



IJPESS  
 Indonesian Journal of Physical Education and Sport Science  
 p-ISSN 2775-765X | e-ISSN 2776 0200  
 Volume 2, No. 1, Maret 2022 Hal. 7-16  
<http://journal.unucirebon.ac.id/index.php/ijpe>

## Hubungan Power Otot Tungkai Dengan Kemampuan Shooting Sepakbola Pemain UIR Soccer School Pekanbaru Indonesia

Sarwaki\*<sup>1</sup>, Rices Jatra<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Islam Riau

### Info Artikel:

Diterima :  
 07 Januari 2022  
 Disetujui :  
 15 Maret 2022  
 Dipublikasikan :  
 25 Maret 2022

### Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *power* otot tungkai dengan kemampuan shooting sepakbola pemain UIR Soccer School Pekanbaru. Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain SSB UIR Soccer School (USS) yang berjumlah 58 orang. Teknik pengambilan sampel adalah cluster sampling pemain usia 14-15 tahun yang berjumlah 20 orang. Instrumen yang digunakan adalah tes *standing broad jump* dan tes *Shooting* permainan sepakbola. Hasil perhitungan yang dilakukan didapatkan indek korelasi sebesar 0.472. Nilai tersebut berada pada rentang antara 0,4 - 0,70 dengan kategori korelasi Sedang. Nilai  $r_{tabel}$  pada sampel sebanyak 20 atau  $DF = 18$  orang adalah 0.444. dengan demikian nilai  $r$  hitung  $> r$  tabel atau  $0.472 > 0.444$ . nilai  $t$  hitung = 2,27 dan nilai  $t$  tabel adalah 2,10. Dengan demikian  $t$  hitung  $> t$  tabel atau  $2,27 > 2,10$ . Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *shooting* sepakbola pemain SSB UIR Soccer School Pekanbaru. Nilai  $r$  hitung = 0,472 dan nilai  $r$  tabel = 0,444. Nilai  $t$  hitung = 2,27 dan nilai  $t$  tabel = 2,10

### Kata Kunci:

Power Otot Tungkai; shooting; sepakola

### Abstract

*The purpose of this study was to determine the relationship between leg muscle power and soccer shooting ability of UIR Soccer School Pekanbaru players. This type of research is correlational research. The population in this study were SSB UIR Soccer School (USS) players, totaling 58 people. The sampling technique was cluster sampling of players aged 14-15 years, totaling 20 people. The instrument used is a standing broad jump test and a shooting test for soccer games. The results of calculations carried out obtained a correlation index of 0.472. This value is in the range between 0.4 - 0.70 with a Medium correlation category. The table value in the sample of 20 or  $DF = 18$  people is 0.444. Thus, the value of  $r$  arithmetic  $> r$  table or  $0.472 > 0.444$ . The value of  $t$  count = 2.27 and the value of  $t$  table is 2.10. Thus,  $t$  count  $> t$  table or  $2.27 > 2.10$ . The conclusion of this study is that there is a significant relationship between leg muscle explosive power and soccer shooting ability of SSB UIR Soccer School Pekanbaru players. The calculated  $r$  value = 0.472 and the table  $r$  value = 0.444. The calculated  $t$  value = 2.27 and the  $t$  table value = 2.10.*

Email:  
yonlyangusveji@student.uir.ac.id<sup>1</sup>  
ricesjatra@edu.uir.ac.id<sup>2</sup>

©2022 Authors by Universitas Nahdlatul Ulama Cirebon

## PENDAHULUAN

Olahraga mempunyai peran penting dalam kehidupan manusia. Olahraga merupakan kegiatan yang dibutuhkan oleh setiap orang, dengan berolahraga orang mendapatkan kebugaran jasmani, kebugaran pemikirannya dan berprestasi dalam pekerjaannya sehingga dapat meningkatkan produktifitas kerja (Jatra, 2017). Dalam kehidupan modern sekarang ini manusia tidak bisa dipisahkan dari kegiatan olahraga, baik untuk meningkatkan prestasi maupun kebutuhan dalam menjaga kondisi tubuh agar tetap sehat. Untuk di perkuliahan juang sangat di tuntut Dalam matakuliah ini mahasiswa selain tahu dengan teori juga diharapkan mampu melakukan gerakan teknik dasar (Jatra et al., 2020). Untuk mencapai tujuan tersebut dapat dilaksanakan melalui berbagai jalur seperti jalur Olahraga prestasi, Olahraga Tradisi maupun melalui Olahraga Pendidikan. Olahraga Prestasi merupakan olahraga yang dibina dengan tujuan berprestasi di olahraga tersebut.

