



JOKER (JURNAL ILMU KEOLAHRAGAAN)

Volume 4 No. 3 Desember 2023

e-ISSN: 2723-584X

HUBUNGAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI DENGAN KETEPATAN PASSING LAMBUNG DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA SISWA KELAS XI SMAN 1 KULISUSU

Ahmad Ibrohim¹, Saifu², Wolter Mongsidi³

Program Studi Ilmu Keolahragaan, FKIP, Universitas Halu Oleo

Email: ahmadibr4him21@gmail.com

Program Studi Ilmu Keolahragaan, FKIP, Universitas Halu Oleo

Email: saifulpendor@gmail.com

Program Studi Ilmu Keolahragaan, FKIP, Universitas Halu Oleo

Email: wolterfik@gmail.com

ABSTRACT

The Correlation between Leg Muscle Strength and gastric Passing Accuracy in Football Games class XI at the students of SMAN 1 Kulisusu. First advisor by Dr. Asmuddin, S.Pd., M.Pd., AIFO-Fit as the first supervisor and Ms. Suhartiwi, S.Pd., M.Pd., AIFO as the second supervisor. The purpose of this study was to determine the correlation between leg muscle strength and gastric passing accuracy in soccer games for Class XI at Students of SMAN 1 Kulisusu. The population in this study were all students of class XI SMAN 1 Kulisusu with a total of 307 students consisting of 133 males and 174 females. The sample in this study was carried out using a purposive sampling technique, which was taken based on consideration of gender criteria, 133 men were obtained, then 32 students were able to do stomach passing. The test instrument used to measure leg muscle strength is the vertical jump which is carried out with three attempts while measuring the ability to pass the stomach with the long pass test to be able to hit the targets that had been provided. Based on the results of data analysis using SPSS version 26, the correlation coefficient (r_{xy}) = 0.563 was obtained with a determination (r^2) = 0.31 or 31%, while 69% was influenced by elements of other physical conditions such as accuracy, concentration, and leg muscle strength. These results showed that the ability to pass the stomach was supported by leg muscle strength by 31%. Furthermore, significant value = 0.000. Because the significant value = 0.000 < 0.05, this study could be concluded that there was a correlation between leg muscle strength and gastric passing ability in class XI at the students of SMAN 1 Kulisusu.

Keywords: Leg Muscle Strength, Gastric Passing, Football

ABSTRAK

Hubungan Kekuatan Otot Tungkai dengan Ketepatan Passing Lambung dalam Permainan Sepakbola pada Siswa Kelas XI SMAN 1 Kulisusu. Dibimbing oleh Bapak Dr. Asmuddin, S.Pd., M.Pd., AIFO-Fit selaku pembimbing pertama dan Ibu Suhartiwi, S.Pd., M.Pd., AIFO selaku pembimbing kedua. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan kekuatan otot tungkai dengan ketepatan passing lambung dalam permainan Sepakbola pada Siswa Kelas XI SMAN 1 Kulisusu. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Siswa kelas XI SMAN 1 Kulisusu yang berjumlah 307 orang yang terdiri dari 133 putra dan 174 putri. Penarikan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan tehnik purposive sampling yakni di ambil berdasarkan pertimbangan kriteria jenis kelamin diperoleh 133 orang putra kemudian yang mampu melakukan passing lambung berjumlah 32 orang Mahasiswa. Instrumen tes yang digunakan untuk mengukur kekuatan otot tungkai adalah Vertical jump yang di laksanakan dengan tiga kali percobaan, sedangkan untuk mengukur kemampuan Passing lambung dengan tes Long pass

untuk dapat mengenai target yang telah di sediakan. Berdasarkan hasil analisis data menggunakan SPSS versi 26 diperoleh nilai koefisien korelasi (r_{xy}) = 0,563 dengan determinasi (r^2) = 0,31 atau 31%, sedangkan 69% dipengaruhi oleh unsur kondisi fisik yang lain seperti akurasi, konsentrasi, dan kekuatan otot kaki. Hasil ini menunjukkan bahwa kemampuan passing lambung ditunjang oleh kekuatan otot tungkai sebesar 31%. Selanjutnya nilai signifikan = 0,000. Oleh karena nilai signifikan = 0,000 < 0,05 maka penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan kekuatan otot tungkai dengan kemampuan passing lambung pada siswa kelas XI SMAN 1 Kulisusu.

