JARGARIA SPRINT

Journal Science of Sport, and Health

Volume 1, Nomor 1

Profsi Faal Olahraga, PSDKU Umpatti-Aru

jagariasprint@yahoo.com

HUBUNGAN POWER TUNGKAI DENGAN KETEPATAN SHOOTING DALAM PERMAINAN FUTSAL TIM PATRIOT PJKR FKIP UKAW KUPANG

Robert Tetikay¹, Welem Arawaman Lolangluan²

Program Study PJKR FKIP UKAW Kupang,

[¹, ²welemalolangluan@gmail.com](mailto:tetikayrobert@gmail.com)

ABSTARK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: Hubungan Power Tungkai Dengan Ketepatan Shooting Dalam Permainan Futsal Pada Tim Patriot PJKR FKIP UKAW Kupang. Bahwa pada mahasiswa penjaskesrek tim futsal patriot FKIP UKAW Kupang belum mampu melakukan ketepatan shooting yang baik terkadang ketepatan shooting tidak tepat sasaran gawang. Populasi dan Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa putra Program Studi Pjkr tim futsal. Pengambilan sampel di atas didasarkan pada pertimbangan biaya dan waktu penelitian. Populasi yang sudah di kelompokkan sehingga sampel dari populasi tersebut tergolong restricted random sample. Dari hasil penelitian diketahui bahwa antara power tungkai terhadap ketepatan shooting pada mahasiswa PJKR FKIP Kupang sudah diketahui r_{xy} atau $r_{observasi}$ (r hitung) lebih besar dari r_{tabel} ($0,861 > 0,361$) pada taraf signifikan 5% dengan $df = n-2 = 30-2 = 28$ hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima, itu berarti antara power tungkai dengan ketepatan shooting dalam permainan futsal pada mahasiswa PJKR FKIP UKAW Kupang terdapat korelasi yang kuat atau tinggi.

Kata kunci: Power Tungkai, Ketepatan Shooting dalam Futsal

RELATIONSHIP OF CUTTING POWER WITH THE ACCURACY OF SHOOTING IN FUTSAL GAME PATRIOT PJKR TEAM FKIP UKAW KUPANG

ABSTRACT

This study aims to determine: Relationship between Leg Power and Shooting Accuracy in Futsal Games in the PJKR Patriot Team FKIP UKAW Kupang. That in the physical education students of the FKIP UKAW Kupang futsal patriot team has not been able to do a good shooting accuracy, sometimes the accuracy of shooting is not on target. The population and sample used in this study were male students of the Pjkr Study Team futsal team. The sampling above is based on cost and time research considerations. The population has been grouped so that the sample of the population is classified as a restricted random sample. From the results of the study note that between the power of the limbs to the accuracy of shooting in the FKIP Kupang PJKR students, it is known that the proxy or observation (r count) is greater than r_{table} ($0.861 > 0.361$) at the level of Significant 5% with $df = n-2 = 30-2 = 28$ null hypothesis is rejected and alternative hypothesis (H_a) is accepted, it means that between leg power and accuracy of shooting in futsal games in PJKR FKIP UKAW Kupang students there is a strong or high correlation.

Keywords: Power Legs, Accuracy Shooting in Futsal

1. PENDAHULUAN

Menurut Lhaksana (2008), *futsal* bukan hanya suatu permainan bagi pemain yang merasa lebih nyaman di lapangan sempit. Namun, yang berkembang dalam permainan *futsal* adalah kecepatan, maka pemain *futsal* dituntut cepat dalam mengalirkan bola, bergerak mencari ruang untuk menerima umpan, dan bereaksi, karena dengan pergerakan yang cepat, seorang pemain *futsal* akan dapat mengecoh lawan dan dalam melakukan penjagaan serta juga dapat dengan cepat menyusun formasi baik itu ketika melakukan penyerangan ataupun ketika bertahan. Oleh karena itu kecepatan harus mutlak dikuasai sebagai salah satu teknik dasar *futsal*.