Hal tersebut sejalan dengan (UU No 3 Tahun 2005, 2005) tentang sistem Keolahragaan Nasional dalam Pasal 21 Ayat 3 mengenai pembinaan olahraga: ” Pembinaan dan pengembangan keolahragaan dilaksanakan melalui tahap pengenalan olahraga, pemantauan, pemanduan, serta pengembangan bakat dan peningkatan prestasi”. Dari pasal di atas dapat dijabarkan bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga dimulai dari tahap dasar yaitu pengenalan olahraga, dilanjutkan oleh pemantauan bakat, setelah bibit didapatkan kemudian dilakukan pemanduan latihan serta pengembangan bakat. Tujuan akhir dari hal ini adalah peningkatan prestasi olahraga yang digeluti. Terdapat berbagai macam jenis olahraga yang dibina dan salah satunya adalah olahraga sepakbola yang mejadi salah olahraga yang memiliki banyak peminat di Negara ini.

Olahraga sepakbola merupakan salah satu olahraga yang sangat populer di dunia dan memiliki banyak peminat. Untuk memainkannya diperlukan penguasaan teknik dasar sepakbola. Teknik dasar sepakbola meliputi teknik dasar menggiring bola, menghentikan bola, mengoper bola, menyundul bola, dan menendang bola. Kesemua teknik dasar tersebut dikembangkan dalam permainan dan didukung oleh kondisi fisik yang baik. Perpaduan kondisi fisik, mental dan penguasaan teknik yang baik maka seseorang dapat menjadi pemain sepakbola yang handal.

Tujuan permainan sepakbola adalah untuk mencetak skor sebanyak-banyaknya kepihak lawan. Banyak cara yang dapat dilakukan untuk mencetak gol, gol dapat dicetak dengan menggunakan seluruh anggota badan kecuali tangan. Salah satu cara yang paling populer adalah dengan menggunakan tendangan. Tendangan yang dilakukan harus akurat dan keras agar penjaga gawang tidak mampu menjangkau atau menangkapnya. Dengan menguasai teknik menendang bola yang baik, didukung oleh kondisi fisik yang prima maka seorang pemain sepakbola dapat melakukan tendangan dengan akurat dan keras. (Dinata et al., 2007) menyepak atau menedang bola adalah menyepak atau menedang dengan 1 kaki dan menggunakan kekuatan, kecepatan serta ketepatan. Tujuan ini iyalah untuk membebaskan pertahanan dari serangan lawan, untuk memberi umpan atau operan dan mencetak gol.

Dari kutipan di atas dapat dijelaskan bahwa shooting ke gawang dalam permainan sepakbola tidak dilakukan sembarangan. Seorang pemain sepakbola harus melakukan shooting dengan meyakinkan. Kekuatan shooting dan akurasi shooting merupakan komponen utama yang menentukan efektif atau tidaknya shooting yang dilakukan. Shooting merupakan teknik dasar yagn harus dikuasai oleh setiap pemain. Teknik ini merupakan cara untuk menciptakan gol, karena seluru pemain mendapatkan kesempatan untuk menciptakan gol dalam memenangkan pertandingan. Menembak bola ke arah gawang merupakan salah satu tujuan dari

menendang dalam permainan sepakbola. Shooting merupakan salah satu unsur penting dalam permainan sepakbola.