Kata Kunci: Kekuatan Otot Tungkai, Passing Lambung, Sepak Bola.

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan aktivitas yang bersifat kompetitif yang melibatkan kemampuan fisik dan mental, yang dalam permainannya harus ada tata aturannya sehingga dalam suatu kompetisi olahraga akan ada pihak yang menang dan kalah. Olahraga yang melibatkan kemampuan fisik sebagai pengendali besar dalam mempengaruhi hasil permainan, meliputi sepak bola, basket, bulu tangkis, dan lain-lain.

Seiring berjalannya waktu, olahraga mengalami perkembangan dan membentuk berbagai macam jenis olahraga. Monumen Pharaoh yang terletak di Mesir, menunjukkan berkembangnya olahraga pada cabang lari yang direpresentasikan oleh Zoser berpartisipasi dalam perlombaan lari saat festival. Olimpiade olahraga pertama dilaksanakan pada 776 Sebelum Masehi (SM) oleh Yunani kuno. Pada saat itu, olimpiade hanya dapat diikuti oleh laki-laki Yunani saja khususnya yang bebas dari perbudakan. Pada tahun 1896, olimpiade modern pertama diselenggarakan di Athena, Yunani dibawah kepemimpinan Pierre de Coubertin.

Pada mulanya olahraga dilakukan hanya untuk mengisi waktu luang, sehingga olahraga dilakukan dengan penuh kegembiraan dan santai serta tidak ada batasan dan aturan yang digunakan. Olahraga dilakukan secara tidak formal baik dari segi tempat pelaksanaan, peraturan, maupun waktu kegiatannya. Namun seiring perkembangan kebutuhan dan kemampuan manusia yang semakin maju, yang ditandai dengan berkembangnya ilmu pengetahuan dan teknologi yang terus dilakukan oleh manusia, maka kegiatan olahraga tidak lagi dilakukan hanya untuk kegiatan rekreasi melainkan bertambah menjadi kegiatan yang dipertandingkan.

Berorientasi pada berbagai macam teknik dasar yang digunakan dalam permainan sepakbola, passing atau mengoper/mengumpan adalah teknik dasar yang wajib dikuasai oleh seorang pemain karena passing adalah teknik

dasar yang paling mendominasi pada saat bermain bola. Passing adalah seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lain Passing sendiri terbagi menjadi beberapa bagian yaitu passing dekat (*short pass*) dan passing lambung/passing jarak jauh (*long pass*). Passing jarak jauh (*long pass*) biasanya digunakan untuk memberikan umpan-umpan didepan gawang. Perkenaan bola pada kaki pada passing jarak jauh (*long pass*) yaitu pada ujung kaki Kuncinya adalah mempertahankan lutut kaki yang digunakan untuk menendang sedikit agak ditekuk pada saat menyentuh bola kemudian luruskan kaki saat mengayunkan tendangan. Seorang pemain menguasai teknik passing lambung sangat penting karena tidak sedikit gol yang tercipta hasil dari umpan-umpan lambung. Memberi umpan lambung yang baik dalam permainan sepakbola memerlukan kemampuan memperkirakan jarak dan arah bola serta seberapa kuat tungkai memberikan tendangan terhadap bola.

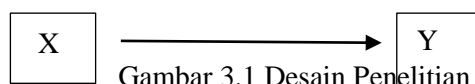
Kekuatan otot tungkai merupakan faktor yang sangat berpengaruh dalam melakukan umpan lambung. Dengan menguasai teknik menendang yang baik, cepat, cermat maka tidak sedikit kemungkinan seorang pemain tersebut bisa memberikan umpan yang berujung gol dan bahkan pemain tersebut bisa mencetak gol sendiri.

