



Analisis Komponen Fisik Terhadap Kemampuan *Passing* Cabang Olahraga Futsal Siswa SMA Negeri 8 Makassar

Achmad Karim¹, STKIP YPUP Makassar

Muhammad Akbar Syafruddin², Universitas Negeri Makassar

Ikadarny³, Universitas Negeri Makassar

Muhammad Hasbillah⁴, STKIP YPUP Makassar

Info Artikel

Diterima : 27-11-2022
Disetujui : 20-12-2022
Dipublikasikan : 31-01-2023

Kata Kunci:

Kekuatan Otot Tungkai,
Keseimbangan,
Kemampuan Passing

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *passing*, hubungan keseimbangan terhadap kemampuan *passing*, dan hubungan antara kekuatan otot tungkai dan keseimbangan terhadap kemampuan *passing* cabang olahraga futsal Siswa SMA Negeri 8 Makassar Makassar. Jenis penelitian ini adalah korelasional dengan Metode Penelitian Kuantitatif. Populasi penelitian adalah Siswa SMA Negeri 8 Makassar dan sampel yang diambil sebanyak 30 orang. Teknik penentuan sampel adalah secara acak (*random sampling*) dengan cara diundi. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis deskriptif, analisis korelasi, analisis regresi dan datanya dianalisis menggunakan aplikasi SPSS versi 21. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 1). Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *passing* cabang olahraga futsal dengan nilai korelasi (R) = 0,800. 2). Ada hubungan yang signifikan antara keseimbangan terhadap kemampuan *passing* cabang olahraga futsal dengan nilai korelasi (R)= 0,594. 3). Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dan keseimbangan terhadap kemampuan *passing* cabang olahraga futsal dengan nilai korelasi (R) =0,800, dan dengan nilai koefisien determinasi (r^2) = 0,641 atau sama dengan 64,10%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dan keseimbangan terhadap kemampuan *passing* cabang olahraga futsal.

Abstract

This study aims to determine the relationship between leg muscle strength on passing ability, the relationship between balance and passing ability, and the relationship between leg muscle strength and balance on the passing ability in futsal sports for students of SMA Negeri 8 Makassar Makassar. This type of research is correlational with Quantitative Research Methods. The research population was SMA Negeri 8 Makassar students and 30 samples were taken. The technique of determining the sample is random (random sampling) by drawing lots. The analysis technique used was descriptive analysis, correlation analysis, regression analysis and the data were analyzed using the SPSS version 21 application. The results showed that 1). There is a significant relationship between leg muscle strength and passing ability in futsal sports with a correlation value (R) = 0.800. 2). There is a significant relationship between balance and passing ability in futsal sports with a correlation value (R) = 0.594. 3). There is a significant relationship between leg muscle strength and balance on the passing ability of futsal sports with a correlation value (R) = 0.800, and with a coefficient of determination (r^2) = 0.641 or equal to 64.10%. Thus it can be concluded that there is a significant relationship between leg muscle strength and balance on the passing ability of futsal sports.



PENDAHULUAN

Olahraga adalah proses sistematis yang berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong mengembangkan, dan membina potensi-potensi jasmaniah dan rohaniah seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat dalam bentuk permainan, perlombaan/pertandingan, dan kegiatan jasmani yang intensif untuk memperoleh rekreasi, kemenangan, dan prestasi puncak dalam rangka pembentukan manusia Indonesia seutuhnya yang berkualitas yang berdasarkan Pancasila.

Futsal merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang sangat dikenal dan digemari masyarakat diseluruh dunia. Demikian juga di Indonesia, permainan ini dikenal dan dimainkan oleh sebagian besar lapisan masyarakat mulai dari anak-anak, usia dini maupun orang tua, bahkan para wanita pun menggemari dan memainkan. Sehingga tidaklah salah apabila di Indonesia futsal disebut sebagai olahraga rakyat. Di Indonesia futsal diurus oleh organisasi yang bernama Federasi Futsal Indonesia (FFI) dibawah naungan Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia (PSSI).