Teknik menggunakan punggung kaki Pada umumnya menendang bola dengan punggung kaki digunakan untuk menembak ke gawang (*shooting*). Dilakukan dengan posisi badan berada di belakang bola sedikit condong kedepan. Kaki tumpuan diletakkan disamping bola dan ujung kaki menghadap sasaran dan lutut sedikit ditekuk, kemudian ayunkan kedepan. Tempatkan punggung kaki tepat di tengah- tengah bola, setelah menendang kaki tetap mengayun kedepan mengikuyi arah bola. Sedangkan *shooting* menggunakan ujung kaki/sepatu Teknik *shooting* dengan menggunakan ujung sepatu atau ujung kaki sama halnya dengan *shooting* menggunakan punggung kaki, hanya bedanya pada saat melakukan *shooting* perkenaan kaki tepat diujung sepatu atau ujung kaki.

Dengan mengetahui teknik dari menendang bola maka dapat kita ketahui tujuan dari melakukan teknik *shooting* yaitu untuk memasukkan bola ke gawang. Karena karakteristik sepakbola dan futsal hampir sama, maka tujuan dari sepak bola dan futsal adalah memasukan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawannya dan berusaha menjaga gawang sendiri agar tidak kemasukan

Shooting memiliki peranan yang penting dalam permainan futsal karena *shooting* merupakan cara untuk memasukkan bola ke gawang. Sehingga dapat menghasilkan kemenangan dalam suatu pertandingan. dengan mengetahui peranan *shooting*, maka pelaksanaan *shooting* harus dilakukan dengan cepat dan tepat. Selain kecepatan, ketepatan saat menendangpun sangat penting. Agar *shooting* tersebut memiliki ketepatan, maka harus didukung oleh kekuatan dan kecepatan dalam hal ini adalah *Power* tungkai.

Meskipun demikian, kenyataannya para mahasiswa Kupang tim futsal Patriot PJKR FKIP belum baik dalam melakukan *shooting*. Masih banyak mahasiswa yang kurang tepat dan kurang keras dalam melakukan *shooting* baik menggunakan punggung kaki atau menggunakan ujung kaki. Hal ini juga dapat dilihat dari setiap pertandingan yang dilakukan oleh tim futsal Patriot PJKR FKIP belum baik dalam latihan maupun turnamen. Walaupun sering memperoleh kemenangan di setiap pertandingan, tetapi para pemainnya masih kurang bagus dalam penyelesaian akhir. Tendangan tiap-tiap pemain masih

banyak yang tidak tepat sasaran (gawang). Untuk itu tes Power otot tungkai diperlukan untuk menunjang kaki agar memiliki kemampuan dalam menendang bola dengan keras. Derasnya arus bola yang ditenda oleh pemain, akan lebih menyulitkan penjaga gawang lawan untuk menghalau bola tersebut, dengan begitu peluang terjadinya gol akan lebih besar.

Dari fakta yang terlihat di lapangan dan hasil survei, penulis akan meneliti mengenai tendangan khususnya ketepatan tendangan *shooting* berdasarkan power tungkai pada pemain futsal patriot PJKR Kupang.

Dengan demikian penulis sangat tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ Hubungan Power Tungkai Dengan Ketepatan *Shooting* Dalam Permainan Futsal Tim Patriot PJKR FKIP Ukaw Kupang ”.

2. METODOLOGI PENELITIAN

Rancangan penelitian yang digunakan adalah desain korelasional (correlational desain). Adapun desain penelitian yang dimaksud terlihat pada gambar berikut :dimana penulis ingin mengetahui kemampuan pemain tim Patriot PJKR dalam melakukan ketepatan *shooting* kegawang.

Gambar: Rancangan Korelasional
(Husaini Usman, 2011)

Keterangan :

X : Power tungkai

Y : Ketepatan *shooting*

A. Populasi dan sampel

1. Populasi adalah keseluruhan obyek penelitian (Suharsimi, 2006). Jadi yang dimaksud populasi adalah seluruh individu yang akan dijadikan obyek penelitian. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi PJKR FKIP Kupang yang berjumlah 30 orang.
2. Sampel Adalah Yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah seluruh populasi yang ada berjumlah 30 orang

B. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya akan lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga mudah diolah (Suharsimi, 2006).