Mempelajari betapa pentingnya teknik-teknik dalam sepakbola terutama teknik dasar passing lambung pada siswa kelas XI SMAN 1 Kulisusu maka peneliti mengambil judul "Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dengan Ketepatan Passing Lambung Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Kelas XI SMAN 1 Kulisusu.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode korelasional dengan teknik tes dan pengukuran. Dalam

penelitian ini ada dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Kekuatan otot tungkai (X), terhadap ketepatan passing lambung (Y). Adapun desain penelitiannya adalah sebagai berikut:



Gambar 3.1 Desain Penelitian

Sumber: Sugiono (2009)

Keterangan :

X= Koordinasi mata tangan (variabel bebas)

Y=Kemampuan servis pendek (variabel terikat)

→ = Hubungan

HASIL PENELITIAN

Uji Normalitas

Kriteria yang digunakan untuk mengetahui normal tidaknya suatu data dengan bantuan tabel one-sample kolmogorov-smirnov test, adalah jika nilai Asymp. Sig (2-tailed) lebih kecil dari taraf alfa = 0,05 maka data tidak normal. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 1. Hasil Perhitungan Uji Normalitas

No.	Variabel	Sig.	Asymp. Sig	Kesimpulan
1	Kekuatan Otot Tungkai	0,141	0,05	Normal
2	Kemampuan Passing Lambung	0,189	0,05	Normal

Berdasarkan tabel di atas, diketahui data Kekuatan Otot Tungkai diperoleh Asymp. Sig (2-tailed) 0,141 > 0,05, maka dapat diartikan bahwa data berdistribusi normal. Data kemampuan Passing lambung Asymp. Sig (2-tailed) 0,189 > 0,05, maka dapat diartikan bahwa data berdistribusi normal. Maka hipotesis yang menyatakan sampel berdasarkan dari populasi berdistribusi normal diterima.

Uji Linearitas

Tujuan uji linearitas adalah untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat tersebut linear atau tidak. Kriteria pengujian linearitas dengan menggunakan bantuan ANOVA Table adalah jika nilai Sig. (deviation from linearity) lebih

- Populasi
Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI SMA Negeri 1 Kulisusu, dimana putra berjumlah 133 orang dan putri berjumlah 174 orang dengan populasi keseluruhan yaitu 307 orang siswa.
- Sampel
Penarikan sampel dalam hasil penelitian ini menggunakan tehnik purposive sampling diambil berdasarkan pertimbangan dengan kriteria jenis kelamin, dan yang mampu melakun passing lambung sehingga sampel dalam penelitian ini berjumlah 33 orang.

besar dari taraf alfa = 0,05 maka data antara variabel bebas dan variabel terikat adalah linear, dan jika nilai Sig. (deviation from linearity) lebih kecil dari taraf alfa = 0,05 maka data antara variabel bebas dan variabel terikat tidak linear. Hasil rangkuman uji linearitas disajikan pada tabel berikut ini:

Tabel 2. Hasil Perhitungan Uji Linearitas

Variabel	Sig.	Kesimpulan
Kelenturan pergelangan tangan dengan pukulan backhand	0,848	Linear

Berdasarkan tabel di atas, diketahui data hasil uji linearitas menemukan hubungan X dengan Y diperoleh Sig. (deviation from linearity) 0,848 > 0,05, maka dapat diartikan bahwa hubungan antara variabel kekuatan otot tungkai dengan kemampuan passing lambung pada Siswa SMAN Negeri 1 Kulisusu adalah linear.

Uji Hipotesis

Data penelitian tentang Hubungan Kekuatan Otot Tungkai dengan Ketepatan Passing Lambung dalam Permainan Sepak Bola Siswa Kelas XI SMAN 1 Kulisusu diuji dengan uji korelasi menggunakan SPSS versi 21. Uji hipotesis dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi Vertical Jump (X) dengan Kemampuan Long Pass (Y).

Variabel	Person Corelation	Kesimpulan
Kekuatan otot tungkai dengan	0,563	Korelasi

kemampuan *passing* lambung

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa data korelasi tentang vertical jump dengan kemampuan long pass memiliki koefisien korelasi sebesar (r_{XY}) adalah 0,563 sebesar dengan nilai signifikan 0,001. Untuk mengetahui kebermaknaan hubungan vertical jump dengan kemampuan long pass, maka nilai

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis statistik dengan uji korelasi menggunakan SPSS pada tabel 3 ditemukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dengan kemampuan passing lambung. Hal ini terlihat dengan harga rxy yang diperoleh sebesar 0,563. Nilai rxy yang diperoleh merupakan gambaran nyata kuatnya hubungan antara kedua variabel, dimana jika dimasukkan dalam peta korelasi maka 0,563 masuk dalam kategori kontribusi sangat tinggi.

