

Nama Mahasiswa : Ariansyah
Pembimbing 1 : Kodrad Budiyo, S.Pd, M.Or
Pembimbing 2 : Eriek Satya Haprabu, S.Pd, M.Or
Email : ari24434@gmail.com

ABSTRAK

Ariansyah. **HUBUNGAN ANTARA POWER OTOT TUNGKAI DAN KESEIMBANGAN DINAMIS DAN PERSEPSI KINESTETIK DENGAN KEMAMPUAN SHOOTING DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA PEMAIN PUTRA USIA 9 –10 KLUB SSB TUNAS MUDA PEJAGOAN KEBUMEN TAHUN 2019.** Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, 5 November 2019.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) Hubungan antara Power Otot Tungkai Dengan Kemampuan Shooting Sepakbola Dalam Permainan Sepakbola Pada Pemain Putra Usia 9 – 10 Klub SSB Tunas Muda Pejagoan Kebumen Tahun 2019. (2) Hubungan antara Keseimbangan Dinamis Dengan Kemampuan Shooting Dalam Permainan Sepakbolaboka Pada Pemain Putra Usia 9 – 10 Klub SSB Tunas Muda Pejagoan Kebumen Tahun 2019. (3) Hubungan antara Persepsi Kinestetik Dengan Kemampuan Shooting Dalam Permainan Sepakbola Pada Pemain Putra Usia 9 – 10 Klub SSB Tunas Muda Pejagoan Kebumen Tahun 2019. (4) Hubungan antara Power Otot Tungkai Dan Keseimbangan Dinamis Dan Persepsi Kinestetik Dengan Kemampuan Shooting Dalam Permainan Sepakbola Pada Pemain Putra Usia 9 – 10 Klub SSB Tunas Muda Pejagoan Kebumen Tahun 2019.

Penelitian ini dilaksanakan di SSB Tunas Muda Pejagoan Kebumen dan penelitian ini dilaksanakan pada bulan november tahun 2021. Dalam penelitian ini variabel bebas disebut juga sebagai prediktor dan variabel terikat yang disebut juga sebagai kriterium. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik tes dan pengukuran. Adapun jenis tes yang digunakan adalah: (1) Tes dan pengukuran power otot tungkai dengan *Standing Broad or Long Jump* (Ismaryati : 2007, 60-62). (2) Tes keseimbangan dinamis (Modifikasi *Bass Test* Ismaryati, 2008: 51-53). (3) Untuk data persepsi kinestetik di ukur dengan menggunakan *Horizontal Linear Space Test* (Barry L. Johnson & Jack K. Nelson, 1986:441). (4) Tes kemampuan shooting (plooyer, 1970 : 152-157).Petunjuk pelaksanaan masing-masing tes terlampir.

Berdasarkan analisis data dan pengujian hipotesis yang telah dilakukan, maka simpulan yang dapat diperoleh adalah: (1) Ada hubungan yang signifikan antara Power otot tungkai dengan Kemampuan shooting , $r_{hitung} = 0.452 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (2) Ada hubungan yang signifikan antara Keseimbangan dinamis dengan Kemampuan shooting , $r_{hitung} = 0.382 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (3) Ada hubungan yang signifikan antara Persepsi kinestetik dengan Kemampuan shooting termasuk data inversi karena lebih kecil dari r tabel, $r_{hitung} = -0.440$ (data inversi) $< r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (4) Ada hubungan yang signifikan antara Power otot tungkai , Keseimbangan dinamis dan Persepsi kinestetik dengan Kemampuan shooting , $R^2_{y(123)}$ sebesar 0,456 $> r_{tabel\ 5\%}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar 0.361 dan F_0 sebesar 7.2773 $> f_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar 2,89.

Kata Kunci : Skripsi, Sepakbola, Power, Kinestetik, Shooting

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sepakbola merupakan olahraga permainan yang cukup populer dan digemari hampir seluruh lapisan masyarakat di dunia. Banyak kejuaraan yang telah diselenggarakan diberbagai *event* dunia seperti Piala Champion, Piala Dunia, Piala Eropa dan lain sebagainya. Dari *event-event* sepakbola tersebut mampu menghipnotis semua masyarakat di dunia untuk menyaksikan pertandingan sepakbola tersebut. Sebagai langkah awal dalam latihan sepakbola dilatih teknik dasar bermain sepakbola.

Kemampuan seorang pemain sepakbola menguasai teknik dasar bermain sepakbola dapat mendukung penampilannya dalam bermain sepakbola baik secara individu maupun secara kolektif (tim). Teknik dasar bermain sepakbola yang harus dikuasai setiap pemain sepakbola di antaranya: menendang bola, menyundul bola, menggiring bola, mengontrol bola, *tackling*, melempar bola dan gerak tipu dengan bola. Maraknya Lembaga Pendidikan sepakbola (LPSB) di berbagai daerah merupakan wahana untuk membina dan melatih anak-anak usia muda yang memiliki bakat bermain sepakbola. Pembinaan dan pelatihan yang dilakukan sejak usia muda merupakan usaha untuk mencetak pemain-pemain sepakbola yang terampil dan diharapkan ke depannya menjadi pemain sepakbola yang profesional dan mampu berprestasi.

