

**HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI TERHADAP
KEMAMPUAN *SHOOTING* DALAM PERMAINAN
FUTSAL PADA PEMAIN FUTSAL SALINGKA**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Departemen Pendidikan Olahraga Untuk
Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



ATTHORIK SONI TANCHIA

NIM. 20086158

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLARAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

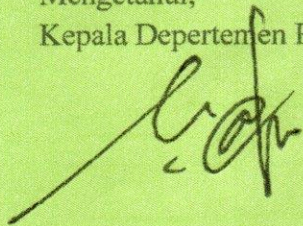
2024

**HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI TERHADAP KEMAMPUAN
SHOOTING DALAM PERMAINAN FUTSAL PADA PEMAIN FUTSAL SALINGKA**

Nama : Atthorik soni tancha
Nim : 20086158
Departemen : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu keolahragaan

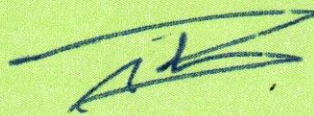
Padang, 19 agustus 2024

Mengetahui,
Kepala Departemen Pendidikan Olahraga



Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd
NIP. 19890901 201803 1 001

Dosen Pembimbing



Dr. Muhammad arnando, .S.Si, M.Pd
NIP. 171050

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen Pendidikan Olahraga
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

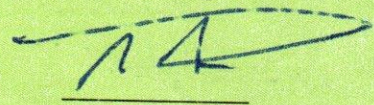
Judul : Hubungan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan shooting dalam permainan futsal pada pemain futsal salingka
Nama : Atthorik soni tancha
NIM : 20086158
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Padang, 19 Agustus 2024

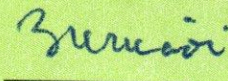
Tim Penguji

Tanda Tangan

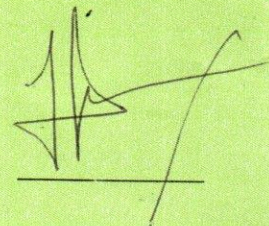
1. Ketua : Dr. Muhammad arnando, .S.Si, M.Pd



2. Anggota : Dr. Williadi Rasyid, M.Pd



3. Anggota : Haripah Lawanis, S.Pd., M.Pd,



PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kemampuan *Shooting* Dalam Permainan Futsal Pada Pemain Futsal Salingka, adalah asli karya saya sendiri
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Agustus 2024
Yang membuat pernyataan,



Atthorik Soni Tancha
NIM. 20086158

ABSTRAK

Permainan futsal Salingka FC pada saat bertanding pemain melakukan gerakan *shooting* dengan bola yang dihasilkan tidak begitu cepat sehingga mudah dibaca dan ditangkap oleh kiper tim lawan. Selain itu pemain juga sering melakukan kesalahan pada saat gerakan *shooting* yaitu perkenaan bola terhadap bagian kaki yang tidak tepat sehingga bola yang dihasilkan sering melebar ke kanan, kiri, atau ke atas gawang. Ketika melakukan serangan strategi yang diberikan oleh pelatih sering gagal yaitu pada saat diberikan umpan *true pass*, umpan lambung dan umpan *back-pass* penyelesaiannya tidak maksimal karena bola sering melebar dan terbentur oleh lawan.

Rancangan dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan rancangan penelitian korelasi. Pengambilan sampel pada penelitian ini, peneliti hanya mengambil sampel berdasarkan kategori yaitu 15 orang. Untuk mengetahui data daya ledak otot tungkai digunakan lompat jauh tanpa awalan (*standing broad jump*), untuk tes menendang bola ke gawang akurasi *shooting* futsal.

Berdasarkan hasil penelitiannya pengujian hipotesis maka dapat ditarik kesimpulan Daya ledak otot tungkai (X_1) dan akurasi *shooting* (Y) yaitu Terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dengan akurasi *shooting* pemain futsal Salingka Padang, dengan nilai $r_{hitung} = 0,948 > r_{tabel} = 0,423$. Uji signifikansi data uji dengan nilai $t_{hitung} = 4,1831 > t_{tabel} = 1,725$.