Besaran koefisien korelasi kekuatan otot tungkai dengan kemampuan passing lambung menggambarkan adanya korelasi yang signifikan yang dapat dilihat dari nilai signifikan $0,000 < 0,05$. Hal ini didukung oleh perolehan nilai koefisien determinasi (r^2) = 0,31, yang berarti koordinasi kekuatan otot tungkai memberikan kontribusi terhadap kemampuan passing lambung sebesar 31%. Sedangkan 69% dipengaruhi oleh unsur kondisi fisik yang lain seperti kelenturan, ketepatan, dan kekuatan otot lengan.

Dalam hal ini, presentase kontribusi kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan passing lambung memberikan gambaran bahwa kekuatan otot tungkai merupakan salah satu unsur kemampuan fisik yang mendukung kemampuan passing lambung sebagai alat yang baik kekuatan otot tungkai dalam menempatkan bola dengan tepat ketika melakukan passing lambung. Kekuatan otot tungkai dalam melakukan passing lambung dibutuhkan untuk menghasilkan peluang untuk dapat menerobos pertahanan lawan dan mencetak gol guna mencapai sebuah kemenangan.

signifikan dibandingkan dengan 0,05. Oleh karena nilai signifikan = $0,001 < 0,05$ maka diketahui H_1 diterima. artinya terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dengan kemampuan passing lambung. Koefisien determinasi antara kedua variabel (r^2) 0,31 dengan kata lain 31% kemampuan passing lambung ditentukan oleh kekuatan otot tungkai.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan SPSS versi 21 diperoleh nilai koefisien korelasi (r_{xy}) = 0,563 dengan determinasi (r^2) = 0,31 atau 31%, Hasil ini menunjukkan bahwa kemampuan passing lambung ditunjang oleh vertical jump sebesar 31%, sedangkan 69% dipengaruhi oleh unsur kondisi fisik yang lain seperti kelenturan, ketepatan, dan kekuatan otot lengan. Selanjutnya nilai signifikan = 0,000. Oleh karena nilai signifikan = $0,000 < 0,05$. Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan kekuatan otot tungkai dengan kemampuan passing lambung pada siswa kelas XI SMAN 1 Kulisusu.

SARAN

Saran yang dapat penulis kemukakan yaitu sebagai berikut:

1. Untuk menghasilkan teknik passing lambung yang baik hendaknya pelatih perlu memperhatikan unsur kekuatan otot tungkai dan fisik agar menghasilkan akurasi passing lambung yang baik.
2. Dalam melakukan latihan passing lambung hendaknya pelatih menerapkan berbagai metode latihan yang dapat membentuk koordinasi mata tangan yang baik.
3. Penelitian ini belum komprehensif karena peneliti hanya meneliti salah satu unsur kondisi fisik yang menunjang dalam melakukan servis panjang, jadi kiranya bagi peneliti lain dapat meneliti lebih lanjut unsur kondisi fisik lain yang menunjang selain *vertical jump*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Bagian Penulis karya tulis ini merupakan sebuah bukti bahwa penulis mampu menyelesaikan tugas akhir sebagai seorang mahasiswa guna memperoleh gelar sarjana. Dengan penuh semangat dan jiwa

produktif, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “**Hubungan Kekuatan Otot Tungkai dengan Ketepatan Passing Lambung dalam Permainan Sepakbola pada Siswa Kelas XI SMAN 1 Kulisusu**” Dengan segala kerendahan hati, penulis mengakui bahwa skripsi ini tidak terlepas dari pengaruh dan bimbingan dari **Bapak Dr. Asmuddin, S.Pd., M.Pd., AIFO-Fit** selaku Pembimbing I dan, **Ibu Suhartiwi, S.Pd., M.Pd., AIFO** selaku Pembimbing II. Begitu banyak saran yang diberikan kepada penulis, mulai dari tahap konsultasi judul, penyusunan proposal penelitian hingga terselesaikannya skripsi ini. Tanpa mengurangi rasa hormat kepada kedua dosen pembimbing, penulis mengucapkan banyak terima kasih.

