



Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Shooting Pemain Sepakbola Klub Simpatig Kecamatan Rambah

Andika Farma¹, Tofikin²

^{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,
Kemampuan Shooting*

Abstrak

Latar belakang masalah dalam penelitian ini adalah kurangnya kemampuan shooting pada pemain sepakbola Klub Simpatig Kecamatan Rambah. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan shooting pemain sepakbola Klub Simpatig. Jenis penelitian adalah korelasional dengan sampel 15 pemain, dengan instrument penelitian untuk mengukur kekuatan otot tungkai menggunakan tes *Standing Broad Jump* dan kemampuan shooting menggunakan tes *shooting*. Mengolah data dengan korelasi *product moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) Terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dengan kemampuan shooting pada pemain sepakbola Klub Simpatig Kecamatan Rambah. Dengan nilai R_{hitung} (0.520) maka $r_{x1y} > R_{tabel}$ yaitu (0.520 > 0.514) dengan kategori sangat kuat.

Abstract

The background to the problem in this research is the lack of shooting ability in Simpatig Club football players, Rambah District. The aim of this research was to determine the relationship between leg muscle strength and the shooting ability of Simpatig Club football players. This type of research is correlational with a sample of 15 players, with research instruments to measure leg muscle strength using the Standing Broad Jump test and shooting ability using the shooting test. Processing data with product moment correlation. The results of the research show that: 1) There is a significant relationship between leg muscle strength and shooting ability in football players at Simpatig Club, Rambah District. With an Rcount value of (0.520), $r_{x1y} > R_{table}$, namely (0.520 > 0.514) in the very strong category

PENDAHULUAN

Seiring dengan perkembangan zaman, peranan olahraga sangat penting dalam kehidupan manusia di antaranya mempertahankan tingkat kesehatan, kebugaran tubuh, pengembangan minat dan bakat. Aktivitas olahraga dalam meningkatkan dan mengembangkan bakat dilakukan melalui kegiatan pembinaan. Kegiatan pembinaan dilaksanakan secara terencana dan berkelanjutan bertujuan untuk menciptakan prestasi. (Keolahragaan, 2022) menyatakan, bahwa:

”Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan Olahragawan secara terencana, sistematis, terpadu, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi Keolahragaan. Kutipan di atas menyatakan olahraga prestasi dilakukan secara terencana dan berkelanjutan sesuai perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi”.

Olahraga yang banyak diminati masyarakat terutama dikalangan mahasiswa dan pelajar dalam mengembangkan potensi diri adalah olahraga sepakbola. Olahraga sepakbola adalah olahraga yang merakyat karena melibatkan banyak orang dalam melakukan permainannya. Permainan olahraga sepakbola melahirkan rasa kebersamaan, kerjasama, saling berbagi, semangat juang dan kegembiraan dalam memenangkan permainan. Pembinaan olahraga sepakbola melalui klub-klub banyak bermunculan di berbagai daerah. Kejuaraan dan turnamen-turnamen yang bersifat daerah, wilayah atau nasional bahkan internasional pun sering diselenggarakan.

Olahraga sepakbola adalah suatu olahraga yang membutuhkan keterampilan. (Putu Juliarta et al., 2023) mengemukakan sepakbola dimainkan oleh dua regu yang masing-masing beranggotakan 11 (sebelas) orang yang terdiri dari penjaga gawang, pemain belakang, pemain tengah, dan pemain depan. (Amizi et al., 2023) mengungkapkan ”Permainan sepakbola merupakan cabang olahraga permainan beregu atau tim. Sepakbola terdiri dari dua tim yang saling berlawanan dengan masing-masing tim terdiri dari 11 orang pemain. Tujuan sepakbola adalah memasukkan bola ke dalam gawang lawan sebanyak mungkin dan menjaga gawang sendiri agar tidak kebobolan. Tim yang mencetak skor lebih banyak adalah pemenangnya”. Selanjutnya, (Dodi Afriandi., Ronni Yenes., Erizal Nurmai, 2021) Dalam sepak bola terdapat bermacam teknik dasar bermain sepak bola. Teknik dasar merupakan fundamental yang harus dikuasai oleh semua atlet agar dapat bermain sepak bola dengan terampil yang didasari keterampilan multilateral gerak. Untuk mencapai prestasi yang maksimal dalam olahraga sepak bola, kondisi fisik sangat berperan, program latihan yang bagus dan sistematis juga sangat dibutuhkan.

