanlah kekuatan otot tungkai yang baik pula, sehingga pada saat melakukan *passing*, bola operan benar-benar akurat sampainya. *Passing* harus dilakukan dengan kekuatan dan keakurasian tertentu, sehingga tujuannya tercapai (Wicaksana & Rachman, 2018). Mengoper bola bisa dilakukan berbagai cara dengan bola diam, melayang dan dalam bergerak. Mengoper adalah beberapa dari teknik dasar yang sangat penting. Pada seorang atlet tidak bisa melakukan *passing* tidak akan bisa untuk bermain dalam sepakbola. Artinya *passing football* sebuah usaha untuk memindahkan bola dari suatu daerah ke daerah lain (Irfan et al., 2020).

Untuk menjadi seorang pemain sepakbola yang handal dibutuhkan kondisi fisik yang baik. kondisi fisik yang menjadi dasar dalam menguasai permainan sepakbola agar berprestasi diantara kondisi fisik tersebut adalah daya tahan, kecepatan, kelincahan, kelenturan, koordinasi mata-kaki, kekuatan, keseimbangan statis, keseimbangan dinamis dan sebagainya (Saputra et al., 2022). Kekuatan merupakan basis dari semua komponen kondisi fisik." Jadi dengan memiliki kekuatan, maka komponen kondisi fisik lainnya dapat dikembangkan sesuai kebutuhan. Kekuatan adalah elemen yang krusial guna memaksimalkan peningkatan kondisi fisik manusia. Kekuatan adalah kemampuan otot atau sekelompok otot untuk melakukan satu kali kontraksi secara maksimal melawan tahanan atau beban (Widiastuti, 2015).

Kemampuan kondisi fisik dapat didukung secara efisien oleh kekuatan, walaupun kelentukan, kelincahan, daya ledak, kecepatan dan sebagainya yang banyak diperlukan dalam cabang olahraga namun, penyebab-penyebab itu tentu dikombinasikan dengan elemen kekuatan sehingga nantinya mendapatkan hasil maksimal. Salah satu kekuatan tersebut adalah kekuatan otot tungkai yang didefinisikan sebagai suatu tegangan dari otot tungkai melalui usaha yang maksimal (Pradana, Alvido Briliant, 2023). Kekuatan otot tungkai adalah tenaga kontraksi otot yang dicapai dalam sekali usaha maksimal pada tungkai seseorang. Usaha maksimal ini dilakukan oleh otot atau sekelompok otot untuk mengatasi suatu tahanan pada saat otot tersebut melakukan kontraksi disaat melakukan *passing* sepakbola (Wicaksana & Rachman, 2018).

SD Negeri 026 Tambusai berdiri sejak tahun 2009, dikarnakan pada saat itu SD jauh atau lokal jauh terdiri dari kelas 1, 2, 3, dengan adanya bantuan masyarakat setempat atau swadaya masyarakat yang menginginkan berdirinya sekolah di lingkungan mereka karna sudah banyak atau sudah ramainya masyarakat disekitar bangunan sekolah yang mengatakan agar anak-anak tidak terlalu jauh untuk menempuh sekolah, maka dengan musyawarah dan mupakat warga untuk mengumpulkan dana yang dikutip dari setiap rumah, maka berdirilah SD LPMP di desa Suka Maju yang dipimpin oleh bapak Atang, S.Pd. Pada tahun 2011 ada pergantian kepala sekolah antara pak Atang, S.Pd dengan Pak M.Ali Tonang, S.Pd. Dengan dipimpin oleh Bpk M. Ali Tonang, S.Pd, beliau berusaha untuk meningkatkan dari SD LPMP menjadi SD Negeri. Saat ini telah berganti kepala sekolah pada April 2022 oleh dinas Pendidikan yaitu Bpk Zulkarnain, S.Pd. SD Negeri 026 Tambusai memiliki guru sebanyak 8 orang dengan jumlah keseluruhan siswa 84 siswa dengan rincian 45 laki-laki dan 39 perempuan. SDN 026 Tambusai saat ini sudah menerapkan aktivitas kegiatan ekstrakurikuler pada cabang-cabang olahraga tertentu, seperti bola voli, bulutangkis, salah satu cabang olahraga yang paling digemari oleh siswa di sekolah tersebut adalah sepakbola, siswa yang dilibatkan pada aktivitas kegiatan ektrakurikuler tersebut adalah siswa kelas 3, kelas 4 dan kelas 5.

