

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan suatu yang sangat kompleks dengan melibatkan banyak pihak dan pengelolaannya. Peranan olahraga semakin lama semakin penting. Sebab olahraga tidak hanya ikut berperan meningkatkan kesegaran jasmani suatu bangsa, akan tetapi olahraga juga ikut andil dalam membentuk watak manusia, yang pada gilirannya olahraga akan membawa keharuman nama suatu bangsa. Olahraga perlu ditingkatkan dan dimasyarakatkan sebagai salah satu upaya dalam meningkatkan kualitas manusia Indonesia secara keseluruhan. Dalam hal ini berkaitan dengan peningkatan kesehatan jasmani dan rohani bagi setiap anggota masyarakat yang pada dasarnya bertujuan untuk membentuk watak dan kepribadian disiplin dan sportifitas yang tinggi serta membangkitkan rasa kebanggaan nasional. Disamping itu perlu pemantapan organisasi induk cabang olahraga mulai dari tingkat daerah sampai ke tingkat nasional

Peningkatan prestasi olahraga dengan penerapan ilmu pengetahuan dan teknologi dalam suatu bentuk usaha yang diperoleh berdasarkan metode ilmiah yakni melalui prosedur penelitian. Hasil-hasil penelitian dalam bidang olahraga dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan prestasi olahraga melalui penelitian dapat dikemukakan hal-hal baru atau menguji kebenaran suatu pendapat, sehingga dapat dimanfaatkan dalam usaha pembinaan ke arah prestasi, termasuk peningkatan prestasi cabang olahraga sepakbola.

Dalam usaha meningkatkan prestasi olahraga, khususnya cabang olahraga sepakbola, maka setiap individu telah memilih keolahragaan sebagai bidang profesinya. Harus berusaha sekuat mungkin memecahkan masalah-masalah yang merupakan hambatan terwujudnya perkembangan dan peningkatan prestasi olahraga. Sepakbola merupakan cabang olahraga yang sudah mulai diminati para pelajar, mahasiswa, maupun kalangan masyarakat. Ini terlihat dari hampir setiap sekolah, hanya dalam hal kompetisi antar pelajar, mahasiswa dan klub masih belum berjalan lancar, akibatnya berdampak pada perkembangan prestasi yang sangat lambat. Hal inilah yang menjadi masalah terutama bagi para pembina dan pelatih sepakbola di Sulawesi Selatan. Dengan demikian solusi yang terbaik adalah perlunya dilakukan penelitian ilmiah terhadap berbagai hal yang menunjang peningkatan prestasi, seperti keberadaan komponen fisik, teknik, psikologi dan anthropometrik yang dapat dilibatkan dalam meningkatkan kemampuan dan keterampilan teknik pada cabang olahraga termasuk cabang olahraga sepakbola.

Sepak bola salah satu cabang olahraga yang sangat terkenal di dunia, permainan yang dimainkan oleh 11 orang pemain ini sangatlah digemari di Indonesia terbukti dari banyaknya penonton yang datang pada saat ada sebuah pertandingan sepak bola yang berlangsung itu menandakan bahwa minat masyarakat Indonesia terhadap sepak bola sangatlah tinggi, namun untuk meningkatkan kemampuan dalam bermain sepak bola ini tidaklah mudah ada beberapa unsur yang harus dilatih dalam sepak bola agar menjadi pemain yang baik dan profesional. Teknik dalam permainan sepak bola yaitu shooting, dribbling, passing, heading dan kontrol bola. Untuk mendapatkan hasil shooting yang baik

kondisi fisik juga sangat mempengaruhi. Ketepatan menembak bola ke gawang merupakan salah teknik dasar dalam sepak bola namun cukup sulit dipelajari, lebih-lebih untuk pemain yang belum terampil. Tujuan dalam permainan sepak bola adalah untuk menciptakan tembakan yang tepat dan mendapat angka pada setiap kesempatan, yang merupakan syarat tim tersebut dinyatakan pemenang. Dengan demikian keterampilan gerak dasar menembak (*shooting*) dalam permainan sepakbola sangat penting untuk dikuasai secara baik, tetapi tidak boleh mengesampingkan keterampilan gerak dasar yang lain. Permainan sepak bola secara fisiologis memiliki berbagai hal yang mampu mempengaruhi hasil *shooting* dan akurasi. Salah satunya adalah pengaruh dari adanya kekuatan tungkai dan koordinasi mata kaki.

Tujuan permainan sepak bola adalah mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan berarti seseorang pemain dalam sepak bola harus menguasai teknik-teknik dalam sepak bola, bukan hanya menggunakan kaki juga sering terjadi menggunakan kepala dengan cara di sundul atau di *heading* hal ini biasa dilakukan oleh para pemain belakang. Adapun teknik dasar dalam sepakbola terdiri dari teknik menendang bola, menahan bola, menggiring bola, menyundul bola, gerak tipu, merebut bola, lemparan kedalam, dan teknik penjaga gawang.

Kegiatan olahraga untuk tinjauan pendidikan seperti anak-anak sekolah yang diasuh oleh guru pendidikan jasmani. Kegiatan olahraga yang dilakukan adalah bersifat formal, dan tujuannya sangat jelas guna memenuhi sasaran pendidikan melalui kegiatan olahraga. Beragam ekstrakurikuler olahraga yang disediakan di sekolah SMPN 8 Palopo berbagai macam ekskul yang akan

mendorong siswa untuk memilih yang dapat menunjang prestasi siswa di bidang non akademik.

Dari macam-macam ekskul yang ada yaitu, sepak bola, basket, bola voli, bulu tangkis, tenis meja. Dari semua ekstrakurikuler sama-sama banyak peminatnya tidak ada yang dominan. SMPN 8 Palopo salah satu sekolah yang memiliki prestasi cabang olahraga sepak bola di mana pada tahun 2009 menjuarai Liga Pelajar Indonesia (LPI). pada tahun 2016 kembali diadakan LPP tepatnya dilapangan gaspa di mana SMPN 8 Palopo keluar sebagai juara 1.

Pada permainan sepak bola yang telah dilaksanakan di ekstrakurikuler SMPN 8 Palopo ada beberapa teknik dasar yang belum dikuasai oleh siswa salah satunya akurasi shooting ke gawang ini dimungkinkan oleh beberapa faktor antara lain: kurangnya kekuatan tungkai, dan tidak tepatnya koordinasi mata kaki dengan bola sehingga mengakibatkan akurasi *shooting* masih belum maksimal

Dari hasil observasi dan wawancara dengan guru olahraga bapak Unna Kurniawan, S.Pd, bahwa sebagian besar siswa ekstrakurikuler sepakbola SMPN 8 Palopo saat latihan atau pun pertandingan pada pelaksanaan shooting yang dilakukan tidak terarah dengan baik. Bola yang ditendang mudah ditangkap oleh penjaga gawang, kemudian tendangan melambung keatas gawang. Karena kurangnya kekuatan tungkai yang dimiliki oleh setiap siswa pada saat melakukan tendangan, kemudian siswa tidak bisa mengkoordinasikan gerakan dengan baik pada saat melakukan shooting. Ada beberapa siswa yang terburu-buru pada saat melakukan tendangan sehingga akurasi shooting yang dihasilkan tidak efektif. Solusi yang ditawarkan pada penelitian ini yakni ada beberapa komponen

yang harus dikuasai terlebih dahulu, kekuatan otot tungkai dan koordinasi mata kaki untuk memperoleh akurasi *shooting* yang baik.