Dari pendapat ahli diatas maka dapat disimpulkan bahwa sepakbola merupakan olahraga yang dimainkan oleh 2 tim dengan masing-masing tim sebanyak 11 orang yang terdiri dari penjaga gawang, pemain belakang, pemain tengah, dan pemain depan dengan tujuan menciptakan gol sebanyaknya ke gawang lawan untuk memenangkan permainan.

Setiap pemain sepakbola harus menguasai teknik dasar permainan sepakbola. Batra (2022) menyatakan ”Teknik dasar merupakan satu komponen atau unsur gerakan yang mendasari agar kegiatan olahraga dapat dilakukan yang disesuaikan kondisi manusia, pemecahan tugas gerakan terhadap hasil yang akan dicapai dalam suatu pertandingan. Sesuai dengan ide permainan sepakbola yaitu mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri dari kebobolan”. Dari kutipan menyatakan ide permainan sepakbola adalah mencetak gol, maka salah satu teknik permainan sepakbola yaitu menembakkan bola ke gawang (*shooting*).

(Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, 2017) menjelaskan teknik menendang bola dibagi kedalam teknik menendang dengan kaki bagian luar, kaki bagian dalam dan punggung kaki. Menendang menggunakan kaki bagian luar biasanya digunakan untuk jarak dekat tahapan yang harus dilakukan yaitu posisi tubuh berdiri menghadap keposisi bola lebih dulu diawal, pastikan bahwa kaki kiri anda posisi tepat disamping bola dengan memutarnya kedalam, rilekkan kedua tangan agar tubuh menjadi lebih seimbang, gunakan kaki sebelahkanan untuk

⁸Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: farmadika7@gmail.com

menendang, kenakan kaki bagian luar untuk menendang. Condongkan kaki ke arah depan. Kemudian untuk menendang dengan kakki bagian dalam yang harus dilakukan yaitu ambil sikap awalan tubuh menghadap kebola, tendang bola dengan menggunakan kaki bagian dalam, sesudah menendang tumpukan berat badan ke kaki bagian kanan. Selanjutnya menendang dengan punggung kaki, tendangan ini biasanya diperuntukkan untuk jarak jauh. Adapun tahapan yang harus dilakukan yaitu: berdiri menghadap bola, tekuk pergelangan kaki ke arah bawah, lakukan tendangan bola dengan punggung kaki.

(Amizi et al., 2023) mengemukakan *shooting* adalah menendang bola dengan keras untuk mencetak gol. Teknik *shooting* menjadi salah satu teknik dasar yang sangat penting karena jumlah gol akan menentukan pemenang serta hasil *shooting* akan mempengaruhi hasil pertandingan. (Batara., 2022) menyatakan *shooting* adalah menendang bola ke arah gawang dengan tujuan untuk menciptakan gol. (Syaputra et al., 2021) mengungkapkan teknik *shooting* menggunakan punggung kaki, posisi pandangan kita mengarah pada bola. Posisi lutut di atas bola, tekuk jari kaki ke bawah saat sedang menendang. Dari pendapat ahli di atas maka dapat disimpulkan bahwa *shooting* merupakan suatu gerakan yang menggunakan punggung kaki menendang bola dengan keras ke gawang untuk menciptakan gol.

(Amizi et al., 2023) mengemukakan sekitar 80% terjadinya gol berasal dari *shooting* sepakbola. *Shooting* juga merupakan bagian terpenting dalam permainan sepak bola, karena sasaran utama dari setiap serangan dalam permainan sepakbola adalah untuk mencetak gol ke gawang lawan, namun hal ini lebih mudah untuk dikatakan daripada dilakukan, karena pada kenyataannya seseorang sering gagal untuk mencapai sasaran utama. (Kusuma et al., 2014) mengungkapkan pada pertandingan-pertandingan sepakbola dimenangkan dengan mencetak gol lebih dari 70 persen gol-gol tersebut berasal dari tembakan.

Tendangan bola ke gawang mempunyai beberapa syarat yang harus dipenuhi di samping persyaratan lainnya yaitu kekuatan. Syarat tembakan itu antara lain adalah kekuatan untuk ke bawah melepaskan tembakan diperlukan tembakan keras (*power shooting*). Tembakan keras (*power shooting*) yang dimaksud disini adalah kekuatan yang dihasilkan oleh kontraksi otot tungkai dalam waktu yang singkat, atau *power shooting* adalah hasil dari perkalian kontraksi otot dengan kecepatan. Berarti, dalam melakukan *shooting* dibutuhkan kekuatan otot tungkai (kaki) untuk menciptakan gol ke gawang.

