

## Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Ketepatan Menendang Bola ke Arah Gawang pada Permainan Sepak Bola Siswa SMK N 1 Modinding

Jeinal Korah<sup>1</sup>, Anuardin Mokoagow<sup>2</sup>, Maxi Moleong<sup>3</sup>

Universitas Negeri Manado, Tondano, Indonesia

Email Korespondensi : [jeinalkorah@gmail.com](mailto:jeinalkorah@gmail.com)

**Abstrack.** *The purpose of this study was to determine the relationship between leg muscle power and football shooting ability of SMK N 1 Modinding students. This type of research is correlational research. The population in this study were 58 students. The sampling technique was cluster sampling of players aged 14-15 years totaling 20 people. The instruments used were the standing broad jump test and the football shooting test. The results of the calculations obtained a correlation index of 0.472. This value is in the range between 0.4 - 0.70 with a moderate correlation category. The r table value in a sample of 20 or DF = 18 people is 0.444. thus the r count value > r table or 0.472 > 0.444. the t count value = 2.27 and the t table value is 2.10. Thus t count > t table or 2.27 > 2.10. The conclusion of this study is that there is a significant relationship between leg muscle explosive power and football shooting ability of SMK N 1 Modinding students. The calculated r value = 0.472 and the table r value = 0.444. The calculated t value = 2.27 and the table t value = 2.10.*

**Keywords:** *Leg Muscle Power, shooting, football.*

**Abstrak.** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kekuatan otot tungkai dengan kemampuan menendang bola pada siswa SMK N 1 Modinding. Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 58 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan cluster sampling pada pemain berusia 14-15 tahun dengan total 20 orang. Instrumen yang digunakan adalah tes lompat jauh berdiri dan tes tendangan bola. Hasil perhitungan diperoleh indeks korelasi sebesar 0,472. Nilai ini berada dalam rentang antara 0,4 - 0,70 dengan kategori korelasi sedang. Nilai r tabel pada sampel sebanyak 20 orang atau DF = 18 adalah 0,444. Dengan demikian, nilai r hitung > r tabel atau 0,472 > 0,444. Nilai t hitung = 2,27 dan nilai t tabel adalah 2,10. Dengan demikian, t hitung > t tabel atau 2,27 > 2,10. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dengan kemampuan menendang bola pada siswa SMK N 1 Modinding. Nilai r hitung = 0,472 dan nilai r tabel = 0,444. Nilai t hitung = 2,27 dan nilai t tabel = 2,10.

**Kata kunci:** Kekuatan Otot Tungkai, menendang, sepak bola.

### 1. PENDAHULUAN

Olahraga memiliki peran penting dalam kehidupan manusia. Dalam kehidupan modern saat ini, manusia tidak dapat dipisahkan dari aktivitas olahraga, baik untuk meningkatkan prestasi maupun untuk menjaga kondisi tubuh agar tetap sehat. Untuk mencapai tujuan tersebut, olahraga dapat dilakukan melalui berbagai jalur, seperti olahraga prestasi, olahraga tradisional, maupun olahraga pendidikan. Olahraga prestasi

---

Received: November 14, 2024; Revised: November 21 2024; Accepted: Desember 7 2024; Online Available: Desember 18, 2024;

\*Jeinal Korah, jeinalkorah@gmail.com

---

adalah olahraga yang dibina dengan tujuan untuk meraih prestasi dalam cabang olahraga tersebut. Hal tersebut sejalan dengan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 tahun 2005 tentang sistem Keolahragaan Nasional dalam Pasal 21 Ayat 3 mengenai pembinaan olahraga: ” Pembinaan dan pengembangan keolahragaan dilaksanakan melalui tahap pengenalan olahraga, pemantauan, pemanduan, serta pengembangan bakat dan peningkatan prestasi”.

Olahraga merupakan kegiatan yang menggunakan seluruh tubuh baik jasmani dan rohani agar tubuh tetap terjaga dengan baik. Semua cabang olahraga memiliki tujuan masing-masing yang akan dicapai. Selain itu olahraga juga sudah banyak dikenal di seluruh dunia khususnya Indonesia. Banyak sekali olahraga di Indonesia yang sudah masuk dan dikenal oleh masyarakat. Diantaranya adalah sepakbola, basket, voli, takraw, futsal dan lain-lain. Dari sekian banyak olahraga, salah satu olahraga yang paling digemari masyarakat Indonesia adalah sepakbola.