Dari beberapa faktor yang diuraikan di atas diduga faktor yang dominan mempengaruhi kemampuan akurasi shooting oleh pemain sepak bola masih rendah. Faktor itu adalah kekuatan tungkai dan koordinasi mata kaki. Hal ini terlihat dengan lemahnya tendangan yang dilakukan oleh pemain yang dimungkinkan karena rendahnya kedua faktor tersebut yaitu kekuatan tungkai dan koordinasi mata kaki maka penulis tertarik. Oleh karena itu, peneliti melakukan penelitian tentang, Pengaruh kekuatan tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap akurasi *shooting* pada ekstrakurikuler sepak bola SMPN 8 Palopo.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dapat dirumuskan suatu permasalahan penelitian sebagai berikut.

- 1.2.1 Apakah ada pengaruh kekuatan tungkai terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo ?
- 1.2.2 Apakah ada pengaruh koordinasi mata kaki terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo ?
- 1.2.3 Apakah ada pengaruh kekuatan tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo ?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang ada diatas maka penelitian ini dilakukan dengan tujuan sebagai berikut.

- 1.3.1 Untuk mengetahui apakah ada pengaruh kekuatan tungkai terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo.
- 1.3.2 Untuk mengatahui apakah ada pengaruh koordinasi mata kaki terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo.
- 1.3.3 Untuk mengetahui apakah ada pengaruh secara bersama-sama kekuatan tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian yang akan dilakukan di harapkan dapat memberikan manfaat untuk :

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis yang diharapkan dari penelitian ini adalah dapat memberikan sumbangan pemikiran dan menambah wawasan pengetahuan khususnya bidang psikologi yang berhubungan dengan kepuasan kerja yang ditinjau dari jenis kelamin dan masa kerja. Diharapkan juga dapat bermanfaat dan memperkaya bahan pustaka serta dapat dijadikan bahan rujukan serta masukan bagi peneliti selanjutnya pada masa yang akan datang.

1.4.2 Manfaat Praktis

Bagi Pembaca

Mampu memberikan bahan sebagai informasi mengenai Bagi siswa Pengaruh kekuatan tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap akurasi shooting pada ekstrakurikuler sepak bola smp negeri 8 palopo.

Mengetahui adanya Pengaruh kekuatan tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap akurasi *shooting* sehingga siwa dapat mengembangkan akurasi *shooting* melalui metode latihan target.

Bagi guru atau pelatih guru atau pelatih

Dapat memanfaatkan metode latihan target untuk melatih akurasi *shooting*

Bagi jurusan pendidikan kepelatihan olahraga

Sebagai bahan tambahan kajian dan pengembangan ilmu pengetahuan mengenai adanya Pengaruh kekuatan tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap akurasi *shooting* pada ekstrakurikuler sepak bola SMPN 8 palopo.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Landasan Teori

2.1.1 Hakekat Sepak Bola

Sepak bola adalah permainan yang beregu atau berkelompok yang berjumlah 11 pemain yang mempunyai tujuan memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukkan bola kelompok yang memasukkan banyak bola dia keluar sebagai pemenang.

Permainan sepak bola adalah permainan yang beregu yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri supaya tidak kemasukan bola dan kelompok yang paling banyak memasukkan bola keluar sebagai pemenang(Clive Gifford fajar Imayono,2014: 1) dalam (Raharjo 2018).

Sedangkan menurut (Hidayat 2018) Sepak bola merupakan permainan kolektif yang dimainkan 2 regu secara berhadapan selama 2x45 menit tiap regu terdiri atas 11 orang pemain.(Burhaein, Ibrahim, and Pavlovic 2020)*Football is a sport that is increasingly favored by all levels of society . Football can be played by anyone, both men and women, young and old. Through this sports activity, there are many benefits, especially in physical, mental, and social growth. The sport of football is currently experiencing very rapid development, as evidenced by the emergence of professional and amateur football clubs and football athletes both at the school and college levels. Supported by the frequent holding of club tournaments and students and student events from regional to national levels,*

Artinya: Sepak bola merupakan olahraga yang semakin digemari oleh semua kalangan lapisan masyarakat sepak bola bisa dimainkan siapa saja, baik laki-laki maupun perempuan, tua maupun muda. Melalui kegiatan olahraga ini banyak sekali manfaat yang didapat, terutama dalam pertumbuhan fisik, mental, dan social. Olahraga sepak bola saat ini mengalami perkembangan yang sangat pesat, terbukti dengan bermunculannya klub-klub sepak bola profesional dan amatir serta atlet sepak bola baik ditingkat sekolah maupun perguruan tinggi. Didukung dengan seringnya diadakannya club tournament dan event-event pelajar dan mahasiswa dari tingkat regional hingga nasional.

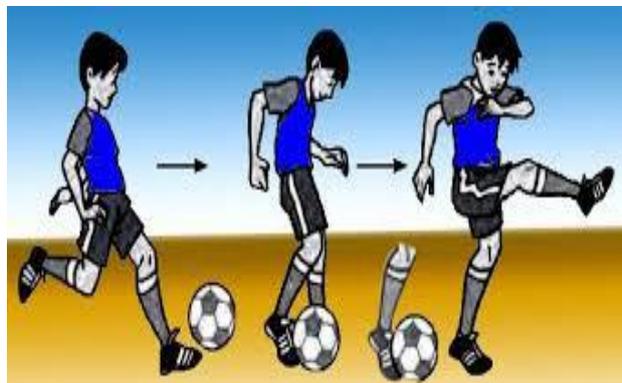
2.1.2 Akurasi *Shooting*

Akurasi *shooting* adalah keakuratan sebuah shooting yang dilakukan oleh para pemain (Pane, Fikri, and Ritonga 2018), *shooting* dinyatakan akurat bola yang *dishooting* tersebut tepat sasaran maksudnya ke sudut atau daerah yang sulit dijangkau oleh penjaga gawang, *Shooting* adalah tendangan yang dilakukan pemain sepak bola dengan kekuatan punggung kaki untuk menciptakan gol ke gawang lawan (A. Junaidi and Sutisyana 2018) *Shooting* merupakan teknik dasar sepak bola yang harus dikuasai pemain terutama pemain depan, karena peluang paling besar untuk menciptakan gol adalah menembak bola dengan kekuatan kaki ke gawang lawan dengan akurat. Kunci kekuatan shooting ada pada kekuatan tungkai dan sudut pengambilan tendangan yang optimal. Menurut Ariston (2016:2) mengatakan kemampuan shooting bola ke gawang dalam permainan sepakbola adalah: Teknik dasar yang sangat menunjang keberhasilan prestasi optimal bagi pemain sepakbola, Tujuan utama menendang bola menurut Ariston dalam

(Jumaking 2020) (2016:5) adalah untuk mengumpan (passing), dan menembak kearah gawang (shootig at the goal) MenurutAbdoellah dalam Istofian dan Amiq (2016:108) menyatakan bahwa: “shooting adalah tendangan bola untuk mencetak gol atau membuat gol”. Shooting merupakan salah satu cara untuk memasukkan bola atau menciptakan gol ke gawang lawan dengan menggunakan kaki sebagai subyek gerakannya. Jadi, shooting adalah faktor yang paling penting dalam melakukan penyelesaian akhir.

Teknik yang buruk dalam shooting sering menyebabkan peluang mencetak gol menjadi terlewatkan.Menendang bola merupakan salah satu karakteristik permainan permainan sepakbola yang paling dominan.Tujuan utama menendang bola menurut Ariston (2016:5) adalah untuk mengumpan (passing), dan menembak kearah gawang (shootig at the goal).Dilihat dari perkenaan bagian kaki ke bola, menendang dibedakan menjadi berbagai macam, yaitu menendang dengan kaki bagian dalam, menendang dengan kaki bagian luar, dan menendang dengan punggung kaki. Secara teknis, teknik shooting adalah salah satu metode yang digunakan para pemain sepakbola untuk menciptakan gol, dan secara teoritis teknik tersebut dapat dilakukan dengan bermacam cara dan fariasi teknik shooting. Banyak sekali variasi yang dapat dilakukan oleh para pemain sepakbola, mulai knuckleball atau shooting menggunakan kaki bagian kura-kura, rate comment (shooting menggunakan kaki bagian dalam) dan masih banyak yang lainnya. Faktor yang mempengaruhi hasil teknik shooting (menembak) menurut Putra dan Junaidi (2013:35) adalah: “perkenaan bola, kekuatan otot tungkai, posisi badan saat melakukan shooting dan menggunakan teknik shooting secara benar”.

