

Hubungan Antara Power Otot Tungkai, Kelentukan, Dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Ketepatan *Shooting* Pada Pemain Putra Umur 14-15 Tahun Klub Ssb Angkasa Colomadu Karanganyar Tahun 2019, Juli 2019.

Muh Ikwan Iskandar, Ony Prasetyo Aji

**HUBUNGAN ANTARA POWER OTOT TUNGKAI, KELENTUKAN DAN
KOORDINASI MATA KAKI DENGAN KETEPATAN *SHOOTING* PADA PEMAIN
PUTRA UMUR 14- 15 TAHUN KLUB SSB ANGKASA COLOMADU
KARANGANYAR TAHUN 2019, JULI 2019**

Muh Ikwan Iskandar

Ony Prasetyo Aji

PKO FKIP UTP SURAKARTA

ABSTRAK

Hubungan Antara Power Otot Tungkai, Kelentukan, Dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Ketepatan *Shooting* Pada Pemain Putra Umur 14-15 Tahun Klub Ssb Angkasa Colomadu Karanganyar Tahun 2019, Juli 2019.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) Hubungan antara Power Otot Tungkai Dengan Ketepatan Shooting Pada Pemain Putra Umur 14-15 Tahun Klub SSB Angkasa Colomadu Karanganyar Tahun 2019. (2) Hubungan antara Kelentukan Dengan Ketepatan Shooting Pada Pemain Putra Umur 14-15 Tahun Klub SSB Angkasa Colomadu Karanganyar Tahun 2019. (3) Hubungan antara Koordinasi Mata Kaki Dengan Ketepatan Shooting Pada Pemain Putra Umur 14-15 Tahun Klub SSB Angkasa Colomadu Karanganyar Tahun 2019. (4) Hubungan antara Power Otot Tungkai, Kelentukan, Dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Ketepatan Shooting Pada Pemain Putra Umur 14-15 Tahun Klub SSB Angkasa Colomadu Karanganyar Tahun 2019.

Penelitian ini dilaksanakan di SSB Angkasa Colomadu Karanganyar dan penelitian ini dilaksanakan pada bulan April tahun 2019. 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 jump test (Ismaryati (2008: 64). (2) Tes dan pengukuran kelentukan dengan sit and reach (Ismariyati, 2008:101-102). (3) Tes dan pengukuran koordinasi mata kaki dengan soccer wall voley test (Ismaryati, 2011: 54-56). (4) Tes dan pengukuran ketepatan shooting bola menggunakan petunjuk tes shooting bola ke gawang (Sukatamsi, 1984: 277-278).Petunjuk pelaksanaan masing-masing tes terlampir.

Hubungan Antara Power Otot Tungkai, Kelentukan, Dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Ketepatan *Shooting* Pada Pemain Putra Umur 14-15 Tahun Klub Ssb Angkasa Colomadu Karanganyar Tahun 2019, Juli 2019.

Muh Ikwan Iskandar, Ony Prasetyo Aji

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*, $r_{hitung} = 0.455 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (2) Ada hubungan yang signifikan antara Kelentukan dengan Kemampuan *shooting*, $r_{hitung} = 0.457 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (3) Ada hubungan yang signifikan antara Koordinasi mata kaki dengan Kemampuan *shooting*, $r_{hitung} = 0.454 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (4) Ada hubungan yang signifikan antara Power Otot Tungkai, Kelentukan dan Koordinasi mata kaki dengan Kemampuan *shooting*, $R^2_{y(123)} = 0,435 > r_{tabel\ 5\%}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar 0.361 dan F_0 sebesar $6.6859 > f_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar 2,89

Kata Kunci: ketepatan shoting, power otot tungkai, kelentukan.

A. PENDAHULUAN

Sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas orang, dan salah satunya penjaga gawang. Dalam permainan sepakbola ada berbagai teknik yang digunakan seperti, dribble, passing, control, shooting, dan heading. Begitu banyaknya aspek manfaat yang ada dalam sepakbola baik faktor financial atau faktor yang lain. Permainan sepakbola sendiri mempunyai tujuan untuk masing-masing regu atau kesebelasan berusaha menguasai bola, memasukkan bola kedalam gawang lawan sebanyak mungkin dan berusaha mematahkan serangan lawan untuk melindungi atau menjaga gawangnya agar tidak kemasukan bola. Dari penjelasan tersebut dapat diketahuibahwa tujuan sepakbola adalah untuk mencetak angka atau gol. Untuk mencetak angka atau gol memerlukan teknik dasar yang disebut dengan shooting.