Dari kutipan di atas dapat dijelaskan bahwa keterampilan shooting harus dimiliki setiap pemain sepakbola. Posisi pemain dalam permainan sebenarnya membutuhkan keterampilan khusus baik bertahan gelandang maupun menyerang. Akan tetapi salah satu faktor yang harus dimiliki adalah keterampilan shooting. Apabila memiliki peluang baik, maka pemain tersebut boleh melakukan shooting agar masuk ke gawang lawan.

Menendang bola merupakan teknik atau cara yang lazim dilakukan dalam permainan sepakbola. Teknik ini dilaksanakan dengan tujuan agar bola dapat masuk ke dalam gawang dan sulit untuk di tangkap atau ditepis oleh penjaga gawang. Untuk itu penggunaan teknik menendang bola juga harus tepat agar bola hasil tendangan dapat maksimal. Keberhasilan shooting dalam permainan sepakbola harus dilakukan dengan teknik yang benar. (Agustina, 2020) menjelaskan analisis gerak dalam shooting sepakbola sebagai berikut :

- 1) Letakkan kaki tumpu di samping bola dengan jari-jari kaki menghadap target.
- 2) Kaki ayun siap menendang dengan punggung kaki yang digunakan untuk menendang.
- 3) Perkenaan punggung kaki tepat pada bagian tengah bola, untuk menghasilkan tendangan yang kuat dan sempurna.
- 4) Tumit/ kaki dikunci atau dikuatkan.
- 5) Posisi badan agak condong, agar bola tidak mengangkat terlalu tinggi.
- 6) Kaki teruskan setelah mengenai bola.



**Gambar 1. Shooting Sepakbola**

Dari kutipan di atas dapat dijelaskan bahwa secara garis besar teknik dasar shooting dalam permainan sepakbola hampir sama. Tujuan melakukan shooting adalah menendang bola ke arah gawang untuk mencetak gol. Rangkaian teknik ini menentukan baik atau tidaknya hasil bola hasil shooting yang dilakukan, oleh karena itu semakin baik teknik dasar shooting maka bola hasil shooting akan semakin baik pula. (Luxbacher, 2013) menjelaskan shooting atau yang lebih dikenal dengan tembakan ke gawang merupakan suatu usaha untuk memasukkan bola ke gawang dengan menggunakan kaki atau bagian kaki. Terdapat beberapa jenis shooting dalam permainan sepakbola, untuk lebih jelasnya sebagai berikut : 1) Menyepak Dengan Kaki Bagian Dalam (*Instep Drive*). 2) Menyepak Dengan Kaki Bagian Luar. 3) Tendangan *Full volle*. 4)

Tendangan *Half volley* 5) Tembakan *Side volley* 6) Tembakan *Swerving*.

Akurasi dalam tendangan di permainan sepakbola sangat penting. Hal ini dikarenakan kemampuan menendang dengan akurat akan membuat peluang mencetak gol semakin besar. Akurasi adalah kemampuan seseorang dalam melakukan sesuatu dengan teliti, tepat, cermat, seksama dan akurat. (Nugraha, 2012) memberikan beberapa tips agar shooting yang dilakukan pemain dapat masuk ke gawang dan sulit untuk ditepis atau tangkap oleh kiper. Berikut selengkapnya :

- 1) Semakin jauh pemain berada di sisi gawang, akan semakin mudah kiper untuk memperkirakan sudut tendangan; dari mana bola akan tertuju ke arahnya. Menempak langsung ke depan adalah yang terbaik, karena kalian bisa mengambil pada bagian manapun dari gawang.
- 2) Berlari cepat dan menembak secepat mungkin karena ini tidak akan memberikan waktu yang cukup bagi kiper untuk menerka sudut tendangan pemain.
- 3) Jangan coba menendang bola terlalu keras. Tindakan ini dilakukan jika bola benar benar aman, dan harus diingat, akurasi atau ketepatan adalah paling penting.
- 4) Jika kalian tidak melihat bola bagian daribelakang tidak akan terjaga, arahkan bola dengan pelan dan dekat dengan kaki kiper. Hal ini akan membuatnya tidak bisa menggerakkan tangannya ke bola dengan mudah dan bahkan jika mengarahkan satu kaki atau betisnya ke bola maka tetap tidak bisa menepis bola dengan baik.
- 5) Arahkan shooting secara diagonal jika mampu, ini disebut dengan tembakan "melewati kiper", dan kiper menjadi lebih sulit untuk menangkap bola.
- 6) Jika tidak bisa melakukan shooting, maka tidak ada kesempatan untuk mencetak gol. Satu hal yang perlu diingat adalah tidak akan bisa selalu mengarahkan bola ke gawang lawan setiap saat. Artinya sering-seringlah melakukan shooting agar peluang mencetak gol lebih besar.

