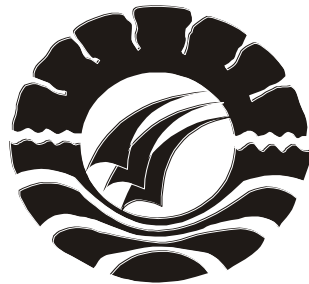


**HUBUNGAN DAYA LEDAK TUNGKAI DAN KEKUATAN OTOT
PERUT TERHADAP JAUHNYA TENDANGAN PADA PERMAINAN
SEPAKBOLA MURID SD INPRES
166 PETANG JENEPONTO**



M. ALWI ANDIS

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
2018**

HUBUNGAN DAYA LEDAK TUNGKAI DAN KEKUATAN OTOT PERUT
TERHADAP JAUHNYA TENDANGAN PADA PERMAINAN SEPAKBOLA
MURID SD INPRES
166 PETANG JENEPONTO

JURNAL

M. ALWI ANDIS

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
2018

ABSTRAK

variabel bebas yaitu daya ledak tungkai dan kekuatan otot perut dengan satu variabel terikat yaitu jauhnya tendangan. Populasi penelitian ini adalah murid SD Inpres 166 Petang Kab. Jeneponto, sebanyak 125 murid. Secara *purposive sampling* dipilih sampel sebanyak 30 murid. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif, analisis koefisien korelasi pada taraf signifikan 0,05, dengan menggunakan bantuan komputer melalui program SPSS.

Berdasarkan analisis data diperoleh hasil: (1) Ada hubungan yang signifikan antara daya ledak tungkai terhadap jauhnya tendangan dalam permainan sepakbola murid SD Inpres 166 Petang Kab. Jeneponto dengan nilai r sebesar 0,724 ($P_{\text{value}} < \alpha 0.05$); (2) Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot perut terhadap jauhnya tendangan dalam permainan sepakbola murid SD Inpres 166 Petang Kab. Jeneponto dengan nilai r sebesar 0,719 ($P_{\text{value}} < \alpha 0.05$); (3)

Ada hubungan yang signifikan antara daya ledak tungkai dan kekuatan otot perut terhadap jauhnya tendangan dalam permainan sepakbola murid SD Inpres 166 Petang Kab.

M. Alwi Andis, 2018. Hubungan daya ledak tungkai dan kekuatan otot perut terhadap jauhnya tendangan pada permainan sepakbola murid SD Inpres 166 Petang Kab. Jeneponto, Universitas Negeri Makassar.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan daya ledak tungkai dan kekuatan otot perut terhadap jauhnya tendangan dalam permainan sepakbola. Penelitian ini bersifat deskriptif dengan dua Jeneponto dengan nilai (R) sebesar 0,847 ($P_{\text{value}} < \alpha 0.05$); dan nilai F_{hitung} (F) sebesar 34,405.

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Permainan sepakbola sebagai salah satu cabang olahraga yang sangat populer yang digemari oleh masyarakat dan telah menduduki posisi tertinggi dalam imajinasi dari segala lapisan masyarakat, sehingga dengan mudah dapat digunakan sebagai alat komunikasi oleh masyarakat yang memiliki persamaan kegiatan, akibatnya dalam masyarakat selalu hadir berbagai kelompok persepakbolaan yang masih perlu pembinaan dan pelatihan yang lebih mengacu pada landasan ilmiah untuk mencapai hasil yang optimal.

Dalam menganalisis dan melakukan aktivitas olahraga tidak terlepas dari pembahasan kemampuan fisik. Untuk meningkatkan suatu gerakan olahraga unsur-unsur fisik merupakan pelaku utama dari kegiatan tersebut. Oleh karena itu kemampuan fisik merupakan salah satu faktor yang sangat menentukan untuk mencapai suatu prestasi. Dalam permainan sepakbola hampir semua anggota tubuh bereaksi dan bekerja, namun unsur-unsur yang paling dominan adalah kak disamping itu kepala.

Jauhnya tendangan bola pada permainan sepakbola merupakan serangkaian gerakan yang dilakukan dengan melibatkan unsur fisik seperti kekuatan otot tungkai dan kekuatan otot perut. Otot-otot yang kuat akan dapat membuat kerja fisik lebih efisien, dengan penguasaan teknik yang sempurna ditunjang oleh kemampuan fisik, maka dalam proses heading bola dapat menggunakan Tenaga minimal dan dicapai hasil maksimal.

Kekuatan adalah suatu komponen fisik yang tidak kalah pentingnya dalam upaya mendukung tercapainya suatu prestasi pada umumnya, khususnya pada permainan sepakbola kekuatan merupakan daya penggerak setiap kegiatan atau aktifitas fisik. Kekuatan dapat pula meningkatkan ketegangan pada waktu menerima pada waktu tertentu. Daya ledak

tungkai dan otot perut yang dimiliki setiap pemain akan memberikan dampak positif dalam pengembangan teknik dasar jauhnya tendangan pada permainan sepakbola.

