ikhtiar Ghazaly

Naskah IKHTIAR GHAZALY

Pendidikan Jasmani

FAK. Keguruan dan Ilmu Pendidikan

LLDIKTI IX Turnitin Consortium Part III

Document Details

Submission ID

trn:oid:::1:3461474183

Submission Date

Jan 21, 2026, 7:39 AM GMT+7

Download Date

Jan 21, 2026, 7:54 AM GMT+7

File Name

turnitin_tiar_1_-_ikhtiar_Ghazaly05.pdf

File Size

422.9 KB

15 Pages

4,062 Words

27,270 Characters

20% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- Bibliography
- Quoted Text
- Small Matches (less than 12 words)

Top Sources

16% Internet sources
8% Publications
14% Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

Top Sources

16% Internet sources
8% Publications
14% Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Student papers	
Universitas Jenderal Soedirman		3%
2	Internet	
ahimmaster.blogspot.com		1%
3	Internet	
text-id.123dok.com		1%
4	Internet	
repository.upi.edu		<1%
5	Publication	
Chetrin Amelia Pawarrangan, Djusniati Rasinan, Mira La'bi Bandhaso. "Pengaruh ...		<1%
6	Student papers	
Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Tengah		<1%
7	Student papers	
Universitas PGRI Palembang		<1%
8	Internet	
eprints.uny.ac.id		<1%
9	Internet	
publikasi.abidan.org		<1%
10	Internet	
es.scribd.com		<1%
11	Internet	
repository.ub.ac.id		<1%

12 Internet
repository.uinfasbengkulu.ac.id <1%

13 Publication
Ubaedi Ubaedi, Aidil Putra, Rahmat Gunawan, Ilona Pratiwi Hutabarat, Wendri M... <1%

14 Internet
idr.uin-antasari.ac.id <1%

15 Publication
I Nengah Tambun, I Made Suidarma. "Determinan Produktivitas Kerja Karyawan ... <1%

16 Student papers
Universitas Musamus Merauke <1%

17 Publication
Almyra Diah Pangestu, Saprudin Padlil Syah, Sa'id Fajar Al Fikri, Ifan Iskandar. "Pe... <1%

18 Student papers
Universitas Respati Indonesia <1%

19 Internet
journal.unibos.ac.id <1%

20 Internet
adoc.pub <1%

21 Internet
ejurnalkotamadiun.org <1%

22 Internet
repository.umy.ac.id <1%

23 Internet
123dok.com <1%

24 Student papers
Syntax Corporation <1%

25 Internet
etheses.uin-malang.ac.id <1%

26 Internet

1library.net <1%

27 Student papers

Institut Agama Islam Al-Zaytun Indonesia <1%

28 Student papers

Universitas Negeri Padang <1%

29 Internet

repository.fe.unj.ac.id <1%

30 Internet

repository.unisi.ac.id <1%

31 Student papers

IAIN Bukit Tinggi <1%

32 Internet

e-jurnal.rokania.ac.id <1%

33 Internet

repository.unja.ac.id <1%

BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pelaksanaan Pendidikan Jasmani di sekolah masih menghadapi berbagai kendala, khususnya dalam upaya meningkatkan pemahaman konsep dan penguasaan teknik dasar olahraga oleh siswa. Pada pembelajaran futsal, siswa sering mengalami kesulitan dalam menguasai keterampilan teknik dasar, sementara guru juga menghadapi tantangan dalam menanamkan pemahaman teknik secara efektif. Kondisi ini berdampak pada rendahnya kemampuan bermain futsal siswa secara keseluruhan.

Futsal merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang berkembang pesat dan digemari oleh berbagai kalangan, termasuk pelajar tingkat SMA. Olahraga ini menuntut penguasaan teknik, strategi bermain, serta kondisi fisik yang baik. Perkembangan sarana dan prasarana futsal yang semakin luas turut mendorong meningkatnya minat masyarakat terhadap olahraga ini, baik laki-laki maupun perempuan (Gumantan et al., 2021).

Salah satu keterampilan teknik yang sangat menentukan dalam futsal adalah kemampuan shooting. Shooting yang efektif memerlukan kekuatan dan akurasi untuk menghasilkan gol. Kualitas shooting sangat dipengaruhi oleh kondisi fisik, terutama kekuatan otot tungkai sebagai sumber utama tenaga tendangan. Latihan fisik yang terprogram dan terarah sangat diperlukan untuk mendukung peningkatan kekuatan otot tungkai sehingga teknik shooting dapat dilakukan secara optimal (Saleh & Martiani, 2020).

