

Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai, Kekuatan Otot Perut dan Keseimbangan Dinamis dengan Ketepatan Shooting pada Pemain Putra Umur 12-14 Tahun Klub SSB Pesat, Karanganyar

Oleh: Bagus Kuncoro

HUBUNGAN ANTARA, KEKUATAN OTOT TUNGKAI, KEKUATAN OTOT PERUT DAN KESEIMBANGAN DINAMIS DENGAN KETEPATAN SHOOTING PADA PEMAIN PUTRA UMUR 12-14 TAHUN KLUB SSB PESAT, KARANGANYAR

Oleh :

Bagus Kuncoro

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai Dengan Ketepatan *Shooting* Pada Pemain Putra Umur 12-14 Tahun Klub SSB Pesat, Karanganyar. (2) Hubungan Antara Kekuatan Otot Perut Dengan Ketepatan *Shooting* Pada Pemain Putra Umur 12-14 Tahun Klub SSB Pesat, Karanganyar. (3) Hubungan Antara Keseimbangan Dinamis Dengan Ketepatan *Shooting* Pada Pemain Putra Umur 12-14 Tahun Klub SSB Pesat, Karanganyar. (4) Hubungan Kekuatan Otot Tungkai, Kekuatan Otot Perut Dan Keseimbangan Dinamis Dengan Ketepatan *Shooting* Pada Pemain Putra Umur 12-14 Tahun Klub SSB Pesat, Karanganyar.

Sesuai Dengan Tujuan Penelitian Ini, Maka Penelitian Ini Menggunakan Metode Deskriptif Dengan Pendekatan Studikorelasional. Penelitian Ini Dilaksanakan Di Lapangan SSB Pesat, Karanganyar, Pada Pemain Umur 12-14 Tahun SSB Pesat, Karanganyar. Dan Penelitian Ini Dilaksanakan Pada Bulan September. Dalam Penelitian Ini Variabel Bebas Disebut Juga Sebagai Prediktor Dan Variabel Terikat Yang Disebut Juga Sebagai Kriteria.

Teknik Pengumpulan Data Dalam Penelitian Ini Adalah Menggunakan Teknik Tes Dan Pengukuran. Adapun Jenis Tes Yang Digunakan Adalah: (1) Tes Dan Pengukuran Kekuatan Otot Tungkai Dengan *Leg Dynamometer* (Barry.L.Johnson & Johnson K. N. 1986: 210). (2) Tes Dan Pengukuran Kekuatan Otot Perut Dengan *Sit-Up Test* (Ismaryati, 2008:119). (3) Tes Dan Pengukuran Keseimbangan Dinamis Dengan Modifikasi *Bass Test* (Ismaryati, 2008: 51-53). (4) Tes dan pengukuran ketepatan *shooting* Bola Menggunakan petunjuk *shooting* bola Kegawang (Soekatamsi, 1984: 277-278). 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

Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai, Kekuatan Otot Perut dan Keseimbangan Dinamis dengan Ketepatan Shooting pada Pemain Putra Umur 12-14 Tahun Klub SSB Pesat, Karanganyar

Oleh: Bagus Kuncoro

Signifikan antar kekuatan otot tungkai dengan ketepatan Shooting Pada Pemain Putra Umur 12-14 Tahun Klub SSB Pesat Karanganyar, $R_{hitung} = 0.453 > R_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (2) Ada Hubungan Yang Signifikan Antara Kekuatan Otot Perut Dengan Ketepatan Shooting Pada Pemain Putra Umur 12-14 Tahun Klub Ssb Pesat Karanganyar, $R_{hitung} = 0.436 > R_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (3) Ada Hubungan Yang Signifikan Antara Keseimbangan Dinamis Dengan Ketepatan Shooting Pada Pemain Putra Umur 12-14 Tahun Klub Ssb Pesat Karanganyar Dari R_{tabel} , $R_{hitung} = 0.482 > R_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (4)

Ada Hubungan Yang Signifikan Antara Kekuatan Otot Tungkai, Kekuatan Otot Perut Dan Keseimbangan Dinamis Dengan Ketepatan Shootin Gpada Pemain Putra Umur 12-14 Tahun Klub Ssb Pesat Karanganyar $r^2_{y(123)}$ Sebesar $0.453 > R_{tabel\ 5\%}$ Pada taraf signifikansi 5% Sebesar 0.361 Dan F_{hitung} sebesar $7.1874 > F_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5% Sebesar $2,89$.

A. PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Popularitas Permainan Sepakbola Didunia Ini Semakin Terkenal. Ini Dilihat Dari Perkembangan Sepakbola Yang Sudah Mencapai Aspek Penjuru Dunia. Dengan Melihat Perkembangan Yang Ada Kita Wajib Untuk Sesegera Mungkin Untuk Memaksimalkan Potensi-Potensi Tanah Air Yang Ada.

Olahraga Sepakbola Di Indonesia Saat Ini Belum Terbukti Kemajuannya Dalam Prestasi Di Dunia. Ini Terlihat dari pertandingan Dan Perlombaan Yang Telah Diikuti Belum Menunjukkan Hasil Yang Memuaskan. Proses Pembinaan Olahragaini harusnya Di Pahami Sebagai Suatu Sistem Yang Kompleks, Sehingga Masalah Yang Terdapat Didalamnya Perlu Ditelaah Dari Sudut Pandang Yang Luas. Pembinaan Sebagaimana Yang Dimaksud Antara Lain Dapat Dilakukan Pada Aspek Gerakan. Gerakan-Gerakan Dalam Bidang Olahraga Diharapkan Dilakukandengan Cara Efisien dan teknik yang Benar.

Satuan Gerakan Bisa Dikatakan Efisien Apabila Gerakan-Gerakan Yang Terkoordinasi Dengan Baik Dikombinasikan Untuk menghasilkan Gerakan Yang Diperlukan Untuk Menyelesaikan Tugas Tertentu, Dan Memanfaatkannya Dengan Perolehan Nilai Yang Tinggi, Dengan Arah Yang Baik, Dan Menggunakan Tenaga Sekecil Mungkin. Seseorang

Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai, Kekuatan Otot Perut dan Keseimbangan Dinamis dengan Ketepatan Shooting pada Pemain Putra Umur 12-14 Tahun Klub SSB Pesat, Karanganyar

Oleh: Bagus Kuncoro

Yang Mampu Melakukan Gerakan-Gerakan Secara Efisien, Orang Tersebut Dapat Dikatakan Terampil.

Semua Golongan Masyarakat Dari Strata Yang Paling Tinggi Menuju Kestrata Paling Rendah Semua Orang Suka Dengan Sepakbola, Tanpa Terkecuali Dengan Kaum Hawa Pun Suka Dengan Olahraga Yang Satu Ini. Sepakbola Merupakan Permainan Beregu, Masing-Masing Regu Terdiri Dari Sebelas Orang, Dan Salah Satunya Penjaga Gawang. 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 Diketahui bahwa Tujuan Sepakbola Adalah Untuk Mencetak Angka Atau Gol.

Beberapa Teknik Yang Memegang Peranan Penting Dan Hampir Menjadi Penentu Kemenangan Dalam Permainan Sepakbola Adalah *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.

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 Diperoleh Maka Akan Semakin Besar Pula Peluang Kemenangan Yang Akan Diperoleh Suatu Tim. *Shooting* Adalah Faktor Yang Paling Penting Dalam Melakukan Penyerangan. 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 Melakukan Nya. Dengan Demikian, Kegagalan Melakukan *Shooting* Juga Berarti Kegagalan Mencetak Angka Atau Gol.

Ketepatan *Shooting* Bola Merupakan Salah Teknik Dasar Dalam Sepakbola Namun Cukup Sulit Dipelajari, Lebih-Lebih Untuk Pemain Yang Belum Terampil Dan Belum

Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai, Kekuatan Otot Perut dan Keseimbangan Dinamis dengan Ketepatan Shooting pada Pemain Putra Umur 12-14 Tahun Klub SSB Pesat, Karanganyar