(Rosita et al., 2019) mengemukakan kekuatan adalah kemampuan untuk mengeluarkan tenaga secara maksimal dalam satu usaha, kemampuan kekuatan berarti terjadinya kontraksi otot pada manusia. menyatakan otot tungkai adalah sebagai penopang tubuh serta untuk memberikan dorongan tenaga awalan. (Syaputra et al., 2021) mengungkapkan otot tungkai merupakan kemampuan otot atau sekelompok otot seseorang untuk mempergunakan kekuatan maksimal yang dikerahkan dalam waktu yang sependek-pendeknya. (Rosita et al., 2019) menyatakan kekuatan otot tungkai adalah tegangan yang dilakukan oleh otot tungkai terhadap tegangan atau beban dengan melalui usaha yang maksimal untuk menggerakkan otot. Akhmady (mengungkapkan "Kekuatan otot tungkai adalah kemampuan otot untuk menerima beban dalam waktu bekerja dimana kemampuan itu dihasilkan oleh adanya kontraksi otot yang terdapat pada tungkai, kontraksi ini timbul untuk melakukan gerakan yang mendukung". Berarti, kekuatan otot tungkai adalah kemampuan maksimal otot tungkai untuk menopang tubuh melakukan suatu gerakan atau tugas kerja dalam waktu tertentu.

Setiap atlet dalam cabang olahraga apapun diuntut untuk memiliki kondisi fisik yang baik untuk menunjang prestasi yang diinginkan. Kekuatan otot tungkai ini digunakan saat lari menggiring bola, dan menendang bola, dengan otot tungkai yang kuat maka tendangan akan semakin kuat. Seorang pemain sepakbola harus memiliki kaki yang kuat, pergelangan kaki yang kuat, lutut yang kuat dan tungkai yang kuat agar dapat memikul badan yang berat.

(Akhmady & Nur, 2022) menguraikan Faktor yang mempengaruhi kekuatan otot tungkai adalah apa bila seorang pemain sepakbola memiliki kekuatan otot tungkai yang kuat berarti ia akan semakin memiliki kesempatan untuk mencetak gol lebih baik dari pada mereka yang

⁸Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: farmadika7@gmail.com

kurang memiliki kekuatan otot tungkai. Kekuatan otot tungkai adalah kemampuan otot tungkai kaki dalam menerima beban sewaktu bekerja, tungkai memberikan keseimbangan pada tubuh saat akan melaksanakan tembakan, juga memberikan dorongan yang kuat pada saat melakukan tembakan gol”.

Berdasarkan hasil observasi pada Klub Simpatig terdapat beberapa informasi bahwa Klub Simpatig didirikan pada tahun 1992 dalam menentukan nama tim Simpatig di lakukan dengan musyawarah dan voting suara. Lambang Club Simpatig bergambar burung garuda dan bola, Lapangan sepak bola Klub Simpatig berada di Desa Rambah Tengah Hilir. Kemudian dalam permainan sepakbola terlihat kemampuan pemain masih memiliki kekurangan salah satunya menciptakan gol ke gawang. Hal ini terlihat 1) pemain melakukan tendangan ke gawang, 2) Tendangan pemain tidak maksimal atau tidak kuat, sehingga bola mampu ditangkap dengan mudah oleh penjaga gawang. Lemahnya pemain Klub Simpatig dalam menciptakan gol ke gawang dipengaruhi oleh tidak maksimalnya kemampuan kekuatan otot tungkai pemain dalam melakukan tendangan ke gawang yang disebabkan oleh kurangnya latihan fisik terutama latihan kekuatan otot tungkai (kaki).

Penguasaan teknik *shooting* pemain yang kurang tepat, dimana latihan yang diikuti kurang terprogram baik. Konsentrasi pemain yang tidak fokus melakukan *shooting*, sehingga membuat arah bola yang tidak mengarah ke dalam gawang. Kegiatan latihan yang tidak terencana dengan baik yaitu latihan yang diikuti tidak memiliki program. Keterbatasan sarana prasarana latihan seperti ketersediaan bola kaki dan kondisi lapangan bola yang tidak terawat baik dan kurang sesuai standar lapangan untuk permainan sepakbola. Latihan yang kurang terprogram dan kondisi sarana prasarana berdampak terhadap motivasi pemain dalam melakukan kegiatan latihan.