Sepakbola merupakan olahraga permainan yang banyak digemari oleh masyarakat Indonesia. Hampir di setiap daerah, baik di kota maupun di desa sering dilihat adanya orang bermain sepakbola. Sepakbola adalah permainan tim yang setiap tim terdiri dari 11 orang. Hampir seluruh permainan dilakukan dengan keterampilan mengolah bola dengan kaki, kecuali penjaga gawang dapat menggunakan seluruh anggota badannya. Menurut Muhajir (2004: 22) “Sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak dan mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dengan mempertahankan gawang tersebut agar tidak kemasukan bola”. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan menggunakan anggota tubuh, meliputi bagian kepala, badan dan kaki kecuali penjaga gawang yang dibolehkan menggunakan lengannya di daerah gawang, Teknik dalam permainan sepak bola menurut Lhaksana (2011:29), menahan bola (control), mengumpan lambung (chiping), mengiring bola (dribbling) memiliki perana penting dalam sepak bola.[3].

Dalam permainan sepak bola belum bnyak mengetahui faktor apa saja yang dapat menerapkan tendangan Bola arah gawang pada siswa SMK N 1 Modinding sehingga ketika mengikuti pertandingan antar sekolah sepak bola belum pernah mendapat kejuaraan dan tidak perna masuk delapan besar. Ini dikarenakan kurangnya berlatih

hubungan antara kekuatan otot tungkai terhadap ketepatan menendang bola pada siswa SMK N 1 modounding.hal ini menjadi suatu masalah pada tim SMK N 1 modounding. maka dari itu untuk mencapai target tersebut dibutuhkan usaha maksimal untuk mengembangkan tendangan bola ke arah gawang pada siswa smk n 1 modounding dengan cara memberikan pemahaman tentang Hubungan antara kekuatan otot tungkai terhadap ketepatan menedang bola kearah gawang pada siswa SMK N 1 Modounding.pada tahun terakhir penerapan sepak bola ini sering kali terjadi permasalahan di smk n 1 modounding ketika melakukan tendangan bola ke arah gawang.sehingga ketika mengikuti turnamen 17 agustus atau mengikuti perayaan hari kemerdekaan indonesia SMK N 1 Modounding belum mendapatkan kejuaraan sama sekali. tendangan tidak hanya di pengaruhi oleh satu faktor saja namum harus ada kekuatan otot tungkai untuk melakukan tendangan ke arah gawang sehingga terlatihnya siswa SMK N 1 Modounding. [4].

Berdasarkan hasil pengamatan saya jika melihat penerapan tendangan bola ke arah gawang pemain tidak sesuai dengan harapan dan masi sulit untuk mengikuti tournamen jika di bandingkan dengan sekolah lainnya. “[5]maka berdasakan uraian di atas,maka penulisan ingin melakukan penelitian ‘Hiubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Ketepatan Menendang Bola Ke Arah Gawang Pada Permainan Sepak Bola Siswa Smk N 1 Modounding.

## **2. METODE PENELITIAN**

Penelitian dengan menggunakan metode Kuantitatif, Korelasional, Populasi 58 sedangkan Sampel 20 Orang.

## **3. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan analisa data yang telah dijabarkan didapatkan nilai r hitung sebesar 0,472. Nilai tersebut berada pada rentang 0,4– 0,6 dengan kategori sedang. Artinya variabel X memberikan hubungan yang rendah terhadap variabel Y. Hal ini dapat juga disebutkan bahwa kontirbusi antara variabel X (power otot tungkai) terhadap variabel Y (shooting permainan sepakbola) tidak signifikan atau nyata.

Berdasarkan interpretasi data dan analisis data yang telah dilakukan didapatkan bahwa power otot tungkai memiliki hubungan yang signifikan terhadap kemampuan

shooting permainan sepakbola siswa di SMK N 1 Modoinding. Hal ini cukup beralasan karena untuk melakukan shooting dalam permainan sepakbola cukup ditentukan oleh kerasnya tendangan akan tetapi kemampuan menempatkan bola agar akurat arahnya. Masih banyak terdapat faktor lain yang mempengaruhi keberhasilan shooting permainan sepakbola selain power otot tungkai.