Dari beberapa teori di atas dapat dijelaskan bahwa kemampuan menendang bola dalam permainan sepakbola membutuhkan kekuatan, daya tahan tubuh, kelentukan dan yang paling penting untuk menghasilkan tendangan yang akurat adalah tingkat koordinasi mata dan kaki. Semakin tinggi tingkat koordinasi mata - kaki maka akan semakin akurat pula tendangan yang dilakukan.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi. (Suharisimi, 2013) menjelaskan korelasi ganda adalah korelasi yang digunakan untuk menggambarkan dan menentukan hubungan antara 2 variabel atau lebih. Penelitian ini menggunakan 2 variabel yaitu variabel X = *power* otot tungkai dan variabel Y = *shooting* sepakbola. Populasi adalah keseluruhan subjek dalam penelitian, Populasi penelitian ini adalah siswa UIR *Soccer School* yang berjumlah 58 orang meliputi seluruh kelompok umur. Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik cluster sampling atau sampel kelompok (Suharisimi, 2013). *Cluster* sampling adalah menentukan sampel berdasarkan kelompok dan harus dipertimbangkannya dengan baik ciri-ciri sampel yang ada. Jadi sampel dalam proposal penelitian ini adalah siswa USS yang berusia 14-15 tahun yang berjumlah 20 orang.

Beberapa instrumen yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Tes *Power* Tungkai/ Daya Ledak Otot Tungkai (*Standing Broad Jump*) (Arsil, 2010)

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

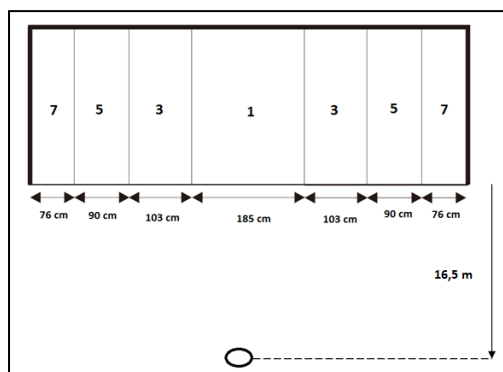
- 1) Alat :
  - a) Tempat yang rata dan lunak.
  - b) Meteran

- 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, 2010)

- 2. 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) Stop watch
    - (3) Gawang
    - (4) Nomor
    - (5) Tali
  - 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 *stopwatch* 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 Tes *Shooting* Bola Ke Sasaran (Nurhasan, 2007)

Analisis data yang dilakukan pada penelitian ini yaitu analisis korelasi sederhana adapun rumus yang digunakan sebagai berikut,

1. Mencari hubungan *power* otot lengan ( X ) terhadap *shooting* ( Y )

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

$r_{x2y}$  = koefisien korelasi antara variabel x dengan variabel y

$\sum X_2$  = Jumlah data x

$\sum Y$  = Jumlah data y

$\sum X_2^2$  = Jumlah data kuadrat x

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

n = Jumlah data (sampel)

r = korelasional

Tabel 1. Interpretasi Nilai r

Besarnya nilai r	Interprestasi
Antara 0,800 sampai dengan 1,00	Tinggi
Antara 0,600 sampai dengan 0,800	Cukup
Antara 0,400 sampai dengan 0,600	Agak rendah
Antara 0,200 sampai dengan 0,400	Rendah
Antara 0,000 sampai dengan 0,200	Sangat rendah (tak berkorelasi)

(Arikunto, 2006)