Kata Kunci: Hubungan, Daya Ledak Otot Tungkai, Kemampuan Shooting, Futsal, Pemain Futsal Salingka

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT, atas berkat rahmat dan hidayah-Nya yang telah diberikan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Shooting Dalam Permainan Futsal Pada Pemain Futsal Salingka”**. Meskipun masih banyak kekurangan-kekurangannya atau masih jauh dari kesempurnaan. Shalawat dan salam dikirimkan kepada Allah SWT, semoga dilimpahkan-Nya kepada Nabi Besar Muhammad SAW.

Penulisan skripsi ini merupakan suatu syarat bagi penulis dalam menyelesaikan perkuliahan di Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Dalam penulisan skripsi ini, penulis banyak menerima bantuan dan partisipasi dari berbagai pihak. Oleh sebab itu sudah semestinya penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan kepada semua pihak, terutama kepada:

1. Bapak Dr. Krismadinata, S.T., M.T, Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Prof. Dr. Nurul Ihsan, M.Pd, Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd., M.Pd Ketua Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Bapak Muhammad Arnando, S.Si, M.Pd pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, pikiran, dan kesabaran untuk membimbing peneliti selama dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Bapak Dr. Williadi Rasyid, M.Pd dan Ibu Haripah Lawanis, S.Pd, M.Pd, dosen penguji yang telah membantu dan memberikan masukan, arahan, koreksi dan motivasi serta penyempurnaan dalam penulisan skripsi ini.
6. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
7. Kepada seluruh warga Pemain Futsal Salingka Padang sebagai tempat dan sampel penelitian.
8. Teristimewa untuk kedua orang tua yang saya cintai Ayah (Edison Chaniago) dan Ibu (Asriwartini) dan saudara saya (Muhammad Adli) yang merupakan jiwa dan kekuatan terbesar peneliti untuk menyelesaikan perkuliahan ini.
9. Buat teman-teman senasib seperjuangan yang tak bisa saya sebut satu persatu yang telah memberikan dorongan moril dalam penyusunan skripsi ini.
- 10.

Akhirnya penulis do'a kan semoga semua amal yang diberikan mendapat imbalan yang setimpal dari Allah SWT, dan penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua, Aamiin.

Padang, Agustus 2024

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Pembatasan Masalah	8
D. Rumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian.....	9
F. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	11
A. Kajian Teori.....	11
1. Futsal	11
2. Teknik Dasar Bermain Futsal	13
3. <i>Shooting</i> dalam Futsal	16
4. Ketepatan (akurasi) <i>Shooting</i> dalam Futsal	19
5. Daya Ledak.....	21
B. Penelitian Relevan.....	25
C. Kerangka Berpikir	27
D. Hipotesis Penelitian.....	28
BAB III METODE PENELITIAN	30
A. Desain Penelitian	30
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	30
C. Populasi dan Sampel Penelitian	31
D. Tempat dan Waktu Penelitian	32
E. Jenis dan Sumber Data	32
F. Instrumen Penelitian.....	33
G. Teknik Pengumpulan Data	37
H. Teknik Analisis Data	37

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	39
A. Deskripsi data.....	39
1. Data daya ledak otot tungkai (X1) pemain futsal Salingka Padang	39
2. Akurasi <i>Shooting</i> (Y)	40
B. PengujianPersyaratanAnalisis.....	42
C. PengujianHipotesis	43
D. Pembahasan	44
1. Hubungan Daya Ledak Otot Tungkaidengan Akurasi <i>Shooting</i> Pemain Futsal Salingka Padang	44
BAB V PENUTUP	48
A. Kesimpulan.....	48
B. Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA.....	50
LAMPIRAN	53