Tujuan dari shooting adalah untuk memasukkan bola ke gawang lawan dengan tujuan untuk memperoleh poin untuk merubah keadaan yang sering disebut dengan skor. Dengan demikian bagian tubuh yang berperan untuk melakukan shooting adalah kaki. Kekuatan tungkai merupakan salah satu yang memegang peranan yang penting dalam keberhasilan shooting bola ke gawang. Pemain sepakbola sangat penting sekali menguasai skill individu dalam permainan sepakbola. Dengan latihan skill dan kondisi fisik yang dimiliki setiap pemain, akan memiliki tendangan yang keras dengan akurasi tendangan yang bisa mendekati maksimal. Semakin banyak skor yang

Hubungan Antara Power Otot Tungkai, Kelentukan, Dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Ketepatan *Shooting* Pada Pemain Putra Umur 14-15 Tahun Klub Ssb Angkasa Colomadu Karanganyar Tahun 2019, Juli 2019.

Muh Ikwan Iskandar, Ony Prasetyo Aji

diperoleh maka akan semakin besar pula peluang kemenangan yang akan diperoleh suatu tim. Hakekat permainan sepakbola adalah suatu dasar permainan sepakbola yang harus dimiliki oleh setiap pemain agar tercapai prestasi yang semaksimal mungkin. Menurut **Dieter Beutelstahl** (2007: 8) “Teknik adalah suatu proses gerakan dan pembuktian dalam praktik dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam suatu cabang olahraga.” Sedangkan menurut Imam Imanudin (2008: 68) bahwa: “Teknik dasar adalah suatu teknik dimana proses gerakannya merupakan dasar, dan gerakan itu dalam kondisi sederhana dan mudah”.

Teknik yang buruk dalam melakukan *shooting* sering menyebabkan peluang mencetak gol menjadi terlewatkan. Di level dunia pun banyak pemain melakukan *shooting* yang terlalu tinggi, melebar, atau bahkan ragu-ragu dalam melakukannya. Dengan demikian, kegagalan melakukan *shooting* juga berarti kegagalan mencetak angka atau gol. Tiap pemain mempunyai fungsi yang berbeda-beda yaitu penyerang atau pemain depan berfungsi sebagai penyerang, oleh karena itu seorang pemain depan dituntut untuk dapat mencetak gol ke gawang lawan. Kemudian pemain tengah atau gelandang berfungsi sebagai pengumpan bola atau bisa juga gelandang bertugas membantu penyerang untuk memasukan bola ke gawang. Dengan demikian banyak pelatih-pelatih memaksimalkan *shooting* untuk mencapai kemenangan.

B. KAJIAN TEORI

Hakekat permainan sepakbola adalah suatu dasar permainan sepakbola yang harus dimiliki oleh setiap pemain agar tercapai prestasi yang semaksimal mungkin. Menurut **Dieter Beutelstahl** (2007: 8) “Teknik adalah suatu proses gerakan dan pembuktian dalam praktik dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam suatu cabang olahraga.” Sedangkan menurut Imam Imanudin (2008: 68) bahwa: “Teknik dasar adalah suatu teknik dimana proses gerakannya merupakan dasar, dan gerakan itu dalam kondisi sederhana dan mudah”.

Pembinaan teknik dasar bermain sepakbola disamping pembinaan kondisi fisik, pembinaan taktik, dan pembinaan kematangan juara. Jelaslah dari kelima macam

Hubungan Antara Power Otot Tungkai, Kelentukan, Dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Ketepatan *Shooting* Pada Pemain Putra Umur 14-15 Tahun Klub Ssb Angkasa Colomadu Karanganyar Tahun 2019, Juli 2019.

Muh Ikwan Iskandar, Ony Prasetyo Aji

pembinaan tersebut yang fundamental dan yang harus lebih diutamakan adalah pembinaan teknik dasar bermain di samping pembinaan lainnya. Ketepatan teknik menguasai bola merupakan syarat utama bagi setiap pemain yang erat hubungannya dengan prestasi, oleh karena itu setiap pemain perlu mempelajari unsur-unsur teknik secara seksama. Yang dimaksud dengan teknik dasar bermain sepakbola adalah menendang bola, menggiring bola (*dribbling*), mengontrol bola (*controlling*), menyundul bola (*heading*), melempar bola (*throw-in*), dan menembak bola (*shooting*).