2. Uji T

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

Ket : r = indeks korelasi product moment

n = jumlah sampel

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan untuk mencari hubungan antara variabel X ( *power* otot tungkai) dengan variabel Y (kemampuan *shooting* permainan sepakbola). Guna mendapatkan data yang dibutuhkan, peneliti melakukan 2 jenis tes. Tes pertama adalah *standing broad jump* untuk mengetahui *power* otot kaki. Sedangkan tes ke dua yaitu tes kemampuan *shooting* permainan sepakbola dengan tes *shooting* bola ke sasaran. Peneliti melakukan tes dengan melibatkan

seluruh pemain UIR Soccer School Pekanbaru yang berjumlah 28 orang akan tetapi dalam pengambilan data hanya 15 orang saja yang dapat dikumpulkan. Data hasil penelitian peneliti jabarkan sebagai berikut :

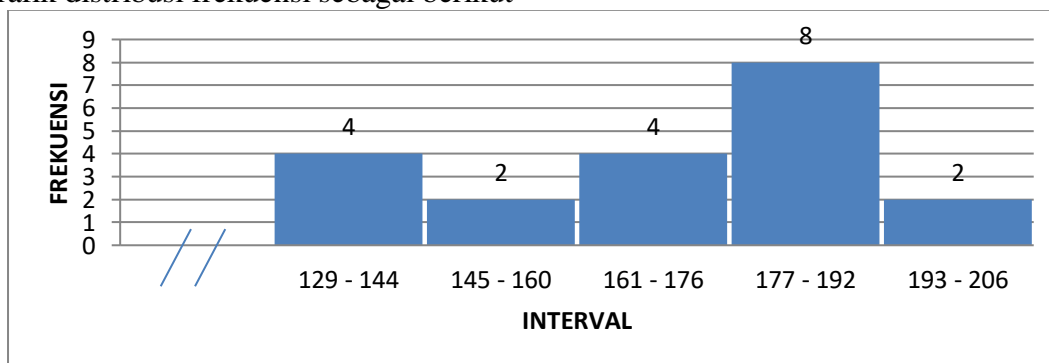
1) Data Tes *Power* Otot Tungkai Pemain UIR Soccer School Pekanbaru.

Hasil pengukuran *standing broad jump* didapatkan hasil tes terjauh berjumlah 206 cm sedangkan paling dekat adalah 129 cm. Selain itu didapatkan nilai *mean* sebesar 171,48, nilai *median* adalah 180, nilai *modus* 180 cm sedangkan *standar deviasinya* adalah 23,06. Frekuensi pemain dengan jarak *standing broad jump* antara 129 - 144 cm berjumlah 4 orang pemain atau 20,0% dari keseluruhan sampel. Frekuensi pemain dengan jarak *standing broad jump* antara 145 - 160 cm berjumlah 2 orang pemain atau 10,0% dari keseluruhan sampel. Frekuensi pemain dengan jarak *standing broad jump* antara 161 - 176 cm berjumlah 4 orang pemain atau 20,0% dari keseluruhan sampel. Frekuensi pemain dengan jarak *standing broad jump* antara 177 - 192 cm berjumlah 8 orang pemain atau 40,0% dari keseluruhan sampel. Frekuensi pemain dengan jarak *standing broad jump* antara 193 - 206 cm berjumlah 2 orang pemain atau 10,0% dari keseluruhan sampel. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 2. Tabel Distribusi Frekuensi Data Tes *Power* Otot Tungkai Pemain UIR Soccer School Pekanbaru

No	Interval	Frekuensi	Presentase
1	129 – 144	4	20,0%
2	145 – 160	2	10,0%
3	161 – 176	4	20,0%
4	177 – 192	8	40,0%
5	193 – 206	2	10,0%
		20	100%

Data olahan penelitian 2021 Data pada tabel di atas juga digambarkan dalam bentuk grafik distribusi frekuensi sebagai berikut



Grafik 4. Histogram Tabel Distribusi Frekuensi Data Tes *Power* Otot Tungkai Pemain UIR Soccer School Pekanbaru

2) Data Tes Kemampuan *Shooting* Permainan Sepakbola Pemain UIR Soccer School Pekanbaru.