Menendang bola merupakan salah satu teknik dasar bermain sepakbola yang sering dilakukan dalam permainan sepakbola dibandingkan dengan teknik dasar lainnya. Teknik dasar menendang bola memiliki kontribusi yang besar dalam permainan sepakbola, karena teknik dasar menendang bola memiliki fungsi di antaranya: untuk memberikan operan (*passing*), menembak (*shooting*) bola ke gawang, membersihkan (*clearing*) dan tendangan-tendangan khusus. Dari fungsi teknik dasar menendang bola tersebut, tentunya setiap tendangan yang dilakukan seorang pemain sepakbola memiliki maksud dan tujuan yang berbeda-beda menurut situasi dan kondisi dalam permainan. Sebagai contoh menendang bola di daerah pertahanan biasanya sebagai umpan atau membersihkan (menyelamatkan gawang) dari serangan lawan, menendang bola di daerah pertahanan lawan sebagai umpan atau melakukan *shooting* ke gawang lawan.

Beberapa teknik dasar dalam permainan sepak bola meliputi: dribbling, shooting, passing, heading, tackling, interception, dan marking (Asepta Y.P., (2008: 16-17). Karena sampel atau subyek penelitiannya dikategorikan pemain pemula, maka yang akan diteliti adalah teknik dasar yang memegang peranan yang penting dalam permainan sepak bola yaitu teknik shooting atau menendang bola ke gawang. Shooting adalah teknik dikuasai oleh pemain dalam permainan sepak bola, karena untuk dapat menyerang regu lawan dan akhirnya diharapkan dapat memenangkan suatu pertandingan sepak bola, para pemain harus mempergunakan teknik menendang bola ke

gawang lawan dan teknik ini juga berperan penting jika mendapat hadiah pinalti atau terjadi adu pinalti karena terjadi skor imbang pada batas waktu yang telah ditetapkan.

Menurut Suharno H.P., (1995: 20) unsur-unsur kondisi fisik yang mendukung kemampuan teknik ketepatan olahraga adalah: kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelincahan, kelentukan, daya ledak, koordinasi, ketepatan, dan stamina. Sedang menurut Sugiyanto (1994: 4) mengutip pendapat Anita J. Harrow yang membagi 6 klasifikasi gerakan tubuh yaitu: gerak refleks, gerak dasar manusia, kemampuan perseptual, kemampuan fisik, gerak ketepatan, dan komunikasi non diskursif.

Persiapan kondisi fisik secara umum berlaku untuk semua cabang olahraga, yang bertujuan untuk meningkatkan kapasitas organ-organ tubuh. Semakin tinggi kualitas kerja sistem kerja tubuh seseorang, akan semakin mudah untuk meningkatkan tuntutan-tuntutan kerja fisik dan tuntutan psikologis dalam latihan. Dengan demikian apabila semakin tinggi kualitas persiapan kondisi fisik umum, maka semakin tinggi pula kemungkinan prestasi olahraga yang dicapai. Menurut Harsono (1993: 1), menyatakan bahwa kalau kondisi fisik baik, maka akan ada :

- a. Peningkatan dalam kemampuan sistem sirkulasi dan kerja jantung.
- b. Peningkatan dalam kekuatan, kelentukan, stamina, kelentukan dan lain-lain kondisi fisik.
- c. Ekonomi gerak yang lebih baik pada waktu latihan.
- d. Ekonomi gerak yang lebih cepat dalam organ-organ tubuh setelah latihan.
- e. Respon cepat dari organisme tubuh kita apabila sewaktu-waktu respon demikian diperlukan.

Bila faktor-faktor tersebut tidak atau kurang tercapai setelah suatu masa latihan kondisi fisik tertentu, berarti perencanaan dan sistematik yang dilakukan dalam latihan kurang sempurna. Sebab kesuksesan dalam olahraga sering menuntut ketrampilan yang sempurna dalam situasi stres fisik yang tinggi. Maka semakin jelas bahwa kondisi fisik memegang peranan yang sangat penting didalam meningkatkan prestasi pemain. Dengan demikian dapat dikatakan sebelum pemain diterjunkan kedalam gelanggang pertandingan atau mengikuti pertandingan, pemain harus berada dalam kondisi fisik dan tingkatan fitness yang baik untuk menghadapi intensitas kerja dan segala macam stres yang bakal dihadapinya dalam suatu pertandingan. Tanpa persiapan kondisi fisik yang seksama dan dalam tingkatan yang baik, pemain sebaiknya jangan mengikuti suatu pertandingan.

Peningkatan kondisi fisik bertujuan agar kemampuan fisik seorang pemain meningkat dan berguna untuk melakukan aktifitas dalam menampilkan ketrampilan yang optimal. Pembinaan kondisi fisik, teknik, taktik dan mental merupakan sasaran secara menyeluruh, dimana tidak boleh ada salah satu aspek yang dapat ditinggalkan dalam program latihan. Latihan teknik dan taktik bermain sepakbola tidak dapat mungkin diterapkan dengan sempurna apabila tanpa ditunjang dengan kondisi fisik yang baik dari masing-masing pemain. Menurut para pelatih yang sudah berpengalaman program pengembangan yang bersifat menyeluruh, merupakan dasar yang kuat untuk spesialisasi suatu cabang olahraga. Pengembangan kondisi fisik umum sangat diperlukan

untuk pengembangan kondisi fisik khusus dan untuk mencapai perkembangan teknik yang sangat khusus.