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jumlah Populasi Penelitian.....	31
Tabel 2. Norma Standarisasi untuk <i>Standing Broad Jump</i>	35
Tabel 3.distribusi data daya ledak otot tungkai.	39
Tabel 4.distribusi data akurasi <i>shooting</i> pemain futsal Salingka Padang.....	41
Tabel 5. Uji Normalitas	42
Tabel 6. Rangkuman Uji Korelasi dan Uji Signifikan Koefisien Korelasi antara Variabel Daya Ledak Otot Tungkai dengan Kemampuan <i>Shooting</i> pemain futsal Salingka Padang.....	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Teknik Menendang dengan Punggung Kaki	18
Gambar 2 Teknik Menendang dengan Ujung Kaki.....	18
Gambar 3 Kerangka Konseptual	28
Gambar 6. Standing Board Jump	35
Gambar 8. Diagram Tes Bentuk Akurasi <i>Shooting</i> Futsal	37
Gambar 9 histogram	40
Gambar 10 Histogram	42

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga tidak terlepas dari kehidupan sehari-hari dan merupakan salah satu kebutuhan yang wajib dipenuhi oleh setiap manusia, olahraga dapat berupa kegiatan fisik (jasmani) yang dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan kebugaran tubuh. Melakukan aktivitas fisik yang teratur dapat meningkatkan kesegaran jasmani yaitu kemampuan badan yang dapat berfungsi secara optimal dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Olahraga juga memberikan kontribusi positif bagi manusia yang dimana bisa menjalin silaturahmi bagi olahragawan maupun *non* olahragawan baik di Indonesia maupun diluar negeri dengan bukti nyata, seperti dari hal kecil yaitu turnamen antar kampung, Pekan Olahraga Pelajar Daerah (POPDA), Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV) dan Pekan Olahraga Nasional (PON) dimana setiap Kabupaten atau Provinsi mengirimkan atletnya untuk bertanding di suatu daerah yang menyelenggarakan kejuaraan tersebut.

Olahraga dimasyarakat tidak hanya untuk kepentingan pendidikan, rekreasi dan kebugaran jasmani tetapi juga ada olahraga prestasi. Olahraga prestasi juga sebagai penunjang bagi atlet untuk mengapresiasi bakat dan keahlian yang dimiliki serta menunjang pembangunan di bidang olahraga. Maka dari itu olahraga prestasi sangat berperan penting dalam melakukan pembangunan di bidang olahraga karena tanpa adanya prestasi tidak mungkin ada yang memperhatikan olahraga dan hanya dianggap sebelah mata atau di remehkan. Dalam Undang-Undang RI Nomor 11 Pasal 28 ayat 4 tahun (2022:22) tentang

“Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dan diarahkan untuk mencapai Prestasi Olahraga pada tingkat daerah, nasional, dan internasional.”

Menurut Syafruddin, (2011: 53) “Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui latihan dan kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan”. Salah satu olahraga prestasi yang terus berkembang diantaranya futsal. Futsal adalah permainan sepak bola dalam ruangan permainan ini dilakukan oleh lima pemain setiap tim, berbeda dengan sepak bola dan lapangannya lebih kecil dibandingkan ukuran yang digunakan dalam sepakbola. Sedangkan peraturan FIFA agar permainan ini berjalan dengan *fair play* dan juga untuk menghindari cedera maka dari itu peraturannya sangat ketat, yaitu pemain dilarang melakukan *tackling* dan *sliding* keras.

Futsal yang ada di Indonesia sejauh ini berkembang sangat pesat pada tahun 2010 Indonesia bisa menyelenggarakan futsal se-Asia di Jakarta. Pada saat itu lahirlah tim nasional Indonesia pertama kali dalam ajang tersebut, seiring dengan perkembangan zaman dan perkembangan olahraga yang semakin pesat. Olahraga futsal dapat diterima oleh masyarakat secara luas yang ada di seluruh Indonesia, bahkan banyak berdiri komunitas futsal atau klub futsal, selain itu banyak juga orang-orang kantoran, karyawan dan perkumpulan masyarakat membuat jadwal *fun futsal* untuk menjalin silaturahmi dan menjaga kebugaran tubuh.