Selain kekuatan otot tungkai, koordinasi juga berperan penting dalam menunjang kualitas shooting. Koordinasi yang baik memungkinkan integrasi gerakan tubuh secara efisien, khususnya koordinasi mata dan kaki, sehingga tendangan dapat diarahkan dengan tepat. Penelitian menunjukkan bahwa koordinasi memiliki hubungan yang signifikan dengan akurasi shooting dalam futsal (Siregar, 2022; Setiawan & Rahmadani, 2021; Putra et al., 2023).

Faktor lain yang tidak kalah penting adalah konsentrasi. Dalam situasi permainan futsal yang cepat dan penuh tekanan, pemain dituntut mampu memusatkan perhatian dan mengambil keputusan secara tepat. Tingkat konsentrasi yang baik berkontribusi terhadap ketepatan dan kualitas shooting karena memengaruhi fokus mental dan visual pemain saat mengeksekusi tendangan (Mulyawan, 2020; Saputra & Lestari, 2021; Pratama, 2022).

Berdasarkan observasi pada kegiatan ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Palopo, kemampuan shooting siswa masih tergolong rendah. Hal ini terlihat dari kurangnya kekuatan tendangan, arah bola yang belum akurat, serta inkonsistensi dalam melakukan shooting. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa kekuatan otot tungkai, koordinasi, dan konsentrasi siswa belum berkembang secara optimal.

Oleh karena itu, diperlukan kajian ilmiah untuk menganalisis hubungan antara kekuatan otot tungkai, koordinasi, dan konsentrasi terhadap kemampuan shooting siswa. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam perencanaan program latihan futsal yang lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan siswa. Atas dasar tersebut, penelitian ini berjudul **"Hubungan Kekuatan Otot Tungkai, Koordinasi, dan Konsentrasi terhadap Kemampuan Shooting Siswa Ekstrakurikuler Futsal SMA Negeri 3 Palopo."**

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot tungkai dengan kemampuan shooting siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Palopo?
2. Apakah terdapat hubungan antara koordinasi dengan kemampuan shooting siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Palopo?
3. Apakah terdapat hubungan antara konsentrasi dengan kemampuan shooting siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Palopo?
4. Apakah terdapat hubungan secara simultan antara kekuatan otot tungkai, koordinasi, dan konsentrasi dengan kemampuan shooting siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Palopo?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui hubungan kekuatan otot tungkai dengan kemampuan shooting siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Palopo.
2. Mengetahui hubungan koordinasi dengan kemampuan shooting siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Palopo.
3. Mengetahui hubungan konsentrasi dengan kemampuan shooting siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Palopo.
4. Mengetahui hubungan secara simultan antara kekuatan otot tungkai, koordinasi, dan konsentrasi terhadap kemampuan shooting siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Palopo.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat Teoretis:
Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian ilmu pendidikan jasmani dan olahraga, khususnya mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kemampuan teknik dasar shooting dalam futsal.

Manfaat Praktis:

1. Bagi siswa, sebagai informasi mengenai aspek fisik dan psikologis yang perlu dikembangkan untuk meningkatkan kemampuan shooting.
2. Bagi pelatih dan guru olahraga, sebagai dasar dalam menyusun program latihan futsal yang lebih terarah dan efektif.
3. Bagi sekolah, sebagai bahan evaluasi dalam pengembangan kegiatan ekstrakurikuler futsal agar lebih optimal dan berorientasi pada peningkatan prestasi.

BAB II
KAJIAN PUSTAKA

2.1 Ekstrakurikuler Futsal

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan program pendidikan yang dilaksanakan di luar jam pembelajaran formal dengan tujuan mengembangkan potensi peserta didik secara optimal. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menegaskan bahwa pendidikan bertujuan mengembangkan kemampuan, membentuk karakter, serta meningkatkan kualitas peserta didik agar menjadi individu yang sehat, cakap, kreatif, mandiri, dan bertanggung jawab.

Ekstrakurikuler olahraga menjadi salah satu wadah pembinaan minat dan bakat siswa di bidang olahraga. Kegiatan ini dirancang untuk memperluas wawasan, meningkatkan keterampilan, serta mengaplikasikan nilai-nilai pengetahuan dan kemampuan olahraga di luar pembelajaran kelas (Zaenal, 2020). Kegiatan ekstrakurikuler juga ditujukan bagi siswa yang ingin mengembangkan potensi dan bakat secara lebih terarah (Musthofa et al., 2019).