Terima kasih yang terdalam teruntuk kedua orang tua tercint Ayahanda **Aruddin** dan Ibunda **Fatimah** yang telah melahirkan, mengasuh, membesarkan, mendidik, membiayai studi dari awal hingga selesai dan tiada henti-hentinya mendoakan yanga terbaik dengan penuh kasih sayang yang tulus higgah sekarang, dan selalu menyemangati ketika sementara menyusun proposal penelitian hingga terselesaikan skripsi ini..

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Rohim. (2008). *Dasar-Dasar Sepak Bola*, Demak : Aneka Ilmu
- Agus Salim. (2008). *Buku Pintar Sepakbola*. Bandung: JEMBAR.
- Ahmad Rivai, Sudjana Nana. (2013). *Media Pengajaran*. (Pengunaan dan Pembuatannya) Bandung: Sinar baru Algesindo.
- Ahmad Rivai, Sudjana Nana. (2007). *Media Pengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo
- Asep Herry Hernawan, dkk. (2008) *Modul 10. Pengembangan Kurikulum dan Pembelajaran: Perumusan Tujuan Pembelajaran*. Jakarta ; Penerbit Universitas Iqaz.
- Anas sudijono. (2009). *Pengantar evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Rajagrafindo.
- Asshagab M, Firmansyah, Widiastuti W. (2020). Games-Based Needs Analysis of Fut-sal Skill Exercise for Junior High School Student. *Journal of Physical Education*, 9(2), 91–95.
- Arikunto, Suharsimi. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Dani Iskandar. (2016). *Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai, Panjang Tungkai Dan Lingkar Paha Dengan Hasil Tendangan Sepakbola Siswa Mts Muhammadiyah 1 NatarLampung Selatan*. Bandar Lampung.
- Danny Mielke. (2009). *Dasar-Dasar Sepak Bola*. Bandung: Pakar Raya.
- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Dasar Kepeleatihan*. Yogyakarta: FIK
- Hasnah, Ina. (2009). *Sepak Bola*. Bandung: PT. INDAHJAYANA Adipratama
- Irwadi, (2011). *Kondisi fisik dan pengukuranya. Jurusan Kepeleatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan*. UNP. Padang.
- Ismaryanti. (2006). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: UNS Press.
- Joseph A. Luxbacher. (2011). *Sepak Bola Edisi Kedua*. Penerjemah; Agus Wibawa. Jakarta: PT Grafindo Persada.
- Komarudin. (2005). *Dasar Gerak Sepakbola*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Lhaksana, J. (2011). *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Depok : Be Champion.
- Mochamad Sajoto. (1988). *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Depdikbud. Semarang
- Nala, IGN. (2015). *Prinsip Pelatiahian Fisik Olahraga*. Denpasar : Udayana Nuversity Press.
- Parsiti. (2011). *Hubungan antara Kekuatan Otot Tungkai dengan Kemampuan Menendang Bola Jarak Jauh pada Permainan Sepakbola Siswa Putra Kelas atas SDN 3 Pandansari Kec.Sruweng, Kab.Kebumen*.
- Remmy Muchtar. (1992). *Olahraga Pilihan Sepakbola*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti
- Saiful. (2021). *Tes dan Pengukuran Dalam Olahraga*. Kendari: UD.Al-Hasanah
- Sardjono, (1982). *Pedoman Mengajar Permainan Sepakbola*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta
- Setiadi. (2007). *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta : Graha Ilmu.

- Sucipto. (2000). *Sepakbola*. Jakarta: Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Sucipto dkk. (2000). *SepakBola*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sudin dan Saptani. (2009). *Media Pembelajaran*, Sumedang : Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&d*. Bandung : Alfabeta
- Sukatamsi. (2000). *Pedoman Modul Pelatihan Kesehatan Olahraga bagi Pelatihan Olahragawan Pelajar*. Airlangga. Jakarta.
- Syafuruddin. (2013). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang : UNP.