Dengan adanya olahraga futsal, diharapkan para pemain tersebut dapat mengasah kemampuan bermain futsalnya. Menurut Andri (2009: 22), teknik –

teknik dasar dalam bermain futsal ada beberapa macam, seperti *receiving* (menerima bola), *shotting* (menendang bola ke gawang), *passing* (mengumpan), *chipping* (mengumpan lambung), *heading* (menyundul bola), dan *dribbling* (menggiring bola).

Dalam pencapaian prestasi yang luar biasa di dalam futsal dipengaruhi oleh beberapa diantaranya faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berupa teknik, taktik, mental dan fisik. Sedangkan faktor eksternal yaitu pengaruh yang timbul dari atlet itu sendiri seperti pergaulan, gizi, psikolog, orang tua atau keluarga, pelatih, sarana dan prasarana serta program latihan yang diterima.

Tujuan dari permainan futsal adalah memasukan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan berusaha menjaga gawang sendiri agar tidak kemasukan. Suatu regu akan dinyatakan menang apabila regu dapat memasukan bola terbanyak ke gawang lawan dan apabila sama dinyatakan seri atau draw, Anas (2018:3). Menurut Emral (2016:93) empat momen atau situasi penting dalam permainan sepakbola yaitu Sasaran pada saat “menguasai bola” (moment pertama), Sasaran pada saat “lawan menguasai bola” (moment kedua), Sasaran pada masa “transisi/pergantian dari menyerang ke bertahan (moment ketiga), dan Sasaran pada masa “transisi/pergantian dari bertahan ke menyerang (moment keempat). Pembagian momen ini perlu dipahami sebagai suatu keutuhan karena terjadi dalam hubungan yang saling bergantung. Fase menyerang ditandai dengan perilaku tim ketika menguasai bola. Transisi dari menyerang ke bertahan terjadi saat tim kehilangan bola yang dicirikan oleh tindakan tim tepat setelah kehilangan possession dan berubah dari sikap menyerang menjadi bertahan. Fase bertahan

dicirikan oleh tindakan tim ketika mereka tidak memiliki bola. Transisi dari bertahan ke menyerang terjadi saat tim memenangkan bola dari lawan mereka (Bordonau & Villanueva, 2018:106).

Berbagai teknik dan gerakan yang bisa dilakukan pemain di dalam lapangan, terdapat berbagai kombinasi teknik dan gerakan yang dimiliki pemain sangatlah mendukung dalam penguasaan bola untuk mencapai sebuah kemenangan. Permainan futsal didominasi oleh penguasaan bola *passing* cepat antar pemain dan kemampuan *shooting* yang bagus contohnya pada tim futsal yang sudah profesional, tim futsal dapat menguasai bola dengan baik, aliran bola cepat *passing* yang akurat, *dribble* yang baik, *shooting* yang akurat, saling mendukung rekan satu tim, membuka ruang untuk pergerakan kerjasama yang solid dan juga skill individu yang dimiliki pemain membuat tim menjadi yang bagus. Ketepatan atau akurasi *shooting* yang mempunyai *power* sangat berpengaruh untuk sebuah tim dalam mencetak gol ke gawang lawan dan merubah point. Menurut Hanafi (2015:192) “*Shooting* adalah tendangan ke arah gawang yang untuk menciptakan gol”. *Shooting* mempunyai ciri khas laju bola yang sangat cepat dan keras serta sulit diantisipasi oleh penjaga gawang. Namun demikian *shooting* yang baik harus memadukan antara kekuatan dan akurasi tembakan. *Shooting* dapat dilakukan dengan semua bagian kaki, terutama pada punggung kaki, sisi kaki bagian dalam, sisi kaki bagian luar dan ujung kaki. Dalam permainan futsal teknik *shooting* merupakan teknik yang kompleks dalam pelaksanaannya. Dibutuhkan komponen fisik berupa kekuatan kaki yang baik. Hal

tersebut dapat diperoleh dari latihan fisik yang cukup dan belajar teknik secara perlahan dan bertahap, Hanafi (2015:192).