Futsal merupakan salah satu cabang olahraga yang berkembang pesat dan dipertandingkan secara luas di Indonesia. Pertumbuhan klub, kompetisi, serta ketersediaan sarana futsal yang semakin meningkat menunjukkan tingginya minat masyarakat terhadap olahraga ini (Herdiandanu & Djawa, 2020). Futsal dimainkan oleh dua tim yang masing-masing terdiri atas lima pemain dan menuntut penguasaan teknik dasar yang baik agar permainan dapat berjalan efektif (Hidayat & Riswanto, 2021).

Karakteristik permainan futsal yang cepat, dinamis, dan dimainkan di lapangan berukuran kecil menuntut pemain untuk selalu bergerak aktif dan mengambil keputusan secara cepat. Permainan ini bertujuan mencetak gol sebanyak mungkin ke gawang lawan, sehingga penguasaan teknik dasar menjadi faktor utama dalam keberhasilan bermain futsal (Bandy, 2020; Rohman et al., 2021).

2.2 Kemampuan Shooting

Keterampilan merupakan kemampuan individu dalam melakukan suatu aktivitas yang diperoleh melalui proses latihan secara berkelanjutan. Keterampilan melibatkan koordinasi sistem saraf dan otot dalam menghasilkan gerakan yang efektif dan efisien (Nurjan, 2016). Dalam konteks olahraga, keterampilan hanya dapat berkembang melalui latihan yang terprogram dan konsisten (Mahrunnisya, 2023).

Dalam permainan futsal, shooting merupakan salah satu teknik dasar yang sangat penting karena berkaitan langsung dengan upaya mencetak gol. Penguasaan teknik shooting yang baik menjadi faktor penentu keberhasilan tim dalam memenangkan pertandingan (Erfandy et al., 2018; Mahanani & Indriarsa, 2021). Shooting merupakan tendangan ke arah gawang yang membutuhkan kekuatan, ketepatan, dan konsentrasi agar menghasilkan gol (Hartian et al., 2022).

Teknik shooting dalam futsal dapat dilakukan dengan berbagai cara, seperti menggunakan punggung kaki, ujung kaki, maupun kaki bagian dalam. Keberhasilan shooting dipengaruhi oleh posisi kaki tumpuan, ayunan kaki, perkenaan kaki dengan bola, serta gerakan lanjutan setelah menendang (Hutami & Iswana, 2020; Narlan &

Juniar, 2017). Oleh karena itu, kemampuan shooting perlu dilatih secara sistematis agar pemain mampu mengeksekusi tendangan secara optimal dalam situasi pertandingan.

2.3 Kekuatan Otot Tungkai

Kondisi fisik merupakan salah satu komponen penting dalam pencapaian prestasi olahraga. Setiap cabang olahraga menuntut tingkat kondisi fisik yang berbeda sesuai dengan karakteristiknya (Adhi et al., 2017). Salah satu komponen kondisi fisik yang berperan penting dalam futsal adalah kekuatan otot tungkai.

Kekuatan otot diartikan sebagai kemampuan otot untuk menghasilkan kontraksi maksimal dalam menahan atau mengatasi beban tertentu (Kurniawan & Winarno, 2022). Kekuatan otot tungkai melibatkan kerja otot-otot pada panggul, paha, lutut, pergelangan kaki, hingga ujung kaki yang berfungsi menghasilkan tenaga saat melakukan tendangan (Septiadi & Alficandra, 2024).

Dalam permainan futsal, kekuatan otot tungkai sangat berpengaruh terhadap kualitas shooting. Kekuatan yang baik memungkinkan pemain menghasilkan tendangan yang lebih keras, cepat, dan terarah ke gawang lawan (Khoiriah et al., 2020). Selain itu, daya ledak otot tungkai juga berkontribusi terhadap efektivitas shooting karena berkaitan dengan kemampuan menghasilkan tenaga secara cepat dan maksimal (Barasakti & Faruk, 2019). Dengan demikian, kekuatan otot tungkai menjadi salah satu faktor fisik utama dalam mendukung keberhasilan shooting futsal.

2.4 Koordinasi

Koordinasi merupakan kemampuan individu dalam mengombinasikan berbagai gerakan tubuh secara harmonis untuk mencapai tujuan gerak tertentu. Koordinasi melibatkan kerja sama antara sistem saraf dan otot dalam mengontrol gerakan secara tepat dan efisien (Sukadiyanto & Muluk, 2020).

Dalam permainan futsal, koordinasi memiliki peran yang sangat penting karena permainan berlangsung dalam tempo cepat dan ruang yang terbatas. Koordinasi mata–kaki menjadi bentuk koordinasi yang dominan karena berpengaruh terhadap kemampuan mengontrol bola, menentukan timing, serta mengarahkan tendangan dengan akurat (Nugroho et al., 2021).