Berdasarkan peneliti melakukan observasi di lapangan, peneliti melihat bahwa kemapuan *passing* siswa esktrakuriler SD Negeri 026 Tambusai masih kurang baik, hal ini terlihat pada saat siswa melakukan *passing*, banyak bola *passing* yang tidak sampai secara tepat ke kaki teman satu tim, sehingga pihak lawan dengan mudah memotong atau mengambil bola *passing* tersebut. Selain itu masalah lain yang juga dihadapi pemain yaitu kondisi fisik pemain masih kurang dilatih karena siswa mudah kelelahan saat bermain ,program latihan yang masih tidak teratur mempengaruhi permainan siswa

[8]Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau
* Email: rahmathabibi04@gmail.com

ISSN 2776-7426 (online)
ISSN 2776-7817 (cetak)

METODE

Jenis penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Arikunto (2014:4) mengatakan bahwa " korelasi adalah penelitian yang dilakukan oleh peneliti yang mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih, tanpa melakukan perubahan, tambahan atau manipulasi terhadap data yang memang sudah ada.

Populasi Penelitian

Populasi adalah keseluruhan subjek dalam penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi (Arikunto, 2006). Populasi penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler SD Negeri 026 Tambusai yang berjumlah 16 siswa

Sampel Penelitian

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Arikunto, 2006). Teknik pengambilan sampelnya adalah menggunakan *total sampling* yaitu seluruh populasi dijadikan sampel sebanyak 16 siswa.

Pengembangan Instrument

Instrumen adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dari sebuah penelitian. Adapun alat atau nama tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes kekuatan otot tungkai dan *passing* sepakbola. Instrumen penelitian berupa seperangkat tes untuk mengumpulkan data sebagai bahan pengolahan, alat bantu yang digunakan oleh peneliti dalam penelitiannya agar kegiatan tersebut menjadi sistematis maka peneliti menggunakan instrumen yang terdiri dari :

Tes *Standing Broad Jump*(Widiastuti, 2015)

a. Tujuan

Tes ini bertujuan untuk mengukuran daya ledak kaki

b. Peralatan

Pita pengukur untuk mengukur jarak melompat, dan area *soft landing* saat *take off line* harus ditandai dengan jelas.

c. Petunjuk Pelaksanaan

1. Atlet berdiri di belakang garis *start* yang ditandai di atas pita lompat dengan kaki agak terbuka selebar bahu.
2. Setelah dua kaki lepas landas dan mendarat, dengan dibantu oleh ayunan lengan dan menekukkan lutut untuk membantu hasil lompatan.
3. Hasil yang dicatat adalah jarak yang ditempuh sejauh mungkin, dengan mendarat di kedua kaki tanpa jatuh ke belakang. Tiga kali pelaksanaan dan diambil nilai terbaik.

d. Pencatatan Hasil

Pengukuran diambil dari *take-off line* ke titik terdekat dari kontak pada pendaratan (belakang tumit). Catat jarak terpanjang, yang terbaik dari tiga percobaan.

[8]Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau
* Email: rahmathabibi04@gmail.com

ISSN 2776-7426 (online)
ISSN 2776-7817 (cetak)



Gambar 1. Tes *Standing Broad Jump*
Sumber: (Widiastuti, 2015)

Untuk menentukan kategori norma penilaian menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) dalam skala sebagai berikut:

$\longrightarrow$ A = Baik Sekali
$\bar{X}$ + 1,5 (s)
$\longrightarrow$ B = Baik
$\bar{X}$ + 0,5 (s)
$\longrightarrow$ C = Cukup
$\bar{X}$ - 0,5 (s)
$\longrightarrow$ D = Kurang
$\bar{X}$ - 1,5 (s)
$\longrightarrow$ E = Kurang Sekali

Keterangan:
$\bar{X}$ = Nilai rata-rata
S = *Standar deviasi*
Sumber: (Arifin, 2015)

Tes *Passing* (Abdillah & Widodo, 2019)