Dari kedua hal tersebut, perlu adanya pembuktian yang ilmiah agar dapat diterima melalui suatu penelitian. Oleh itu, penelitian ini dilakukan dengan judul “Hubungan Daya Ledak Tungkai dan Kekuatan Otot Perut Terhadap Jauhnya Tendangan Permainan Sepakbola pada murid SD Inpres 166 Petang Jeneponto”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah, maka dapat diperinci beberapa permasalahan sebagai berikut:

1. Apakah ada hubungan daya ledak tungkai terhadap jauhnya tendangan pada permainan sepakbola pada murid SD Inpres 166 Petang Jeneponto?
2. Apakah ada hubungan kekuatan otot perut terhadap jauhnya tendangan pada permainan sepakbola murid SD Inpres 166 Petang Jeneponto?
3. Apakah ada hubungan daya ledak tungkai dan kekuatan otot perut terhadap jauhnya tendangan pada permainan sepakbola murid SD Inpres 166 Petang Jeneponto?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian yang ingin dicapai berdasarkan rumusan masalah, sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui daya ledak tungkai terhadap jauhnya tendangan pada permainan sepakbola murid SD Inpres 166 Petang Jeneponto.
2. Untuk mengetahui hubungan kekuatan otot perut terhadap jauhnya tendangan pada permainan sepakbola murid SD Inpres 166 Petang Jeneponto.
3. Untuk mengetahui hubungan antara daya ledak tungkai dan kekuatan otot perut terhadap jauhnya tendangan pada permainan

sepakbola murid SD Inpres 166 Petang jeneponto.

BAHAN DAN METODE

Pada bab ini dikemukakan tentang tinjauan pustaka, kerangka berfikir dan perumusan hipotesis. Tinjauan pustaka bertujuan untuk menyusun kerangka berfikir dan hipotesis, karena teori sebagai pegangan pokok suatu konsep umum yang menghasilkan hasil penalaran yang disusun sebagai dasar suatu hipotesis.

A. Tujuan Pustaka

Tinjauan pustaka merupakan kerangka acuan atau sebagai landasan teori yang erat kaitannya dengan permasalahan penelitian ini. Teori-teori yang dikemukakan merupakan pernyataan dasar yang diharapkan dapat menunjang penyusunan kerangka berpikir yang merupakan dasar dalam merumuskan hipotesis sebagai jawaban sementara terhadap masalah dalam penelitian ini. Oleh sebab itu hal-hal yang akan dikemukakan dalam tinjauan pustaka ini adalah sebagai berikut:

1. Permainan Sepakbola

Sepakbola merupakan olahraga beregu yang dimainkan oleh dua regu yang saling berhadapan dalam satu lapangan. Tiap regu terdiri dari 11 orang pemain termasuk penjaga gawang, sehingga regu sepakbola sering disebut kesebelasan. Sepakbola merupakan olahraga permainan yang hampir seluruh permainannya menggunakan kaki, kecuali penjaga gawang yang bebas menggunakan anggota badan manapun. Tujuan dari masing-masing kesebelasan adalah berusaha untuk memasukkan bola ke gawang lawannya sebanyak mungkin dan berusaha menggagalkan serangan lawan untuk melindungi atau menjaga agar gawangnya tidak kemasukan bola.

2. Daya Ledak Tungkai

Setiap melakukan aktivitas suatu cabang olahraga pada dasarnya adalah

membuat unsur fisik terlibat langsung dalam aktivitas tersebut. Dalam olahraga sepakbola yang dikenal sebagai olahraga yang memiliki gerakan yang menarik untuk ditonton. Oleh karena itu, dalam usaha meningkatkan kemampuan fisik maka prioritas utama dalam program latihan adalah pengembangan dan peningkatan daya kerja fisik. Menurut Moch.Sajoto (1988:16) mengemukakan bahwa : dalam usaha peningkatan kondisi fisik, maka seluruh komponen tersebut harus dikembangkan. Walaupun disana sini dilakukan dengan sistem prioritas sesuai dengan keadaan atau status yang dibutuhkan tersebut.

3. Kekuatan otot perut

Kekuatan otot dapat memberikan akselerasi untuk menunjang kemampuan dalam olahraga. Oleh karena kekuatan merupakan komponen kondisi fisik yang sangat penting guna menunjang komponen fisik lainnya. Alasan-alasan yang dikemukakan oleh Harsono (1988:177) tentang pentingnya kekuatan untuk menunjang kemampuan-kemampuan dalam olahraga termasuk sepakbola (menendang bola) sebagai berikut:

Pertama, oleh karena kekuatan merupakan daya penggerak setiap aktivitas fisik. *Kedua*, oleh karena kekuatan memegang peranan yang penting dalam melindungi atlet/orang dari kemungkinan cedera. *Ketiga*, oleh karena kekuatan, atlet akan berlari dengan cepat, melempar atau menendang lebih jauh dan lebih efisien, memukul lebih keras, demikian pula dapat membantu stabilitas sendi-sendi.