Koordinasi yang baik memungkinkan pemain melakukan shooting dengan lebih presisi dan stabil, terutama saat berada dalam tekanan lawan. Penelitian menunjukkan bahwa koordinasi memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan shooting futsal pada atlet usia sekolah (Putra & Hidayat, 2022). Oleh karena itu, koordinasi dijadikan sebagai salah satu variabel penting dalam penelitian ini.

2.5 Konsentrasi

Konsentrasi merupakan kemampuan mental untuk memusatkan perhatian pada suatu aktivitas dengan mengabaikan gangguan yang tidak relevan. Dalam olahraga, konsentrasi berperan penting dalam menentukan kualitas performa atlet, khususnya pada cabang olahraga yang menuntut ketepatan dan keputusan cepat seperti futsal (Komarudin, 2020).

Dalam situasi permainan futsal, pemain dituntut untuk selalu fokus terhadap bola, posisi lawan, dan sasaran gawang. Konsentrasi yang baik membantu pemain mengeksekusi shooting dengan lebih akurat dan konsisten. Sebaliknya, rendahnya konsentrasi dapat menyebabkan kesalahan teknik dan pengambilan keputusan (Wijayanti & Pramono, 2021).

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa konsentrasi memiliki hubungan yang signifikan dengan ketepatan shooting pada pemain futsal remaja (Lestari & Maulana, 2023). Dengan demikian, konsentrasi merupakan faktor psikologis yang berperan penting dalam menunjang kemampuan shooting futsal.

2.6 Penelitian Terdahulu

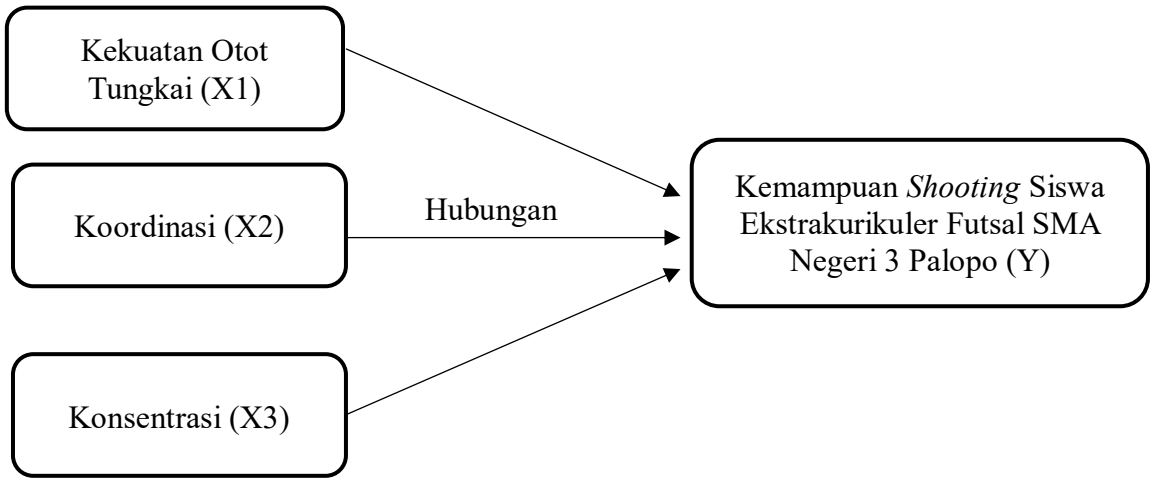
Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan antara kekuatan otot tungkai dan kemampuan shooting futsal. Saleh dan Martiani (2020) menemukan hubungan yang sangat kuat antara power otot tungkai dengan keterampilan shooting atlet futsal tingkat SMP. Hasil serupa juga ditunjukkan oleh Rinra Aj Syafikri dan Rices Jatra (2023) yang menyimpulkan bahwa kekuatan otot tungkai memberikan kontribusi signifikan terhadap kemampuan shooting pemain futsal.

Temuan-temuan tersebut memperkuat asumsi bahwa kekuatan otot tungkai merupakan faktor fisik yang berpengaruh terhadap keterampilan shooting dalam permainan futsal.

2.7 Kerangka Berpikir

Permainan futsal menuntut keterpaduan antara kemampuan teknik, kondisi fisik, dan aspek psikologis. Shooting sebagai salah satu teknik dasar utama dipengaruhi oleh berbagai faktor pendukung. Kekuatan otot tungkai berperan dalam menghasilkan tenaga tendangan, koordinasi membantu ketepatan dan timing gerakan, sementara konsentrasi mendukung fokus dan pengambilan keputusan saat melakukan shooting.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat diasumsikan bahwa kemampuan shooting futsal dipengaruhi oleh kekuatan otot tungkai, koordinasi, dan konsentrasi, baik secara parsial maupun simultan. Kerangka berpikir ini menjadi dasar dalam menganalisis hubungan antarvariabel dalam penelitian.