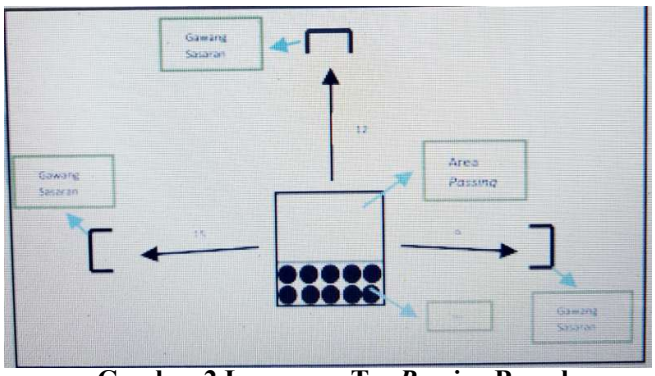
a. Tujuan
   Tes ini bertujuan untuk mengukur keterampilan *Passing* bawah pemain
b. Menyiapkan lapangan tes dan alat serta perlengkapan tes, yaitu:
   1. Menyiapkan 10 bola yang standart
   2. Menyiapkan gawang ukuran 0,5 m X 1,5 m,
   3. Meteran,
   4. Stopwatch,
   5. Alat tulis.
c. Petunjuk Pelaksaan
   1. Pemain atau *testee* siap dia area *passing*
   2. Begitu ada aba-aba "yak" *testee* mengambil satu persatu bola, kemudian melakukan *passing* ke sebelah kanan yang berjarak 9 m sebanyak 3 (tiga) kali, dilanjutkan *passing* ke depan sebanyak 4 (empat) kali yang berjarak 12 m, dan yang terakhir melakukan *passing* ke sebelah kiri sebanyak 3 (tiga) kali yang berjarak 15 m.

[8]Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau
* Email: rahmathabibi04@gmail.com
ISSN 2776-7426 (online)
ISSN 2776-7817 (cetak)

3. Lakukan passing 10 bola dengan secepat mungkin.
4. Catat waktu mulai dari aba-aba "yak" sampai bola yang ke 10 melewati gawang sasaran.

d. Penilaian
1. Setiap bola yang masuk mendapat nilai 10.
2. Waktu tempuh dimasukkan dalam rumus nilai standart *t-score*
3. Nilai yang dicatat adala penjumlahan dari bola yang masuk dengan waktu tempuh yang sudah dimasukkan rumus *t-score* kemudian dibagi dua.

Untuk lebih jelasnya terlihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 2 Lapangan Tes *Passing* Bawah
Sumber: (Abdillah & Widodo, 2019)

Untuk menentukan kategori norma penilaian menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) dalam skala sebagai berikut:

$\bar{X}$ + 1,5 (s) ⟶ A = Baik Sekali

$\bar{X}$ + 0,5 (s) ⟶ B = Baik

$\bar{X}$ - 0,5 (s) ⟶ C = Cukup

$\bar{X}$ - 1,5 (s) ⟶ D = Kurang

⟶ E = Kurang Sekali

Keterangan:
$\bar{X}$ = Nilai rata-rata
S = *Standar deviasi*
Sumber: (Arifin, 2015)

Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan data yang dipergunakan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut.

a. Observasi adalah suatu proses pengamatan dan pencatatan secara sistematis, logis, objektif, dan rasional mengenai berbagai fenomena (Arifin, 2015). Teknik ini dilakukan untuk melihat permasalahan di lapangan guna mendasari penelitian.
b. Studi kepustakaan digunakan untuk mencari literatur atau referensi-referensi yang berhubungan dengan penelitian ini.
c. Melakukan tes sesuai instrumen tes.

[8]Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau
* Email: rahmathabibi04@gmail.com
ISSN 2776-7426 (online)
ISSN 2776-7817 (cetak)

Teknik Analisa Data

Setelah data terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data. Dalam penelitian ini analisis data yang digunakan yaitu analisis uji normalitas dengan metode *lilliefors* dan uji hipotesis dengan menggunakan rumus korelasi *product moment*.

a. Uji Normalitas, (Kadir, 2016)