Futsal merupakan permainan tim, oleh karena itu kerjasama tim merupakan kebutuhan permainan futsal yang harus di penuhi oleh setiap pemain, karena kemenangan tidak dapat diraih secara perseorangan dalam permainan tim. Selain itu pemain futsal dituntut untuk memiliki kondisi fisik yang bagus, teknik dasar yang baik, dan mental bertanding yang baik pula. Bukan hanya itu saja, permainan futsal adalah permainan yang cukup modern dalam fasilitasnya, seperti perlengkapan dan alat yang digunakan dalam bermain. Padahal pembelajaran permainan futsal yang didasarkan dengan rasa minat dan ketertarikan yang tinggi akan mendukung proses pembelajaran penjas sehingga tujuan pembelajaran tersebut dapat tercapai secara optimal dan maksimal.

Mulyono (2014:2) Futsal dapat diartikan sebagai suatu permainan olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang berbeda. Masing-masing tim beranggotakan lima orang pemain yang memainkan pertandingan dalam dua babak. Olahraga futsal ditujukan untuk membentuk perpaduan individu-individu pemain yang tergabung dalam sebuah tim demi mencapai kemenangan. Kebersamaan dan kerjasama tim sangat diperlukan dalam mencapai tujuan tersebut. Sedangkan menurut Isnanto (2019:5) futsal merupakan permainan olahraga bola sepak yang hampir mirip dengan permainan sepak bola. Hanya saja permainan futsal identik dengan sebutan olahraga sepak bola yang diminikan. Perbedaan antar futsal dan sepakbola hanya terletak pada lamanya waktu bermain, sedangkan untuk teknik dasar tetap sama. Secara garis besar permainan futsal dan sepakbola sama, yaitu permainan yang sama-sama menggunakan kaki dan kecuali kiper boleh menggunakan kaki dan tangan untuk menghindari terjadinya gol.

Passing adalah teknik dasar yang esensial untuk dilatih dan dikuasai oleh para pemain dalam permainan futsal dimana seorang pemain memberikan operan atau umpan pendek kepada salah satu rekan timnya. Teknik mengoper bola ini sangatlah penting untuk dikuasai oleh setiap pemain karena sangat sering digunakan dalam sepanjang pertandingan dibandingkan dengan umpan lambung yang lebih jarang dipakai pada lapangan ukuran kecil. Ketika proses mengumpan tak dilakukan dengan baik maka bisa-bisa terjadi kesalahan dan malah mengumpan kearah lawan, bukannya kekawan satu tim. Pada permukaan lapangan yang rata dan ukurannya kecil sangat perlu di lakukan operan yang keras dan akurat sehingga pola permainan futsal bisa diterapkan dengan baik. Karena lapangan futsal termasuk kecil, maka strategi pada permainan pun otomatis menggunakan teknik *passing* yang lebih sering supaya bisa menciptakan variasi serangan.

Ismaryati, dkk (2018:111) Kekuatan adalah tenaga kontraksi otot yang dicapai dalam sekali usaha maksimal. Usaha maksimal ini dilakukan oleh otot atau sekelompok otot untuk mengatasi suatu tahanan. Kekuatan merupakan unsur yang sangat penting dalam aktivitas olahraga, karena kekuatan merupakan daya penggerak, dan pencegah cedera. Selain itu, kekuatan memainkan peranan penting dalam komponen-komponen kemampuan fisik yang lain misalnya power, kelincahan, kecepatan. Dengan demikian kekuatan merupakan faktor utama untuk menciptakan prestasi yang optimal. Dari pengertian kekuatan di atas maka penulis dapat menyimpulkan bahwa kekuatan otot tungkai adalah salah satu komponen fisik yang penting dan sangat berguna untuk meningkatkan kondisi fisik secara keseluruhan. Dalam hal ini kekuatan otot tungkai dibutuhkan dalam melakukan *passing* (mengoper

bola), karna pada saat akan melakukan gerakan *passing* (mengoper bola) bagian kaki khususnya tungkai akan mempergunakan otot-ototnya untuk menerima beban dalam waktu kerja tertentu.