2.8 Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kajian teori dan kerangka berpikir, maka hipotesis penelitian dirumuskan sebagai berikut:

Hipotesis Alternatif (Ha):

H_1: Terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dengan kemampuan shooting siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Palopo.

H_2: Terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi dengan kemampuan shooting siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Palopo.

H_3: Terdapat hubungan yang signifikan antara konsentrasi dengan kemampuan shooting siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Palopo.

H_4: Terdapat hubungan yang signifikan secara simultan antara kekuatan otot tungkai, koordinasi, dan konsentrasi dengan kemampuan shooting siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Palopo.

Hipotesis Nol (H_0):

H_{01}: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dengan kemampuan shooting siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Palopo.

H_{02}: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi dengan kemampuan shooting siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Palopo.

H_{03}: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara konsentrasi dengan kemampuan shooting siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Palopo.

H_{04}: Tidak terdapat hubungan yang signifikan secara simultan antara kekuatan otot tungkai, koordinasi, dan konsentrasi dengan kemampuan shooting siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Palopo.

BAB III
METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Penelitian korelasional bertujuan untuk mengetahui derajat hubungan antara dua variabel atau lebih tanpa memberikan perlakuan atau manipulasi terhadap variabel yang diteliti (Utami & Vioreza, 2020). Variabel bebas dalam penelitian ini terdiri atas kekuatan otot tungkai, koordinasi, dan konsentrasi, sedangkan variabel terikatnya adalah kemampuan shooting futsal.

Desain yang digunakan adalah korelasi ganda, yaitu untuk menganalisis hubungan masing-masing variabel bebas secara parsial serta hubungan ketiga variabel bebas secara simultan terhadap variabel terikat. Pengumpulan data dilakukan melalui serangkaian tes yang disusun secara sistematis agar diperoleh data empiris yang akurat dan relevan dengan tujuan penelitian. Adapun desain penelitian disajikan dalam Gambar 3.1.

Keterangan:
X_1 = Kekuatan Otot Tungkai
X_2 = Koordinasi
X_3 = Konsentrasi
Y = Kemampuan Shooting Futsal

3.2 Populasi dan Sampel

Populasi merupakan keseluruhan subjek yang memiliki karakteristik tertentu sesuai dengan tujuan penelitian (Armanda, 2020). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 3 Palopo yang berjumlah 23 siswa.

Sampel penelitian diambil menggunakan teknik total sampling, yaitu seluruh anggota populasi dijadikan sebagai sampel penelitian. Dengan demikian, jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 23 siswa.

3.3 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 3 Palopo pada kegiatan ekstrakurikuler futsal yang bertempat di lapangan olahraga sekolah. Penelitian dilakukan pada semester berjalan tahun ajaran 2025/2026.

Pengambilan data dilaksanakan dalam dua kali pertemuan yang disesuaikan dengan jadwal kegiatan ekstrakurikuler. Pertemuan pertama digunakan untuk tes kekuatan otot tungkai dan tes koordinasi, sedangkan pertemuan kedua digunakan untuk tes konsentrasi dan tes kemampuan shooting futsal.

3.4 Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang menjadi objek pengamatan dan dapat diukur untuk memperoleh data penelitian (Arikunto, 2020). Variabel dalam penelitian ini terdiri atas:

1. Variabel bebas (independent), yaitu:
   a) Kekuatan otot tungkai (X_1)
   b) Koordinasi (X_2)
   c) Konsentrasi (X_3)
2. Variabel terikat (dependent), yaitu kemampuan shooting futsal (Y).

3.5 Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional bertujuan memberikan batasan yang jelas terhadap setiap variabel agar dapat diukur secara objektif. Adapun definisi operasional dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. **Kekuatan otot tungkai (X_1)** adalah kemampuan otot-otot tungkai dalam menghasilkan tenaga maksimal saat melakukan gerakan eksplosif, khususnya pada aktivitas menendang bola. Variabel ini diukur menggunakan *Standing Broad Jump Test* dengan satuan sentimeter.
2. **Koordinasi (X_2)** adalah kemampuan mengoordinasikan gerakan mata dan kaki secara efektif dalam aktivitas menendang dan mengontrol bola. Pengukuran dilakukan menggunakan *Wall Pass Test* dengan skor berupa jumlah keberhasilan gerakan selama waktu tes.
3. **Konsentrasi (X_3)** adalah kemampuan memusatkan perhatian secara optimal dan berkelanjutan pada suatu tugas tertentu. Konsentrasi diukur menggunakan *Grid Concentration Test* berdasarkan jumlah angka yang ditemukan secara benar dan berurutan.
4. **Kemampuan shooting futsal (Y)** adalah kemampuan melakukan tendangan ke arah gawang dengan ketepatan dan efektivitas sesuai sasaran. Pengukuran dilakukan menggunakan *Target Shooting Test* dengan skor akumulasi hasil tendangan ke area sasaran.