Oleh: Bagus Kuncoro

Terlatih Gerak *Shooting* bola Secara Refleks. Tujuan Dalam Permainan Sepakbola Adalah Untuk Menciptakan Proses Tembakan Yang Tepat Dan Mendapat Angka Pada Setiap Kesempatan, Yang Merupakan Syarat Tim Tersebut Dinyatakan Pemenang. Dengan Demikian Keterampilan Gerak Dasar *Shooting* Dalam Permainan Sepakbola Sangat Penting Untuk dikuasai Secara Baik, Tetapi Tidak Boleh Mengesampingkan Keterampilan Gerak Dasar Yang Lain. Tingkat Keberhasilan Pemain Memasukkan Bola Ke Gawang Dapat Dipengaruhi Oleh Kebiasaan Dan Penguasaan Teknik *Shooting* Yang Baik, Baik *Shooting* pendek maupun *Shooting* jarak jauh.

B. METODE 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 Kekuatan Otot Tungkai, Kekuatan Otot Perut Dan Keseimbangan Dinamis Dengan Ketepatan shooting Bola.

C. 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 Kekuatan Otot Tungkai, Kekuatan Otot Perut Dan Keseimbangan Dinamis, Dan Satu Variabel Terikat Yaitu Ketepatan Shooting. Berturut-turut Dalam Bab Ini Disajikan Mengenai Deskripsi Data, Pengujian Persyaratan Analisis, Hasil Analisis Data Dan Pengujian Hipotesis.

A. Deskripsi Data

Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai, Kekuatan Otot Perut dan Keseimbangan Dinamis dengan Ketepatan Shooting pada Pemain Putra Umur 12-14 Tahun Klub SSB Pesat, Karanganyar

Oleh: Bagus Kuncoro

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 Kekuatan Otot Tungkai, Kekuatan Otot Perut Dan Keseimbangan Dinamis Dan Ketepatan Shooting.

Variabel	Tes	N	Mean	SD	Nilai Tertinggi	Nilai Terendah
Kekuatan otot tungkai	<i>Test</i>	30	38.20	10.28	56	15
	<i>Re-test</i>	30	39.60	11.40	67	21
Kekuatan otot perut	<i>Test</i>	30	23.10	2.78	29	16
	<i>Re-test</i>	30	24.07	2.35	29	17
Keseimbangan dinamis	<i>Test</i>	30	79.37	19.41	100	34
	<i>Re-test</i>	30	88.67	11.93	100	59
Ketepatan 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* Kekuatan otot tungkai, Kekuatan otot perut dan Keseimbangan dinamis dan Ketepatan 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

Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai, Kekuatan Otot Perut dan Keseimbangan Dinamis dengan Ketepatan Shooting pada Pemain Putra Umur 12-14 Tahun Klub SSB Pesat, Karanganyar

Oleh: Bagus Kuncoro

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 Kekuatan otot tungkai, Kekuatan otot perut dan Keseimbangan dinamis dan Ketepatan shooting pada penelitian ini adalah:

Tabel 3. Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data

Variabel	Reliabilita	Kategori
Kekuatan otot tungkai	0.794	Cukup
Kekuatan otot perut	0.938	Tinggi Sekali
Keseimbangan dinamis	0.804	Tinggi
Ketepatan shooting	0.714	Cukup

C. 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 Kriteria. 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 Keseimbangan Dinamiskan Pada Hasil Tes Kekuatan Otot Tungkai

Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai, Kekuatan Otot Perut dan Keseimbangan Dinamis dengan Ketepatan Shooting pada Pemain Putra Umur 12-14 Tahun Klub SSB Pesat, Karanganyar

Oleh: Bagus Kuncoro

(X_1), Kekuatan Otot Perut (X_2), Keseimbangan Dinamis (X_3) Dan Ketepatan 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
Kekuatan Otot Tungkai	$6 - 1 = 5$	38.20	10.28	1.667	11,070	Berdistribusi Normal
Kekuatan Otot Perut	$6 - 1 = 5$	23.10	2.78	1.667	11,070	Berdistribusi Normal
Keseimbangan Dinamis	$6 - 1 = 5$	79.37	19.41	3.245	11,070	Berdistribusi Normal
Ketepatan 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 Kekuatan Otot Tungkai (X_1), Kekuatan Otot Perut (X_2), Keseimbangan Dinamis (X_3) Dan Ketepatan 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 Kekuatan Otot Tungkai (X_1), Kekuatan Otot Perut (X_2), Keseimbangan Dinamis(X_3) Dan Ketepatan Shooting (Y) Termasuk Berdistribusi Normal.