Uji ini digunakan untuk mengetahui apakah sampel penelitian ini dari populasi distribusi normal atau tidak. Untuk menguji normalitas ini digunakan metode lilliefors dengan langkah:

a) Menghitung nilai rata-rata dan simpang bakunya.
b) Susunlah data dari yang terkecil sampai data yang terbesar pada table.
c) Mengubah nila x pada nilai z dengan rumus:

$$z = \frac{Xi - \bar{X}}{s}$$

Keterangan:
Xi : Data mentah
$\bar{X}$: Rata-rata
s :Standar devisiasi

d) Menghitung luas z dengan menggunakan tabel z.
e) Menentukan nilai proporsi data yang lebih kecil atau sama-sama dengan data tersebut.
f) Menghitung selisih luas z dengan nilai proporsi.
g) Menentukan luas maksimum (L_{maks}) dari langkah f.
h) Menentukan luas tabel liliefors (L_{tabel}); $L_{tabel} = L_n$ (n-1).
i) Kriteria kenormalan: jika $L_{maks} < L_{tabel}$ maka data berdistribusi normal

b. Uji Hipotesis

Uji hipotesis digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya kontribusi kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *pasing* sepakbola. Untuk mencari kontribusi antara dua variabel adalah dengan menggunakan korelasi, yang mana dua variabel yang akan diselidiki biasanya untuk variable bebas diberitanda (X) dan variable terikat diberitanda (Y). Dalam penelitian ini untuk uji korelasi menggunakan rumus korelasi *product moment*,(Arikunto Suharsimi, 2006) seperti berikut ini :

1. Rumus korelasi *product moment* :

$$r_{xy} = \frac{N\sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{(N\sum x^2 - (\sum x)^2 (N\sum y^2 - (\sum y)^{2})}}$$

Keterangan:
Rxy = Koefisien korelasi yang dihitung
N = Jumlah individu dalam tabel
X = Variabel bebas
Y = Variabel terikat
∑ = Jumlah nilai tiap variable

2. Selanjutnya untuk menyatakan besarkecilnya sumbangan atau kontribusi variable X dan variable Y dapat di tentukan dengan rumus koefisien determinan sebagai berikut:
$KD = r^2 x 100\%$
3. Untuk pengujian signifikasi korelasi kontribusi antara variable X dengan variable Y digunakan uji t. dengan rumus sebagai berikut:

$$t\ hitung = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-\mathbf{r^2}}}$$

[8]Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau
* Email: rahmathabibi04@gmail.com

ISSN 2776-7426 (online)
ISSN 2776-7817 (cetak)

HASIL

Deskripsi Data Penelitian

Penelitian ini dilakukan di lapangan SD Negeri 026 Tambusai Kabupaten Rokan Hulu. Peneliti melakukan dua jenis tes pengukuran. Tes yang pertama adalah tes *standing broad jump* untuk mengukur kekuatan otot tungkai dan tes *passing* bola untuk mengetahui kemampuan *passing*. Untuk jelasnya data yang diperoleh dipaparkan sebagai berikut:

Hasil Tes *Standing Broad Jump* Siswa Ekstrakurikuler SD Negeri 026 Tambusai

Tes dilakukan tiga kali percobaan untuk setiap siswa dan nilai terbaik dari tiga kali percobaan tersebut diambil sebagai data penelitian. Berdasarkan tes yang dilakukan terhadap 16 siswa, maka diporoleh skor tertinggi adalah 67,5 dan yang terendah 34,2. Rata-rata skor tersebut adalah 50,01 dan standar deviasinya adalah 9,99. Untuk lebih jelasnya peneliti paparkan pada table di bawah ini

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Data Tes *Standing Broad Jump* Siswa Ekstrakurikuler SD Negeri 026 Tambusai

No	Interval Kelas	Frekuensi Kumulatif	Frekuensi Relatif
1	34,20 – 40,86	3	18,75%
2	40,87 – 47,53	5	31,25%
3	47,54 – 54,20	1	6,25%
4	54,21 – 60,87	5	31,25%
5	60,88 – 67,54	2	12,5%
	Jumlah	**16**	**100%**

Hasil Tes *Passing* Siswa Ekstrakurikuler SD Negeri 026 Tambusai

Tes *passing* bola dilakukan 10 kali untuk setiap siswa setelah diberikan penjelasan mengenai pelaksanaan tes. Berdasarkan tes yang dilakukan terhadap 16 siswa, maka diporoleh nilai tertinggi adalah 85,65, sedangkan nilai terendah yaitu 54,65 dengan rata-rata *passing* bola adalah 71,15 dan standar deviasinya adalah 9,18. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 2.
Distribusi Frekuensi Tes *Passing* Siswa Ekstrakurikuler SD Negeri 026 Tambusai