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Instrumen tes yang digunakan untuk mengukur ketepatan *shooting* adalah tes ketepatan shooting kegawang dengan jarak 10 m. (Nurhasan, 2001)
2. Instrumen Latihan yang digunakan untuk latihan power tungkai adalah : latihan *standing board jump*. (Arsil, 2010)

C. Teknik Pengumpulan Data

Memperoleh data dalam penelitian ini, maka dilakukan langkah-langkah sebagai berikut :

1. Prosedur Administrasi
 - a. Mengurus surat izin penelitian.
 - b. Mempersiapkan tempat dan alat yang digunakan.
 - c. Melaporkan kepada pembimbing tentang waktu pelaksanaan penelitian, tes dan pengukuran.
 - d. Membuat formulir untuk pengambilan data.
 - e. Penulis memberikan penjelasan, contoh-contoh terlebih dahulu kepada atlet sebelum dilakukan kegiatan tes dan pengukuran.
 - f. Mempersiapkan tenaga pembantu.
2. Prosedur Pelaksanaan
 - a. Tes *Power Tungkai* Tujuan: Mengukur komponen otot tungkai.
 - 1) Perlengkapan:
 - a) Lantai yang datar dan rata.
 - b) Meteran. Pelaksanaan:
 - (1) Testi berdiri dibelakang garis batas, kaki sejajar, lutut ditekuk, tangan dibelakang badan.
 - (2) Ayun tangan dan melompat sejauh mungkin kedepan dan kemudian mendarat dengan kedua kaki bersama-sama.
 - (3) Beri tanda bekas pendaratan dari bagian tubuh yang terdekat dengan garis *start*.
 - (4) Testi melakukan 3 kali loncatan.
 - (5) Sebelum melakukan tes yang sesungguhnya testi boleh mencoba sampai dapat melakukan gerakan yang benar.
 - 2) Penilaian:

Hasil lompatan testee diukur dari bekas pendaratan dari anggota badan yang terdekat dari garis tolakan sampai dengan garis tolakan. Nilai yang diperoleh testee adalah hasil loncatan terjauh yang diperoleh dari ketiga loncatan.
 - a. Tes ketepatan *shoot* kegawang

Tujuan: Mengukur keterampilan menembak atau menendang bola ke sasaran (*Shooting*).

Perlengkapan: lapangan, gawang, alat tulis, bola futsal, tali, nomor- nomor.

Pelaksanaan :

 - a) Testee berdiri dibelakang bola yang diletakkan pada sebuah titik berjarak 10m didepan gawang/sasaran.
 - b) Testee diberi 10 kali kesempatan melakukan *shooting* dari jarak yang ditentukan.
 - c) Tidak ada aba-aba dari teste.

d) Tembakan dianggap berhasil apabila bola secara langsung mengenai sasaran.

Gerakkan dinyatakan gagal apabila:

e) Keluar dari daerah sasaran

f) Menempatkan bola tidak pada jarak 10 m. Penilaian :

Bola hasil *shooting* dari jarak 10m mengenai tali atau garis pemisah skor pada sasaran maka diambil skor terbesar. Satu orang testee melakukan sebanyak 10 kali tendangan dan hasil seluruh tendangan dijumlahkan.

D. Hasil Dan Pembahasan

Hasil pengukuran ketepatan *shooting* dalam permainan Futsal masih merupakan satuan data yang berbeda atau data yang diperoleh masih dalam satuan ukuran yang tidak sama. Harusnya perlu kedua data disamakan.