Sedangkan menurut Ariston (2016:2) mengatakan Kemampuan shooting bola ke gawang dalam permainan sepakbola adalah: “Teknik dasar yang sangat menunjang keberhasilan prestasi optimal bagi pemain sepakbola”. Teknik dasar bermain sepakbola tersebut perlu dipelajari dengan tekun dan terus menerus agar dapat dicapai otomatisasi gerakan yaitu gerakan shooting bola yang terarah dan akurat yang dapat menghasilkan terciptanya gol.



Gambar: 2.1 *Shooting*
Sumber:(Luxbacher 2013)

2.1.3 Kekuatan Tungkai

Kekuatan otot tungkai sangat diperlukan oleh seorang pemain sepakbola untuk dapat melakukan tendangan dengan baik dan mampu mengarahkan bola tepat pada sasaran yang diinginkan, juga diperlukan kekuatan otot tungkai untuk menjaga keseimbangan badan. Maka, kekuatan otot tungkai merupakan salah satu komponen yang harus dilatih untuk pemain sepakbola (Aisyah 2015). Karena jika kekuatan otot tungkai kurang baik maka tendangan yang dihasilkan tidak sesuai seperti yang diinginkan. Untuk dapat bermain dengan baik harus melakukan latihan yang teratur, dan berkesinambungan. Latihan pengembangan tubuh baik secara mental maupun fisik merupakan subjek yang menentukan prestasi yang

lebih cepat. Maka dari itu semakin teratur pemain melakukan latihan maka semakin baik pula tingkat keterampilan bermain sepakbolanya.

Kekuatan yaitu suatu kemampuan kondisi fisik manusia yang diperlukan dalam peningkatan prestasi belajar gerak. Kekuatan merupakan salah satu unsur kondisi fisik yang sangat penting dalam berolahraga karena dapat membantu meningkatkan komponen-komponen seperti kecepatan, kelincahan dan ketepatan. Kekuatan dapat diartikan sebagai kualitas tenaga otot atau sekelompok otot dalam membangun kontraksi secara maksimal untuk mengatasi beban yang datang baik dari dalam maupun dari luar (Oliver et al. 2015). Tungkai adalah anggota gerak bagian bawah yang terdiri dari paha, betis dan kaki. Menurut Mac Dougall dalam (Aji Pradana 2013). Ukuran panjang tungkai adalah jarak antara ujung tumit bagian bawah sampai dengan tulang pinggang. Kekuatan otot tungkai yang dimaksud di sini adalah kemampuan otot untuk menerima beban dalam waktu bekerja di mana kemampuan itu dihasilkan oleh adanya kontraksi otot yang terdapat pada tungkai, kontraksi ini timbul untuk melakukan gerakan yang mendukung.



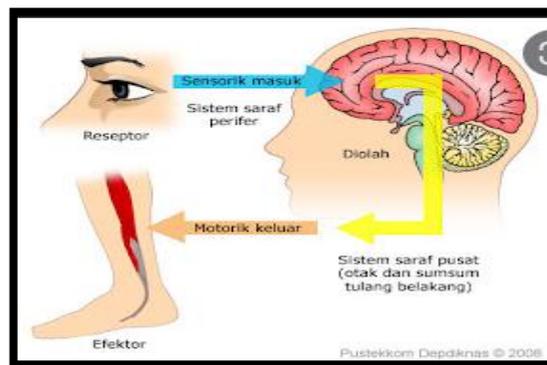
Gamabr: 2.2 Kekuatan Otot Tungkai
Sumber: (Hakim ibnu 2015)

2.1.4 Koordinasi Mata Kaki

Koordinasi mata kaki merupakan kemampuan dalam memadukan antara mata dengan kaki dan mata dengan bola dalam melakukan tendangan (Hidayat 2018) sedangkan Menurut Sajoto dalam (Jumaking 2020) bahwa: Koordinasi adalah kemampuan untuk menyatukan berbagai system syaraf gerak, yang terpisah, ke dalam satu pola gerak yang efisien. Koordinasi mata kaki sangat menentukan hasil dari akurasi shooting. Semakin baik tingkat koordinasi mata kaki akan mempengaruhi keakurasian sebuah shooting pemain sepakbola. Oleh karna itu untuk mendapatkan kemampuan akurasi shooting yang baik, maka koordinasi mata kaki perlu dilatih dan ditingkatkan melauai program latihan yang disusun secara terencana dan sistematis. (Miftahul and Kiram 2019) mengatakan “koordinasi adalah kemampuan seseorang menginteraksikan berbagai gerakan yang berbeda kedalam pola gerakan tunggal secara efektif. Dari sudut pandang biomekanik koordinasi gerak lebih diarahkan pada penyesuaian antara pemberian impuls kekuatan kepada otot atau sekelompok otot dengan kebutuhan setiap pelaksanaan gerak

Bafirman (2013:129) mengemukakan “kemampuan koordinasi sangat mendukung penguasaan keterampilan gerak. Koordinasi meliputi mata - tangan, mata – kaki, mata–tangan–kaki, telinga–mata–kaki dan seterusnya”. Berdasarkan penjelasan ini, banyak jenis koordinasi dalam bergerak diantaranya adalah koordinasi mata – kaki yang merupakan salahsatu kemampuan fisik yang sangat berpengaruh dalam permainan sepakbola (Miftahul and Kiram 2019) Koodinasi mata kaki adalah gerak yang terjadi dari informasi yang diintegrasikan kedalam gerak anggota

badan. semua gerakan dalam menggiring bola harus dapat dikontrol dengan penglihatan dan harus tepat sesuai dengan urutan gerak yang direncanakan untuk menggiring bola. Tingkat koordinasi mata kaki atau baik tidaknya koordinasi mata kaki seorang pemain sepakbola tercermin dalam kemampuan untuk melakukan suatu gerakan secara mulus, tepat (precise) dan efisien dalam menggiring bola.



Gambar: 2.3 Sistem Koordinasi
Sumber: (Tangkudung J, 2016)

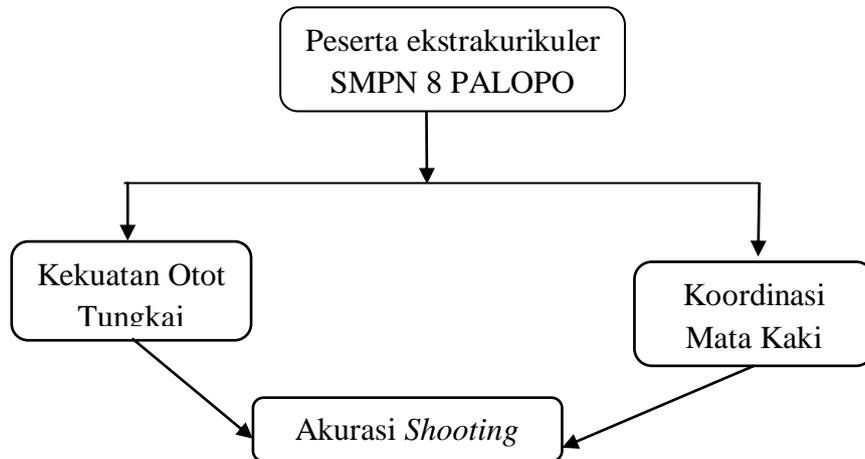
2.2 Penelitian Relevan

1. Jumaking 2020 Pengaruh Daya Ledak Tungkai, Koordinasi Mata Kaki Dan Percaya Diri Terhadap Kemampuan Shooting Ke Gawang Dalam Permainan Sepak bola Pada Siswa Sman 2 Kolaka Jumaking (1) Ada pengaruh langsung daya ledak tungkai terhadap percaya diri pada siswa SMAN 2 Kolaka dengan nilai beta yaitu 0,500 dengan tingkat signifikan $0,000 < \alpha 0,05$; (2) Ada pengaruh langsung koordinasi mata kaki terhadap percaya diri pada siswa SMAN 2 Kolaka dengan nilai beta yaitu 0,505 dengan tingkat signifikan $0,000 < \alpha 0,05$; (3) Ada pengaruh langsung daya ledak tungkai terhadap kemampuan shooting ke gawang dalam permainan sepakbola pada siswa SMAN 2 Kolaka dengan nilai beta yaitu 0,419 dengan tingkat signifikan $0,001 < \alpha 0,05$ (4) Ada