METODE

Penelitian ini termasuk jenis penelitian korelasional. (Sugiono, 2016) menyatakan “Penelitian Korelasi (*Correlational*) adalah sebuah proses penelitian yang dimaksudkan untuk menentukan hubungan antara dua variabel atau lebih, atau sebuah proses penelitian untuk menggunakan besarnya hubungan tersebut guna membuat sebuah prediksi atau perkiraan”. Berarti, penelitian ini mengenai hubungan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan kemampuan *shooting* pemain sepakbola Klub Simpatig Kecamatan Rambah

Populasi Penelitian

Populasi penelitian adalah pemain sepakbola Klub Simpatig Kecamatan Rambah. Adapun untuk lebih jelasnya tertera pada Tabel 1 di bawah ini:

Tabel 1.
Pupolasi Penelitian

No	Usia	Jumlah
1.	17 Tahun	6
2.	18 Tahun	5
3.	19 Tahun	4
Jumlah		15

Sampel Penelitian

Sampel penelitian adalah sebagian dari atau keseluruhan dari yang dijadikan populasi penelitian. Peneliti mengambil sampel penelitian dengan menggunakan teknik sampel jenuh, hal ini dikarenakan jumlah populasi yang relative sedikit(Sugiono, 2016)

[§]Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: farmadika7@gmail.com

Pengembangan Instrument

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan untuk memperoleh data penelitian sesuai dengan topik atau variable yang diteliti. Instrument penelitian diantaranya *standing long jump test (broad jump)* untuk pengukuran kekuatan otot tungkai dan tes *shooting* untuk pengukuran kemampuan *shooting*. Untuk lebih jelasnya pelaksanaan tes yang dilakukan terpapar sebagai berikut:

1. Tes Kekuatan Otot Tungkai

Pengukuran kekuatan otot tungkai menggunakan *standing long jump test (broad jump)*. Pelaksanaan *standing long jump test (broad jump)* dikemukakan oleh Widiastuti (2016) yaitu:

- Tujuan : untuk mengukur daya ledak kaki
- Peralatan yang dibutuhkan: pita pengukur untuk mengukur jarak melompat, dan area *soft landing* saat *Take off line* harus ditandai dengan jelas.
- Prosedur Pelaksanaan : atlet berdiri di belakang garis *start* yang ditandai di atas pita lompat dengan kaki agak terbuka selebar bahu. Setelah dua kaki lepas landas dan mendarat, dengan dibantu oleh ayunan lengan dan menekukkan lutut untuk membantu hasil lompatan. Hasil yang dicatat adalah jarak yang ditempuh sejauh mungkin dengan mendarat di kedua kaki tanpa jatuh ke belakang.



Gambar 1.
Pelaksanaan *Standing Long Jump Test (Broad Jump)*
Sumber: (Widiastuti, 2016)

- Pencatatan hasil : Pengukuran diambil dari *take-off line* ke titik terdekat dari kontak pada pendaratan (belakang tumit). Catat jarak terpanjang melompat, yang terbaik dari tiga percobaan. Tabel di bawah ini memberikan skala penilaian untuk tes lompat berdiri:

⁸Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: farmadika7@gmail.com

Tabel 2.
Norma Standing Long Jump Test (Broad Jump)

Kategori	Laki-laki		Perempuan	
	cm	(feet, inches)	cm	(feet, inches)
Baik Sekali	> 250	> 8'2,5"	> 200	> 6'6.5"
Baik	241-250	7'11"-8'2.5"	191-200	6'3"-6'6.5"
Cukup	231-240	7'7"-7'10.5"	181-190	5'11.5"-6'2.5"
Sedang	221-230	7'3"-7'6.5"	171-180	5'7.5"-5'11"
Kurang	211-220	6'11"-7'2.5"	161-170	5'3.5"-5'7"
Poor	191-210	6'3"-6'10.5"	141-160	4'7.5"-5'2.5"
Very Poor	< 191	6'3"	< 141	< 4'7.5"