Permainan sepakbola seorang anak dinyatakan terampil dalam menembak bola (*shooting*) apabila dia dapat berhasil memasukan bola ke dalam gawang paling sedikit 80% dari tembakannya. Bagi pemain tenis mereka dinyatakan terampil dalam melakukan *service* apabila 60 sampai 70% *service* pertamanya masuk. Dengan contoh-contoh tersebut bahwa keterampilan dinilai oleh produktivitas penampilan yang dilakukan pemain.

Menurut Mielke (2007: 67) “dari sudut pandang penyerangan, tujuan sepakbola adalah melakukan *shooting* ke gawang”. Seseorang pemain harus menguasai keterampilan dasar menendang bola dan selanjutnya mengembangkan sederetan *shooting* yang memungkinkannya untuk melakukan tendangan *shooting* dan mencetak gol dari berbagai posisi di lapangan. Permainan sepakbola adalah cabang olahraga permainan beregu atau permainan tim. Kesebelasan yang baik, kuat dan tangguh adalah kesebelasan yang mampu menampilkan permainan yang kompak. Dapat dikatakan bahwa kesebelasan yang baik bila terdapat kerjasama tim yang baik. Untuk mendapatkan kerjasama tim yang tangguh diperlukan pemain-pemain yang menguasai bagian-bagian dari bermacam-macam teknik dasar bermain sepakbola dan terampil melaksanakannya. Kualitas keterampilan teknik dasar bermain setiap pemain lepas dari faktor-faktor kondisi fisik dan taktik sangat menentukan tingkat permainan suatu kesebelasan sepakbola. Makin baik tingkat penguasaan keterampilan teknik dasar bermain setiap pemainnya di dalam memainkan dan menguasai bola, maka makin cepat dan cermat kerjasama kolektif akan tercapai. Dengan demikian kesebelasan

Hubungan Antara Power Otot Tungkai, Kelentukan, Dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Ketepatan *Shooting* Pada Pemain Putra Umur 14-15 Tahun Klub Ssb Angkasa Colomadu Karanganyar Tahun 2019, Juli 2019.

Muh Ikwan Iskandar, Ony Prasetyo Aji

akan lebih lama menguasai bola dan akan mendapatkan keuntungan secara fisik dan taktik.

Untuk dapat mencapai penguasaan teknik-teknik dasar bermain sepakbola pemain harus melakukan dengan prinsip-prinsip gerakan teknik yang benar, cermat, sistematis yang dilakukan berulang-ulang terus menerus dan berkelanjutan, sehingga menghasilkan kerjasama yang baik antara sekumpulan syaraf otot untuk pembentukan gerakan yang harmonis, sehingga menghasilkan otomatisasi gerakan. Untuk dapat mencapai gerakan yang otomatis harus dimulai sejak usia muda. Shooting sepakbola adalah gerakan yang dibutuhkan dalam permainan sepakbola, terlepas sama sekali dari permainannya. Maksudnya adalah pemain melakukan gerakan-gerakan dengan bola dan gerakan-gerakan tanpa bola. Dengan demikian setiap pemain dapat dengan mudah memerintah bola dan memerintah badan atau anggota badan sendiri dalam semua situasi bermain. Setiap pemain dengan mudah dapat memerintah bola dengan kakinya, dengan tungkainya, dengan badannya, dengan kepalanya, kecuali dengan kedua belah tangannya yang dilakukan dengan cepat dan cermat. Dengan demikian setiap pemain telah memiliki gerakan yang otomatis atau ball feeling yang sempurna serta peka terhadap bola.

Penguasaan keterampilan yang baik dapat diperoleh melalui usaha pengkajian terhadap peserta didik, bentuk dan modal pembelajaran serta faktor-faktor yang menunjang pada cabang olahraga yang bersangkutan. Pembentukan keterampilan olahraga pada umumnya banyak berhubungan dengan tindakan yang menyangkut gerakan-gerakan koordinasi otot. Koordinasi gerakan dipengaruhi oleh fungsi syaraf dan diperoleh dari hasil belajar. Oleh karena itu untuk memperoleh tingkat keterampilan gerak yang tinggi diperlukan belajar dalam jangka waktu yang lama agar fungsi sistem syaraf dapat terkoordinasi dengan sempurna yang menuju pada otomatisasi gerakan.