3.6 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan untuk memperoleh data sesuai dengan variabel yang diteliti. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini disusun berdasarkan kriteria validitas, reliabilitas, dan kemudahan pelaksanaan di lapangan (Arikunto, 2020). Instrumen penelitian meliputi:

1. Tes kekuatan otot tungkai menggunakan *Standing Broad Jump Test*.
2. Tes koordinasi menggunakan *Wall Pass Test*.
3. Tes konsentrasi menggunakan *Grid Concentration Test*.
4. Tes kemampuan shooting futsal menggunakan tes shooting ke gawang dengan sistem penilaian berdasarkan area sasaran.

3.7 Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan untuk menguji hipotesis penelitian dan mengetahui hubungan antarvariabel. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui nilai

rata-rata, nilai maksimum, nilai minimum, dan standar deviasi. Selanjutnya dilakukan uji prasyarat analisis berupa uji normalitas dan uji linearitas.

Setelah prasyarat terpenuhi, data dianalisis menggunakan uji korelasi Pearson Product Moment untuk mengetahui hubungan variabel bebas secara parsial terhadap variabel terikat, serta uji korelasi ganda untuk mengetahui hubungan variabel bebas secara simultan terhadap kemampuan shooting futsal. Seluruh analisis data dilakukan menggunakan program SPSS dengan taraf signifikansi 0,05.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kekuatan otot tungkai, koordinasi, dan konsentrasi terhadap kemampuan shooting siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 3 Palopo. Subjek penelitian berjumlah 23 siswa dan seluruhnya dijadikan sebagai sampel penelitian melalui teknik total sampling. Data penelitian diperoleh melalui serangkaian tes yang meliputi tes kekuatan otot tungkai, tes koordinasi, tes konsentrasi, serta tes kemampuan shooting futsal.

4.1.1 Deskripsi Data

Pengambilan data dilakukan secara langsung kepada siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Palopo dengan menggunakan instrumen tes yang telah disesuaikan dengan masing-masing variabel penelitian. Kekuatan otot tungkai diukur menggunakan standing broad jump test, koordinasi diukur melalui wall pass test, konsentrasi diukur menggunakan grid concentration test, sedangkan kemampuan shooting futsal diukur melalui tes shooting ke gawang dengan sasaran tertentu. Seluruh rangkaian tes dilaksanakan sesuai dengan prosedur yang telah ditetapkan guna menjamin objektivitas dan keakuratan data. Data yang telah diperoleh selanjutnya dianalisis menggunakan teknik statistik korelasional untuk mengetahui hubungan antarvariabel, baik secara parsial maupun secara simultan.

4.1.2 Hasil Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dilakukan untuk memberikan gambaran umum mengenai karakteristik data penelitian yang meliputi nilai minimum, maksimum, rata-rata (mean), dan standar deviasi dari masing-masing variabel. Hasil analisis deskriptif siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Palopo disajikan pada Tabel 4.1.

Tabel 4.1 Hasil Analisis Statistik Deskriptif

Variabel	N	Min	Max	Mean	Std. Dev
Kekuatan Otot Tungkai (X_1)	23	140	170	155,17	9,178
Koordinasi (X_2)	23	11	20	14,26	2,454
Konsentrasi (X_3)	23	15	30	23,30	4,903

Kemampuan Shooting (Y)	23	7	19	14,13	3,402

Berdasarkan Tabel 4.1, variabel kekuatan otot tungkai memiliki nilai rata-rata sebesar 155,17 cm dengan standar deviasi 9,178, yang menunjukkan bahwa secara umum kekuatan otot tungkai siswa berada pada kategori sedang hingga baik, meskipun masih terdapat perbedaan kemampuan antarindividu. Variabel koordinasi menunjukkan nilai rata-rata sebesar 14,26 dengan standar deviasi 2,454, yang mengindikasikan bahwa kemampuan koordinasi mata–kaki siswa berada pada tingkat cukup baik.

Variabel konsentrasi memiliki nilai rata-rata sebesar 23,30 dengan standar deviasi 4,903, yang menunjukkan bahwa tingkat konsentrasi siswa relatif baik namun bervariasi. Sementara itu, kemampuan shooting futsal memiliki nilai rata-rata sebesar 14,13 dengan standar deviasi 3,402, yang menggambarkan bahwa kemampuan shooting siswa berada pada kategori sedang dengan variasi kemampuan yang cukup jelas antar siswa.