Berdasarkan penjelasan di atas, *shooting* adalah salah satu bagian teknik yang harus dikuasai oleh setiap pemain untuk dapat bermain futsal dengan performa puncak dan mencapai prestasi yang tinggi. Hal ini dikarenakan pada saat pertandingan berlangsung pemain dituntut untuk menguasai bola dengan gerakan yang sangat cepat dan lincah karena pemain memiliki waktu dan ruangan yang terbatas untuk melakukan *shooting* ke arah gawang yang bertujuan untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya. Oleh sebab itu dibutuhkan teknik yang benar dan *power* yang keras untuk melakukan *shooting* agar tembakan yang dihasilkan akurat dan sulit ditangkap oleh kiper lawan.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kemampuan *shooting* antara lain; Daya tahan (*endurance*), seorang pemain futsal harus memiliki daya tahan yang baik, karena jika pemain tersebut memiliki daya tahan fisik yang kurang bagus, maka *shooting* yang dilakukan akan kurang maksimal. Kecepatan (*speed*), Kecepatan berhubungan dengan bagaimana seseorang membawa bola ke dengan cepat. Kelincahan berhubungan dengan bagaimana seseorang dapat mengubah arah atau posisi dengan cepat dan tepat (Irawan & Hariadi, 2019). Kekuatan (*strength*), saat melakukan *shooting* para pemain harus memiliki kekuatan yang baik agar dapat menendang bola dengan keras dan akurat. Keseimbangan (*balance*), Menurut (Rosita, Hernawan and Fachrezzy, 2019), Kekuatan otot tungkai adalah tegangan yang dilakukan oleh otot tungkai terhadap tegangan atau beban dengan melalui usaha yang maksimal untuk menggerakkan

otot. Ketepatan (*accuracy*) tendangan dalam permainan futsal sangat berhubungan erat, faktor ketepatan dan kecepatan dalam melakukan gerak keterampilan sepakbola merupakan hal yang sangat penting untuk keberhasilan dalam sebuah pertandingan (Andita, B, 2015:119).

Daya ledak otot tungkai adalah kemampuan otot seseorang dalam mengatasi beban dengan kecepatan yang tinggi. Daya ledak otot tungkai adalah suatu kemampuan otot tungkai untuk melakukan aktivitas secara cepat dan kuat untuk menghasilkan tenaga agar dapat mengatasi beban yang diberikan, Dewi (2018: 2). Untuk menghasilkan tendangan yang keras dibutuhkan daya ledak otot tungkai yang kuat, maka dari itu daya ledak otot tungkai sangat berpengaruh dalam melakukan *shooting* yang memiliki akurasi yang baik. Dalam futsal *shooting* sangat dibutuhkan karena ukuran lapangan yang lebih kecil dibandingkan lapangan sepakbola, oleh karena itu sangat sering pemain melakukan *shooting* baik itu dari area kotak pinalti, area sisi lapangan maupun dari tengah lapangan. Tidak menutup kemungkinan pemain mencetak gol melalui *shooting* dari sisi manapun apa lagi jika pemain tersebut mempunyai kemampuan akurasi *shooting* yang sangat akurat dan di dukung dengan otot tungkai yang kuat. Dari penjelasan di atas, daya ledak otot tungkai adalah kemampuan otot seseorang dalam melakukan gerakan dengan kuat dan cepat dengan intensitas tinggi.

Di daerah Sumatera Barat khususnya Kota Padang terdapat berbagai pusat pelatihan atau Klub yang mengikuti kejuaraan pertandingan futsal antar pelajar dan umum. Adapun salah satu Klub futsal di Kota Padang adalah Salingka FC yang berdiri sejak tahun 2007. Salingka FC termasuk club yang sering mengikuti kejuaraan pertandingan futsal antar pelajar dan umum club yang lain.

Jadi, futsal di Kota Padang sudah berkembang dengan pesat karena banyak wadah atau Klub yang membina atlet nya, dengan kegiatan latihan rutin setiap minggunya baik itu 1 kali dalam seminggu maupun 2 sampai 3 kali dalam seminggu tergantung Klub tersebut.