Ismaryati (2018:48) keseimbangan di bagi menjadi dua macam yakni keseimbangan statis dan dinamis. Keseimbangan statis adalah kemampuan mempertahankan keadaan seimbang dalam keadaan diam, sedangkan keseimbangan dinamis adalah kemampuan mempertahankan keadaan seimbang dalam keadaan bergerak, misalnya berlari, berjalan, melambung dan sebagainya. Kualitas keseimbangan dinamis bergantung pada mekanisme dalam saluran simisirkular, persepsi kinestetik, tendon dan persendian, persepsi visual selama melakukan gerakan, dan kemampuan koordinasi. Keseimbangan merupakan kemampuan yang penting karna digunakan dalam aktivitas sehari-hari, misalnya berjalan, berlari, sebagian terbesar olahraga dan permainan.

Dari hasil observasi peneliti di SMA Negeri 8 Makassar, Peneliti mengamati kurangnya penguasaan teknik *passing* futsal saat mengikuti Proses Pembelajaran PJOK. Hal ini disebabkan karna kurang optimalnya kekuatan otot tungkai dan keseimbangan sehingga akurasi passing kadang tidak mengarah dan tidak sampai pada sasaran yang diinginkan. Oleh karna itu peneliti bermaksud melakukan penelitian yang berjudul: “Hubungan kekuatan otot tungkai dan keseimbangan terhadap kemampuan passing dalam permainan futsal Siswa SMA Negeri 8 Makassar.

METODE

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka penelitian ini menggunakan jenis penelitian korelasional. Menurut Mia Kusumawati (2015:33) penelitian korelasional adalah penelitian yang menghubungkan dua variabel atau lebih, yakni sejauh mana variasi dalam satu *variable* berhubungan dengan variasi dalam variabel lain. Derajat hubungan variabel dinyatakan dalam satu indeks yang dinamakan koefisien korelasi. Koefisien korelasi dapat digunakan untuk menguji hipotesis tentang hubungan antar variabel atau menyatakan besar kecilnya hubungan antara kedua variabel. Tempat penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 8 Makassar yang beralamat di JL. Andi Mangerangi II No. 2, Kota Makassar dan waktu penelitian ini pada bulan Oktober 2022.

Metode penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2016: 14) metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara *random*, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Penelitian ini adalah jenis penelitian yang menggunakan metode penelitian kuantitatif untuk mengetahui ada tidaknya hubungan kekuatan otot tungkai dan keseimbangan terhadap kemampuan passing cabang olahraga Futsal.

Menurut Sugiyono (2018: 80) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Sedangkan menurut Mia Kusumawati (2015:49) populasi adalah keseluruhan objek penelitian yang dapat berupa manusia, tumbuhan dan benda yang mempunyai kesamaan untuk dijadikan data penelitian. Dalam penelitian ini populasi adalah seluruh Siswa SMA Negeri 8 Makassar.

Menurut Salim dan Haidir (2019:220) sampel adalah sebagian dari populasi yang memiliki ciri-ciri atau sifat-sifat yang sama dan atau serupa dengan populasinya. Sementara menurut Darmawan (2014:146) *simple random sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang memberikan kesempatan yang sama kepada populasi untuk dijadikan sampel. Karena jumlah populasi yang banyak maka peneliti menggunakan teknik “*Random Sampling*” dengan cara undian sehingga diperoleh sampel sebanyak 30 orang Siswa SMA Negeri 8 Makassar

Setelah seluruh data penelitian terkumpul yakni data kekuatan otot tungkai dan keseimbangan terhadap passing cabang olahraga futsal SMA Negeri 8 Makassar, maka selanjutnya data tersebut disusun, diolah dan dianalisis untuk diketahui kebenarannya dari hipotesis penelitian yang telah

diajukan, data tersebut akan dianalisis dengan menggunakan bantuan komputer melalui program SPSS versi 21 dengan taraf signifikan 95% atau 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara kekuatan otot tungkai dan keseimbangan terhadap kemampuan passing cabang olahraga Futsal SMA Negeri 8 Makassar. Maka untuk mendapatkan gambaran umum suatu penelitian maka digunakan analisis deskriptif. Analisis deskriptif hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Hasil analisis deskriptif data kekuatan otot tungkai dan keseimbangan terhadap kemampuan *passing* cabang olahraga Futsal