Deskripsi Data Hasil Penelitian

N0	Power Tungkai (X)	Ketepatan <i>Shooting</i> (Y)
1	52	41
2	51	43
3	51	41
4	52	73
5	51	47
6	51	43
7	51	54
8	51	43
9	51	56
10	51	37
11	51	49
12	51	45
13	51	32
14	51	60
15	51	49
16	50	55
17	51	43
18	51	60
19	50	32
20	51	54
21	50	49
22	50	69
23	52	55
24	50	49
25	50	54
26	50	51
27	51	48
28	50	47

29	50	49
30	50	43

a. Membuat tabel bantu perhitungan

Dari tabel 1 dilakukan perhitungan untuk memperoleh r_{xy} , dengan terlebih dahulu menyiapkan tabel kerja atau tabel perhitungan, sebagaimana dapat dilihat pada tabel 1

Tabel 2 Bantu Perhitungan Data Hasil Variabel X dan Variabel Y

N0	X	Y	X ²	Y ²	XY
1	52	41	2704	1681	2132
2	51	43	2601	1849	2193
3	51	41	2601	1681	2091
4	52	73	2704	5329	3796
5	51	47	2601	2209	2397
6	51	43	2601	1849	2193
7	51	54	2601	2916	2754
8	51	43	2601	1849	2193
9	51	56	2601	3136	2856
10	51	37	2601	1369	1887
11	51	49	2601	2401	2499
12	51	45	2601	2025	2295
13	51	32	2601	1024	1632
14	51	60	2601	3600	3060
15	51	49	2601	2401	2499
16	50	55	2500	3025	2750
17	51	43	2601	1849	2193
18	51	60	2601	3600	3060
19	50	32	2500	1024	1600
20	51	54	2601	2916	2754
21	50	49	2500	2401	2450
22	50	69	2500	4761	3450
23	52	55	2704	3025	2860
24	50	49	2500	2401	2450
25	50	54	2500	2916	2700
26	50	51	2500	2601	2550
27	51	48	2601	2304	2448
28	50	47	2500	2209	2350
29	50	49	2500	2401	2450
30	50	43	2500	1849	2150
$\Sigma N = 30$	$\Sigma X = 1523$	$\Sigma Y = 1471$	$\Sigma X^2 = 77329$	$\Sigma Y^2 = 74601$	$\Sigma XY = 76120$

b. Menjumlahkan Subjek Penelitian (yaitu : N)

Berdasarkan data pengolahan pada tabel 2, perhitungan dilakukan dengan menjumlahkan subjek penelitian, diperoleh $N=30$. Dari 30 mahasiswa sebagai subjek penelitian diperoleh data yang hasilnya dapat dilihat pada tabel 2

- c. Menjumlahkan skor variabel X (yaitu: $\sum X$)

Dari hasil data mentah pada tabel 4.1, dimasukan kedalam tabel kerja atau tabel perhitungan untuk memperoleh angka korelasi “r” terlihat pada tabel 4.2 diatas maka, dijumlahkan keseluruhan skor variabel X, diperoleh $\sum X = 1523$.

- d. Menjumlahkan skor variabel Y (yaitu: $\sum Y$)

Dari data pada skor variabel Y masing-masing subjek maka, dijumlahkan keseluruhan skor variabel Y diperoleh $\sum Y = 1471$.

- e. Mengkuadratkan skor Variabel X (yaitu: X^2)

Data dari masing-masing subjek yang disajikan pada tabel 4.1, yaitu pada variabel X dikuadratkan, didapatkan hasil kuadratnya yang terlihat pada kolom X^2 kemudian, skor dari X^2 dijumlahkan keseluruhannya $\sum X^2 = 77329$.

- f. Mengkuadratkan skor Variabel Y (yaitu: Y^2)

Data dari masing-masing subjek yang disajikan pada tabel 2, yaitu pada variabel Y dikuadratkan, didapatkan hasil kuadratnya yang terlihat pada kolom Y^2 kemudian, skor dari Y^2 dijumlahkan keseluruhannya $\sum Y^2 = 74601$.

- g. Memperkalikan skor variabel X dengan skor variabel Y (yaitu: XY setelah itu dijumlahkan, yaitu: $\sum XY$).

Data yang telah disajikan dari masing-masing subjek dilihat pada tabel 2 yaitu pada kolom X dan pada kolom Y, kemudian dikalikan skor masing-masing X dan Y, maka didapatkan hasil skornya dapat dilihat pada kolom XY. Dari data skor pada kolom XY dijumlahkan keseluruhannya, diperoleh $\sum XY = 76120$.