Salingka FC merupakan salah satu Klub yang mewadahi futsal yang berada di Padang, Sumatera Barat. Pembinaan Klub ini bertujuan untuk sebagai tempat menyalur hobi atau wadah mengasah bakat untuk kedepannya dengan rata-rata pemain menempuh pendidikan di sekitar Kota Padang tersebut. Salingka FC telah banyak berpartisipasi dalam ajang kejuaraan pertandingan futsal antar pelajar maupun umum, Namun sejak Tahun 2023 bulan Januari hingga saat ini, Salingka FC belum mendapatkan prestasi yang bagus dalam kejuaraan pertandingan tersebut. Seperti pada bulan Oktober tahun 2023 , Salingka FC mengikuti kejuaraan turnamen, namun kalah dibabak 8 besar. Di dalam latihan tersebut selama pengamatan penulis sebagai pemain futsal Salingka FC terdapat masalah ketika di dalam pertandingan yaitu setiap mendapatkan momen *shooting* tidak tepat sasaran yang diinginkan dan bola melambung tinggi ke atas gawang serta *power* yang dimiliki lemah dan hanya beberapa pemain saja yang memiliki akurasi dan *power shooting* yang tepat sasaran.

Dari pengamatan penulis dan informasi yang didapatkan dari Pelatih futsal Salingka FC pada saat awal Januari Tahun 2024 ajang turnamen di kota Padang, penulis melihat permainan futsal Salingka FC pada saat bertanding yaitu ketika pemain melakukan gerakan *shooting*, bola yang dihasilkan tidak begitu cepat sehingga mudah dibaca dan ditangkap oleh kiper tim lawan. Selanjutnya pemain

juga sering melakukan kesalahan pada saat gerakan *shooting* yaitu perkenaan bola terhadap bagian kaki yang tidak tepat sehingga bola yang dihasilkan sering melebar ke kanan, kiri, atau ke atas gawang. Ketika melakukan serangan strategi yang diberikan oleh pelatih sering gagal yaitu pada saat diberikan umpan *true pass*, umpan lambung dan umpan *back-pass* penyelesaiannya tidak maksimal karena bola sering melebar dan terbentur oleh lawan.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan akurasi *shooting* pemain futsal Salingka FC. Dapat diidentifikasi masalah di atas sebagai berikut:

1. Daya ledak
2. Koordinasi
3. Kelentukan
4. Kekuatan Otot
5. Keseimbangan
6. Program Latihan
7. Sarana dan Prasarana
8. Dukungan Orang Tua

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan pembatasan masalah di atas, ternyata terlalu banyak faktor-faktor yang mempengaruhi akurasi *shooting*. Mengingat waktu, dana dan keterbatasan penulis, maka dalam penelitian ini penulis membatasi masalah yaitu sebagai berikut:

1. Daya ledak otot tungkai.
2. Kemampuan akurasi *shooting*.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas maka penulis merumuskan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dengan akurasi *shooting* pemain futsal Salingka FC?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Hubungan antara daya ledak otot tungkai dengan kemampuan *shooting* pemain futsal Salingka FC.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan berguna untuk:

1. Sebagai syarat untuk penulis mendapat gelar Strata Satu (S1) Program Studi Pendidikan Olahraga.
2. Untuk pelatih dan pengurus serta pemain futsal Salingka FC sebagai bahan penyusun program latihan dan pertimbangan atau evaluasi dalam meningkatkan akurasi *shooting*.
3. Sebagai bahan bacaan mahasiswa pada perpustakaan baik di Fakultas Ilmu Keolahragaan maupun Perpustakaan Pusat Universitas Negeri Padang.