pengaruh langsung koordinasi mata kaki terhadap kemampuan shooting ke gawang dalam permainan sepakbola pada siswa SMAN 2 Kolaka dengan nilai beta yaitu 0,227 dengan tingkat signifikan $0,044 < \alpha 0,05$; (5) Ada pengaruh langsung percaya diri terhadap kemampuan shooting ke gawang dalam permainan sepakbola pada siswa SMAN 2 Kolaka dengan nilai beta yaitu 0,359 dengan tingkat signifikan $0,035 < \alpha 0,05$; (6) Ada pengaruh daya ledak tungkai melalui percaya diri terhadap kemampuan shooting ke gawang dalam permainan sepakbola pada siswa SMAN 2 Kolaka dengan nilai beta yaitu 0,260 ($0,260 > 0,233$); (7) Ada pengaruh koordinasi mata kaki melalui percaya diri terhadap kemampuan shooting ke gawang dalam permainan sepakbola pada siswa SMAN 2 Kolaka dengan nilai beta yaitu 0,280 ($0,280 > 0,232$).

2. Bagus Sandita 2015 Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dan Otot Perut Terhadap Akurasi Shooting Pada Ekstrakurikuler Futsal Sma Muhammadiyah 2 Yogyakarta Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dengan akurasi shooting futsal dengan hasil koefisien korelasi 0,601, lebih besar dari batas penolakan $r_{tabel} 5\% = 0,444$. (2) Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot perut dengan akurasi shooting futsal dengan hasil koefisien korelasi 0,611, lebih besar dari batas penolakan $r_{tabel} 5\% = 0,444$. (3) Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dan kekuatan otot perut secara bersama-sama terhadap akurasi shooting futsal dengan hasil uji F menunjukkan $F_{hitung} = 9,403$ lebih besar dari F_{tabel} dengan taraf signifikan $5\% = 3,592$.

2.3 Kerangka Konseptual



Gambar: 2.4 Kerangka Konseptual

Karangka pikir merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting. Adapun karangka pikir dalam penelitian ini secara operasional sebagai berikut.

1. Pengaruh kekuatan otot tungkai terhadap akurasi *shooting* itu sangat diperlukan karna pada saat mau melakukan *shooting* akan dibutuhkan namanya kekuatan untuk memperoleh *shooting* yang keras dan maksimal.
2. Pengaruh koordinasi mata kaki terhadap akurasi *shooting* sangat berperan untuk merangkaiakan antara gerak mata saat menerima rangsangan dengan gerakan kaki menjadi satu pola gerakan tertentu sehingga menghasilkan gerakan yang terkoordinasi, efektif, mulus, dan efisien pada saat *shooting*.
3. Akurasi *Shooting* kemampuan untuk mengarahkan sesuatu gerak ke suatu sasaran sesuai dengan tujuan atau melakukan gerakan tanpa membuat kesalahan.

2.4 Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan suatu jawaban sementara yang terdapat rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah peneliti dinyatakan dalam bentuk kalimat pernyataan (Satria 2019). Hipotesis dalam penelitian ini:

H_a =Terdapat pengaruh yang signifikan dari kekuatan tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap akurasi *shooting*.

H_o = Tidak terdapat pengaruh yang signifikan dari kekuatan tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap akurasi *shooting*.

Berdasarkan kajian teori dan kerangka koseptual maka penelitian ini mengajukan hipotesis sebagai berikut:

- 1.1.1 Di duga apakah ada pengaruh kekuatan tungkai terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo ?
- 1.1.2 Di duga apakah ada pengaruh koordinasi mata kaki terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo ?
- 1.1.3 Di duga apakah ada pengaruh secara bersama-sama kekuatan tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo ?

Hipotesis statistik yang diuji adalah :

1. $H_o: \rho_{x1.y} = 0$
 $H_1: \rho_{x1.y} \neq 0$
2. $H_o: \rho_{x2.y} = 0$
 $H_1: \rho_{x2.y} \neq 0$
3. $H_o: \rho_{x1x2y} = 0$

$$H_1: \rho_{x_1x_2y} \neq 0$$

Keterangan :

H_0 = Hipotesis nol

H_1 = Hipotesis alternative

X_1 = Kekuatan tungkai

X_2 = Koordinasi mata kaki

Y = Akurasi *Shooting*

ρ = Value

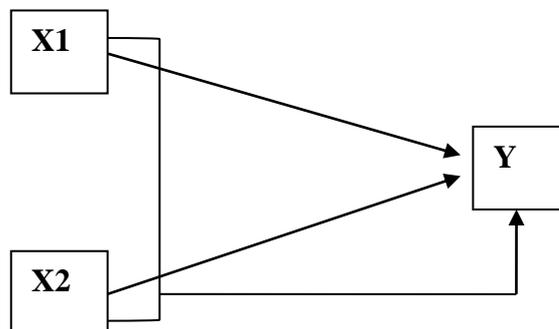
BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Menurut Sugiyono (2013:2), dalam (Dewi 2019) Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Berdasarkan hal tersebut terdapat empat kata kunci yang perlu diperhatikan yaitu cara ilmiah, data, tujuan dan kegunaan. Jenis penelitian yang digunakan ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis metode korelasi.

3.2 Desain Penelitian



Gambar 3.1 Desain penelitian
Sumber Sugiyono (2015:13)

Keterangan:

X1: Kekuatan otot tungkai

X2: Koordinasi Mata Kaki

Y: Akurasi *Shooting*

3.3 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

a. Variabel Penelitian

1. Variabel Bebas atau *Independent Variable*

Pada penelitian ini ada dua variabel bebas, yaitu kekuatan tungkai dan Koordinasi mata kaki.

2. Variabel terikat atau *Dependent Variable*

Variable terikat dalam penelitian ini adalah akurasi shooting dalam permainan Sepakbola

3.4 Lokasi dan Waktu

3.4.1 Lokasi

Penelitian ini akan dilaksanakan di Lapangan Sepakbola Rampoang, Kota Palopo.

3.4.2 Waktu

Waktu pelaksanaan penelitian pada bulan Agustus 2022

3.5 Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 8 Negeri Palopo yang berjumlah 22 orang. Menurut Sugiyono (2013:117) dalam (R. Junaidi et al. 2017) populasi adalah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan.

b. Sampel

Menurut Suharsimi Arikunto (2013: 173) dalam (R. Junaidi et al. 2017) sampel adalah sebagian atau sekelompok kecil yang mewakili populasi yang diteliti.

Sedangkan Menurut Sugiyono (2012), dalam (Wahyuningtias, Putranto, and Kusdiana 2014) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Jika populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi karena ketertatasan dana, tenaga, dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi. Sampel dalam penelitian ini merupakan sampel jenuh, dimana seluruh populasi dijadikan sebagai sampel sebanyak 22 siswa.