4. Jauhnya Tendangan Pada Permainan Sepakbola

Pada permainan sepakbola dikenal banyak teknik dasar yang biasa digunakan dan merupakan hal penting yang harus dimiliki oleh setiap pemain sepakbola.

Teknik dasar yang dimaksud adalah : teknik menendang, teknik menggiring bola, teknik menahan bola, teknik menyundul, teknik merebut bola, teknik lemparan kedalam. Dari berbagai teknik yang dikemukakan diatas, setiap teknik dasar mempunyai ciri khas tersendiri dalam pelaksanaannya.

Teknik permainan sepakbola adalah suatu gerakan teknik yang dilakukan untuk memainkan bola disertai gerak tubuh menurut Remy Muchtar (1992:27) mengemukakan bahwa: teknik sepakbola adalah cara pengolahan bola maupun pengolahan gerak tubuh dalam bermain. Sedangkan menurut Ilyas Hadadde dan Ismail Tola (1991:40) mengemukakan bahwa: yang dimaksud dengan teknik dalam permainan sepakbola adalah sebuah gerakan dengan atau tanpa bola yang berguna dalam permainan. Dan kemudian ditambahkan lagi ciri-ciri teknik sepakbola sebagai berikut:

- a. Teknik sepakbola selalu berkembang menuju kesempurnaan tidak tetap untuk selama-lamanya. Teknik yang baik membantu mencapai kecepatan maksimum dengan usaha minimum.
- b. Teknik sepakbola berkembang sesuai dengan perkembangan kekuatan (Strength), kecepatan (Speed), stamina, tugas-tugas atau fungsi fisik lainnya.
- c. Teknik sepakbola tergantung dari sifat-sifat istimewa individu.

Dipihak lain Arfa C. Sanadi dalam bukunya Rani (1991:15) mengemukakan bahwa: teknik sepakbola adalah sebuah gerakan dengan atau tanpa bola yang diperlukan dalam mengembangkan prestasi maksimal dengan tenaga maksimal.

Penguasaan teknik-teknik dasar pada permainan sepakbola sangat berguna bagi pemain, dimana kemampuan menguasai dan memainkan bola dapat dilakukan secara efektif dan efisien.

B. Kerangka Pikir

Berdasarkan tinjauan pustaka, maka kerangka berpikir dalam penelitian ini, berdasarkan pada landasan teori yang relevan dan memiliki keterkaitan dengan variabel yang menjadi objek penelitian. Selain kerangka berpikir tersebut juga merupakan dasar pemikiran dari peneliti yang akan dikembangkan dalam penelitian ini dapat dikemukakan sebagai berikut:

1. Jika seorang pemain memiliki daya ledak tungkai yang baik, maka diprediksikan mempunyai hubungan terhadap jauhnya tendangan pada permainan sepakbola.
2. Jika seorang pemain memiliki kekuatan otot perut yang baik, maka diprediksikan mempunyai hubungan terhadap jauhnya tendangan pada permainan sepakbola.
3. Jika seorang pemain memiliki daya ledak tungkai dan kekuatan otot perut yang baik, maka diprediksikan mempunyai hubungan dengan jauhnya tendangan pada permainan sepakbola.

C. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap masalah penelitian, yang kebenarannya harus diuji secara empirik. Menurut Rusli Lutan (2000:33) bahwa “Hipotesis semacam bakal teori maka dalam hipotesis yang diutarakan dalam bentuk kalimat deklaratif, diungkapkan relasi antara dua variabel atau lebih”.

Adapun hipotesis dalam penelitian ini berdasarkan kerangka berpikir, maka yang diajukan adalah sebagai berikut:

1. Ada hubungan daya ledak tungkai terhadap jauhnya tendangan pada permainan sepakbola murid SD Inpres 166 Petang Jeneponto.
2. Ada hubungan kekuatan otot perut terhadap jauhnya tendangan sepakbola murid SD Inpres 166 Petang Jeneponto.
3. Ada hubungan antara daya ledak tungkai dan kekuatan otot terhadap

jauhnya tendangan pada permainan sepakbola murid SD Inpres 166 Petang Jenepono.

METODOLOGI

Metodologi merupakan metode yang dipergunakan untuk mencari pembuktian secara ilmiah yang dilakukan secara sistematis untuk mengungkapkan dan memberikan jawaban atas permasalahan yang dikemukakan dalam suatu penelitian, sehingga arah dan tujuan pengungkapan fakta atau kebenaran sesuai dengan apa yang ditemukan dalam penelitian dan betul-betul sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Metode yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif.