4.2 Uji Prasyarat Analisis

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, data penelitian terlebih dahulu diuji melalui uji prasyarat analisis yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas.

4.2.1 Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal sebagai syarat penggunaan analisis statistik parametrik. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji Shapiro-Wilk dengan bantuan program SPSS. Data dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi (Sig.) lebih besar dari 0,05.

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa seluruh variabel memiliki nilai signifikansi di atas 0,05, yaitu kekuatan otot tungkai (0,285), koordinasi (0,123), konsentrasi (0,118), dan kemampuan shooting (0,106). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa seluruh data penelitian berdistribusi normal dan memenuhi syarat untuk dilakukan analisis korelasi parametrik.

4.2.2 Hasil Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat bersifat linear. Hasil uji linearitas menunjukkan bahwa nilai signifikansi Deviation from Linearity untuk hubungan kekuatan otot tungkai, koordinasi, dan konsentrasi terhadap kemampuan shooting seluruhnya lebih besar dari 0,05. Hal ini menandakan bahwa hubungan antarvariabel bersifat linear, sehingga analisis korelasi dapat dilanjutkan.

4.3 Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan untuk mengetahui hubungan antara masing-masing variabel bebas dengan variabel terikat, serta hubungan ketiga variabel bebas secara simultan terhadap kemampuan shooting futsal.

4.3.1 Hasil Uji Korelasi Pearson Product Moment

Hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa kekuatan otot tungkai memiliki koefisien korelasi sebesar r = 0,966 dengan nilai signifikansi 0,000, koordinasi memiliki koefisien korelasi r = 0,922 dengan signifikansi 0,000, dan konsentrasi memiliki koefisien korelasi r = 0,959 dengan signifikansi 0,000. Seluruh nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa masing-masing variabel bebas memiliki hubungan yang signifikan dan bersifat positif dengan kemampuan shooting futsal.

4.3.2 Interpretasi Koefisien Korelasi

Berdasarkan pedoman interpretasi koefisien korelasi menurut Sugiyono (2019), nilai koefisien korelasi yang berada pada interval 0,80–1,00 termasuk dalam kategori hubungan sangat kuat. Dengan demikian, hubungan antara kekuatan otot tungkai, koordinasi, dan konsentrasi terhadap kemampuan shooting futsal seluruhnya berada pada kategori sangat kuat.

4.3.3 Hasil Uji Korelasi Berganda

Hasil uji korelasi berganda menunjukkan nilai koefisien korelasi ganda (R) sebesar 0,967 dengan nilai signifikansi < 0,001. Nilai R Square sebesar 0,934 menunjukkan bahwa sebesar 93,4% variasi kemampuan shooting futsal dapat dijelaskan oleh kekuatan otot tungkai, koordinasi, dan konsentrasi secara simultan, sedangkan sisanya sebesar 6,6% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti.

4.4 Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kekuatan otot tungkai memiliki hubungan yang sangat kuat dan signifikan dengan kemampuan shooting futsal. Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan otot tungkai dalam menghasilkan gaya yang besar dan cepat sangat berperan dalam menentukan kualitas tendangan. Shooting dalam futsal menuntut kemampuan eksplosif otot tungkai agar bola dapat melaju dengan kecepatan dan kekuatan optimal. Bompa dan Buzzichelli (2019) menyatakan bahwa kekuatan ekstremitas bawah merupakan komponen utama dalam aktivitas olahraga yang bersifat eksplosif, termasuk gerakan menendang.

Selain itu, koordinasi juga terbukti memiliki hubungan yang sangat kuat dengan kemampuan shooting. Koordinasi yang baik memungkinkan pemain mengintegrasikan gerakan mata, kaki, dan tubuh secara efektif sehingga perkenaan bola menjadi lebih akurat. Dalam permainan futsal yang cepat dan dinamis, kemampuan koordinasi menjadi faktor penting untuk menyesuaikan gerakan dengan situasi permainan yang berubah. Schmidt dan Lee (2011) menegaskan bahwa koordinasi berperan dalam mengendalikan berbagai segmen tubuh untuk menghasilkan gerakan yang efisien dan tepat sasaran.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa konsentrasi memiliki hubungan yang sangat kuat dengan kemampuan shooting futsal. Konsentrasi membantu pemain memfokuskan perhatian pada bola dan sasaran gawang, sekaligus mengendalikan tekanan psikologis saat melakukan shooting. Weinberg dan Gould (2019) menjelaskan bahwa konsentrasi memungkinkan atlet mempertahankan fokus pada stimulus yang relevan dan mengabaikan gangguan eksternal. Dengan tingkat konsentrasi yang baik, pemain mampu mengeksekusi shooting secara lebih optimal.