- h. Mencari angka korelasinya (r_{xy}) dengan rumus:

$$r_{xy} = \frac{N\sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{(N\sum x^2 - (\sum x)^2)(N\sum y^2 - (\sum y)^2)}}$$

$$r_{xy} = \frac{30.76120 - (1523)(1471)}{\sqrt{[30.77329 - (1523)^2][30.74601 - (1471)^2]}}$$

$$r_{xy} = \frac{2283600 - 2240333}{\sqrt{[2319870 - 2319529][2238030 - 2163841]}}$$

$$r_{xy} = \frac{43267}{\sqrt{(341)(74189)}}$$

$$r_{xy} = \frac{43267}{\sqrt{25298449}}$$

$$r_{xy} = \frac{433}{503}$$

$$r_{xy} = 0.8608349901 \text{ jadi } r_{xy} = 0.861$$

Memberikan inteprestasi terhadap rxy dan menarik kesimpulan. Melalui hasil analisis, maka kita memberikan interprestasi terhadap rxy atau $r_{0,df} = N - nr = 30 - 2 = 28$ (Konsultasi tabel nilai “r” Produk moment). Dengan df sebesar 28 diperoleh “r” tabel (r_1) pada taraf signifikan 5% dan 1 % sebesar 0,361 dan 0.463. Dari hasil perhitungan r_0 (yaitu = 0.861) adalah jauh lebih besar dari tarif signifikan 5% dan 1 % pada r_1 dengan demikian H_a diterima dan H_0 ditolak yang berarti antara variabel X atau variabel power tungkai dan variabel Y atau variabel ketrampilan ketepatan *shooting* dalam permainan Futsal Tim Patriot PJKR FKIP UKAW Kupang.

E. Kesimpulan

Dari uraian pada bab IV sudah diketahui rxy atau robservasi (rhitung) lebih besar dari rtabel ($0,861 > 0,361$) pada taraf signifikan 5% dengan $df = n - 2 = 30 - 2 = 28$ hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima, itu berarti antara power tungkai dengan ketepatan *shooting* dalam permainan futsal tim patriot PJKR FKIP UKAW Kupang terdapat korelasi yang kuat atau tinggi. Artinya antara variabel X dengan variabel Y terdapat hubungan positif yang kuat atau tinggi.

Disimpulkan bahwa kuat lemahnya power tungkai ada hubungannya (berkorelasi) dengan tinggi rendahnya ketepatan *shooting* dalam permainan futsal tim patriot PJKR FKIP UKAW Kupang.

F. Saran

Dari kesimpulan diatas maka penulis dapat memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi tim *futsal* patriot PJKR FKIP UKAW Kupang perlu meningkatkan latihan *power* tungkai karena *power* tungkai mempunyai korelasi sangat kuat terhadap hasil ketepatan *shooting* dalam permainan
2. Bagi para dosen atau pelatih *futsal* agar dalam mengajar dan melatih *futsal* pada tim patriot PJKR FKIP UKAW Kupang perlu memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi ketepatan *shooting* terutama power tungkai.
3. Perlu adanya peningkatan pembinaan dan pelatihan tim patriot PJKR FKIP UKAW Kupang terutama dalam hal prestasi belajar maupun prestasi olahraga pada permainan *futsal*.

3. DAFTAR PUSTAKA

- Justinus Lhaksana. 2008. Inspirasi dan Spirit Futsal. Jakarta: PT. Raih Asa Sukses
- Usman,H. 2011. Pengantar Statistik. Jakarta : PT. Bumi Aksara
- Arsil, 2010. Pembinaan Kondisi Fisik. Padang : Fakultas Ilmu Keolahragaan.

Arikunto, Suharsimi. 2006. Manajemen Penelitian Suatu Pendekatan Praktek, Edisi Revisi, Jakarta: PT Rineka Cipta.

Nurhasan. 2001. Tes Dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani- Prinsip- Prinsip dan Penerapannya, Jakarta : Direktorat Jendral Olahraga