No	Interval Kelas	Frekuensi Kumulatif	Frekuensi Relatif
1	54,65 – 60,85	2	12,5 %
2	60,86 – 67,06	3	18,75%
3	67,07 – 73,27	5	31,25%
4	73,28 – 79,48	3	18,75%
5	79,49 – 85,69	3	18,75%
	Jumlah	**16**	**100%**

Analisis Data

Dari data yang diperoleh dilakukan pengolahan data dengan menggunakan teknik analisa:

Uji Normalitas

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 16 siswa ekstrakulikuler SD Negeri 026 Tambusai melalui tes kekuatan otot tungkai dan tes *passing*, maka hasil tes tersebut di uji normalitas datanya menggunakan uji *liliefors*, dimana hasil uji normalitas data kekuatan otot

[8]Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau
* Email: rahmathabibi04@gmail.com

ISSN 2776-7426 (online)
ISSN 2776-7817 (cetak)

tungkai menunjukkan nilai Lhitung = 0,133 < Ltabel = 0,213 disimpulkan data kekuatan otot tungkai berdistribusi normal dan hasil uji normalitas data tes *passing* menunjukkan nilai Lhitung = 0,177 < Ltabel = 0,213 maka disimpulkan data *passing* bola berdistribusi normal. Untuk jelasnya dapat dilihat pada tabel di samping:

Tabel 3.
Hasil Perhitungan Uji Normalitas

No	Variabel	L hitung		L tabel	Kesimpulan
1	Kekuatan Otot Tungkai (X)	0,133	<	0,213	Normal
2	*Passing* Bola (Y)	0,177		0,213	Normal

Jawaban Hipotesis Penelitian

Selanjutnya data yang telah terkumpul dianalisis dengan menggunakan rumus *product moment* untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *passing* siswa ekstrakulikuler SD Negeri 026 Tambusai. Hasil perhitungan korelasi disajikan pada tabel berikut:

Tabel 4.
Hasil Perhitungan Korelasi

Kontribusi	Rhit		Rtab	Keterangan
Kekuatan Otot Tungkai (X) Terhadap Kemampuan *Passing* (Y)	0,75	>	0,497	Signifikan

Berdasarkan hasil perhitungan korelasi *product moment* diperoleh nilai r_{hitung} sebesar 0,75 dengan taraf signifikan 5% didapatkan nilai r_{tabel} sebesar 0,497. Ini berarti bahwa $r_{hitung} > r_{tabel}$ sehingga hipotesis penelitian adalah terdapat kontribusi kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *Passing* dalam permainan sepakbola pada siswa ekstrakurikuler SD Negeri 026 Tambusai. Untuk melihat besarnya sumbangan antara variable X dan variabel Y menggunakan rumus KP/KD = r^2 x 100%, maka diperoleh bahwa sumbangan variable X terhadap variabel Y sebesar 5,6%.

Pembahasan

Seorang pemain sepakbola dikatakan memiliki *passing* yang baik maka pemain tersebut harus mampu melakukan teknik dasar *passing* yang efektif, baik dari segi kekuatan *passing* yang dilakukan maupun arah tujuan *passing* yang diberikan. Teknik dasar adalah semua kegiatan yang mendasar permainan sehingga dengan modal demikian seseorang sudah dapat bermain sepakbola. Seluruh kegiatan dalam bermain dilakukan dengan gerakan-gerakan, baik gerakan yang dilakukan tanpa bola, maupun gerakan dengan bola (Erianti et al., 2020) *Passing* adalah suatu teknik memindahkan bola dari satu pemain kepemain lain. *Passing* paling baik dilakukan dengan menggunakan kaki, tetapi bagian tubuh lain juga bisa di gunakan. *Passing* yang baik dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam, luar dan punggung kaki dengan sedikit sentuhan, oleh karena itu seorang pemain yang hendak mengoper harus dapat mengukur sejauh manakah tendangannya dapat dicapai dan ke arah manakah bola itu hendak di tuju (Kurniawan & Alficandra, 2023).