3.6 Jenis dan Sumber Data

a. Jenis Data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data kuantitatif. Data kuantitatif adalah jenis data yang dapat diukur atau dihitung secara langsung, yang berupa informasi atau penjelasan yang dinyatakan dengan bilangan atau berbentuk angka (Sugiyono 2010) Dalam hal ini data kuantitatif yang diperlukan adalah hasil kekuatan tungkai dan koordinasi mata kakidalam permainan sepakbola.

b. Sumber Data

Sumber data yang digunakan untuk menunjang penelitian ini adalah data primer, yaitu data yang diperoleh langsung dari hasil observasi dengan pihak-pihak yang terkait dalam bidang yang diteliti.

3.7 Instrumen Penelitian

Instrumen adalah alat atau fasilitas yang digunakan dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah diolah (Arikunto Suharsimi 2015) sedangkan menurut (Lailatul 2013) Instrumen penelitian adalah suatu alat yang

digunakan untuk mengumpulkan data atau mengukur objek dari suatu variabel penelitian.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa instrument adalah alat bantu yang digunakan untuk mengumpulkan data tentang variabel yang mau diteliti.

Jadi alat-alat yang dipergunakan untuk mengukur kekuatan tungkai, koordinasi mata kaki, dan akurasi shooting.

3.8 Teknik Pengumpulan Data

3.8.1 Kekuatan Tungkai

Tes Squat Jump

Tujuan : Untuk mengukur kekuatan otot tungkai

Pelaksanaan : Berdiri dengan kaki selebar bahu dan lutut sedikit ditekuk, kedua tangan diletakkan dibelakang kepala dengan siku menghadap luar , tekuk lutut dan turun ke posisi jongkok 90 derajat, angkat tubuh dan loncat setinggi dengan mendorong ujung kaki kelantai, mendarat secara perlahan ke posisi jongkok, dilakukan secara bertahap.

Penilaian : Dilakukan selama 1 menit sebagai hasil akhir peserta tes



Gambar 3.2 Squat Jump
Sumber :Widiastuti (2011:95)

3.8.2 Koordinasi Mata Kaki

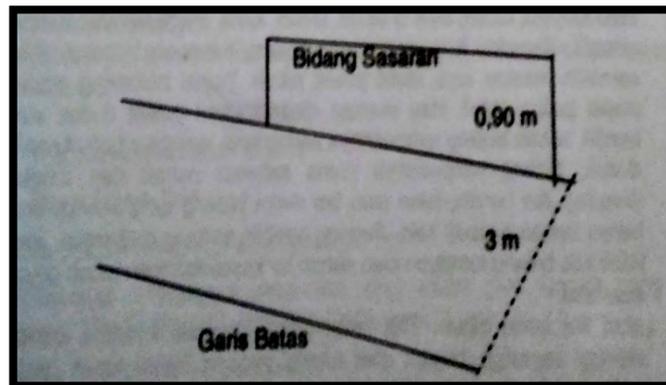
Tes koordinasi mata kaki/menyepak dan menghentikan bola(*passing and stopping test*)

Tujuan : Untuk mengukur koordinasi mata-kaki

Fasilitas/alat : lapangan yang datar dengan ukuran minimal 20 x 15 meter, target (sasaran) pada dinding tembok atau papan berukuran 0,90 m dari lantai jarak antara dinding dan tembok atau papan dengan garis batas tendangan 3 m, bola sepak, *stop watch*, blanko(kertas), pensil(pulpen).

Pelaksanaan : Peserta tes berdiri di belakang garis batas tendangan, bola diletakkan di depan kakinya dalam keadaan siap menyepak bola. Pada aba-aba “Ya” *stop watch* dijalankan, peserta tes segera menyepak bola ke arah target(sasaran). Pantulan bola dihentikan dan ditahan sebentar dan segera disepak kembali ke arah target (sasaran) ini dilakukan secara berulang-ulang selama 30 detik. Waktu menyepak dan menghentikan bola, peserta tes harus tetap berada di belakang garis batas tendangan. Apabila peserta tes tidak dapat menghentikan bola karena bola memantul jauh, peserta tes harus segera mengambilnya dan kembali di belakang garis tendangan serta mulai menyepak dan menghentikan bola kembali sampai batas waktu 10 detik. Aba-aba “Stop” diberikan tepat pada detik ke 30 dan *stopwatch* dihentikan. Tendangan dan menghentikan bola tidak dihitung apabila bola keluar dari target (sasaran) dan menginjak atau melampaui garis batas tendangan pada waktu menyepak dan menghentikan bola.

Penilaian : Jumlah sepakan dan menghentikan bola yang sah dari belakang garis batas tendangan selama 30 detik, sebagai hasil akhir peserta tes.



Gambar 3.3 Garis batas tes menyepak dan menghentikan bola
Sumber : Nasruddin (2017:45)

3.8.3 Akurasi *Shooting*

Tes menembak atau menendang bola ke sasaran (*shooting*)

a. Tujuan

Mengukur keterampilan menembak bola yang cepat dan tepat ke arah sasaran gantung.

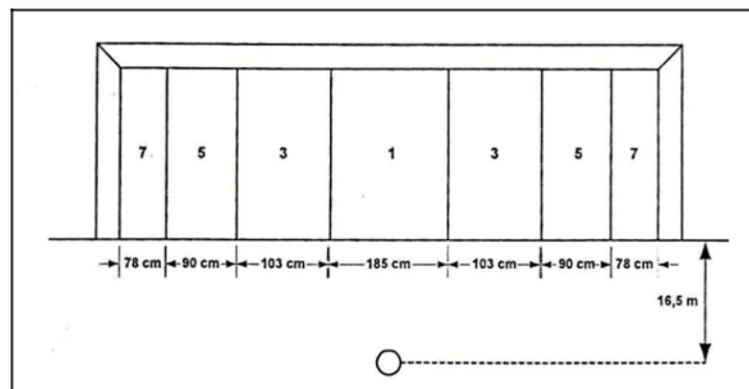
b. Alat yang digunakan

- 1) Bola
- 2) Stopwatch
- 3) Gawang
- 4) Nomor-nomor
- 5) Tali

c. Pelaksanaan

- 1) Testee berdiri di belakang bola yang diletakkan pada sebuah titik berjarak 16,5 m di depan gawang atau sasaran.
- 2) Tidak ada aba-aba dari tester.
- 3) Pada saat kaki testee mulai menendang bola saat bola mengenai sasaran.

- 4) Testee diberi 3 (tiga) kali kesempatan.
- d. Gerakan tersebut dinyatakan gagal bila
- 1) Bola keluar dari daerah sasaran.
 - 2) Menempatkan bola tidak pada jarak 16,5 m dari sasaran.
- e. Cara menskor
- 1) Jumlah skor dalam tiga kali kesempatan.
 - 2) Bila bola hasil tendangan mengenai tali atau garis pemisah skor pada sasaran, maka diambil skor terbesar dari kedua sasaran tersebut.



Gambar 3.4. Diagram Lapangan Tes Menembak Bola ke Sasaran
Sumber : Mushlih (2021:37)

3.9 Teknik Analisis Data

3.9.1 Analisis Statistik Deskriptif

Analisis statistik deskriptif yang digunakan untuk mendeskripsikan hasil penelitian dari masing-masing variabel. Statistik deskriptif dapat membantu menggambarkan hasil data penelitian agar lebih mudah di pahami.

3.9.2 Analisis Statistik Inferensial

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah hasil data yang diteliti terdistribusi normal. Pengujian normalitas menggunakan dengan uji *Shapiro–Wilk*. Pengambilan keputusan untuk uji normalisasi adalah: a) jika signifikansi > 0.05 maka H_0 di terima atau data terdistribusi normal, b) jika signifikansi < 0.05 maka H_0 di tolak atau data terdistribusi tidak normal.

b. Uji Linearitas

Selain pengujian hasil data, perlu ada uji linearitas data yang akan dianalisis.