A. Variabel dan Desain Penelitian

Menurut Suharsini Arikunto (1992), mengatakan bahwa : “variabel merupakan obyek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian”. Adapun variabel penelitian yang ingin diteliti dalam penelitian ini terdiri atas :

Dalam penelitian ini ada dua variabel yang terlibat, yakni variabel bebas dan variabel terikat. Kedua variabel tersebut akan diidentifikasi ke dalam penelitian ini sebagai berikut:

Variabel Penelitian

Adapun variabel yang ingin diteliti dalam penelitian ini terdiri atas:

- a) variabel bebas
 - daya ledak tungkai
 - kekuatan otot perut
- b) variabel terikat
 - jauhnya tendangan pada permainan sepakbola

Definisi Operasional Variabel

Agar lebih terarah pelaksanaan pelatihan maupun pengumpulan data penelitian, maka perlu diberi batasan-batasan atau definisi operasional tiap variabel yang terlibat.

1. Daya ledak tungkai adalah kemampuan otot tungkai untuk

melakukan kontraksi guna membangkitkan tegangan terhadap suatu tahanan. Daya ledak tungkai diukur dengan menggunakan *tes squat jump* selama 30 detik.

2. Kekuatan otot perut adalah kemampuan otot perut untuk berkontraksi dalam membangkitkan tegangan terhadap suatu tahanan. Pada pelaksanaan tes kekuatan otot perut menggunakan *tes sit up* selama 30 detik.
3. Jauhnya tendangan bola pada permainan sepakbola yang dimaksud adalah kemampuan untuk menendang bola sejauh mungkin atau jarak tendangan terjauh yang mampu dicapai dalam melakukan tendangan bolapada permainan sepakbola

Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan suatu kumpulan atau kelompok individu yang dapat diamati oleh anggota populasi itu sendiri atau bagi orang lain yang memiliki perhatian terhadapnya.

Menurut Suharsimi Arikunto (1996:115) mengemukakan bahwa: Populasi adalah keseluruhan individu atau kelompok yang dapat diamati dari beberapa anggota kelompok.

Dengan uraian tersebut, maka populasi adalah keseluruhan individu atau obyek yang ingin diteliti. Informasi-informasi yang diperoleh dalam penelitian, pada dasarnya bersumber dari populasi penelitian. Secara sederhana suatu penelitian dapat menggunakan sebagian dari populasi untuk dijadikan sampel. Untuk menentukan populasi yang digunakan dalam penelitian ini, perlu diperjelas lokasi dan tempat pelaksanaan penelitian. Oleh karena itu, yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan Murid SD Inpres 166 Petang Jenepono.

2. Sampel

Sampel secara sederhana dapat diartikan sebagai bagian dari populasi yang dijadikan sebagai sumber data yang sebenarnya. Sutrisno Hadi (1986:221), mengemukakan bahwa: sampel merupakan sebagian yang diambil dari populasi dengan menggunakan cara-cara tertentu. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 30 orang murid yang diperoleh dengan teknik *random samtling* dengan cara undian.

Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan untuk memperoleh data empirik sebagai bahan untuk menguji kebenaran hipotesis. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini meliputi: tes daya ledak tungkai, tes kekuatan otot perut dan tes jauhnya tendangan bola pada permainan sepakbola.

1. Tes Daya ledak tungkai

- a. Tujuan: untuk mengukur daya ledak tungkai
- b. Alat dan perlengkapan:
 - 1) Bak lompatan
 - 2) Meteran
 - 3) Formulir tes dan alat tulis
- c. Pelaksanaan tes:
 - 1) Testee berdiri dengan kedua ujung kaki berada dibelakang garis batas tumpuan/tolakan.
 - 2) Bersamaan dengan mengayunkan kedua lengan ke depan, dengan seluruh tenaga kedua kaki secara bersamaan menolak melakukan lompatan ke depan sejauh mungkin.
 - 3) Testee diberi kesempatan melakukan tes ini sebanyak 3 kali.

2. Tes Kekuatan Otot Perut

- a. Tujuan : Untuk mengukur/mengetahui kekuatan otot perut seseorang.
- b. Alat dan perlengkapan :
 - 1) Stopwatch
 - 2) Lantai yang rata
 - 3) Formulir tes dan alat tulis

c. Pelaksanaan tes :