Teknik dasar bermain sepakbola merupakan semua gerakan-gerakan yang diperlukan untuk bermain sepakbola. Kemudian untuk bermain ditingkatkan menjadi keterampilan teknik bermain sepakbola yaitu penerapan teknik dasar bermain ke

Hubungan Antara Power Otot Tungkai, Kelentukan, Dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Ketepatan *Shooting* Pada Pemain Putra Umur 14-15 Tahun Klub Ssb Angkasa Colomadu Karanganyar Tahun 2019, Juli 2019.

Muh Ikwan Iskandar, Ony Prasetyo Aji

dalam permainan. Teknik dasar bermain sepakbola meliputi teknik tanpa bola dan teknik dengan bola. Teknik tanpa bola merupakan semua gerakan-gerakan tanpa bola yang terdiri dari lari cepat mengubah arah, melompat dan meloncat, gerak tipu dengan badan dan gerakan-gerakan khusus penjaga gawang. Sedangkan teknik dengan bola meliputi mengenal bola, menendang bola, mengontrol bola, mengiring bola, heading, melempar bola, menembak bola. Beberapa teknik dasar yang perlu dipelajari menurut Sukma Aji (2016: 2-9), yaitu:

“**Mengendalikan** bola dengan kaki, paha, dada dan kepala, meneruskan bola tanpa ditahan, dribbling, tendangan sambil salto, pass pendek dan panjang, melempar bola, tendangan langsung dan tidak langsung, tendangan sudut pendek dan yang panjang, menyundul bola, memberi efek pada bola dan sebagainya”.

Sedangkan menurut **Zidane** MuhdhorAl-Hadiqie (2013: 31-57) adalah “keterampilan teknik bermain sepakbola terdiri dari menendang, trapping, dribling, volleying, heading dan throw-in”. Selanjutnya disebutkan secara garis besarnya keterampilan teknik bermain sepakbola yang harus dikuasai oleh setiap pemain meliputi: menendang (instep kick, inside foot kick, outside foot kick, heel kick), trapping atau menghentikan bola (sole of the foot trap, Foot trap, body trap). Tiap bagian dapat diajarkan secara terpisah-pisah sesuai dengan kebutuhan bahan atau materi pembelajaran.

Indikator penguasaan keterampilan bermain sepakbola, apabila masing-masing anak menguasai dan mampu melakukan berbagai teknik dasar bermain sepakbola tersebut. Dalam proses pembelajaran selanjutnya, pemain agar selalu mempelajari dan mempraktikkan berulang-ulang bagaimana mengolah dan mempermainkan bola agar dapat menumbuhkan naluri terhadap gerak bola.

Pembelajaran keterampilan gerak bermain sepakbola adalah hasil tes dan unsur-unsur dasar bermain sepakbola. Banyak sekali ketangkasan atau teknik dasar yang telah dibakukan dan hasilnya dapat dijadikan prediksi keterampilan masing-masing anak. Menurut Marta Dinata (2007: 6-115) meliputi: “passing, dribbling dan

Hubungan Antara Power Otot Tungkai, Kelentukan, Dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Ketepatan *Shooting* Pada Pemain Putra Umur 14-15 Tahun Klub Ssb Angkasa Colomadu Karanganyar Tahun 2019, Juli 2019.

Muh Ikwan Iskandar, Ony Prasetyo Aji

shooting”. Timo Scheunemann (2008: 31-55) menyebutkan bahwa “item tes untuk keterampilan bermain sepakbola meliputi dribbling, wall volley dan juggling. Tes keterampilan bermain sepakbola dari Plooyer (1970: 152-157) meliputi “menimang-nimang bola, keterampilan dalam lapangan bujur sangkar, menggiring dan menendang bola ke dalam sasaran, menembak ke sasaran dalam gawang, dan tes keterampilan lari sambil menendang bola ke dalam sasaran yang berada di sebelah kanan dan kiri”

C. METODOLOGI PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif studi korelasional. Dalam hal ini Ali Maksum (2012: 68) berpendapat bahwa “melalui studi korelasional dapat diketahui apakah satu variabel berasosiasi dengan variabel yang lain. Hubungan antara variabel ditentukan dengan menggunakan koefisien yang dihitung dengan teknik analisis statistik”. Penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara power otot tungkai, kelentukan dan koordinasi mata-kaki dengan ketepatan shooting bola

D. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Uji Normalitas

Uji normalitas data dalam penelitian ini menggunakan *chi*-kuadrat. Adapun hasil uji normalitas yang dilakukan pada hasil tes Power Otot Tungkai (X_1), Kelentukan (X_2), Koordinasi mata kaki (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	1.53	0.20	1.667	11,070	Berdistribusi normal
Kelentukan	6 - 1 = 5	32.83	2.53	2.358	11,070	Berdistribusi normal

Hubungan Antara Power Otot Tungkai, Kelentukan, Dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Ketepatan *Shooting* Pada Pemain Putra Umur 14-15 Tahun Klub Ssb Angkasa Colomadu Karanganyar Tahun 2019, Juli 2019.

Muh Ikwan Iskandar, Ony Prasetyo Aji

Koordinasi mata kaki	$6 - 1 = 5$	10.43	2.08	2.358	11,070	Berdistribusi normal
Kemampuan <i>shooting</i>	$6 - 1 = 5$	31.83	9.60	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), Kelentukan (X_2), Koordinasi mata kaki (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), Kelentukan (X_2), Koordinasi mata kaki (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), Kelentukan (X_2), Koordinasi mata kaki (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 Kriterium

Variabel	db	F_{hitung}	$F_{tabel 5\%}$	Simpulan
X_1Y	4:24	0.46	2,78	Model linier diterima
X_2Y	13:15	2.16	2,43	Model linier diterima
X_3Y	20:8	2.91	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 X_1Y , X_2Y dan X_3Y berbentuk linier.

Hubungan Antara Power Otot Tungkai, Kelentukan, Dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Ketepatan *Shooting* Pada Pemain Putra Umur 14-15 Tahun Klub Ssb Angkasa Colomadu Karanganyar Tahun 2019, Juli 2019.

Muh Ikwan Iskandar, Ony Prasetyo Aji

a. Hasil Analisis Data

Hasil analisis korelasi dan analisis regresi antara data tes Power Otot Tungkai (X_1), Kelentukan (X_2), Koordinasi mata kaki (X_3) dengan Kemampuan *shooting* (Y) penelitian ini adalah:

1. Analisis Korelasi Tiap Prediktor

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

- a. Berdasarkan analisis korelasi antara Power Otot Tungkai (X_1) dengan Kemampuan *shooting* (Y), diperoleh koefisien korelasi sebesar 0.455 . Dengan $N = 30$, nilai $r_{\text{tabel } 5\%} = 0,361$. Ternyata $r_{\text{hitung}} = 0.455 > r_{\text{tabel } 5\%} = 0,361$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Power Otot Tungkai (X_1) dengan Kemampuan *shooting* (Y).
- b. Berdasarkan analisis korelasi antara Kelentukan (X_2) dengan Kemampuan *shooting* (Y), diperoleh koefisien korelasi sebesar 0.457. Dengan $N = 30$, nilai $r_{\text{tabel } 5\%} = 0,361$. Ternyata $r_{\text{hitung}} = 0.457 > r_{\text{tabel } 5\%} = 0,361$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Kelentukan (X_2) dengan Kemampuan *shooting* (Y).
- c. Berdasarkan analisis korelasi antara Koordinasi mata kaki (X_3) dengan Kemampuan *shooting* (Y), diperoleh koefisien korelasi sebesar 0.454. Dengan $N = 30$, nilai $r_{\text{tabel } 5\%} = 0,361$. Ternyata $r_{\text{hitung}} = 0.454 > r_{\text{tabel } 5\%} = 0,361$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Koordinasi mata kaki (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	0.455	0,361	Korelasi signifikan
X_2Y	0.457	0,361	Korelasi signifikan

Hubungan Antara Power Otot Tungkai, Kelentukan, Dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Ketepatan *Shooting* Pada Pemain Putra Umur 14-15 Tahun Klub Ssb Angkasa Colomadu Karanganyar Tahun 2019, Juli 2019.