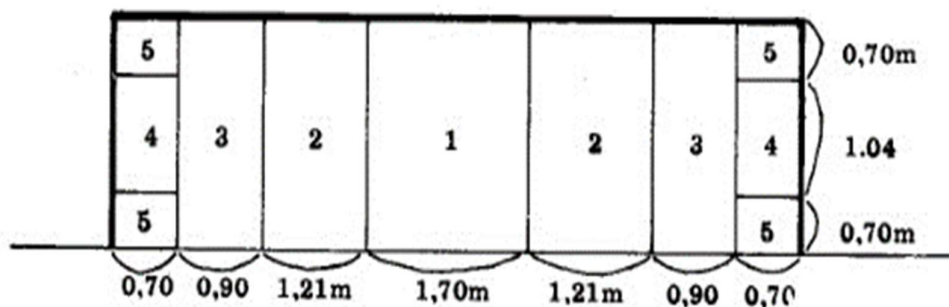
Sumber: Widiastuti (2016)

2. Tes Kemampuan Shooting

Pelaksanaan pengukuran kemampuan *shooting* dikemukakan oleh, (Winarno, 2006) dengan tes *shooting* sebagai berikut:

- Tujuan bertujuan untuk mengukur kemampuan dan kecakapan menembak bola ke sasaran (*shooting*).
- Alat dan perlengkapan, Bola sepak 2 buah, Stop-watch 1 buah, Alat tulis, kapur dan formulir, Dinding sasaran dengan ukuran yang telah ditentukan
- Pengetes, Pengambil waktu 1 orang dan Pengawas merangkap pencatat 1 orang.
- Pelaksanaan Tes

Bola diletakkan pada sebuah titik berjarak 13 m di depan garis gawang dan tepat dipertengahan lebar gawang. Petak sasaran dan skor Dengan melakukan awalan, testi menendang bola sekuat-kuatnya ke arah sasaran. Pelaksanaannya tidak dilakukan dengan aba-aba. Kecepatan waktu menendang bola ke sasaran juga dihitung waktunya. Pengambil waktu menjalankan stop-watchnya pada saat kaki testi mengenai bola, dan tepat pada saat bola mengenai sasaran, stopwatch dimatikan.



Gambar 2.
Sasaran Shooting Sepakbola
 Sumber: (Winarno, 2006)

⁸Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau
 * Email: farmadika7@gmail.com

- e. Penskoran, Hasil yang dicatat adalah hasil tembakan yang berupa angka sasaran yang terkena bola dan kecepatan tembakan yang berupa waktu yang ditempuh mulai dari bola disepak, sampai pada saat bola mencapai sasaran. Waktu dicatat sampai dengan persepuluh detik.

Untuk menilai kemampuan shooting adalah dengan menggabungkan kedua skor tersebut, menggunakan teknik T-score.

$$T\text{-Score} = 50 + 10 \frac{x - \bar{x}}{s}$$

Dengan menggunakan rumus tersebut nilai yang didapat untuk waktu dan sasaran adalah :
 Sasaran : T-Score = 50 + 10 .

$$\text{Waktu : T-Score} = 50 - 10 .$$

Berikut data yang sudah dijadikan T-score.

Tabel 3.
Normatif Untuk Tes Shooting

No	Interval	Kategori
1	M + 1,5 SD < X	Sangat Baik
2	M + 0,5 SD < X ≤ M + 1,5 SD	Baik
3	M - 0,5 SD < X ≤ M + 0, 5 SD	Sedang
4	M - 1,5 SD < X ≤ M - 0, 5 SD	Kurang
5	X ≤ M - 1,5 SD	Sangat Kurang

Sumber : Nurhasan (2001)

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini mengacu kepada prosedur atau aturan pelaksanaan tes pengukuran sesuai dengan variabel penelitian. Pengambilan data penelitian ini dilakukan satu kali pada setiap variabel penelitian. Pengambilan data satu kali pada variabel bebas (X) yaitu kekuatan otot tungkai dan variable terikat (Y) yaitu kemampuan *shooting* sepakbola.

Teknik Analisa Data

1. Uji Normalitas Data

Untuk mengetahui distribusi penyebaran data yang diperoleh dalam penelitian ini, maka data uji normalitasnya menggunakan *uji liliefor*.