Secara simultan, kekuatan otot tungkai, koordinasi, dan konsentrasi memiliki hubungan yang sangat kuat dengan kemampuan shooting futsal. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan shooting merupakan hasil dari integrasi antara faktor fisik, motorik, dan psikologis. Temuan ini sejalan dengan pendapat Magill dan Anderson (2017) yang menyatakan bahwa performa keterampilan motorik dipengaruhi oleh interaksi antara kondisi fisik, kontrol gerak, dan proses kognitif. Oleh karena itu, peningkatan kemampuan shooting futsal perlu dilakukan melalui program latihan yang terencana dan terintegrasi dengan memperhatikan aspek fisik dan mental secara seimbang.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian serta pembahasan mengenai hubungan antara kekuatan otot tungkai, koordinasi, dan konsentrasi terhadap kemampuan shooting siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 3 Palopo, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut.

Pertama, kekuatan otot tungkai memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan shooting siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Palopo. Temuan ini menunjukkan bahwa kekuatan otot tungkai merupakan salah satu komponen fisik yang berperan penting dalam menghasilkan tendangan yang kuat dan efektif. Semakin baik kekuatan otot tungkai yang dimiliki siswa, maka semakin besar pula kemampuan mereka dalam menghasilkan shooting yang optimal, baik dari segi kecepatan maupun arah bola.

Kedua, koordinasi memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan shooting siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Palopo. Koordinasi yang baik, terutama koordinasi antara mata dan kaki, memungkinkan siswa mengontrol gerakan tubuh secara selaras sehingga perkenaan kaki terhadap bola dapat dilakukan secara tepat. Dengan koordinasi yang optimal, siswa mampu menyesuaikan timing dan posisi tubuh secara efektif saat melakukan shooting, sehingga tingkat akurasi tendangan menjadi lebih baik.

Ketiga, konsentrasi juga memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan shooting siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Palopo. Konsentrasi yang baik membantu siswa untuk memusatkan perhatian pada bola dan sasaran gawang serta mengendalikan gangguan internal maupun eksternal selama proses shooting. Kondisi ini berkontribusi terhadap meningkatnya ketepatan, kestabilan, dan konsistensi hasil tendangan yang dilakukan oleh siswa.

Keempat, secara simultan kekuatan otot tungkai, koordinasi, dan konsentrasi memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan shooting siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Palopo. Hasil ini menunjukkan bahwa kemampuan shooting merupakan hasil dari keterpaduan antara aspek fisik, motorik, dan psikologis. Oleh karena itu, upaya peningkatan kemampuan shooting akan lebih efektif apabila dilakukan melalui pendekatan latihan yang mengintegrasikan ketiga aspek tersebut secara seimbang dan berkesinambungan.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan yang diperoleh dari hasil penelitian, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut.

Bagi siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 3 Palopo, disarankan untuk meningkatkan kesungguhan dalam mengikuti program latihan, khususnya latihan yang berorientasi pada peningkatan kekuatan otot tungkai, koordinasi mata–kaki, serta kemampuan konsentrasi. Konsistensi dan kedisiplinan

dalam berlatih diharapkan dapat menunjang peningkatan kemampuan shooting secara optimal.

Bagi pelatih atau guru pembina ekstrakurikuler futsal, disarankan untuk menyusun program latihan yang lebih komprehensif dan terstruktur dengan memperhatikan keseimbangan antara latihan teknik, kondisi fisik, dan aspek mental. Pemberian porsi latihan yang memadai pada kekuatan otot tungkai, koordinasi, dan konsentrasi diharapkan dapat meningkatkan kualitas kemampuan shooting siswa secara berkelanjutan.

29 Bagi pihak sekolah, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam pengembangan dan pembinaan kegiatan ekstrakurikuler futsal. Dukungan sekolah, baik dalam bentuk penyediaan fasilitas, pengaturan waktu latihan, maupun kebijakan pembinaan prestasi olahraga, akan sangat membantu dalam meningkatkan kualitas dan prestasi siswa di bidang futsal.

25 Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi kemampuan shooting, seperti kelincahan, kecepatan, keseimbangan, atau faktor psikologis lainnya. Selain itu, penelitian lanjutan dapat dilakukan dengan jumlah sampel yang lebih besar atau pada jenjang pendidikan yang berbeda agar hasil penelitian memiliki daya generalisasi yang lebih luas.