4. Penulis berikutnya sebagai bahan acuan untuk meneliti lebih lanjut berhubungan dengan variable-variabel lain yang mempengaruhi akurasi *shooting*.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis maka dapat ditarik kesimpulan Daya ledak otot tungkai (X_1) dan akurasi shooting (Y) yaitu Terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dengan akurasi *shooting* pemain futsal Salinka Padang, dengan nilai $r_{hitung} = 0,948 > r_{tabel} = 0,423$. Uji signifikan data uji t dengan nilai $t_{hitung} = 4,1831 > t_{tabel} = 1,725$.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan, peneliti dapat memberikan beberapa saran kepada :

1. Pelatih Futsal Salingka Padang agar dapat meningkatkan Daya Ledak Otot Tungkai pemain melalui program latihan.
2. Pelatih Futsal Salingka Padang agar dapat meningkatkan Akurasi *shooting* pemain melalui program latihan.
3. Pelatih Futsal Salingka Padang diharapkan memberikan motivasi kepada pemainnya sebelum proses latihan berjalan, guna untuk meningkatkan minat dan semangat pemain di dalam proses latihan.
4. Pelatih Futsal Salingka Padang perlu memperhatikan dan mengetahui pentingnya latihan untuk meningkatkan kondisi fisik agar termotivasi dan lebih semangat dalam berlatih.

5. Pelatih Futsal Salingka Padang hendaknya melakukan latihan dengan komitmen yang kuat untuk meningkatkan kemampuan dirinya agar pemain disiplin dan program yang telah di rancang oleh pelatih.

DAFTAR PUSTAKA

- Aldo, Naza Putra ;Gazali, Vivaldi. Kontribusi Kelentukan Pinggang dan Kelincahan terhadap Kemampuan Dribbling Atlet Sepakbola PSTS Tabing Padang. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 2017
- Akhmad, N., Zainuddin, F., & Bausad, A. A. (2018). Hubungan antara kecepatan dan kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola dalam sepak bola pada klub red bee warrior mataram tahun 2018. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan)*, 2(1).
- Anas, M. R. (2018). Hubungan Kekuatan Otot Tungkai, Panjang Tungkai, Dan Kekuatan Otot Perut Dengan Ketepatan Shooting Ke Gawang Dalam Permainan Futsal Gl Fc Kota Blitar Tahun 2017. *Simki Techsain*, 2.
- Andita, B. (2015). Hubungan kekuatan otot tungkai dan otot perut terhadap akurasi shooting pada ekstrakurikuler futsal SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta. *Yogyakarta: Universitas Yogyakarta*.
- Aprilianto, M. V., & Fahrizqi, E. B. (2020). Tingkat Kebugaran Jasmani Anggota Ukm Futsal Universitas Teknokrat Indonesia. *Jurnal of Physical Education*, 1(1), 1–9.
- Atradinal, A., & Sepriani, R. (2017). Pemulihan Kekuatan Otot Pada Atlet Sepakbola. *Jurnal MensSana*, 2(2), 99-105.
- Arikunto, Suharsimi. (2006). Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek Edisi V. *Jakarta: Rineka Cipta*, 69.
- Arsil. (2009). Evaluasi Pendidikan Jasmani. Malang. Wineka Media
- Bafirman, B., & Wahyuri, A. S. (2008). Pembentukan kondisi fisik.
- Emral, (2016). *Sepakbola Dasar*. Padang: Sukabumi Exspress
- Fatchan, Mubarak, "Penerapan Media Audio Visual Terhadap Ketepatan Shooting Bola Pada Permainan Futsal (Studi Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal SMPN 2 Buduran)." *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan* 5.3 (2017).
- Harsono. (2001). Latihan Kondisi Fisik. Jakarta: Dedikbud, Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi.
- Irawadi, H. (2011). Kondisi fisik dan pengukurannya. *Padang: Fik Unp*.
- Irawan, A. Y., & Hariadi, I. (2019). Hubungan antara kecepatan dan kelincahan dengan

keterampilan menggiring bola. *Sport Science and Health*, 1(3), 222–226.

Irianto, S. (2010). Peningkatan penguasaan bola melalui ball feeling dalam permainan sepakbola. In *Seminar Olahraga Nasional III*. Yogyakarta: FIK. UNY.

Ismaryati. (2006). Tes dan Pengukuran Olahraga. Surakarta. Sebelas Maret University Press

Jumaking, J. (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: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(1), 122-131.

Kusumawati, M. (2015). Penelitian Penjasorkes Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Bandung: Alfabeta.