- 1) Testee baring terlentang dilantai, jari-jari kedua tangan bersilang selip di belakang kepala sebagai alas. Kedua lengan merapat di lantai, kedua kaki terbuka kurang lebih 30 cm dan kedua lutut ditekuk dengan sudut kurang lebih 90 derajat.
 - 2) Tester membantu menekan kedua kaki testee untuk menjaga agar kedua tumit tetap berhubungan dengan lantai.
 - 3) Pada aba-aba "YA" testee berusaha duduk sambil menyentuhkan kedua lutut dengan kedua sikunya. Selanjutnya testee kembali ke sikap semula. Gerakan ini dilakukan berulang kali sebanyak mungkin selama 30 detik.
 - 4) Bersamaan dengan aba-aba "YA", stopwatch dijalankan dan tepat pada detik ke 30 stopwatch dihentikan bersamaan dengan testee berhenti melakukan tes.
- d. Penilaian : Hasil yang dicatat adalah berapa kali testee mampu melakukan baring duduk selama 30 detik yang terbaik dari tiga kali melakukan tes. (Nur Ichsan H. 1991: 41)
- #### 3. Tes Jauhnya Tendangan
- a. Tujuan: Tes ini untuk mengukur kemampuan seseorang dalam melakukan tendangan bola sejauh-jauhnya.
 - b. Alat dan perlengkapan:
 - 1) Bola Sepak
 - 2) Meteran Gulung
 - 3) Lapangan Sepakbola
 - 4) Formulir tes dan alat tulis
 - c. Pelaksanaan tes:

- 1) Testee berdiri dalam lapangan di tempat akan melakukan tendangan.
 - 2) Dengan posisi siap, testee maju selangkah mendekati bola yang telah diletakkan pada tempat yang sama untuk semua sampel.
 - 3) Kemudian testee menendang bola sekuat-kuatnya dan berusaha bola melayang sejauh mungkin ke depan. Pengukuran dimulai pada titik diletakkannya bola sampai pada titik pertama jatuhnya bola.
- d. Penilaian:
Hasil yang diambil jarak jauhnya bola yang ditendang testee yang terbaik dari 3 kali melakukan tes.

B. Teknik Analisis Data

Data dikumpulkan melalui tes merupakan data kasar. Data tersebut selanjutnya dianalisis dengan menggunakan uji statistik korelasional dengan bantuan paket SPSS dalam komputer.

Analisis yang dimaksud dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif dan inferensial. Analisis deskriptif untuk menggambarkan apa adanya, sedangkan inferensial untuk menguji hipotesis dengan menggunakan analisis regresi sederhana dan regresi ganda.

Sebelumnya menggunakan rumus tersebut, maka terlebih dahulu dilakukan analisis normalitas dengan menggunakan teknik Kolmogorv Smirno (KS-) dengan menggunakan SPSS dalam komputer.

HASIL PENELITIAN

A. Hasil Analisis Data

Data empiris yang diperoleh di lapangan melalui hasil tes dan pengukuran yang terdiri atas, daya ledak tungkai, kekuatan otot perut dan jauhnya tendangan pada murid SD

Inpres 166 Petang Kabupaten Jeneponto, selanjutnya dianalisis dengan menggunakan teknik statistik deskriptif dan statistik inferensial. Analisis data secara deskriptif dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran umum data penelitian, kemudian dilanjutkan dengan pengujian persyaratan analisis yaitu uji normalitas data. Sedangkan analisis data secara inferensial dimaksudkan untuk mendapatkan hasil pengujian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini.

1. Analisis deskriptif

Deskripsi data dari hasil penelitian bertujuan untuk memberikan gambaran umum mengenai penyebaran distribusi daya ledak tungkai, kekuatan otot perut dan jauhnya tendangan pada Murid SD Inpres 166 Petang Kabupaten Jeneponto, baik berupa ukuran letak distribusi frekuensi. Harga-harga yang disajikan setelah diolah dari data mentah dengan menggunakan statistik deskriptif, yaitu harga rata-rata, simpangan baku, modus, median dan distribusi frekuensi.

Rangkuman hasil perhitungan statistik deskripsi tersebut dikemukakan pada tabel 4.1 berikut:

Tabel 4.1.
Rangkuman hasil penelitian

Statistik	Variabel		
	X ₁	X ₂	Y
Jumlah Sampel (n)	30	30	30
Nilai Minimum	125	14	8.45
Nilai Maksimum	180	25	21.45
Rentang	55	11	13.00
Rata-rata	152.67	19.83	15.3870
Median	153.50	20.00	15.9750

Simpangan Baku (s)	14.74 2	3.23 9	3.458 99
Varians (S^2)	217.3 33	10.4 89	11.96 5

Dari tabel 4.1 di atas, maka dapat dikemukakan gambaran data tiap variabel sebagai berikut:

a. Variabel Jauhnya tendangan(Y)

Berdasarkan data hasil penelitian pada variabel jauhnya tendangan (Y), diperoleh nilai minimum 8,45 meter dan nilai maksimum 21,45 meter, dengan rentang 13 meter. Nilai rata-rata sebesar 15,38 meter, memiliki median sebesar 15,97 meter dengan simpangan baku 3,45 meter, dan varians sebesar 11,96 meter.

b. Variabel Daya ledak tungkai (X1)

Berdasarkan data hasil penelitian pada variabel panjang tungkai (X1), diperoleh nilai minimum 125 cm dan nilai maksimum 180 cm, dengan rentang 55 cm. Nilai rata-rata sebesar 152,67 cm, memiliki median sebesar 153,50 cm, dengan simpangan baku 14,74 cm, dan varians sebesar 217,33 cm.

c. Variabel Kekuatan otot perut (X2)

Berdasarkan data hasil penelitian pada variabel daya ledak tungkai (X2), diperoleh nilai minimum 14 kali dan nilai maksimum 25 kali, dengan rentang 11 kali. Nilai rata-rata sebesar 19,83 kali, memiliki median sebesar 20 kali, dengan simpangan baku 3,23 kali, dan varians sebesar 10,48 kali.