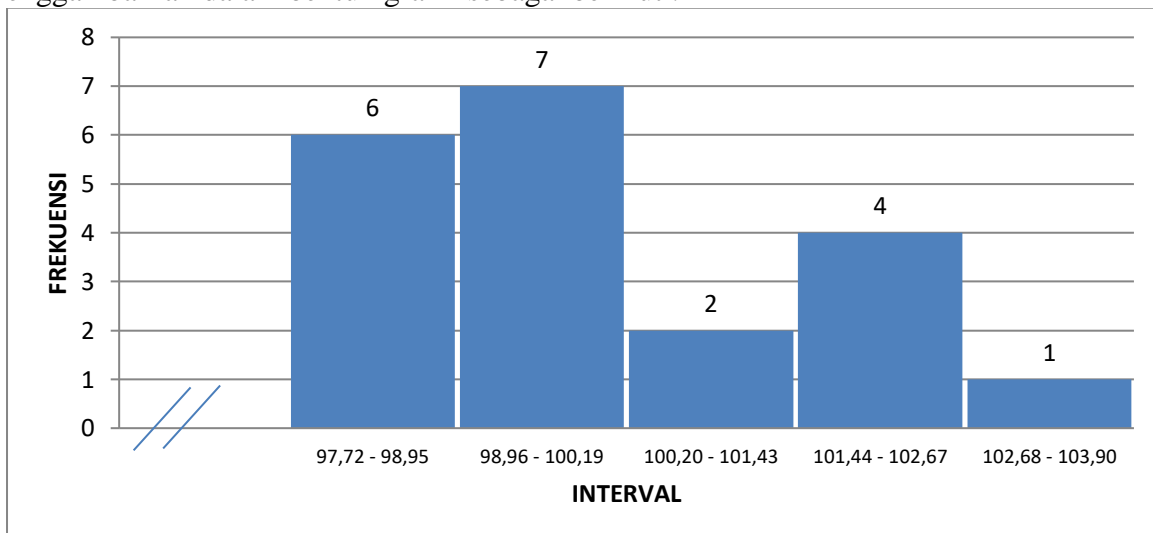
Dari hasil pengolahan data didapatkan nilai Tskor tertinggi adalah 103,9 dan yang paling rendah adalah 97,72 Selain itu didapat juga nilai *mean* sebesar 100, nilai *median* sebesar 99,49, nilai *modus* 100,60 dan standar deviasi sebesar 1,57. Frekuensi pemain dengan skor *shooting* bola antara 97,72 - 98,95 berjumlah 6 orang pemain atau 30,0% dari keseluruhan sampel. Frekuensi pemain dengan skor *shooting* bola antara 98,96 - 100,19 berjumlah 7 orang pemain atau 35,0% dari keseluruhan sampel. Frekuensi pemain dengan skor *shooting* bola antara 100,20 - 101,43 berjumlah 2 orang pemain atau 10,0% dari

keseluruhan sampel. Frekuensi pemain dengan skor *shooting* bola antara 101,44 - 102,67 berjumlah 4 orang pemain atau 20,0% dari keseluruhan sampel. Frekuensi pemain dengan skor *shooting* bola antara 102,68 - 103,90 berjumlah 1 orang pemain atau 5,0% dari keseluruhan sampel. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 3. Tabel Distribusi Frekuensi Data Tes Kemampuan *Shooting* Permainan Sepakbola Pemain UIR Soccer School Pekanbaru

No	Interval	Frekuensi	Presentase
1	97,72 – 98,95	6	30, 0%
2	98,96 – 100,19	7	35,05%
3	100,20 – 101,43	2	10,0%
4	101,44 – 102,67	4	20,0%
5	102,68 – 103,90	1	5,0%
		20	100%

Data olahan penelitian 2021, Guna lebih memperjelas pemahaman pada tabel 3, peneliti juga menggambarkan dalam bentuk grafik sebagai berikut :



Grafik 2. Histogram Distribusi Frekuensi Data Tes Kemampuan *Shooting* Permainan Sepakbola Pemain UIR Soccer School Pekanbaru