Dalam hal ini peneliti akan memfokuskan penelitian pada unsur kondisi fisik yaitu unsur kekuatan, dan kelentukan serta klasifikasi gerakan tubuh kemampuan sepakbola yang masih dibagi menjadi lima macam yaitu: perbedaan rasa gerak (kinestetik), perbedaan penglihat (visual), perbedaan pendengar (auditori), perbedaan peraba (taktil), dan kemampuan koordinasi. Peneliti mengambil perbedaan rasa gerak (kinestetik) untuk melengkapi kemampuan kondisi fisik di atas.

Berdasarkan pengamatan peneliti, teknik ketepatan shooting dapat dilakukan dengan baik, apabila para pemain mempunyai bekal kekuatan otot tungkai yang baik. Oleh karena di dalam melakukan teknik *shooting* dalam permainan sepak bola, pemain harus menendang bola ke sasaran dengan kuat, agar dalam beraksi tersebut dapat berhasil dengan baik maka para pemain yang mau melakukan teknik tersebut harus menggunakan anggota tubuhnya dengan kelentukan yang baik terutama untuk melakukan gerak tipu. Dalam pelaksanaan tersebut, para pemain juga harus memperhatikan keras lunaknya bola, tebal tipisnya rumput, sehingga membantu pemain dalam menentukan putusan arah shooting, dalam hal ini perbedaan rasa gerak atau koordinasi mata kaki dituntut lebih dominan.

Dengan mendasarkan pada paparan di atas, maka penelitian ini akan dan lebih difokuskan pada keterkaitan atau “Hubungan Antara Power Otot Tungkai Dan Keseimbangan Dinamis Dan Persepsi Kinestetik Dengan Kemampuan Shooting Sepakbola Pada Pemain Putra Usia 9 – 10 Klub SSB Tunas Muda Pejagoan Kebumen Tahun 2019”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah di kemukakan, masalah-masalahnya dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Permainan sepak bola.
2. Para Pemain Putra Usia 9 – 10 Klub SSB Tunas Muda Pejagoan Kebumen Tahun 2019 sudah terampil dalam bermain sepak bola khususnya ketepatan teknik *shooting* atau menembak bola ke gawang.
3. Teknik kemampuan bermain sepak bola adalah *dribbling*, *shooting*, *passing*, *heading*, *tackling*, *interception*, dan *marking*.
4. Teknik kemampuan *shooting* merupakan teknik dasar yang berperan penting dalam suatu permainan sepak bola tingkat pemula, sebab untuk bisa menjebol gawang lawan salah satunya harus menggunakan teknik *shooting* yang baik.
5. Power otot tungkai dan keseimbangan dinamis merupakan unsur kondisi fisik pendukung suksesnya melakukan teknik *shooting* dengan baik.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah, maka permasalahan dapat dibatasi sebagai berikut:

1. Power otot tungkai ,keseimbangan dinamis dan Persepsi Kinestetik
2. Teknik shooting dalam permainan sepak bola
3. Pemain Putra Usia 9 – 10 Klub SSB Tunas Muda Pejagoan Kebumen Tahun 2019

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan perbatasan masalah yang telah dikemukakan, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Adakah hubungan antara power otot tungkai dengan kemampuan shooting pada Pada Pemain Putra Usia 9 – 10 Klub SSB Tunas Muda Pejagoan Kebumen Tahun 2019?
2. Adakah hubungan antara keseimbangan dinamis dengan kemampuan shooting pada Pada Pemain Putra Usia 9 – 10 Klub SSB Tunas Muda Pejagoan Kebumen Tahun 2019?
3. Adakah hubungan antara Persepsi Kinestetik dengan kemampuan shooting pada Pada Pemain Putra Usia 9 – 10 Klub SSB Tunas Muda Pejagoan Kebumen Tahun 2019?
4. Adakah hubungan antara power otot tungkai ,keseimbangan dinamis dan Persepsi Kinestetik dengan kemampuan shooting Pada Pemain Putra Usia 9 – 10 Klub SSB Tunas Muda Pejagoan Kebumen Tahun 2019?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Hubungan antara power otot tungkai dengan kemampuan shooting pada Pada Pemain Putra Usia 9 – 10 Klub SSB Tunas Muda Pejagoan Kebumen Tahun 2019.
2. Hubungan antara keseimbangan dinamis dengan kemampuan shooting pada Pada Pemain Putra Usia 9 – 10 Klub SSB Tunas Muda Pejagoan Kebumen Tahun 2019.
3. Hubungan antara Persepsi Kinestetik dengan kemampuan shooting pada Pada Pemain Putra Usia 9 – 10 Klub SSB Tunas Muda Pejagoan Kebumen Tahun 2019.
4. Hubungan antara power otot tungkai dan keseimbangan dinamis dengan ketepatan shooting pada Pada Pemain Putra Usia 9 – 10 Klub SSB Tunas Muda Pejagoan Kebumen Tahun 2019.

F. Kegunaan Penelitian

Kegunaan dari penelitian ini adalah:

1. Menambah wawasan pengetahuan kepada guru, pelatih olahraga dan pembina olahraga mengenai pentingnya penggunaan metode pendekatan gerak kemampuan shooting pada pemain dapat dioptimalkan sesuai dengan minat, bakat dan kemampuan para pemain, sehingga di kemudian hari akan muncul atlet sepak bola tangguh.
2. Memberi motivasi kepada rekan-rekan guru dan atau pelatih olahraga untuk giat melaksanakan penelitian dan memberikan motivasi kepada para pemain lain, agar tertarik dengan permainan sepak bola.

METODE PENELITIAN

A. Tempat Dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di lapangan Sepakbola Klub SSB Tunas Muda Pejagoan Kebumen.