2. Analisa Data

Analisa data yang peneliti gunakan terhadap data yang diperoleh adalah statistik korelasi. Penentuan Perhitungan korelasi dengan menggunakan *product moment*. (Hartono, 2015) menyatakan "Teknik korelasi product moment (*product moment correlation*) digunakan bila datanya bersifat kontiniu, homogen dan regresinya linier. Jenis data yang dikorelasikan adalah data interval dengan data interval, data ratio dengan data ratio, data ratio dengan data interval dan data interval dengan data ratio. Penentuan Perhitungan korelasi dengan menggunakan *product moment* dari pearson dengan rumus sebagai berikut:

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

r_{xy} = Koefesien korelasi

n = Jumlah sampel

X = Skor variabel

⁸Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: farmadika7@gmail.com

XY = Skor variabel Y

X = Jumlah skor variabel X

Y = Jumlah skor variabel Y

X^2 = jumlah X^2

Y^2 = jumlah Y^2

Uji signifikansi koefisien korelasi (distribusi t) dengan rumus sebagai berikut ini:

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

Harga r yang diperoleh dari perhitungan hasil tes dikonsultasikan dengan Tabel *r product moment*, sebagai berikut:

Tabel 4.
Interpretasi Koefisien Korelasi Nilai r

Interval Koefisien Korelasi	Interpretasi Hubungan
0,80 – 1,00	Sangat kuat
0,60 – 0,79	Kuat
0,40 – 0,59	Cukup kuat
0,20 – 0,39	Rendah
0,00 – 0,19	Sangat rendah

HASIL

Deskripsi Data Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *shooting* pada pemain sepakbola Klub Simpatig Kecamatan Rambah. Untuk mengetahui hal tersebut maka dilakukan penelitian dengan menggunakan tes untuk variabel bebas pertama (X_1) yaitu kekuatan otot tungkai dengan menggunakan tes *standing broad jump* serta tes untuk variabel terikat (Y) yaitu tes kemampuan *shooting* pada pemain sepakbola dengan subjek penelitian yaitu pemain sepakbola Klub Simpatig Kecamatan Rambah yang berjumlah 15 orang.

HASIL TES KEKUATAN OTOT TUNGKAI (X_1) PADA PEMAIN SEPAKBOLA KLUB SIMPATIG KECAMATAN RAMBAH

TABEL 5.
DISTRIBUSI FREKUENSI KEKUATAN OTOT TUNGKAI

No	Kelas Interval	Frekuensi	Persentase
1	180-191	5	33
2	192-203	4	27
3	204-215	3	20
4	216-227	2	13
5	228-239	1	7
Jumlah		15	100

Berdasarkan table diatas dapat dijelaskan bahwa dari 15 orang sampel yang melakukan tes Kekuatan Otot Tungkai dari kelas interval 180-191 sebanyak 5 orang (33%), interval 192-203

⁸Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: farmadika7@gmail.com

sebanyak 4 orang (27%), interval 204-215 sebanyak 3 orang (20%), interval 2016-227 sebanyak 2 orang (13%) dan interval 228-239 sebanyak 1 orang (7%)

Hasil Tes Kemampuan *Shooting* (Y) Pada pemain sepakbola Klub Simpatig Kecamatan Rambah

Hasil analisis statistik deskriptif untuk Kemampuan *Shooting*, maka digunakan tes pengukuran dengan tes kemampuan shooting dengan jumlah sampel 15 orang ($n = 15$) yang bertujuan untuk mengukur kemampuan *shooting*. Setelah dilakukan tes, maka diperoleh skor Maksimum sebesar 112, skor Minimum sebesar 104, Rata-rata 108, Standar Deviasi 2. Agar lebih jelas, data Kekuatan Otot Lengan dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

TABEL 6.
DISTRIBUSI FREKUENSI KEMAMPUAN SHOOTING

No	Kelas Interval	Frekuensi	Persentase
1	114-115	5	33
2	116-117	7	47
3	118-119	3	20
4	120-121	0	0
5	122-123	0	0
Jumlah		15	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dijelaskan bahwa dari 15 orang sampel yang melakukan tes kemampuan *shooting* dari kelas interval 114-115 sebanyak 5 orang (33%), interval 116-117 sebanyak 7 orang (47%), interval 118-119 sebanyak 3 orang (20%), interval 120-121 sebanyak 0 orang (0%) dan interval 122-123 sebanyak 0 orang (0%).

Analisis Data

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

Uji Normalitas

Analisis uji normalitas data dilakukan dengan uji lilliefors. Hasil analisis uji normalitas Analisis uji normalitas data dilakukan dengan uji lilliefors. Hasil analisis uji normalitas masing-masing variabel disajikan dalam bentuk tabel di bawah ini.