Salah satu unsur kondisi fisik yang dapat mendukung kemampuan *passing* sepakbola adalah kekuatan otot tungkai. Kekuatan otot tungkai adalah kemampuan yang memungkinkan pengembangan tenaga maksimum dalam kontraksi yang maksimal untuk mengatasi beban atau tahanan. Jadi kekuatan otot tungkai merupakan sejumlah daya tegang otot tungkai yang dipergunakan dalam kontrasi maksimum pada suatu aktivitas yang berat. Tungkai terdiri dari tungkai atas dan tungkai bawah. Tungkai atas terbagimenjadi : pangkal paha sampai lutut, sedangkan tungkai bawah terbagi atas lutut sampai dengan kaki. Tulang tungkai atau tulang

[8]Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau
* Email: rahmathabibi04@gmail.com
ISSN 2776-7426 (online)
ISSN 2776-7817 (cetak)

anggota gerak bawah terdiri dari : 1). Tulang pangkal paha, 2). Tulang paha, 3). Tulang kering, 4). Tulang betis, 5). Tulang tempurung lutut, 6). Tulang pangkal kaki, 7). Tulang telapak kaki, dan 8). Tulang tuas jari kaki 4.(S & Maifa, 2018). Dengan memiliki kekuatan otot tungkai yang baik akan memberikan bantuan yang positif pada pemain untuk dapat melakukan *passing* yang tepat.

Dalam upaya meningkatkan teknik keterampilan *passing* perlu adanya latihan. Latihan harus disesuaikan dengan pemain yang dilatih, terlebih lagi untuk pemain sepakbola pemula (Abdillah & Widodo, 2019). Dengan demikian porsi latihan yang diberikan bisa diterima fisik pemain sehingga pemain tidak mengalami kelelahan yang berlebihan. Jenjang pembinaan sepakbola dibagi menjadi, tahap pembentukan dasar sepakbola usia muda dilakukan pada tingkat usia 6 tahun sampai dengan 18 tahun, tahap pembentukan keahlian sepakbola amatir, mulai 18 tahun keatas, tahap pematangan professional, mulai usia 19 tahun keatas. Sedangkan tempat pembinaan usia 6 tahun sampai dengan 13 tahun yang merupakan fase hiburan dan pembentukan dasar sepakbola berada dilingkungan masyarakat umum, sekolah dasar, SSB, atau dimanapun mereka berada dan mau bermain sepakbola (Arridho et al., 2021).

Siswa ekstrakulikuler SD Negeri 026 Tambusai memiliki kekuatan otot tungkai yang kurang hal ini dibuktikan dari hasil penelitian yang dilakukan rata-rata hasi tes kekuatan otot tungkai siswa cukup dan teknik dasar *passing* dibuktikan dari hasil penelitian yang dilakukan rata-rata hasi tes *passing* siswa adalah cukup. Dalam permainan yang dilakukan siswa bola *passing* yang dilakukan tidak sampai secara tepat ke kaki teman satu tim, sehingga pihak lawan dengan mudah memotong atau mengambil bola *passing* tersebut. Dampaknya permainan sepakbola siswa tidak bisa berkembang karena penguasaan teknik dasar *passing* sangat penting dalam permainan sepakbola. Teknik *passing* yang merupakan keterampilan individu pemain sepakbola, merupakan teknik penting agar mampu membangun kerja sama tim yang baik (Gutawa, 2022).

Berdasarkan pembuktian melalui penelitian ini maka dapat diketahui bahwa kekuatan otot tungkai berkontribusi terhadap kemampuan *passing* sepakbola sebesar r_{hitun} = 0,75 > r_{tabel} = 0,497 dengan nilai kontribusi sebesar 5,6% . Sepakbola termasuk dalam permainan invasi yang melibatkan 2 regu yang bermain dalam satu lapangan tanpa dibatasi oleh penyekat diantara kedua tim/regu yang bertanding. Permainan ini berjumlah sebelas orang siswa termasuk seorang penjaga gawang dalam masing-masing regu. Hampir seluruh permainan dilakukan dengan keterampilan mengolah bola dengan seuruh anggota tubuh kecuali anggota lengan dan tangan yang tidak diperbolehkan menyentuh bola, namun ada satu siswa yang diperbolehkan menggunakan seluruh anggota tubuh termasuk lengan dan tangan, yaitu penjaga gawang (Arridho et al., 2021)

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data maka diperoleh kesimpulan penelitian yaitu terdapat kontribusi kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *passing* dalam permainan sepakbola pada siswa ektrakulikuler SD Negeri 026 Tambusai sebesar 5,6% dengan r_{hitung} = 0,75

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kami ucapkan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Rokania yang telah menerima artikel untuk diterbitkan sehingga dapat berguna bagi peneliti berikutnya. Kami juga mengucapkan terima kasih yang tulus kepada semua peserta yang telah terlibat dalam penelitian ini.