Uji ini digunakan untuk mengetahui hubungan antar variabel. Kriteria yang digunakan Pada uji linearitas adalah jika $\rho > 0,05$, maka dinyatakan linear, dengan melihat nilai *defiation from linearity*.

c. Uji Hipotesis

Untuk menguji ada tidaknya pengaruh kekuatan tungkaidan koordinasi mata-kaki terhadap akurasi shooting dalam permainan sepakbola, maka digunakan teknik analisis regresi linier berganda dengan menggunakan aplikasi SPSS 23.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang diperoleh melalui tes dan pengukuran yang terdiri atas: data kekuatan tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap akurasi *shooting* pada ekstrakurikuler sepak bola SMPN 8 Palopo, kemudian dianalisis menggunakan tehnik statistik deskriptif dan analisis inferensial. Analisis data deskriptif guna untuk memberikansuatu gambaran umum tentang penelitian, kemudian pengujian persyaratan analisis atau uji asumsi yaitu uji normalitas data dan uji linearitas. Analisis data secara inferensial dilakukan untuk mendapatkan hasil pengujian hipotesis dalam penelitian.

4.1 Hasil

4.1.1 Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif data kekuatan tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap akurasi *shooting* pada ekstrakurikuler sepak bola SMPN 8 Palopo. Rangkuman hasil analisisnya tercantum pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.1 Rangkuman Analisis Deskriptif

Statistik	Kekuatan Tungkai	Koordinasi Mata-Kaki	Akurasi Shooting
Sampel	22	22	22
Nilai Rata-Rata	25,77	11,23	5,86
Nilai Tengah	26,00	12,00	6,50
Modus	25	12	7
Simpangan Baku	3,023	2,266	2,513
Nilai Minimum	20	6	1
Nilai Maksimum	32	15	11
Nilai Total	567	247	129

Dari tabel tersebut hasil analisis deskriptif variabel sebagai berikut :

1. Untuk data kekuatan tungkai, dari banyaknya sampel (N) sebanyak 22 diperoleh nilai rata-rata 25,77, nilai tengah 26,00, modus 25, standar deviasi 3,023, nilai minimum 20, maksimum 32 dan nilai total 567.
2. Untuk data koordinasi mata-kaki, dari banyaknya sampel (N) sebanyak 22 diperoleh nilai rata-rata 11,23, nilai tengah 12,00, modus 12, standar deviasi 2,266, nilai minimum 6, maksimum 15 dan nilai total 247.
3. Untuk data akurasi shooting, dari banyaknya sampel (N) sebanyak 22 diperoleh nilai rata-rata 5,86, nilai tengah 6,50, modus 7, standar deviasi 2,513, nilai minimum 1, maksimum 11 dan nilai total 129.

4.1.2 Uji Normalitas Data

Untuk mengetahui apakah data penelitian ini berdistribusi normal, maka dilakukan pengujian menggunakan Uji Lilliefors dengan koreksi Shapiro-Wilk.

Tabel 4.2 Hasil Uji Normalitas Data

No	Variabel	Nilai Probabilitas (sig)	α	Ket
1	Kekuatan Tungkai	0,720	0,05	Normal
2	Koordinasi Mata-Kaki	0,295	0,05	Normal
3	Akurasi Shooting	0,352	0,05	Normal

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat diperoleh gambaran bahwa pengujian normalitas data menggunakan *Uji Lilliefors* dengan koreksi *Shapiro-Wilk* menunjukkan data kekuatan tungkai dengan nilai probabilitas (sig) sebesar 0,720 lebih besar dari α 0,05. Data koordinasi mata-kaki dengan nilai probabilitas

(sig) sebesar 0,295 lebih besar dari α 0,05. Data akurasi shooting dengan nilai probabilitas (sig) sebesar 0,352 lebih besar dari α 0,05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa data pengaruh kekuatan tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap akurasi *shooting* pada ekstrakurikuler sepak bola SMPN 8 Palopo berdistribusi normal.

4.1.3 Uji Linearitas

Salah satu prasyarat lainnya dalam analisis korelasi dan regresi adalah setiap variabel bebas memiliki hubungan yang signifikan dengan variabel terikat. Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan yang linear secara signifikan maka dilakukan uji linearitas dengan menggunakan *Defiation for Linearity* pada taraf signifikansi 0,05.

Tabel 4.3 Ringkasan Uji Linearitas Data

No	Variabel	<i>Defiation From Linearity</i>	Sig	Ket
1	Kekuatan Tungkai(X ₁) Akurasi Shooting (Y)	2,446	0,082	Linear
2	Koordinasi Mata-Kaki (X ₂) Akurasi Shooting(Y)	0,381	0,911	Linear

Tabel di atas menunjukkan hasil uji linearitas di peroleh nilai F (*defiation from linearity*) antara variabel kekuatan tungkai (X₁) dengan akurasi shooting (Y) sebesar 2,446 pada signifikansi 0,082. Nilai F (*defiation from linearity*) antara variabel koordinasi mata-kaki (X₂) dengan akurasi shooting (Y) sebesar 0,381 pada signifikansi 0,911. Hal tersebut menunjukkan bahwa Nilai F tidak signifikan maka hubungan antar variabel dinyatakan linear. Dengan demikian

maka uji korelasi dan regresi ganda dapat dilanjutkan untuk mengetahui diterima atau tidaknya hipotesis dalam penelitian ini.

4.1.4 Hipotesis

Persyaratan uji asumsi klasik yaitu mengikuti mengikuti sebaran normal, dalam menguji hipotesis penelitian digunakan analisis parametrik dengan menggunakan tehnik analisis regresi ganda untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh tiap variabel bebas terhadap variabel terikat dan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh kedua variabel bebas secara bersama-sama terhadap variabel terikat.

Tabel 4.4 Rangkuman Hasil Analisis Regresi Sederhana

Variabel	R	R Square	T Hitung	Sig
X1 terhadap Y	0,917	0,4842	10,307	0,000
X2 terhadap Y	0,926	0,857	10,929	0,000

Tabel 4.5 Rangkuman Hasil Analisis Regresi Ganda

Variabel	R	R Square	df 1	df2	F Hitung	Sig
X12 terhadap Y	0,941	0,886	2	19	73,484	0,000

- a. Ada pengaruh kekuatan tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap akurasi *shooting* pada ekstrakurikuler sepak bola SMPN 8 Palopo

Hipotesis statistik yang diuji :

$$H_0 : \rho_{X_1Y} = 0$$

$$H_1 : \rho_{X_1Y} \neq 0$$

Hasil pengujian:

Dari hasil analisis data terdapat nilai sig. 0,000. Nilai sig. lebih kecil dari 0,05 atau nilai $0,000 < 0,05$, maka H_1 diterima dan H_0 ditolak. Variabel kekuatan tungkai mempunyai t_{hitung} yakni 10,307 sedangkan $t_{tabel} = 2,085$ jadi $t_{hitung} > t_{tabel}$ dan dapat disimpulkan bahwa variabel kekuatan tungkai memiliki pengaruh terhadap akurasi *shooting*. Nilai t positif menunjukkan bahwa variabel kekuatan tungkai mempunyai pengaruh positif terhadap akurasi *shooting*. Jadi dapat disimpulkan bahwa kekuatan tungkai memiliki pengaruh signifikan terhadap akurasi *shooting*.