Nilai Statistik	Variabel		
	Kekuatan otot tungkai (X_1) poin	Keseimbangan (X_2) detik	Passing (Y) poin
N	30	30	30
Mean	23.47	9.8887	12.63
Median	23.00	10.2200	12.00
Mode	21	8.29	12
Std. Deviation	2.360	1.64209	1.829
Variance	5.568	2.696	3.344
Range	9	6.06	7
Minimum	20	6.25	10
Maximum	29	12.31	17
Sum	704	296.66	379

Setelah dilakukan uji persyaratan normalitas data pada hipotesis yang akan di uji, maka selanjutnya dilakukan pengujian terhadap hipotesis, untuk membuktikan kebenarannya. Hasil perhitungan statistik pada hipotesis penelitian diuraikan sebagai berikut:

Berdasarkan hasil pengujian analisis korelasi data keseimbangan terhadap kemampuan *passing*. Diperoleh nilai korelasi (R) = 0,800 dengan tingkat probabilitas (0,000) lebih kecil dari $\alpha = 0,05$. maka H_0 ditolak dan H_1 diterima atau koefisien korelasi signifikan, atau kekuatan otot tungkai benar-benar berpengaruh secara signifikan terhadap kemampuan *passing*. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *passing* cabang olahraga futsal Siswa SMA Negeri 8 Makassar.

Berdasarkan hasil pengujian analisis korelasi data keseimbangan terhadap kemampuan *passing*. Diperoleh nilai korelasi (R) = 0,594 dengan tingkat probabilitas (0,001) lebih kecil dari $\alpha = 0,05$. maka H_0 ditolak dan H_1 diterima atau koefisien korelasi signifikan, atau keseimbangan benar-benar berpengaruh secara signifikan terhadap kemampuan *passing*. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan keseimbangan terhadap kemampuan *passing* cabang olahraga futsal Siswa SMA Negeri 8 Makassar.

Berdasarkan hasil pengujian analisis korelasi ganda data kekuatan otot tungkai dan keseimbangan terhadap kemampuan *passing*. Diperoleh nilai korelasi (R) = 0,800 dan (r^2)=0,641 dengan tingkat probabilitas (0,000) lebih kecil dari $\alpha = 0,05$. maka H_0 ditolak dan H_1 diterima atau koefisien korelasi signifikan, atau kekuatan otot tungkai dan keseimbangan benar-benar berpengaruh secara signifikan terhadap kemampuan *passing*. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dan keseimbangan terhadap keterampilan *passing* Siswa SMA Negeri 8 Makassar.

Hasil analisis data dan pengujian hipotesis yang telah di kemukakan sebelumnya, maka menunjukkan bahwa dari tiga hipotesis yang diajukan terdapat hubungan yang signifikan. Dengan kata lain ada tiga hipotesis yang diterima dan menunjukkan ada hubungan yang signifikan. Dari hasil tersebut, tentang kekuatan otot tungkai dan keseimbangan terhadap kemampuan Passing cabang olahraga Futsal. pada penelitian ini relavan dengan kerangka berpikir, kemudian telah dikembangkan berdasarkan teori-teori yang mendukung dalam penelitian ini sehingga dapat dideskripsikan sebagai berikut.

Dari hasil pengujian hipotesis pertama menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *passing* cabang olahraga futsal Siswa SMA Negeri 8 Makassar. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien korelasinya 0,800 dalam kategori tinggi dengan nilai probabilitas 0,000 yang berarti bahwa, apabila kekuatan otot tungkai yang dimiliki Siswa SMA Negeri 8 Makassar tinggi maka akan memberikan hubungan yang positif terhadap kemampuan *passing*. Sesuai dengan teori yang telah dikemukakan dalam kerangka pikir penelitian bahwa kekuatan otot tungkai merupakan kemampuan seseorang untuk mempertahankan posisi tubuh agar tidak mengalami gerakan yang dapat membuat posisi tubuh seseorang menjadi tidak terkontrol dalam posisi yang diinginkan, maka dapat disimpulkan bahwa semakin lama kekuatan otot tungkai yang dimiliki seorang mahasiswa berarti semakin tinggi pula tingkat kemampuan *passing* yang dilakukan siswa, dan semakin rendah waktu kekuatan otot tungkai siswa maka semakin rendah pula kemampuan *passing* yang dilakukan siswa.