Tabel 7.
 Uji Normalitas Data Kekuatan Otot Tungkai, dan Kemampuan *Shooting*

Variabel	N	$L_{observasi}$	L_{tabel}	Keterangan
Kekuatan Otot Tungkai	15	0.1492	0.2200	Normal
Kemampuan Shooting	15	0.0998	0.2200	Normal

Sumber: Hasil Pengolahan Data 2024

Pada tabel 3.4 dapat dilihat bahwa data kekuatan otot tungkai (X1) diperoleh $L_{observasi} = 0.1492$ dan dari tabel $= 0.2200$ diperoleh berdistribusi normal sebab $L_{observasi} < L_{tabel}$ atau $0.1492 < 0.2200$ disimpulkan bahwa data normal. Data hasil kemampuan *shooting* (Y) diperoleh $L_{observasi}$ (0,0998) dan dari L_{tabel} (0.2200), diperoleh berdistribusi normal sebab $L_{observasi} < L_{tabel}$ atau $0.0998 < 0.2200$ disimpulkan bahwa data normal.

⁸Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: farmadika7@gmail.com

Jawaban Hipotesis Penelitian

Tabel 8.

Rangkuman Hasil Analisis Uji Keberartian Koefisien Korelasi Kekuatan Otot Tungkai dengan Kemampuan *Shooting*

Koefisien Korelasi $r_{x,y}$	T_{hitung}	T_{tabel}	Kesimpulan
0.520	2.196	2.160	Signifikan

Sumber: Hasil Pengolahan Data Penelitian 2024

Hasil analisis Korelasi Product Moment menunjukkan R_{hitung} (0.520) > R_{tabel} (0.514), sedangkan T_{hitung} (2.196) > T_{tabel} (2.160). Dengan demikian, dapat disimpulkan hipotesisi kerja yang diajukan H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti hipotesisi satu diterima, yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dengan kemampuan shooting pemain sepakbola Klub Simpatig Kecamatan Rambah

Pembahasan

Penelitian ini dilakukan berdasarkan masalah yang peneliti temukan pada pemain sepakbola Klub Simpatig Kecamatan Rambah dijumpai beberapa faktor penyebab adalah masih kurangnya kemampuan *shooting* ini terlihat saat pertandingan. Namun peneliti terlebih dahulu menetapkan sasaran penelitiannya, kemudian peneliti menetapkan instrumen yang cocok untuk dijadikan pengumpulan data supaya apa yang akan diukur sesuai dengan yang diukur, setelah itu barulah peneliti bisa mengukur sejauh mana hasil kemampuan yang didapat oleh pemain sepakbola Klub Simpatig Kecamatan Rambah dan selanjutnya peneliti ambil keputusan apakah hasil yang didapat telah sesuai dengan harapan atau tidak, kemudian selanjutnya peneliti tindak lanjuti.

Sebelum penelitian ini dibuat, peneliti merasa perlu mengkaji tentang kajian teori, metodologi dan struktur penelitian yang berlaku sesuai dengan kebutuhan penelitian, dengan menggunakan pendekatan ilmiah dan berdasarkan teori yang dibutuhkan untuk memecahkan masalah dalam penelitian ini. Sistematika dalam penulisan karya ilmiah ini juga harus diperhatikan supaya dengan prosedur-prosedur yang benar hasilnya pun akan bermanfaat untuk mengembangkan ilmu dan pengetahuan yang benar. Dari hasil penelitian ini menunjukkan informasi yang didapat sangat sesuai dengan kajian teori yang peneliti kemukakan, dimana terdapat hubungan kekuatan otot tungkai dengan kemampuan *shooting* pada pemain sepakbola Klub Simpatig Kecamatan Rambah Sedangkan untuk lebih jelasnya hasil dari penelitian ini peneliti paparkan sebagai berikut:

Hubungan Kekuatan Otot Tungkai dengan Kemampuan *Shooting*

(Rosita et al., 2019) mengemukakan kekuatan adalah kemampuan untuk mengeluarkan tenaga secara maksimal dalam satu usaha, kemampuan kekuatan berarti terjadinya kontraksi otot pada manusia. (Akhmady & Nur, 2022) menguraikan Faktor yang mempengaruhi kekuatan otot tungkai adalah apa bila seorang pemain sepakbola memiliki kekuatan otot tungkai yang kuat berarti ia akan semakin memiliki kesempatan untuk mencetak gol lebih baik dari pada mereka yang kurang memiliki kekuatan otot tungkai. Kekuatan otot tungkai adalah kemampuan otot tungkai kaki dalam menerima beban sewaktu bekerja, tungkai memberikan keseimbangan pada tubuh saat akan melaksanakan tembakan, juga memberikan dorongan yang kuat pada saat melakukan tembakan gol".