2. Uji Linieritas

Uji Linieritas Hubungan Antara Masing-Masing Prediktor Yaitu Kekuatan Otot Tungkai (X_1), Kekuatan Otot Perut (X_2), Keseimbangan Dinamis(X_3), Dengan Kriterium

Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai, Kekuatan Otot Perut dan Keseimbangan Dinamis dengan Ketepatan Shooting pada Pemain Putra Umur 12-14 Tahun Klub SSB Pesat, Karanganyar

Oleh: Bagus Kuncoro

Yaitu Ketepatan 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	0.14	2,78	Model Linier Diterima
X_2Y	13:15	0.45	2,43	Model Linier Diterima
X_3Y	20:8	1.03	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.

D. Hasil Analisis Data

Hasil Analisis Korelasi Dan Analisis Regresi Antara Data Tes Kekuatan Otot Tungkai (X_1), Kekuatan Otot Perut (X_2), Keseimbangan Dinamis(X_3) Dengan Ketepatan 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 Kekuatan Otot Tungkai (X_1) Dengan Ketepatan Shooting (Y), Diperoleh Koefisien Korelasi Sebesar 0.453. Dengan $N = 30$, Nilai $R_{tabel\ 5\%} = 0,361$. Ternyata $R_{hitung} = 0.453 > R_{tabel\ 5\%} = 0,361$. Hal Ini Menunjukkan Bahwa Terdapat Hubungan Yang Signifikan Antara Kekuatan Otot Tungkai (X_1) Dengan Ketepatan Shooting (Y).

Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai, Kekuatan Otot Perut dan Keseimbangan Dinamis dengan Ketepatan Shooting pada Pemain Putra Umur 12-14 Tahun Klub SSB Pesat, Karanganyar

Oleh: Bagus Kuncoro

- b. Berdasarkan Analisis Korelasi Antara Kekuatan Otot Perut (X_2) Dengan Ketepatan Shooting (Y), Diperoleh Koefisien Korelasi Sebesar 0.436 . Dengan $N = 30$, Nilai $R_{tabel\ 5\%} = 0,361$. Ternyata $R_{hitung} = 0.436 > R_{tabel\ 5\%} = 0,361$. Hal Ini Menunjukkan Bahwa Terdapat Hubungan Yang Signifikan Antara Kekuatan Otot Perut (X_2) Dengan Ketepatan Shooting (Y).
- c. Berdasarkan Analisis Korelasi Antara Keseimbangan Dinamis (X_3) Dengan Ketepatan Shooting (Y), Diperoleh Koefisien Korelasi Sebesar 0.482 . Dengan $N = 30$, Nilai $R_{tabel\ 5\%} = 0,361$. Ternyata $R_{hitung} = 0.482 < R_{tabel\ 5\%} = 0,361$. Hal Ini Menunjukkan Bahwa Terdapat Hubungan Yang Signifikan Antara Keseimbangan Dinamis (X_3) Dengan Ketepatan Shooting (Y).

Ringkasan Hasil Analisis Korelasi Masing-Masing Prediktor Dengan Kriteria Penelitian Ini Adalah Sebagai Berikut:

Tabel 6. Rangkuman Hasil Analisis Korelasi Tiap Prediktor Dengan Kriteria

Variabel	R_{hitung}	R_{tabel}	Simpulan
X_1Y	0.453	0,361	Korelasi Signifikan
X_2Y	0.436	0,361	Korelasi Signifikan
X_3Y	0.482	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 Keseimbangan Dinamis (X_1), Kekuatan Otot Tungkai (X_2), Kekuatan Otot Perut (X_3) Keseimbangan Dinamis Dengan Ketepatan Shooting (Y) Penelitian Ini Adalah Sebagai Berikut:

1. Persamaan Garis Regresinya Adalah:

$$\hat{Y} = -0.221 X_1 + -0.740 X_2 + -0.040 X_3 + 64.402$$

2. Koefisien Korelasi Dan Determinasi Antara Prediktor Dan Kriteria:

$$R_{y(1,2,3)} = 0.673$$

Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai, Kekuatan Otot Perut dan Keseimbangan Dinamis dengan Ketepatan Shooting pada Pemain Putra Umur 12-14 Tahun Klub SSB Pesat, Karanganyar

Oleh: Bagus Kuncoro

$$R^2_{y(1,2,3)} = 0.453$$

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	2215.3610	738.4537	7.1874
Residu (Res)	26	2671.3057	102.7425	-
Total	29	4886.6667	-	-

Dari Hasil Analisis Regresi Tersebut Dapat Disimpulkan, Dengan Db = M Lawan N - M - 1 = 3 Lawan 26, Harga $F_{\text{tabel } 5\%}$ Adalah 2,89. Sedangkan Nilai F Yang Diperoleh Adalah 7.1874, Ternyata Lebih Besar Dari Angka Batas Penolakan Hipotesa Nol. Dengan Demikian Hipotesa Nol Ditolak, Yang Berarti Bahwa Terdapat Hubungan Yang Signifikan Antara Kekuatan Otot Tungkai (X_1), Kekuatan Otot Perut (X_2), Keseimbangan Dinamis (X_3) Dengan Ketepatan Shooting (Y). Adapun Besarnya Nilai R^2 Antara Kekuatan Otot Tungkai (X_1), Kekuatan Otot Perut (X_2), Keseimbangan Dinamis (X_3) Dengan Ketepatan Shooting (Y) Adalah 0.453.

E. Pengujian Hipotesis Dan Pembahasan

1. Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai Dengan Ketepatan Shooting

Dari Hasil Analisis Korelasi Pada Data Kekuatan Otot Tungkai Dengan Ketepatan Shooting, Diperoleh Nilai R Sebesar 0.453, Dimana Nilai Tersebut Lebih Besar Dari Nilai R_{tabel} Pada Taraf Signifikansi 5% Yaitu 0,361. Karena Nilai $R_{\text{hitung}} > R_{\text{tabel}}$, Maka Nilai Korelasi Signifikan. Hal Ini Berarti Bahwa Perubahan Variansi Ketepatan Shooting Dipengaruhi Oleh Komponen Variansi Kekuatan Otot Tungkai.

2. Hubungan Antara Kekuatan Otot Perut Dengan Ketepatan Shooting

Berdasarkan Hasil Analisis Yang Telah Dilakukan Terhadap Data Kekuatan Otot Perut Terhadap Ketepatan Shooting, Diperoleh Nilai R Sebesar 0.436 , Dimana Nilai Tersebut

Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai, Kekuatan Otot Perut dan Keseimbangan Dinamis dengan Ketepatan Shooting pada Pemain Putra Umur 12-14 Tahun Klub SSB Pesat, Karanganyar

Oleh: Bagus Kuncoro

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 Kekuatan Otot Perut Berpengaruh Terhadap Peningkatan Variansi Ketepatan Shooting.

Hubungan Antara Keseimbangan Dinamis Dengan Ketepatan Shooting

Berdasarkan Hasil Analisis Yang Telah Dilakukan Terhadap Data Keseimbangan Dinamisterhadap Ketepatan Shooting, Diperoleh Nilai R Sebesar 0.482 , 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 Keseimbangan Dinamis Memiliki Hubungan Yang Signifikan Terhadap Ketepatan Shooting.

3. Hubungan Kekuatan Otot Tungkai, Kekuatan Otot Perut Dan Keseimbangan Dinamis Dengan Ketepatan Shooting

Pada Hipotesis Dinyatakan Bahwa Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai, Kekuatan Otot Perut Dan Keseimbangan Dinamis Dengan Ketepatan Shooting Di Ketahui $R^2_{y(123)} = 0.453$ Sedangkan R_{tabel} Pada Taraf Signifikasi 0,05 Dan $N = 30$ Di Dapat $R_{tabel} = 0,361$, Dengan Hasil Tersebut $R_{hitung} > R_{tabel5\%}$ Dan $F_{hitung} = 7.1874$, Sedangkan $F_{tabel5\%}$ Dengan Db $3:26 = 2,89$, Ini Berarti $F_0 > F_{tabel5\%}$ Maka Hipotesis Di Terima.