Selain power otot tungkai yang berpengaruh pada kekuatan tendangan, dibutuhkan pula ketepatan atau akurasi yang berkaitan dengan koordinasi mata dan kaki. Kesimpulan yang dapat ditarik dari penelitian ini terdapat hubungan power otot tungkai terhadap kemampuan shooting permainan sepakbola SMK N 1 Modoinding. Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya oleh putra (2017:44) dimana salah satu kesimpulannya menyatakan ada hubungan yang signifikan antara power otot tungkai dengan hasil Kemampuan shooting futsal pada pemain SMK N 1 Modoinding.

Penelitian yang lain juga mendukung hasil penelitian ini. Penelitian yang dilakukan oleh Cahyono (2018:304) menyatakan power otot tungkai berhubungan terhadap kemampuan akurasi shooting pemain Sekolah Sepak bola Padang Canduah Kinali Kab. Pasaman Barat, dengan hasil  $t$  hitung  $2,467 > t$  tabel  $1,7011$ . Didapat besaran hubungan sebesar  $17,97\%$ . [9].

Sementara itu penelitian yang dilakukan oleh (2020:428) power otot tungkai dengan akurasi shooting sepakbola dan berdasarkan perhitungan koefisien korelasi sederhana di peroleh  $r = 0,582$  dengan uji signifikan di peroleh hasil  $3,79$  dan perhitungan determinan di peroleh hasil  $33,64\%$  dari hasil tersebut dinyatakan variabel  $X_1$  terdapat hubungan yang signifikan dan memberikan hubungan yang cukup besar terhadap variabel  $Y$ . Perhitungan korelasi Power otot tungkai ( $X_1$ ) dengan kurasi Shooting ( $Y$ ) menggunakan rumus product moment.

Kriteria pengujian jika  $r$  hitung  $= 0.582 > r$  tabel  $= 0.361$  maka terdapat hubungan signifikan antara power otot tungkai dengan akurasi shooting. Dari hasil perhitungan korelasi, distribusi  $t$  power otot tungkai dengan akurasi shooting di peroleh  $t$  hitung  $3,79$  sedangkan  $t$  tabel  $1.701$ .

#### **4. KESIMPULAN**

Kesimpulan yang dapat ditarik dari hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan shooting sepakbola SISWA smk n 1 Modoling. Nilai r hitung = 0,472 dan nilai r tabel = 0,444. Nilai t hitung = 2,27 dan nilai t tabel = 2,10.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Agus Setiyono 2013 Penerapan Tendangan Bola Begerak
- Arikunto, Suharsimi. 2010. Prosedur Penelitian. Jakarta: Rineka Cipta.
- Batty, Eric c.2003.Latihan Metode Baru Sepakbola.Bandung: Pionir jaya.
- Giulianotti, Richard.2006.Sepak Bola Pesona Sihir Permainan.
- Hadi, Sutrisno. 2000. Statistik Jilid 2. Ngayogyakarta: Andi Offset.
- Hariyanta, P. &. (2014). Pengaruh Circuit Training Terhadap Kekuatan Otot Tungkai Dan Vo2max. Journal IKOR Universitas Pendidikan Ganesha, 1(6), 20-22.
- Pamungkas, Tri septa agung.2009.Kamus Pintar Sepak Bola.Malang: Dioma.
- Remmy, Muchtar.1992.Olahraga Pilihan Sepakbola.Jakarta:Dara Press.
- Soeyono, R.2005.Ketrampilan Sepak bola 1. Semarang: Unnes.
- Sucipto, dkk. 2000. Sepak Bola. Depdikbud: Dirjen Dikti.
- Sugiyono.2009.statistik untuk penelitian.Bandung:Alfabeta.
- Sukatamsi.1984.Teknik Dasar bermain Sepakbola. Solo: Tiga Serangkai.
- Zulfajri EM.1988. Kamus Besar Bahasa Indonesia.jakarta:Difa publisher.