2. Uji Normalitas Data

Oleh karena pengolahan data dalam penilaian ini menggunakan uji statistik dengan regresi, maka perlu dilakukan uji persyaratan analisis. Adapun uji persyaratan yang dimaksud adalah uji normalitas dengan menggunakan uji Kolmogorov Smirnov.

Hasil pengujian normalitas data dengan menggunakan uji Kolmogorov-

Smirnov (KS-Z) menunjukkan hasil sebagai berikut:

- 1) Untuk data kemampuan jauhnya tendangan, diperoleh nilai KS-Z = 0,104 ($P = 0,200 > \alpha 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa data jauhnya tendangan mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal.
- 2) Untuk data daya ledak tungkai, diperoleh nilai KS-Z = 0,075 ($P = 0,200 > \alpha 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa data daya ledak tungkai mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal.
- 3) Untuk data kekuatan otot perut, diperoleh nilai KS-Z = 0,087 ($P = 0,200 > \alpha 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa data kekuatan otot perut mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sampel penelitian ini berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Kesimpulan ini memberikan implikasi bahwa analisis statistika dapat digunakan untuk menguji hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, sehingga syarat pertama untuk pengujian hipotesis telah terpenuhi.

3. Analisis korelasi

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini perlu diuji dan dibuktikan melalui data empiris yang diperoleh di lapangan melalui tes dan pengukuran terhadap variabel yang diteliti. Karena data penelitian mengikuti sebaran normal, maka untuk menguji hipotesis penelitian ini digunakan analisis statistik parametrik dengan menggunakan teknik korelasi Pearson.

a. Analisis korelasi antara daya ledak tungkai dengan jauhnya tendangan pada murid SD Inpres 166 Petang Kabupaten Jeneponto.

Data daya ledak tungkai diperoleh melalui pengukuran dengan menggunakan tes pengukuran daya

ledak tungkai. Untuk mengetahui keeratan antara hubungan daya ledak tungkai dengan jauhnya tendangan pada murid SD Inpres 166 Petang Kabupaten Jeneponto dilakukan analisis korelasi Pearson.

korelasi dengan menggunakan uji korelasi pearson dikemukakan sebagai berikut; nilai r hitung (r) diperoleh = 0,724 ($P_{\text{value}} < \alpha 0,05$) berarti ada hubungan yang signifikan antara daya ledak tungkai dengan jauhnya tendangan pada murid SD Inpres 166 Petang Kabupaten Jeneponto.

b. Analisis korelasi antara kekuatan otot perut dengan jauhnya tendangan pada murid SD Inpres 166 Petang Kabupaten Jeneponto.

Data kekuatan otot perut diperoleh melalui pengukuran dengan menggunakan tes sit up. Untuk mengetahui keeratan antara hubungan kekuatan otot perut dengan jauhnya tendangan pada murid SD Inpres 166 Petang Kabupaten Jeneponto dilakukan analisis korelasi Pearson. Rangkuman hasil analisisnya tercantum dalam tabel 4.4 sebagai berikut:.

c. Analisis korelasi antara daya ledak tungkai dan kekuatan otot perut dengan jauhnya tendangan pada murid SD Inpres 166 Petang Kabupaten Jeneponto.

Analisi korelasi ganda dilakukan untuk mengetahui keeratan antara hubungan secara bersama-sama antara daya ledak tungkai, kekuatan otot perut dengan jauhnya tendangan pada murid SD Inpres 166 Petang Kabupaten Jeneponto.

terlihat bahwa hasil uji analisis koefisien korelasi ganda dengan menggunakan uji-r regresi dikemukakan sebagai berikut; nilai r hitung (r) diperoleh nilai sebesar $R = 0,847$, dan nilai R square (R^2) sebesar = 0,718 ($P_{\text{value}} < \alpha 0,05$) setelah dilakukan uji signifikansi atau keberartian korelasi ganda dengan menggunakan uji F diperoleh nilai $F_{\text{hitung}} = 34,405$ ($P_{\text{value}} < \alpha 0,05$), Maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Berarti ada hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara daya ledak tungkai dan kekuatan otot perut dengan jauhnya tendangan pada murid SD Inpres 166 Petang Kabupaten Jeneponto.