2. Waktu Penelitian

Pengambilan data penelitian ini dilakukan dua kali tes, adapun tanggal pelaksanaannya November 2019.

B. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah metode *deskriptif* dengan pendekatan studi *korelasional*, yaitu mencari gambaran hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Suharsimi Arikunto (1998: 201) menyatakan bahwa, "Penelitian korelasi bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan dan apabila ada, berapa eratnya hubungan serta berarti atau tidaknya hubungan itu, serta digunakan untuk membandingkan hasil pengukuran dua variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel ini." Studi *korelasional* digunakan untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya. Dalam hipotesis dinyatakan bahwa ada hubungan antara satu variabel dengan variabel lain, maka prosedur *korelasional* dapat digunakan untuk menguji hipotesis tersebut. Sugiyanto (1993: 57) menyatakan bahwa:

Studi korelasional pada dasarnya merupakan penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara variabel-variabel. Melalui studi korelasional dapat diketahui apakah suatu variabel itu berasosiasi dengan variabel yang lain. Hubungan antara

variabel-variabel ditentukan dengan menggunakan suatu koefisien korelasi yang dihitung melalui teknik-teknik analisis statistik.

Tujuan penggunaan studi korelasional pada penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Yaitu ada tidaknya hubungan antara power otot tungkai, keseimbangan dinamis dan persepsi kinestetik dengan kemampuan *shooting* sepak bola. Untuk gambaran pelaksanaan penelitian, peneliti membuat desain penelitian sendiri sebagai berikut :

Keterangan :

X1 = kekuatan otot tungkai

X2= keseimbangan dinamis

X3= persepsi kinestetik

Y = Kemampuan *Shooting* Sepak bola

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Menurut Sutrisno Hadi (1981: 220), populasi adalah seluruh penduduk yang dimaksudkan untuk diselidiki. Populasi dibatasi sebagai jumlah penduduk atau individu yang paling sedikit mempunyai sifat yang sama. Dalam penelitian ini, populasi penelitiannya adalah Pemain Putra Usia 9 – 10 Klub SSB Tunas Muda Pejagoan Kebumen Tahun 2019. Sifat kehomogenitasan populasi diantaranya jenis kelamin dan rentang usia yang relatif sama. Jumlah anggota populasi sebanyak 30 atlet.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian atau wakil dari populasi yang penelitian ini adalah Pemain Putra Usia 9 – 10 Klub SSB Tunas Muda Pejagoan Kebumen sebanyak 30 atlet. Hal ini sesuai dengan pendapat Suharsimi Arikunto (1996: 120) yang menyatakan, "Apabila jumlah subjek kurang dari 100, lebih baik diambil semua, jika subyek besar dapat diambil 10-15% atau 20-25% atau lebih". Adapun teknik sampling yang digunakan yaitu *total sampling*. Sampel yang digunakan pada dasarnya ditentukan oleh peneliti sendiri berdasarkan pertimbangan pada tujuan, hipotesis, metode dan instrumen penelitian.

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan tes dan pengukuran. Macam tes yang digunakan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Tes dan pengukuran power otot tungkai dengan *Standing Broad or Long Jump* (Ismaryati : 2007, 60-62).
2. Tes keseimbangan dinamis (Modifikasi *Bass Test* Ismaryati, 2008: 51-53)
3. Untuk data persepsi kinestetik di ukur dengan menggunakan *Horizontal Linear Space Test* (Barry L. Johnson & Jack K. Nelson, 1986:441)
4. Tes kemampuan shooting (plooyer, 1970 : 152-157)

E. Teknik Analisis Data

1. Reliabilitas Tes

Dalam suatu penelitian, sebelum melakukan analisis data perlu dilakukan uji reliabilitas tes yang digunakan untuk mengetahui keajegan dari tes yang digunakan.

Menghitung reliabilitas tes menggunakan rumus korelasi product moment Dalam Suharsimi Arikunto (1998: 1451) dengan rumus berikut ini :

$$R_{xy} = \frac{N \cdot \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \cdot \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \cdot \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

N = Jumlah sampel

X = Tes

Y = Re-test

2. Uji Persyaratan Analisis

a. Uji Normalitas

Uji normalitas data dilakukan untuk mengetahui kenormalan data atau data berada dalam suatu kurve normal. Uji normalitas data dalam penelitian ini menggunakan chi-kuadrat (Sutrisno Hadi, 1989: 317) dengan rumus sebagai berikut :

$$X^2 = \sum \frac{(fo - fh)^2}{fh}$$

X^2 = Nilai chi-kuadrat

fo = frekuensi data yang diperoleh

fh = frekuensi data yang diharapkan

berikut ini contoh table perhitungan dengan Chi-kuadrat

Interval	Fo	Fh	Fo-fh	(fo-fh) ²	(fo-fh) ² /fh

+ 2 Mean ke atas + 1 Mean hingga + 2 SD Mean hingga + 1 SD - 1 Mean hingga mean - 2 Mean hingga -1 Mean dari bawah hingga -2SD		2% jumlah sampel 14% jumlah sampel 34% jumlah sampel 34% jumlah sampel 14% jumlah sampel 2% jumlah sampel			
Total					

b. Uji Linieritas

Untuk melakukan uji linieritas dari korelasi tiap prediktor dengan kriterium, menggunakan rumus dari Sudjana (1996 :332), sebagai berikut :

$$F = \frac{S_{TC}^2}{S_e^2}$$

Keterangan

- F = Nilai linieritas
- S = Standar deviasi
- TC = Tuna cocok
- e = Kesalahan

3. Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan analisis korelasi sederhana dan analisis regresi. Adapun langkah-langkah penghitungan adalah sebagai berikut

a. Menghitung Koefisien, Korelasi Masing-masing Prediktor

Dalam menghitung koefisien korelasi masing-masing prediktor terhadap kriterium tersebut menggunakan rumus korelasi product moment dari Sutrisno Hadi (2000:32-40) sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{N \cdot \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \cdot X^2 - (\sum X)^2\} \{N \cdot Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