Mahendra, D. A. (2018). *Kontribusi Power Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Passing dan Stopping Permainan Sepakbola Siswa Ekstrakurikuler SMK YAPIM Siak Hulu* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau).

Maliki, O., Hadi, H., Royana, I. F., & Setyawan, D. A. (2017). Analisis Kondisi Fisik Pemain Sepak Bola Klub Persepu Upgris Tahun 2016. *Jendela Olahraga*, 2(2).

Mubarok, M. Z. (2019). Pengaruh Latihan Small Sided Games Menggunakan Metode Interval Terhadap Peningkatan Dribbling Pemain Sepakbola. *Biormatika: Jurnal ilmiah fakultas keguruan dan ilmu pendidikan*, 5(02), 144-149.

Muhajir, S. dan Sidik, D.Z, (2004). Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga): Fungsi Tubuh Manusia Pada Olahraga Untuk Kesehatan dan Prestasi. Bandung: Remaja Rosdakar.

Munizar, Razali, dan Ifwandi.2016. Hubungan Power Otot Tungkai Dan Power Otot Lengan Terhadap Pukulan Smash Pada Pemain Bola Voli Club Himadirga FKIP Unsyiah. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi*, 2 (1): 26 – 38

Nazzala, G. N. (2016). Hubungan koordinasi, keseimbangan, dan power otot tungkai dengan kemampuan shooting futsal menggunakan punggung kaki pada olahraga futsal.

Prabudi, A. (2017). *Kewenangan kementrian pemuda dan olahraga terhadap independensi persatuan sepakbola seluruh indonesia berdasarkan undang-undang no. 3 tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional* (Doctoral dissertation, Fakultas Hukum Universitas Pasundan)

- Rahman, K. S., & Padli, P. (2020). Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Sepak Bola. *Jurnal Patriot*, 2(2), 369-379.
- Ridlo, A. F. (2016). Hubungan Kemampuan Belajar Gerak (Motor Educability) Dengan Keterampilan Shooting Dalam Permainan Futsal Pada Tim Ukm Futsal Universitas Islam 45 Bekasi. *Motion: Jurnal Riset Physical Education*, 7(2), 213-225.
- Rosmawati, F. U. (2016). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Kemampuan Shooting Pemain Club Futsal Sekolah Menengah Kejuruan Nusatama Padang. *Jurnal Menssana*, 1(2), 11-19.
- Sakti, B. P. I. (2017). Hubungan koordinasi mata-kaki dan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Lubuklinggau. *Biormatika: Jurnal ilmiah fakultas keguruan dan ilmu pendidikan*, 3(02).
- Sucipto, dkk. 2000. Sepak Bola. Depdikbud: Dirjendikti
- Sudaryono. (2017). Metodologi Penelitian. Depok: PT Rajagrafindo
- Sugiyono. (2010). Metode Penelitian Administrasi. Bandung: Alfabeta.
- Syaifuddin, (2009). Anatomi Tubuh Manusia Untuk Mahasiswa Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Syafruddin, S. (2011). Ilmu Kepelatihan Olahraga (Teori Dan Aplikasinya Dalam Pembinaan Olahraga).
- Syarifudin, M. F., Hariyoko, H., & Wahyudi, U. (2017). Pengaruh metode drill dan metode bermain terhadap hasil belajar passing sepakbola pada peserta ekstrakurikuler sepakbola usia 16-17 tahun. *Gelanggang Pendidikan Jasmani Indonesia*, 1(2), 271-281.
- Widiastuti, W., & Pradityana, K. (2017). Pengaruh daya ledak otot lengan, kelenturan panggul, dan koordinasi terhadap keterampilan tolak peluru gaya O'Brien. *Jurnal Keolahragaan*, 5(2), 207-215.
- Widiastuti, W. (2019). Tes dan pengukuran olahraga. Rajawali Pers.
- Zubaidin, Z., Syah, H., & Wibawa, E. (2021). Pengaruh Permainan Target Terhadap Kemampuan Shooting Dalam Permainan Sepak Bola Pada SSB Kembang Putra Aikmel. *Sportify Journal*, 1(1), 39-48.