Nilai koefisien untuk variabel kekuatan tungkai sebesar 0,917. Berarti setiap kenaikan kekuatan tungkai satu satuan maka akurasi *shooting* akan naik sebesar 0,917. Nilai R sebesar 0,917 maka kekuatan tungkai berpengaruh 91,7% terhadap akurasi *shooting*. Sedangkan 8,3% dipengaruhi variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

b. Ada pengaruh koordinasi mata kaki terhadap akurasi *shooting* pada ekstrakurikuler sepak bola SMPN 8 Palopo

Hipotesis statistik yang diuji :

$$H_0 : \rho_{X_2Y} = 0$$

$$H_1 : \rho_{X_2Y} \neq 0$$

Hasil pengujian:

Dari hasil analisis data terdapat nilai sig. 0,000. Nilai sig. lebih kecil dari 0,05 atau nilai $0,000 < 0,05$, maka H_1 diterima dan H_0 ditolak. Variabel koordinasimata-kaki mempunyai t_{hitung} yakni 10,929 sedangkan $t_{tabel} = 2,085$ jadi $t_{hitung} > t_{tabel}$ dan dapat disimpulkan bahwa variabel koordinasimata-kaki memiliki pengaruh terhadap akurasi *shooting*. Nilai t positif menunjukkan bahwa variabel koordinasimata-kaki mempunyai pengaruh positif terhadap akurasi *shooting*. Jadi dapat disimpulkan bahwa koordinasimata-kaki memiliki pengaruh signifikan terhadap akurasi *shooting*.

Nilai koefisien untuk variabel koordinasimata-kaki sebesar 0,926. Berarti setiap kenaikan koordinasimata-kaki satu satuan maka akurasi shooting akan naik sebesar 0,926. Nilai R sebesar 0,926 maka kekuatan tungkai berpengaruh 92,6% terhadap akurasi shooting. Sedangkan 7,4% dipengaruhi variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

- c. Ada pengaruh secara bersama-sama kekuatan tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo

Hipotesis statistik yang diuji :

$$H_0 : R_{X_{1,2}.Y} = 0$$

$$H_1 : R_{X_{1,2}.Y} \neq 0$$

Hasil pengujian:

Dari hasil analisis data diperoleh F_{Hitung} sebesar 73,484 dan nilai sig. 0,000. Nilai $F_{\text{hitung}} (73,484) > (2,048)$ dan nilai sig. lebih kecil dari 0,05 atau nilai $0,000 < 0,05$, maka H_1 diterima berarti secara bersama-sama kekuatan tungkai dan koordinasi mata-kakiberpengaruh secara signifikan terhadap akurasi shooting.

Dengan melihat nilai R maka dapat disimpulkan bahwa kekuatan tungkai dan koordinasi mata-kakiberpengaruh sebesar 0,94,1 atau 94,1% terhadap akurasi shooting. Sedangkan 5,9% dipengaruhi variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Dan karena nilai $R (0,941)$ maka dapat disimpulkan kemampuan variabel-variabel independen dalam menjelaskan variasi variabel cukup kuat.

4.2 Pembahasan

Hasil analisis data menunjukkan bahwa ketiga hipotesis yang diajukan diterima dan terdapat pengaruh. Penelitian ini relevan dengan kerangka yang telah dikembangkan berdasarkan teori-teori yang mendukung penelitian, berdasarkan kekuatan tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo. Informasi lebih lanjut tentang hipotesis yang dirumuskan sebelumnya akan dibahas.

- a. Ada pengaruh kekuatan tungkai terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo

Ada pengaruh kekuatan tungkai terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo sebesar 91,7%. Terbukti dari hasil analisis diperoleh nilai $R = 0,917$. Hasil ini menunjukkan analisa bahwa kekuatan tungkai seseorang dibutuhkan untuk meningkatkan akurasi shooting. Kekuatan otot tungkai memiliki hubungan yang berarti terhadap hasil shooting bola diam ke arah

gawang. Kekuatan otot tungkai memiliki sumbangan yang berarti terhadap hasil shooting bola diam ke arah gawang. Dengan demikian dapat dikatakan semakin baik kekuatan otot tungkai yang dimiliki seseorang akan meningkatkan hasil shooting bola diam ke arah gawang (Manurung 2019).

Kekuatan otot tungkai adalah kemampuan sekelompok otot dalam melakukan usaha gerak maupun mengatasi beban. Dalam olahraga,, otot merupakan salah satu unsur kemampuan gerak sebagai dasar dominan untuk dapat mencapai prestasi. Kekuatan otot tungkai pada umumnya semua pemain sepakbola harus mempunyai kekuatan otot tungkai yang baik, karena dalam permainan sepakbola yang sering digunakan adalah kaki kecuali penjaga gawang. Kekuatan otot tungkai sangat diperlukan dalam akurasi shooting, semakin kuat otot tungkai semakin akurat bola yang ditendang ke sasaran. Saat melakukan shooting, tungkai berfungsi sebagai penggerak bola agar bola melaju dengan cepat maka power sangat dibutuhkan saat melakukan tendangan. Power yang baik didukung oleh kekuatan otot tungkai yang baik pula oleh karena itu kekuatan otot tungkai menjadi faktor pendorong dalam melakukan shooting.

b. Ada pengaruh koordinasi mata-kaki terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo

Ada pengaruh koordinasi mata-kaki terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo sebesar 92,6%. Terbukti dari hasil analisis diperoleh nilai $R = 0,926$. Hasil ini menunjukkan analisa bahwa koordinasi mata-kakiseorang dibutuhkan untuk meningkatkan akurasi *shooting*. Koordinasi merupakan kemampuan untuk mengontrol gerakan tubuh. Koordinasi diperlukan

untuk memudahkan pemain yang ingin melakukan teknik Shooting ke arah gawang, dimana dengan Koordinasi Mata-Kaki yang baik akan sangat mendukung keberhasilan shooting dalam permainan sepakbola tersebut(Zaenal et al., 2022).

Koordinasi merupakan hasil perpaduan kinerja dari kualitas otot, tulang, dan persendian dalam menghasilkan gerak yang efektif dan efisien. Komponen gerak yang terdiri dari energi, kontraksi otot, syaraf, tulang, dan persendiaan merupakan koordinasi neuromuscular. Seorang pemain sepakbola agar dapat melakukan akurasi shooting yang tepat dan tidak salah arah haruslah mempunyai koordinasi yang baik antara mata dan kaki yaitu dengan cara konsentrasi sebaik-baiknya. Hal ini dikarenakan seorang pemain yang akan melakukan akurasi shooting haruslah memiliki ketepatan perkenaan bola pada saat menendang dan sasaran yang akan dituju haruslah jelas, dengan mengetahui target yang dituju. Koordinasi merupakan faktor yang dapat mempengaruhi seorang dalam melakukan akurasi shooting Dengan koordinasi mata dan kaki yang bagus maka bola yang ditendang akan akurat dan menuju ke sasaran.

c. Ada pengaruh secara bersama-sama sarana kekuatan tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo

Ada pengaruh secara bersama-sama kekuatan tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo sebesar 94,1%. Terbukti dari hasil analisis diperoleh nilai $R = 0,941$. Hasil ini menunjukkan analisa bahwa kekuatan tungkai dan koordinasi mata-kaki seseorang dibutuhkan untuk meningkatkan akurasi shooting. Kekuatan otot

tungkai merupakan faktor pendukung dalam melakukan shooting seseorang, karena dengan kekuatan yang bagus maka hasil shooting akan maksimal begitu sebaliknya, sedangkan koordinasi mata kaki merupakan hal yang paling utama dalam melakukan koordinasi ke gawang pada saat shooting, tanpa memiliki koordinasi yang baik maka shooting yang dilakukan sering melenceng (Zainur & Sulastio 2019).