- N = Jumlah sampel
- r hitung = Korelasi antara X dan Y
- X = Variabel prediktor
- Y = Variabel kriterium

b. Analisis Regresi

Menyalakan persamaan garis ieiesi liga predictor dari Sutrisio Hadi (2000: 33) dengan rumus:

$$Y = a_1X_1 + a_1X_2 + a_3X_3 + K$$

Keterangan

- Y = kriterium
- X₁ = prediktor 1
- X₂ = prediktor 2
- X₃ = prediktor 3

- a₁ = bilangan koefisien prediktor 1
- a₂ = bilangan koefisien prediktor 2
- a₃ = bilangan koefisien prediktor 3
- K = angka konstanta

c. Mencari koefisien korelasi tiga predictor (X₁, X₂, X₃) dengan kriterium (Y) dengan rumus

:

$$R_{(1,2,3)} = \sqrt{\frac{a_1x_1y + a_2x_2y + a_3x_3y}{\sum y^2}}$$

(Sutrisno Hadi (2003: 33))

Keterangan :

- X_(1,2,3) = koefisien korelasi antara prediktor dan kriterium
- y = jumlah produk skor deviasi antara pada kriterium
- x_{1y} = jumlah produk skor deviasi antara prediktor 1 dengan kriterium
- x_{2y} = jumlah produk skor deviasi antara prediktor 2 dengan kriterium
- x_{3y} = jumlah produk skor deviasi antara prediktor 3 dengan kriterium
- a₁ = bilangan koefisien prediktor 1
- a₂ = bilangan koefisien prediktor 2
- a₃ = bilangan koefisien prediktor 3

d. Mencari F_{regresi} dengan rumus :

$$F_{reg} = \frac{R^2(N - m - 1)}{m(1 - R^2)}$$

(Sutrisno Hadi (2000: 33))

Keterangan :

- F_{reg} = harga bilangan F untuk garis regresi
- RK_{reg} = rerata kuadrat garis regresi
- RK_{res} = rerata kuadrat residu

e. Uji Signifikansi

Taraf signifikansi yang digunakan di dalam penelitian ini adalah r_{tabel} = 5% dengan derajat kebebasan N-1, jika r_{hitung} < r_{tabel} maka H₁ ditolak. Artinya tidak ada hubungan antara power otot tungkai, keseimbangan dinamis dan persepsi kinestetik dengan kemampuan *shooting* sepakbola Pada Pemain Putra Usia 9 – 10 Klub SSB Tunas Muda Pejagoan Kebumen Tahun 2019. Jika r_{hitung} > r_{tabel} maka H_i diterima. Artinya ada hubungan antara power otot tungkai, keseimbangan dinamis

dan persepsi kiensestetik dengan kemampuan *shooting* sepakbola Pada Pemain Putra Usia 9 – 10
Klub SSB Tunas Muda Pejagoan Kebumen Tahun 2019.

HASIL PENELITIAN

Pada bab ini disajikan mengenai hasil penelitian beserta interpretasinya. Hasil penelitian yang disajikan adalah hasil dari analisis yang telah dilaksanakan terhadap data dari tiap variabel. Data dari masing-masing variabel yang diambil dalam penelitian, terdiri dari tiga variabel bebas yaitu Power otot tungkai, Keseimbangan dinamis dan Persepsi kinestetik, dan satu variabel terikat yaitu Kemampuan shooting. Berturut-turut dalam bab ini disajikan mengenai deskripsi data, pengujian persyaratan analisis, hasil analisis data dan pengujian hipotesis.

A. Deskripsi Data

Data yang diperoleh dari tiap-tiap variabel tersebut kemudian dikelompokkan dan dianalisis dengan statistik, seperti terlihat pada lampiran. Adapun rangkuman deskripsi data secara keseluruhan akan disajikan sebagai berikut:

Tabel 1. Deskripsi Data Hasil Tes Power otot tungkai, Keseimbangan dinamis dan Persepsi kinestetik dan Kemampuan shooting.

Variabel	Tes	N	Mean	SD	Nilai Tertinggi	Nilai Terendah
Power otot tungkai	<i>Test</i>	30	1.95	0.25	2.70	2
	<i>Re-test</i>	30	2.03	0.26	3	2
Kekuatan otot perut	<i>Test</i>	30	79.37	19.41	100	34
	<i>Re-test</i>	30	88.67	11.93	100	59
Persepsi kinestetik	<i>Test</i>	30	4.61	3.59	17	1
	<i>Re-test</i>	30	2.45	1.52	7	1
Kemampuan shooting	<i>Test</i>	30	35.67	12.98	60	10
	<i>Re-test</i>	30	48.50	13.14	75	30

B. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas bertujuan untuk mengetahui tingkat keajegan hasil tes masing-masing variabel yang dilakukan dalam penelitian. Hasil uji reliabilitas tes dan *re-test* Power otot tungkai, Keseimbangan dinamis dan Persepsi kinestetik dan Kemampuan shooting kemudian

dikategorikan, dengan menggunakan pedoman tabel koefisien korelasi dari Book Walter yang dikutip Mulyono Biyakto Atmojo (2008: 22), yaitu:

Tabel 2. *Range* Kategori Reliabilitas

Kategori	Reliabilitas
Tinggi Sekali	0,90 – 1,00
Tinggi	0,80 – 0,89
Cukup	0,60 – 0,79
Kurang	0,40 – 0,59
Tidak Signifikan	0,00 – 0,39

Hasil uji reliabilitas data Power otot tungkai , keseimbangan dinamis dan Persepsi kinestetik dan Kemampuan shooting pada penelitian ini adalah:

Tabel 3. Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data

Variabel	Reliabilita	Kategori
Power otot tungkai	0.962	Tinggi Sekali
Kekuatan otot perut	0.804	Tinggi
Persepsi kinestetik	0.747	Cukup
Kemampuan shooting	0.714	Cukup

B. Pengujian Persyaratan Analisis

Sebelum analisis data dilakukan uji persyaratan analisis. Untuk analisis regresi diperlukan uji persyaratan analisis yaitu normalitas penyebaran nilai dan persyaratan linieritas hubungan antara prediktor dengan kriterium. Hasil pengujian persyaratan analisis pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Uji Normalitas

Uji normalitas data dalam penelitian ini menggunakan *chi*-kuadrat. Adapun hasil uji normalitas yang di Persepsi kinestetik kan pada hasil tes Power otot tungkai (X_1), Keseimbangan dinamis (X_2), Persepsi kinestetik (X_3) dan Kemampuan shooting (Y) pada penelitian ini adalah:

Tabel 4. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data

Variabel	Db	M	SD	χ^2_{hitung}	$\chi^2_{tabel\ 5\%}$	Simpulan
Power otot tungkai	$6 - 1 = 5$	1.95	0.25	1.667	11,070	Berdistribusi normal
Kekuatan otot perut	$6 - 1 = 5$	79.37	19.41	3.245	11,070	Berdistribusi normal
Persepsi kinestetik	$6 - 1 = 5$	4.61	3.59	2.578	11,070	Berdistribusi normal
Kemampuan shooting	$6 - 1 = 5$	35.67	12.98	2.167	11,070	Berdistribusi normal

Dari hasil uji normalitas yang dilakukan pada tiap-tiap variabel tersebut dapat diketahui bahwa nilai *chi*-kuadrat yang diperoleh (χ^2_{hitung}) pada variabel Power otot tungkai (X_1), Kekuatan otot perut (X_2), Persepsi kinestetik (X_3) dan Kemampuan shooting (Y) lebih kecil dari nilai *chi*-kuadrat dalam tabel ($\chi^2_{tabel\ 5\%}$). Dengan demikian hipotesis nol diterima. Yang berarti bahwa data hasil tes Power otot tungkai (X_1), Keseimbangan dinamis (X_2), Persepsi kinestetik (X_3) dan Kemampuan shooting (Y) termasuk berdistribusi normal.

2. Uji Linieritas

Uji linieritas hubungan antara masing-masing prediktor yaitu Power otot tungkai (X_1), Keseimbangan dinamis (X_2), Persepsi kinestetik (X_3), dengan kriterium yaitu Kemampuan shooting (Y) dilakukan dengan analisis varians. Rangkuman hasil uji linieritas tersebut dapat dilihat dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 5. Rangkuman Hasil Analisis Varians Untuk Uji Linieritas Hubungan Antara Prediktor dengan Kriteria

Variabel	db	F _{hitung}	F _{tabel 5%}	Simpulan
X ₁ Y	4:24	0.13	2,78	Model linier diterima
X ₂ Y	13:15	0.47	2,43	Model linier diterima
X ₃ Y	20:8	0.85	3,15	Model linier diterima

Dari rangkuman hasil uji linieritas tersebut dapat diketahui bahwa nilai F_{hitung} linieritas yang diperoleh dari tiap variabel lebih kecil dari harga F_{tabel 5%}. Dengan demikian hipotesis nol linieritas ketiga variabel tersebut diterima. Berarti bahwa baik korelasi antara X₁Y, X₂Y dan X₃Y berbentuk linier.

C. Hasil Analisis Data

Hasil analisis korelasi dan analisis regresi antara data tes Power otot tungkai (X₁), Keseimbangan dinamis (X₂), Persepsi kinestetik (X₃) dengan Kemampuan shooting (Y) penelitian ini adalah:

1. Analisis Korelasi Tiap Prediktor

Hasil analisis korelasi masing-masing prediktor dengan kriteria penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Berdasarkan analisis korelasi antara Power otot tungkai (X₁) dengan Kemampuan shooting (Y), diperoleh koefisien korelasi sebesar 0.452. Dengan N = 30, nilai r_{tabel 5%} = 0,361. Ternyata r_{hitung} = 0.452 > r_{tabel 5%} = 0,361. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Power otot tungkai (X₁) dengan Kemampuan shooting (Y).