REFERENSI

Abdillah, A. M., & Widodo, A. (2019). *Pengembangan Intrumen Tes Ketepatan Passing Bawah Jarak Pendek Pada Pemain Sepakbola Usia 18 Sampai 23 Tahun*. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, *07*(02), 453–461.

[8]Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau
* Email: rahmathabibi04@gmail.com

ISSN 2776-7426 (online)
ISSN 2776-7817 (cetak)

Alfi Hidayat, R. (2019). *Pengaruh Metode Latihan Passing Permainan Sepak Bola Terhadap Hasil Belajar Passing Sepak Bola Menggunakan Kaki Bagian Dalam*. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, *7*(3), 331–335.

Arifin, Z. (2015). *Evaluasi Pembelajaran*. PT Remaja Rosdakarya.

Arikunto, S. (2006). *prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka.Cipta:Jakarta.

Arridho, I. Q., Padli, Arwandi, J., & Yenes, R. (2021). *Kondisi Fisik Pemain Sepak Bola*. *Jurnal Patriot*, *3*(4), 340–350. https://doi.org/10.24036/patriot.v

Erianti, Astuti, Y., Zulbahri, Damrah, & Kibadra. (2020). *Studi Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Siswa SMP Negeri 3 Kota Padang*. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, *8*.

Gutawa, W. A. (2022). *Analisis Teknik Dasar Sepakbola Pada Anak Usia Dini Pada Siswa Sekolah Sepak Bola (SSB) Kecamatan Kunjang Kabupaten Kediri*. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, *10*(02), 183–190.

Hidayah, F. N., & Alsaudi, A. T. B. D. (2021). *Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli dengan Metode Latihan Berpasangan*. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan STKIP Kusuma Negara II*, 70–75.

Irfan, M., Yenes, R., Irawan, R., & Oktavianus, I. (2020). *Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola*. *Jurnal Patriot*, *2*, 720–731.

Kurniawan, R. W., & Alficandra. (2023). *Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai dan Koordinasi Mata- Kaki Terhadap Passing dan Stopping Sepakbola SSB U-14 Nongsa Football Training Batam. Jurnal Pendidikan Terintegrasi*, *4*(3), 1–11.

Lestaluhu, I., & Tofikin. (2023). *Kontribusi Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling Pada Pemain Sepakbola Club Luppat Pagar FC. Journal Sport Rokania*, *3*(2), 31–43.

Nasution, M. H., & Suhermon. (2023). *Hubungan Konsentrasi Terhadap Kemampuan Dribbling Pemain Sepakbola Tournilang FC*. *Journal Sport Rokania*, *3*(2), 77–86.

Pradana, Alvido Briliant, S. (2023). *Hubungan tinggi badan, berat badan, dan kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan long pass sepakbola*. *10*(April), 30–37.

S, J., & Maifa, S. (2018). *Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Dalam Permainan Sepakbola Pada Murid SDN1 Sepakat*. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, *6*(2).

Saputra, D. ., Syaputra, R., & Febrianti, M. (2022). *Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Keterampilan Shooting Dalam Permainan Sepak Bola Di SMA Negeri 2 Seluma*. *Education Sportive*, *31*(2), 35–40.

Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif,Kualitatif, dan R&D.* Bandung:Alfabeta.

[8]Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau
* Email: rahmathabibi04@gmail.com

ISSN 2776-7426 (online)
ISSN 2776-7817 (cetak)

UUKeolahragaan. (2022). *Temtang Keolahragaan.*

Wicaksana, A., & Rachman, T. (2018). *Hubungan Kecepatan Dan Kekuatan Otot Tungkai terhadap Kemampuan Long Passing Sepakbola*. *Angewandte Chemie International Edition, 6(11), 951–952.*, *3*(1), 10–27.

Widiastuti. (2015). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. PT Rajagrafindo Persada.

Zamzami, M., & Arisman. (2023). *Tingkat Keterampilan Permainan Sepakbola Siswa Ekstrakulikuler SMA Negeri 1 Rambah Samo*. *Journal Sport Rokania*, *3*(2), 97–108.

[8]Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau
* Email: rahmathabibi04@gmail.com

ISSN 2776-7426 (online)
ISSN 2776-7817 (cetak)