Peneliti melihat bahwa kekuatan otot tungkai pemain sepakbola Klub Simpatig sangat mempengaruhi kemampuan *shooting*. Karena itulah dalam penelitian ini peneliti membuat kekuatan otot tungkai sebagai variabel bebas (X_1) dalam penelitian ini, Namun Peneliti juga

⁸Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: farmadika7@gmail.com

memasukkan hasil penelitian terdahulu sebagai bahan perbandingan dari hasil penelitian peneliti, adapun hasil penelitiannya sebagai berikut: penelitian yang dilakukan oleh (Ridwan, 2019) Dengan judul " Kekuatan Otot Tungkai, Koordinasi Mata-Kaki dan Keseimbangan Berhubungan dengan Kemampuan Shooting Sepakbola. Hasil penelitian adalah terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan shooting sepakbola, terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan shooting sepakbola, terdapat hubungan yang signifikan antara keseimbangan terhadap kemampuan shooting sepakbola, terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai, koordinasi mata-kaki dan keseimbangan secara bersama-sama terhadap kemampuan shooting sepakbola pemain SMK Cendana Kota Padang Panjang

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa kekuatan otot tungkai adalah suatu usaha dalam mengeluarkan kemampuan otot tungkainya dalam menggapai tujuan. Kekuatan otot tungkai mempunyai peran penting dalam kemampuan *shooting*, karena dengan adanya kekuatan otot tungkai yang baik maka pemain tersebut akan mudah dalam melakukan *shooting* dalam menggapai tujuan.

KESIMPULAN

Berdasarkan Analisis di atas maka dapat disimpulkan hasil penelitian iniyaitu terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dengan kemampuan *shooting* pemain sepakbola Klub Simpatig Kecamatan Rambah. Dengan nilai R_{hitung} (0.520) maka $r_{xy} > R_{tabel}$ yaitu ($0.520 > 0.514$). Dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti hipotesis satu diterima. Dengan kategori sangat kuat

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

- Akhmady, A. L., & Nur, A. (2022). *Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dengan Akurasi Shooting Pada Tim Sepak Bola Sinar Patras. Babasal Sport Education Journal*, 3(2), 53–62.
- Amizi, R. M., Zainur, & AF, O. F. (2023). *Hubungan Power Otot Tungkai terhadap Keterampilan Shooting Sepakbola pada Siswa Ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Siak Hulu. Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7, 25856–25863.
- Batara., & R. (2022). *Buku Ajar Permainan Sepakbola*. Sukabina Press.
- Dodi Afriandi., Ronni Yenes., Erizal Nurmai, W. R. (2021). *Kontribusi Daya Ledak otot Tungkai, Koordinasi Mata-Kaki dan Keseimbangan Terhadap Akurasi Shoting Sepakbola. Jurnal Patriot*, 3(4).
- Hartono. (2015). *Metodeologi Penelitian*. Zanafa Publishing.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2017). *Modul 1*. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

⁸Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: farmadika7@gmail.com

- Keolahragaan, U.-U. (2022). *Peraturan Pertandingan Pencak Silat*. PB IPSI.
- Kusuma, A. G. A., Junaidi, S., & Sugiarto. (2014). Peran Kekuatan dan Power Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Shooting ke Gawang. *Journal of Sport Sciences and Fitness*, 3(2), 25–29.
- Putu Juliarta, A., Suratmin, S., & Agus Dharmadi, M. (2023). *Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata-Kaki Dengan Kemampuan Shooting Sepakbola*. *Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga Undiksha*, 12(1), 9–15.
- Ridwan, D. P. & M. (2019). *Kekuatan Otot Tungkai, Koordinasi Mata-Kaki dan Keseimbangan Berhubungan dengan Kemampuan Shooting Sepakbola*. *Patriot*, 1(2).
- Rosita, T., Hernawan, H., & Fachrezzy, F. (2019). *Pengaruh Keseimbangan, Kekuatan Otot Tungkai, dan Koordinasi terhadap Ketepatan Shooting Futsal*. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 4(2), 117–126.
- Sugiono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung. Alfabeta. Alfabeta.
- Syaputra, S., Muhammad, I., & Suyatno, S. (2021). *Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dengan Ketepatan Shooting Dalam Permainan Futsal*. *Seminar Nasional STKIP Kusuma Negara 2021*, 98–99.
- Widiastuti. (2016). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Raja Grafindo.
- Winarno. (2006). *Tes Keterampilan Olahraga*. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang

⁸Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: farmadika7@gmail.com