- b. Berdasarkan analisis korelasi antara Keseimbangan dinamis (X_2) dengan Kemampuan shooting (Y), diperoleh koefisien korelasi sebesar 0.382. Dengan $N = 30$, nilai $r_{\text{tabel } 5\%} = 0,361$. Ternyata $r_{\text{hitung}} = 0.382 > r_{\text{tabel } 5\%} = 0,361$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Keseimbangan dinamis (X_2) dengan Kemampuan shooting (Y).
- c. Berdasarkan analisis korelasi antara Persepsi kinestetik (X_3) dengan Kemampuan shooting (Y), diperoleh koefisien korelasi sebesar -0.440 (data inversi) . Dengan $N = 30$, nilai $r_{\text{tabel } 5\%} = 0,361$. Ternyata $r_{\text{hitung}} = -0.440$ (data inversi) $< r_{\text{tabel } 5\%} = 0,361$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Persepsi kinestetik (X_3) dengan Kemampuan shooting (Y).

Ringkasan hasil analisis korelasi masing-masing prediktor dengan kriterium penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 6. Rangkuman Hasil Analisis Korelasi Tiap Prediktor dengan Kriterium

Variabel	r_{hitung}	r_{tabel}	Simpulan
X_1Y	0.452	0,361	Korelasi signifikan
X_2Y	0.382	0,361	Korelasi signifikan
X_3Y	-0.440	0,361	Korelasi signifikan

2. Analisis Regresi

Analisis regresi yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan analisis regresi ganda tiga prediktor. Hasil analisis regresi antara data tes Persepsi kinestetik (X_1), Power otot tungkai (X_2), Keseimbangan dinamis (X_3) Persepsi kinestetik dengan Kemampuan shooting (Y) penelitian ini adalah sebagai berikut:

- Persamaan garis regresinya adalah:

$$\hat{y} = -14.088 X_1 + -0.122 X_2 + -1.079 X_3 + 77.808$$

- Koefisien korelasi dan determinasi antara prediktor dan kriterium:

$$R_{y(1,2,3)} = 0.675$$

$$R^2_{y(1,2,3)} = 0.456$$

- Uji signifikansi analisis regresi.

Hasil uji signifikansi regresi penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 7. Ringkasan Hasil Analisis Regresi

Sumber Variasi	db	JK	RK	Freg
Regresi (reg)	3	2230.4227	743.4742	7.2773
Residu (res)	26	2656.2440	102.1632	-
Total	29	4886.6667	-	-

Dari hasil analisis regresi tersebut dapat disimpulkan, dengan $db = m$ lawan $N - m - 1 = 3$ lawan 26, harga $F_{tabel\ 5\%}$ adalah 2,89. Sedangkan nilai F yang diperoleh adalah 7.2773, ternyata lebih besar dari angka batas penolakan hipotesa nol. Dengan demikian hipotesa nol ditolak, yang berarti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Power otot tungkai (X_1), Keseimbangan dinamis (X_2), Persepsi kinestetik (X_3) dengan Kemampuan shooting (Y). Adapun besarnya nilai R^2 antara Power otot tungkai (X_1), Keseimbangan dinamis (X_2), Persepsi kinestetik (X_3) dengan Kemampuan shooting (Y) adalah 0,456.

D. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan

1. Hubungan Antara Power otot tungkai dengan Kemampuan shooting

Dari hasil analisis korelasi pada data Power otot tungkai dengan Kemampuan shooting, diperoleh nilai r sebesar 0.452, dimana nilai tersebut lebih besar dari nilai r_{tabel} pada taraf signifikansi 5% yaitu 0,361. Karena nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$, maka nilai korelasi signifikan. Hal ini berarti bahwa perubahan variansi Kemampuan shooting dipengaruhi oleh komponen variansi Power otot tungkai.

2. Hubungan Antara Keseimbangan dinamis dengan Kemampuan shooting

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan terhadap data Keseimbangan dinamis terhadap Kemampuan shooting, diperoleh nilai r sebesar 0.382, dimana nilai tersebut lebih besar dari nilai r_{tabel} pada taraf signifikansi 5% yaitu 0,361. Karena nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$, maka nilai korelasi

signifikan. Hal ini berarti bahwa variansi unsur Keseimbangan dinamis berpengaruh terhadap peningkatan variansi Kemampuan shooting .

3. Hubungan Antara Persepsi kinestetik dengan Kemampuan shooting

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan terhadap data Persepsi kinestetik terhadap Kemampuan shooting , diperoleh nilai r sebesar -0.440 (data inversi), dimana nilai tersebut lebih besar dari nilai r_{tabel} pada taraf signifikansi 5% yaitu $0,361$. Karena nilai $r_{hitung} < r_{tabel}$, maka nilai korelasi signifikan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Persepsi kinestetik memiliki hubungan yang signifikan terhadap Kemampuan shooting .

4. Hubungan Power otot tungkai , Keseimbangan dinamis dan Persepsi kinestetik dengan Kemampuan shooting

Pada Hipotesis dinyatakan bahwa hubungan antara Power otot tungkai , Keseimbangan dinamis dan Persepsi kinestetik dengan Kemampuan shooting di ketahui $R^2_{y(123)} = 0,456$ sedangkan r_{tabel} pada taraf signifikansi 0,05 dan $n = 30$ di dapat $r_{tabel} = 0,361$, dengan hasil tersebut $r_{hitung} > r_{tabel5\%}$ dan $f_{hitung} = 7.2773$, sedangkan $f_{tabel5\%}$ dengan db $3:26 = 2,89$, ini berarti $F_0 > F_{tabel5\%}$ Maka hipotesis di terima.