Muh Ikwan Iskandar, Ony Prasetyo Aji

X ₃ Y	0.454	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 Koordinasi mata kaki (X₁), Power Otot Tungkai (X₂), Kelentukan (X₃) Koordinasi mata kaki dengan Kemampuan *shooting* (Y) penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Persamaan garis regresinya adalah:

$$\hat{y} = 17.168 X_1 + -1.072 X_2 + 0.008 X_3 + 40.639$$

2. Koefisien korelasi dan determinasi antara prediktor dan kriterium:

$$R_{y(1,2,3)} = 0.659$$

$$R^2_{y(1,2,3)} = 0.435$$

3. 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	1164.5785	388.1928	6.6859
Residu (res)	26	1509.5882	58.0611	-
Total	29	2674.1667	-	-

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 6.6859, 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 (X₁), Kelentukan (X₂), Koordinasi mata kaki (X₃) dengan Kemampuan *shooting* (Y).

Hubungan Antara Power Otot Tungkai, Kelentukan, Dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Ketepatan *Shooting* Pada Pemain Putra Umur 14-15 Tahun Klub Ssb Angkasa Colomadu Karanganyar Tahun 2019, Juli 2019.

Muh Ikwan Iskandar, Ony Prasetyo Aji

Adapun besarnya nilai R^2 antara Power Otot Tungkai (X_1), Kelentukan (X_2), Koordinasi mata kaki (X_3) dengan Kemampuan *shooting* (Y) adalah 0,435.

b. 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 0.455, 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 Kelentukan dengan Kemampuan *shooting*

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan terhadap data Kelentukan terhadap Kemampuan *shooting*, diperoleh nilai r sebesar 0.457, 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 Kelentukan berpengaruh terhadap peningkatan variansi Kemampuan *shooting*.

3. Hubungan Antara Koordinasi mata kaki dengan Kemampuan *shooting*

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan terhadap data Koordinasi mata kaki terhadap Kemampuan *shooting*, diperoleh nilai r sebesar 0.454, 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 Koordinasi mata kaki memiliki hubungan yang signifikan terhadap Kemampuan *shooting*.

4. Hubungan Power Otot Tungkai, Kelentukan dan Koordinasi mata kaki dengan Kemampuan *shooting*

Pada Hipotesis dinyatakan bahwa hubungan antara Power Otot Tungkai, Kelentukan dan Koordinasi mata kaki dengan Kemampuan *shooting* di ketahui $R^2_{y(123)} = 0,435$ 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 $f_{hitung} = 6.6859$, sedangkan $f_{tabel5\%}$ dengan db 3:26 = 2,89, ini berarti $F_0 > F_{tabel5\%}$ Maka hipotesis di terima.

Hubungan Antara Power Otot Tungkai, Kelentukan, Dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Ketepatan *Shooting* Pada Pemain Putra Umur 14-15 Tahun Klub Ssb Angkasa Colomadu Karanganyar Tahun 2019, Juli 2019.

Muh Ikwan Iskandar, Ony Prasetyo Aji

DAFTAR PUSTAKA

- Ali Maksum. 2012. Metodologi Penelitian dalam Olahraga. Surabaya: Unesa University Press
- Beutelstahl, Dieter. 2007. Belajar Bermain Bola Volley. Bandung: Pionir Jaya.
- Eric Batty C. 2003. Latihan Sepakbola Metode Baru. Serangan, Bandung: Pionet.
- Harsono. 2011. Latihan Kondisi Fisik. Bandung. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Imam Imanudin. 2008. Ilmu Kepelatihan Olahraga. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Marta Dinata. 2007. Dasar-dasar Mengajar Sepakbola. Jakarta: Cerdas Jaya.
- Mielke, Danny. 2007. Dasar-dasar Sepakbola. Klaten: Pakar Raya.
- Pierce, Evelyn C. 2006. Anatomi dan Fisiologi untuk Paramedis. Jakarta: Gramedia
- Ricky Wirasmita. 2014. Ilmu Urai Olahraga II: Optimalisasi Pengembangan Kemampuan Fisik Melalui Konsepsi Keolahragaan. Bandung: Alfabeta
- Scheunemann, Thimo. 2008. Dasar-Dasar Sepakbola Modern: Untuk Pemain dan Pelatih. Malang: Dioma.
- Scheunemann, Thimo, Matias Ibo & Heru Sugiri. 2014. Ayo! Indonesia. Jakarta: Gramedia
- Zidane Muhdhor Al-Hadiqi. 2013. Menjadi Pemain Sepakbola Profesional: Teknik, Strategi, Taktik Menyerang dan Bertahan. Jakarta: Kata Pena