**a. Analisa Data**

Untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan *power* otot tungkai dengan kemampuan *shooting* permainan sepakbola peneliti menggunakan rumus korelasi *product moment*. Adapun data hasil perhitungan dapat dilihat pada tabel rekapitulasi berikut ini :

Tabel 3. Rekapitulasi Perhitungan Korelasi *Product Moment*

No	Variable	n	r hitung	r tabel	T hitung	T tabel
1	Power otot tungkai	20	0,472	0,444	2,27	2,1
2	Shooting sepakbola					
Kesimpulan		Terdapat hubungan yang signifikan power otot tungkai terhadap kemampuan shooting sepakbola				



Rumus ini digunakan untuk mencari hubungan 2 variabel yang berbeda. Hasil perhitungan yang dilakukan didapatkan indeks korelasi sebesar 0.472. Nilai tersebut berada pada rentang antara 0,4 - 0,70 dengan kategori korelasi Sedang. Cukup artinya *power* otot tungkai memberikan hubungan yang cukup besar terhadap kemampuan *shooting* dalam permainan sepakbola.

Langkah selanjutnya adalah membandingkan nilai tersebut dengan  $r_{tabel}$ . Nilai  $r_{hitung}$  harus lebih besar dari nilai  $r_{tabel}$ . Nilai  $r_{tabel}$  pada sampel sebanyak 15 atau  $DF = 13$  orang adalah 0.472. dengan demikian hasil perbandingan didapatkan  $0.472 > 0.472$ . karena nilai  $r_{hitung}$  lebih besar dari nilai  $r_{tabel}$  maka hubungan antara variabel X (*power* otot tungkai) terhadap variabel Y (*shooting* sepakbola) signifikan.

Untuk melihat lebih jelas signifikan atau tidaknya hubungan *power* otot tungkai digunakan rumus uji T. hasil perhitungan uji t didapatkan bahwa nilai t hitung = 2,27. Sedangkan nilai t tabel pada  $df = 13$  adalah 2,10. Berdasarkan hasil perbandingan didapatkan nilai t hitung  $>$  dari t tabel atau  $2,27 > 2,10$  artinya hubungan antara *power* otot tungkai dengan kemampuan *shooting* permainan sepakbola merupakan hubungan yang signifikan

## b. Pembahasan

Berdasarkan analisa data yang telah dijabarkan didapatkan nilai r hitung sebesar 0,472. Nilai tersebut berada pada rentang 0,4– 0,6 dengan kategori sedang. Artinya variabel X memberikan hubungan yang rendah terhadap variabel Y. Hal ini dapat juga disebutkan bahwa kontribusi antara variabel X (*power* otot tungkai) terhadap variabel Y (*shooting* permainan sepakbola) tidak signifikan atau nyata.

Berdasarkan interpretasi data dan analisis data yang telah dilakukan didapatkan bahwa *power* otot tungkai memiliki hubungan yang signifikan terhadap kemampuan *shooting* permainan sepakbola pemain UIR Soccer School Pekanbaru. Hal ini cukup beralasan karena untuk melakukan *shooting* dalam permainan sepakbola cukup ditentukan oleh kerasnya tendangan akan tetapi kemampuan menempatkan bola agar akurat arahnya. Masih banyak terdapat faktor lain yang mempengaruhi keberhasilan *shooting* permainan sepakbola selain *power* otot tungkai.

Selain *power* otot tungkai yang terbukti memiliki hubungan yang signifikan terhadap kemampuan *shooting*, juga terdapat faktor lain yang tidak kalah penting dalam menentukan baik atau tidaknya kemampuan *shooting* sepakbola. Faktor lain yang mempengaruhi kemampuan *shooting* permainan sepakbola antara lain koordinasi mata dan kaki, kekuatan otot tungkai, keseimbangan dan lain sebagainya. Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya oleh (Putra et al., 2014) dimana salah satu kesimpulan penelitiannya menyatakan ada hubungan yang signifikan antara *power* otot tungkai dengan hasil Kemampuan *shooting* futsal pada pemain SMA Negeri 6 Kota Bengkulu.