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis regresi dan korelasi *product moment* yang telah di Persepsi kinestetik kan dapat diperoleh simpulan sebagai berikut:

1. Ada hubungan yang signifikan antara Power otot tungkai dengan Kemampuan shooting , $r_{hitung} = 0.452 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$.
2. Ada hubungan yang signifikan antara Keseimbangan dinamis dengan Kemampuan shooting , $r_{hitung} = 0.382 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$.
3. Ada hubungan yang signifikan antara Persepsi kinestetik dengan Kemampuan shooting termasuk data inversi karena lebih kecil dari r tabel, $r_{hitung} = -0.440$ (data inversi) $< r_{tabel\ 5\%} = 0,361$.
4. Ada hubungan yang signifikan antara Power otot tungkai , Keseimbangan dinamis dan Persepsi kinestetik dengan Kemampuan shooting , $R^2_{y(123)}$ sebesar $0,456 > r_{tabel\ 5\%}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar 0.361 dan F_0 sebesar $7.2773 > f_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar $2,89$.

B. Implikasi

Hasil penelitian ini adalah bahwa Power otot tungkai , Keseimbangan dinamis dan Persepsi kinestetik memiliki hubungan dengan Kemampuan shooting . Berdasarkan hasil penelitian dapat dikemukakan implikasinya sebagai berikut:

1. Power otot tungkai , Keseimbangan dinamis dan Persepsi kinestetik merupakan unsur yang mendukung terhadap Kemampuan shooting . Dengan memiliki Power otot tungkai , Keseimbangan dinamis dan Persepsi kinestetik yang baik, maka akan menghasilkan Kemampuan shooting yang baik pula.
2. Usaha meningkatkan Power otot tungkai , Keseimbangan dinamis dan Persepsi kinestetik dapat meningkatkan Kemampuan shooting.
3. Peranan Power otot tungkai, Keseimbangan dinamis dan Persepsi kinestetik terhadap Kemampuan shooting sangat signifikan, sehingga unsur–unsur tersebut tidak boleh diabaikan.

C. Saran

Sehubungan dengan simpulan yang telah diambil, maka kepada guru olahraga, khususnya di Sekolah, disarankan agar:

1. Dalam upaya untuk meningkatkan Kemampuan shooting hendaknya memberikan latihan Power otot tungkai, Keseimbangan dinamis dan Persepsi kinestetik.
2. Latihan fisik yang diberikan harus proporsional. Besarnya porsi latihan untuk tiap unsur Power otot tungkai, Keseimbangan dinamis dan Persepsi kinestetik disesuaikan dengan besarnya nilai hubungan tiap variabel terhadap Kemampuan shooting.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Salim. 2008. *Buku Pintar Sepakbola*. Bandung: Nuansa.
- Aip Syarifuddin. 1997. *Pengetahuan Olahraga*. Jakarta: CV. Baru.
- A. Hamidsyah Noer. 1995. *Ilmu Kepelatihan Lanjut*. Surakarta: UNS Press.
- Aseptia Yoga Pratama. 2008. *Sepak bola: Sejarah, Teknik; Peraturan*. Surabaya: Insan Cendekia.
- Fleck, T. & Quinn, R. 2007. *Panduan Latihan Sepakbola Andal*. Jakarta: PT Sunda Kelapa Pustaka
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: CV. Tambak Kusuma.
- Ismaryati. 2006. *Tes dan Pengukuran Olahraga* Surakarta: Sebelas Maret University Press.
- Johnson, B.L. and Nelson, J.K. 1986. *Practical Measurements for Evaluation in Physical Education*. New York: Macmillan Publishing Company.
- John, D. Tenang. 2007. *Jurus Pintar Main Bola For Kids*. Bandung: Mizan.
- Kirkendall, Don R., Gruber, Joseps J. and Johnson Robert E. 1987. *Measurement and Evaluation for Physical Education*. Illinois: Human Kinetics Publisher Inc.
- M. Sajoto. 1995. *Peningkatan dan Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Prize.
- M. Yusuf, H., dan Aip, S. 1996. *ilmu Kepelatihan Dasar*. Jakarta: Dirjen Dikti.
- Nurhasan. 2000. *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- Saifuddin Azwar. 1997. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Soegijanto, S.D. 1991. *Materi dan Penilaian Mengajar Permainan Sepakbola*. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta.
- Soekatamsi. 1995. *Teknik Dasar Bermain Sepak Bola*. Surakarta: Tiga Serangkai. Sudjarwo. 1993. *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Surakarta: UNS Press.
- Sugiyanto. 1992. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.
- Suharsimi Arikunto. 1996. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

- Sutrisno Hadi.1985. *Metodologi research Untuk Penulisan Paper, Skripsi, Thesis dan Disertasi*. Yogyakarta: Yayasan Penerbitan fakultas Psikologi UGM Yogyakarta.
- _____.1996, *Kepelatihan Dasar*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Peningkatan Mutu Guru Pendidikan Jasmani dan Kesehatan.
- _____.1990.*Penelitian Pendidikan*. Surakarta: Sebelas maret University Press.
- _____. 1994. *Belajar Gerak*. Jakarta: KONI Pusat.
- _____. 2000. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- _____.1989. *Statistik 2*. Yogyakarta: Andi Offset.
- _____.1992. *Statistik 2*. Yogyakarta: Andi Offset.
- _____.1995. *Metodologi Research IV*. Yogyakarta: Andi Offset.
- _____.2000. *Methodology Research*. Yogyakarta. Andi Offset.
- _____.2001. *Analisis Regresi* .Yogyakarta: Andi Offset.
- _____.2003. *Methodology Research Jilid 3*. Yogyakarta. Andi Offset.