Kemampuan teknik ketepatan menendang bola ke gawang (shooting) besar peranannya dalam permainan sepakbola, sebab sebagian besar permainan sepakbola mendapat kemenangan dengan menendang bola. Ketepatan menendang bola ke gawang, dapat diciptakan jika pemain menguasai teknik menendang bola dengan baik dan ditinjau dengan unsur kondisi fisik yang baik pula. Koordinasi adalah kemampuan untuk melakukan gerak dengan berbagai tingkat kesukaran dengan cepat dan efisien dan penuh ketepatan oleh karena itu saat melakukan shooting yang tepat koordinasi sangat dibutuhkan. Mata berfungsi untuk melihat sasaran dan kaki sebagai media untuk melakukan tendangan sehingga mampu memperoleh ketepatan yang baik. Dengan demikian saat melakukan shooting mata berfungsi melihat sasaran, kaki penggerak bola dan kekuatan untuk melecutkan agar bola dapat melaju dengan keras dengan demikian kedua variabel tersebut mempunyai pengaruh yang sangat signifikan. Unsur kondisi fisik yang diperlukan untuk menunjang kemampuan menendang bola ke gawang diantaranya yaitu kekuatan otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Setelah melakukan penelitian, telah diperoleh hasil-hasil yang telah diperoleh hasil-hasil yang telah diungkapkan dari pengaruh kekuatan tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo.

5.1 Kesimpulan

Dari hasil pengujian hipotesis serta pembahasan hasil penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada pengaruh yang signifikan kekuatan tungkai terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo sebesar 91,7%.
2. Ada pengaruh yang signifikan koordinasi mata-kaki terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo sebesar 92,6%.
3. Ada pengaruh yang signifikan secara bersama-sama kekuatan tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo sebesar 94,1%.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan, maka dapat dikemukakan saran sebagai berikut:

1. Diharapkan kepada guru atau semua pihak agar dapat mengetahui dan memahami tentang unsur fisik seperti kekuatan tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap akurasi *shooting*.
2. Untuk siswa, kiranya dapat memahami unsur fisik seperti kekuatan tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap dalam peningkatan prestasi akurasi *shooting*.

3. Penelitian ini diharapkan dapat diperluas sehingga dapat memberikan kontribusi yang lebih besar bagi dunia ilmu keolahragaan dan kemajuan prestasi olahraga khususnya mata pelajaran sepakbola.
4. Kepada peneliti selanjutnya supaya dapat mengembangkan hasil penelitian tersebut, dengan menambah variabel penelitian dan populasi yang lebih besar.

DAFTAR RUJUKAN

- Aisyah, Kurnia Dwi. 2015. "Pengaruh Latihan Rope Jump Dengan Metode Interval Training Terhadap Kekuatan Otot Tungkai." *Jurnal Kesehatan Olahraga* 3 (1): 79–86. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-kesehatan-olahraga/article/view/11171/7666>.
- Aji Pradana, Akhmad. 2013. "Kontribusi Tinggi Badan, Berat Badan, Dan Panjang Tungkai Terhadap Kecepatan Lari Cepat (Sprint) 100 Meter Putra (Studi Pada Mahasiswa Ikor Angkatan 2010 Universitas Negeri Surabaya)." *Jurnal Kesehatan Olahraga* 1 (1): 1–5.
- Arikunto Suharsimi. 2015. "Pemahaman Siswa Terhadap Pemanfaatan Media Pembelajaran Berbasis Livewire Pada Mata Pelajaran Teknik Listrik Kelas X Jurusan Audio Video Di Smk Negeri 4 Semarang." *Edu ElektriKa Journal* 4 (1): 38–49.
- Burhaein, Erick, Bagus Kanang Ibrahim, and Ratko Pavlovic. 2020. "The Relationship of Limb Muscle Power, Balance, and Coordination with Instep Shooting Ability: A Correlation Study in under-18 Football Athletes." *International Journal of Human Movement and Sports Sciences* 8 (5): 265–70. <https://doi.org/10.13189/saj.2020.080515>.
- DEWI, RADIX PRIMA. 2019. "Studi Kasus - Metode Penelitian Kualitatif," no. April 2015: 31–46. <https://doi.org/10.31227/osf.io/f8vwb>.
- Hidayat, Akbar. 2018. "Pengaruh Daya Ledak Tungkai, Koordinasi Mata, Kaki Dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Shooting Ke Gawang Pada Permainan Sepakbola Siswa SMA Negeri 14 Sinjai." *Program Pascasarjana*, 1–14.
- Ibnu Andli Marta¹, Oktarifaldi². 2018. "Koordinasi Mata-Kaki Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling Sepakbola." *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. 4 (3): 10–27.
- Jumaking, Jumaking. 2020. "Pengaruh Daya Ledak Tungkai, Koordinasi Mata Kaki Dan Percaya Diri Terhadap Kemampuan Shooting Ke Gawang Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Sman 2 Kolaka." *Kinestetik* 4 (1): 122–31. <https://doi.org/10.33369/jk.v4i1.10526>.
- Junaidi, Ade, and Ari Sutisyana. 2018. "Pengaruh Latihan Variasi Shooting Ke Arah Gawang Terhadap Akurasi Shooting Dalam Permainan Sepak Bola Pada Pemain U-14 Ssb Tunas Muda Bengkulu." 2: 2.
- Manurung, Jack suman Rulis. 2019. "Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dan

Koordinasi Mata Kaki Terhadap Hasil Shooting Bola Diam Ke Arah Gawang.” *Jurnal Ilmu Keolahragaan* 2(1): 36.

Miftahul, Ilmi, and Yanuar Kiram. 2019. “Hubungan Koordinasi Mata-Kaki Dan Kelincahan Dengan Kemampuan Dribbling Pemain Sepakbola Di Sekolah Sepakbola (Ssb) Excellent Kota Batusangkar Miftahul.” *Patriot* 1 (1): 204–12.

Mushlih, Ahmad. 2021. Analisis Kondisi Fisik Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Sekolah Sepakbola Hibridah Barru. Skripsi diterbitkan. Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Makassar.

Nasruddin, A Firmansyah. 2017. Pengaruh Koordinasi Mata-Kaki, Keseimbangan Dan Percaya Diri Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Murid SDN Inpres Hartaco Indah Kota Makassar. Tesis tidak diterbitkan. Makassar. Program Pascarsajana. Universitas Negeri Makassar.

Oliver, J., Jamaliah Abdul Majid, Maliah Sulaiman, Suhaiza Zailani, Mohd Rizaimy Shahrudin, Bernard Saw, Chi Ling Wu, et al. 2015. “Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dan Otot Perut Terhadap Akurasi Shooting Pada Ekstrakurikuler Futsal Sma Muhammadiyah 2 YogyakartaA” 16 (1994): 1–27. [http://eprints.ums.ac.id/37501/6/BAB II.pdf](http://eprints.ums.ac.id/37501/6/BAB%20II.pdf).

Pane, Dewi Nurmasari, Miftah EL Fikri, and Husni Muharram Ritonga. 2018. “Kontribusi Kelentukan Pinggang Dan Explosive Power otot Tungkai Terhadap Akurasi Shooting atlet Sepak Bola Sma N 3 Bengkulu Selatan.” *Journal of Chemical Information and Modeling* 53 (9): 1689–99.

Raharjo, Septo Maulana. 2018. “Pengembangan Alat Target Tendangan Untuk Melatih Akurasi Shooting Pemain Sepak Bola.” *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)* 14 (2): 164–77. <https://doi.org/10.21831/jorpres.v14i2.23827>.

Satria, M. Haris. 2019. “Pengaruh Latihan Circuit Training Terhadap Peningkatan Daya Tahan Aerobik Pemain Sepakbola Universitas Bina Darma.” *Jurnal Ilmiah Bina Edukasi* 11 (01): 36–48. <https://doi.org/10.33557/jedukasi.v11i01.204>.

Zainur, Sulastio Agus. 2019. “Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Akurasi Tendangan Ke Gawang.” *Journal Sport Area* 4(1): 279.

Zaenal Arifin, Muarif Arhas Putra, Lolia Manurizal. 2022. “Kontribusi Kekuatan Otot Perut Dan Koordinasi Mata-Kaki Dengan Akurasi Shooting Pada Pemain Sepakbola Brajamusti Desa Kota Raya.” *Joset* 3(1): 1–12.