Penelitian yang lain juga mendukung hasil penelitian ini. Penelitian yang dilakukan oleh (Cahyono & Sin, 2018) menyatakan *power* otot tungkai berhubungan terhadap kemampuan akurasi *shooting* pemain Sekolah Sepak bola Padang Canduah Kinali Kab. Pasaman Barat, dengan hasil t hitung  $2,467 > t_{tabel} 1,7011$ . Didapat besaran hubungan sebesar 17,97%.

Sementara itu penelitian yang dilakukan oleh (Afrinaldi et al., 2021) Kontribusi *power* otot tungkai dengan akurasi *shooting* sepakbola dan berdasarkan perhitungan koefisien korelasi sederhana di peroleh perhitungan determinan di peroleh hasil 34,465% dari hasil tersebut dinyatakan variabel X1 terdapat hubungan yang signifikan dan memberikan hubungan yang cukup besar terhadap variabel Y. Perhitungan korelasi *Power* otot tungkai (X1) dengan kurasi *Shooting* (Y) menggunakan rumus product

moment. Kriteria pengujian jika  $r_{hitung} = 0.582 > r_{tabel} = 0.361$  maka terdapat hubungan signifikan antara *power* otot tungkai dengan akurasi *shooting*. Dari hasil perhitungan korelasi, distribusi *t power* otot tungkai dengan akurasi *shooting* di peroleh  $t_{hitung} = 3,79$  sedangkan  $t_{tabel} = 1.701$ .

## KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat ditarik dari hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *shooting* sepakbola pemain SSB UIR Soccer School Pekanbaru. Nilai  $r_{hitung} = 0,472$  dan nilai  $r_{tabel} = 0,444$ . Nilai  $t_{hitung} = 2,27$  dan nilai  $t_{tabel} = 2,10$ .

## UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kepada orang/lembaga yang membantu melakukan penelitian atau yang mendanai.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afrinaldi, D., Yenes, R., Nurmai, E., & Rasyid, W. (2021). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai, Koordinasi Mata-Kaki dan Keseimbangan terhadap Akurasi Shooting Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 3(4). <https://doi.org/10.24036/patriot.v3i4.751>
- Agustina, R. (2020). *Buku Jago Sepakbola Untuk Pemula*. Oscar Raya.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian dan Pendekatan Suatu Praktek*. PT Rineka Cipta.
- Arsil. (2010). *Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Malang: Sukabina.
- Cahyono, S., & Sin, T. H. (2018). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Akurasi Shooting Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 299–305.
- Dinata, M., Adam, U., & Wijaya, T. (2007). *Dasar-dasar Mengajar Sepakbola*. Penerbit Cerdas Jaya.
- Jatra, R. (2017). PENGARUH METODE LATIHAN INTERVAL EKSTENSIF DAN FARTLEK WASIT SEPAKBOLA KOTA PADANG. *Journal Sport Area*, 2(1), 79–87. [https://doi.org/https://doi.org/10.25299/sportarea.2017.vol2\(1\).594](https://doi.org/https://doi.org/10.25299/sportarea.2017.vol2(1).594)
- Jatra, R., Risma, N., & Saputra, Y. (2020). Kemampuan Groundtrok UKM Tenis Lapangan. *Jurnal MensSana*. <https://doi.org/10.24036/jm.v5i1.129>
- Luxbacher, J. A. (2013). *Soccer: Steps to success*. Human Kinetics.
- Nugraha, A. C. (2012). *Mahir Sepakbola*. Nuansa Cendekia.
- Nurhasan, C. (2007). Tes dan pengukuran. *Bandung: FPOK UPI Bandung*.
- Putra, S. S., Insanisty, B., & Sugihartono, T. (2014). *Kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan shooting futsal pemain SMA 6 Kota Bengkulu*. Universitas Bengkulu.
- Suharisimi, A. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta).
- UU No 3 Tahun 2005. (2005). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional Dengan. *Presiden RI*, 1, 1–53.