4. Pengujian hipotesis

Dalam penelitian ini ada tiga hipotesis yang diuji. Pengujian hipotesis tersebut dilakukan satu persatu sesuai dengan urutannya pada perumusan hipotesis. Disamping dilakukan pengujian hipotesis, juga diberikan kesimpulan singkat tentang hasil pengujian tersebut.

- 1) Ada hubungan yang signifikan antara daya ledak tungkai dengan jauhnya tendangan pada murid SD Inpres 166 Petang Kabupaten Jeneponto.

Hipotesis statistik yang akan diuji:

$$H_0 : \rho_{x_1.y} = 0$$

$$H_1 : \rho_{x_1.y} \neq 0$$

Kriteria pengujian:

Jika r ($P_{\text{value}} > \alpha 0,05$), maka terima H_0 dan tolak H_1

Jika r ($P_{\text{value}} < \alpha 0,05$), maka tolak H_0 dan terima H_1

Hasil pengujian:

Dari hasil analisis data dengan menggunakan uji korelasi pearson, diperoleh nilai r hitung (r) sebesar = 0,724 ($P_{\text{value}} < \alpha 0,05$), maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini berarti ada hubungan yang signifikan antara daya ledak tungkai dengan jauhnya tendangan pada murid SD Inpres 166

Petang Kabupaten Jeneponto. Hal ini mengandung makna bahwa, apabila murid memiliki daya ledak tungkai yang baik, maka akan diikuti dengan jauhnya tendangan yang baik pula.

- 2) Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot perut dengan jauhnya tendangan pada murid SD Inpres 166 Petang Kabupaten Jeneponto.

Hipotesis statistik yang akan diuji:

$$H_0 : \rho_{x_2,y} = 0$$

$$H_1 : \rho_{x_2,y} \neq 0$$

Kriteria pengujian:

Jika r ($P_{\text{value.}} > \alpha 0,05$), maka terima H_0 dan tolak H_1

Jika r ($P_{\text{value.}} < \alpha 0,05$), maka tolak H_0 dan terima H_1

Hasil pengujian:

Dari hasil analisis data dengan menggunakan uji korelasi pearson, diperoleh nilai r hitung (r) sebesar = 0,719 ($P_{\text{value}} < \alpha 0,05$), maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini berarti ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot perut dengan jauhnya tendangan pada murid SD Inpres 166 Petang Kabupaten Jeneponto. Hal ini mengandung makna bahwa, apabila murid memiliki kekuatan otot perut yang baik, maka akan diikuti dengan jauhnya tendangan yang baik pula.

- 3) Ada hubungan yang signifikan antara daya ledak tungkai dan kekuatan otot perut dengan jauhnya tendangan pada murid SD Inpres 166 Petang Kabupaten Jeneponto.

Hipotesis statistik yang akan diuji:

$$H_0 : R_{x_{1,2,3}y} = 0$$

$$H_1 : R_{x_{1,2,3}y} \neq 0$$

Kriteria pengujian:

Jika R ($P_{\text{value.}} > \alpha 0,05$), maka terima H_0 dan tolak H_1

Jika R ($P_{\text{value.}} < \alpha 0,05$), maka tolak H_0 dan terima H_1

Hasil pengujian:

Dari hasil analisis data korelasi ganda, diperoleh nilai r hitung (R) sebesar = 0,847, setelah dilakukan uji signifikan atau uji keberartian korelasi ganda dengan menggunakan uji F regresi diperoleh nilai F hitung = 34,405 dengan tingkat signifikan 0.000. Oleh karena nilai probabilitas (0,000) jauh lebih kecil dari 0,05 ($P < 0,05$), maka model regresi dapat digunakan untuk memprediksikan jauhnya tendangan (dapat diberlakukan untuk populasi dimana sampel diambil). Maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini berarti ada hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara daya ledak tungkai dan kekuatan otot perut dengan jauhnya tendangan pada murid SD Inpres 166 Petang Kabupaten Jeneponto. Nilai koefisien determinasi (R square) yang diperoleh = 0,718, hal ini berarti bahwa 71,80% jauhnya tendangan dijelaskan oleh daya ledak tungkai dan kekuatan otot perut, sedangkan sisanya 29,20% dijelaskan oleh variabel lain yang tidak diamati dalam penelitian ini. Hal ini mengandung makna bahwa, apabila murid memiliki daya ledak tungkai dan kekuatan otot perut yang baik maka akan diikuti dengan jauhnya tendangan yang baik pula.