D.SIMPULAN

Berdasarkan Hasil Penelitian Dan Hasil Analisis Regresi Dan Korelasi *Product Moment* Yang Telah Dilkeseimbangan Dinamiskan Dapat Diperoleh Simpulan Sebagai Berikut:

1. Ada Hubungan Yang Signifikan Antara Kekuatan Otot Tungkai Dengan Ketepatan Shooting Pada Pemain Putra Umur 12-14 Tahun Klub SSB Pesat Karanganyar Tahun 2018 $R_{hitung} = 0.453 > R_{tabel\ 5\%} = 0,361$.
2. Ada Hubungan Yang Signifikan Antara Kekuatan Otot Perut Dengan Ketepatan Shooting Pada Pemain Putra Umur 12-14 Tahun Klub SSB Pesat Karanganyar Tahun 2018 $R_{hitung} = 0.436 > R_{tabel\ 5\%} = 0,361$.

Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai, Kekuatan Otot Perut dan Keseimbangan Dinamis dengan Ketepatan Shooting pada Pemain Putra Umur 12-14 Tahun Klub SSB Pesat, Karanganyar

Oleh: Bagus Kuncoro

3. Ada Hubungan Yang Signifikan Antara Keseimbangan Dinamis Dengan Ketepatan Shooting Pada Pemain Putra Umur 12-14 Tahun Klub SSB Pesat Karanganyar Tahun 2018 dari R Tabel $R_{hitung} = 0.482 > R_{tabel\ 5\%} = 0,361$.
4. Ada Hubungan Yang Signifikan Antara Kekuatan Otot Tungkai, Kekuatan Otot Perut Dan Keseimbangan Dinamis Dengan Ketepatan Shooting Pada Pemain Putra Umur 12-14 Tahun Klub SSB Pesat Karanganyar Tahun 2018 $R^2_{y(123)}$ Sebesar 0.453 $> R_{tabel\ 5\%}$ Pada Taraf Signifikansi 5% Sebesar 0.361 Dan F_0 Sebesar 7.1874 $> F_{tabel}$ Pada Taraf Signifikansi 5% Sebesar 2,89.

E.DAFTAR PUSTAKA

- A. Hamidsyah Noer. 1996. *Ilmu Kepelatihan Lanjut*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- A. Sarumpaet, Zulfar Djazet, Parno & Iman Sodikun. 1992. *Permainan Bola Besar*. Jakarta : Depdikbud Dirjen Dikti.
- Agung Sunarno & R. Syaifullah D. Sihombing. 2011. *Metode Penelitian Keolahragaan*. Surakarta : Yuma Pustaka.
- Ali Maksum. 2012. *Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya : Unesa Press.
- Engkos Kokasih. 1993. *Olahraga Teknik dan Program Latihan*. Jakarta : Akademika Presindo.
- Johnson, B.L. & Nelson, J. K. 1986. *Practical Measurement for Evaluation in Physical Education*. New York: Macmillan Publishing Company
- Luxbacher, J.A 2012. *Sepakbola : Langkah-Langkah Menuju Sukses*. Alih bahasa : Agus Wibawa. Jakarta : PT. Raja Grafindo.
- Mielke, D. 2008. *Dasar-Dasar Sepak Bola*. Alih Bahasa Harry Santoso. Semarang: Karmedia.
- Saifuddin Azwar. 1997. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar..

Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai, Kekuatan Otot Perut dan Keseimbangan Dinamis dengan Ketepatan Shooting pada Pemain Putra Umur 12-14 Tahun Klub SSB Pesat, Karanganyar

Oleh: Bagus Kuncoro

Scheunemann, T. 2008. *Dasar-dasar Sepakbola Modern*; Alih bahasa : Marcel Lombe. Malang : Dioma.

Sneyers, J. 1998. *Sepakbola : Latihan dan Strategi Bermain*. Alih Bahasa : L. Lanjang. Bandung : Remaja Rosdakarya.

Suharsimi Arikunto. 2000. *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : PT Rineka Cipta.