B. Pembahasan

Terdapat tiga hipotesis yang diuji kebenarannya dalam penelitian ini dan keseluruhannya diterima. Selanjutnya hasil-hasil tersebut yang di capai dalam pengujian hipotesis akan dibahas lebih lanjut sebagai berikut:

Hipotesis pertama ada hubungan yang signifikan antara daya ledak tungkai dengan jauhnya tendangan pada murid SD Inpres 166 Petang Kabupaten Jeneponto. Hasil yang diperoleh apabila dikaitkan dengan kerangka berpikir maupun teori-teori yang mendasarinya, pada dasarnya

hasil penelitian ini mendukung teori yang ada. Hal ini dapat dijelaskan bahwa apabila murid memiliki daya ledak tungkai yang baik akan mendukung kemampuan dalam lari 60 meter. Daya ledak tungkai merupakan kemampuan otot untuk mengerahkan kekuatan yang maksimal dalam waktu yang cepat, karena dengan daya ledak tungkai yang baik dapat membantu murid untuk melakukan tendangan jauh dengan maksimal.

Hipotesis kedua ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot perut dengan jauhnya tendangan pada murid SD Inpres 166 Petang Kabupaten Jeneponto. Hasil yang diperoleh apabila dikaitkan dengan kerangka berpikir maupun teori-teori yang mendasarinya, pada dasarnya hasil penelitian ini mendukung teori yang ada. Hal ini dapat dijelaskan bahwa apabila murid memiliki kekuatan otot perut yang baik akan mendukung kemampuan jauhnya tendangan. Kekuatan otot perut merupakan daya penggerak setiap aktivitas fisik, karena dengan kekuatan otot perut yang baik dapat membantu murid untuk melakukan tendangan jauh dengan baik dan maksimal.

Hipotesis ke tiga ada hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara daya ledak tungkai dan kekuatan otot perut dengan jauhnya tendangan pada murid SD Inpres 166 Petang Kabupaten Jeneponto. Hal ini dapat dijelaskan bahwa kedua variabel bebas ini secara bersama-sama memberikan hubungan yang nyata terhadap jauhnya tendangan. Daya ledak tungkai dalam kaitannya merupakan kombinasi antara kekuatan dan kecepatan. Dengan demikian daya ledak tungkai sangat penting dalam cabang olahraga sepakbola khususnya tendangan jauh.

Apabila daya ledak tungkai dan kekuatan otot perut diperhatikan pada setiap melakukan jauhnya tendangan, maka secara fisiologi akan menghasilkan unsur kemampuan jauhnya tendangan yang lebih baik. Dalam cabang olahraga sepakbola diperlukan daya ledak tungkai, dan kekuatan otot perut. Hal ini

disebabkan dalam kemampuan menendang bola di perlukan daya ledak tungkai yang baik melakukan tendangan jauh dengan cepat dan maksimal. Di samping itu kekuatan otot perut merupakan kemampuan dari otot untuk dapat mengatasi tahanan atau beban dalam menjalankan aktivitas. Hasil ini menunjukkan bahwa untuk dapat memiliki kemampuan jauhnya tendangan yang baik maka diperlukan daya ledak tungkai dan kekuatan otot perut yang menunjang dalam jauhnya tendangan pada permainan sepakbola. Apa yang telah dihasilkan dalam penelitian ini, memperlihatkan adanya hubungan secara bersama-sama antara daya ledak tungkai dan kekuatan otot perut dengan jauhnya tendangan pada permainan sepakbola pada murid SD Inpres 166 Petang Kabupaten Jeneponto.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data dan pembahasannya, maka hasil penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Ada hubungan yang signifikan antara daya ledak tungkai dengan jauhnya tendangan pada murid SD Inpres 166 Petang Kabupaten Jeneponto.
2. Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot perut dengan jauhnya tendangan pada murid SD Inpres 166 Petang Kabupaten Jeneponto.
3. Ada hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara daya ledak tungkai dan kekuatan otot perut dengan jauhnya tendangan pada murid SD Inpres 166 Petang Kabupaten Jeneponto.

DAFTAR PUSTAKA

A. Sarumpeat, dkk 1991. *Permainan Bola Besar*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Dirjen Pendidikan Tinggi.

Arikunto, Suharisimi, 1996., *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Renika Cipta, Jakarta.

Hadi, Sutrisno, 1990., *Analisis Regresi*. Penerbit Andi Offset, Yogyakarta.

Halim, Ichsan Nur, 2004., *Tes dan Pengukuran Kesegaran Jasmani*. Universitas Negeri Makassar, Makassar

Harsono, 1998., *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. P2LPTK

Depdiknas. Jakarta

Ilyas Haddade dan Ismail Tola. 1988. *Penuntun Mengajar dan Melatih Sepakbola*. Ujung Pandang: FPOK IKIP

Muchtar, Remmy. 1992. *Olahraga Pilihan Sepakbola*. Depdikbud Dirjen Dikti PPTK, Jakarta.

Rani, Adib, Abd. 1992. *Materi dan Evaluasi Mengajar Permainan Sepakbola*. FPOK IKIP Ujung Pandang.

Sajoto, Mochamad, 1989., *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Bidang Olahraga*. Depdikbud Dirjen Dikti, Jakarta.

Sugiyono. 2000. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Penerbit CV Alfabeta.