Dari hasil pengujian hipotesis kedua menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara keseimbangan terhadap kemampuan *passing* cabang olahraga futsal Siswa SMA Negeri 8 Makassar. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien korelasinya 0,594 dalam kategori tinggi dengan nilai probabilitas 0,001 yang berarti bahwa, apabila keseimbangan yang dimiliki Siswa SMA Negeri 8 Makassar tinggi maka akan memberikan hubungan yang positif terhadap kemampuan *passing*. Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa semakin bagus keseimbangan yang dimiliki seseorang siswa berarti semakin bagus pula kemampuan *passing* yang dilakukan siswa, hal ini didukung oleh pendapat Ismaryati (2018:53) koordinasi didefinisikan sebagai hubungan yang harmonis dari hubungan saling pengaruh diantara kelompok-kelompok otot selama melakukan kerja yang ditunjukkan dengan berbagai tingkat keterampilan.

Dari hasil pengujian hipotesis ketiga yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dan keseimbangan secara bersama-sama terhadap kemampuan *passing* cabang olahraga futsal Siswa SMA Negeri 8 Makassar. Berdasarkan argumentasi yang telah dikemukakan pada kerangka pikir penelitian bahwa ketika seseorang memiliki posisi tubuh yang dapat dipertahankan sehingga dapat melakukan gerakan yang diinginkan dan mampu memadukan antara penglihatan mata terhadap sasaran dengan keakuratan kaki dalam melakukan tendangan secara bersama-sama, diperlukan kekuatan otot tungkai dan keseimbangan yang baik Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien korelasi ganda sebesar 0,641 dalam kategori sedang dengan nilai probabilitas 0,000. Hasil ini semakin memperkuat hasil pengujian hipotesis pertama dan kedua. dengan demikian jika seorang siswa memiliki kekuatan otot tungkai dan keseimbangan yang baik, maka dapat dipastikan kemampuan *passing* akan lebih baik.

SIMPULAN

1. Ada hubungan antara kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *passing* cabang olahraga futsal Siswa SMA Negeri 8 Makassar.
2. Ada hubungan antara keseimbangan terhadap kemampuan *passing* cabang olahraga futsal Siswa SMA Negeri 8 Makassar.
3. Ada hubungan antara kekuatan otot tungkai dan keseimbangan terhadap kemampuan *passing* cabang olahraga futsal Siswa SMA Negeri 8 Makassar.

DAFTAR PUSTAKA

- Andita, Bagus, 2015. *Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dan Otot Perut Terhadap Akurasi Shooting Pada Ekstrakurikuler Futsal Sma Muhammadiyah 2 Yogyakarta*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta
- Fenanlampir, Albertus dan Muhammad Muhyi Faruq. 2015. *Tes Dan Pengukuran Dalam Olahraga*. Yogyakarta: CV ANDI OFFSET.
- Gunawan, Andri, 2014. *Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dan Kelentukan Pinggang Terhadap Akt,Jrasi Passing Dalam Permainan Sepakbola Ps.Anggrek Kota Bengkulu*. Bengkulu: Universitas Bengkulu.
- Halim, Nur Ichsan & anawar, khairil, 2018. *Tes Dan Pengukuran Dalam Bidang Keolahragaan*. Makassar: Badan Penerbit Universitas Negeri Makassar.
- Ismaryati, dkk 2018. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Penerbitan dan Percetakan UNS (UNS press)
- Isnanto, Anung Hendar, 2019. *Seri Olahraga Futsal*. Gamping Sleman: Sentra Edukasi Media.
- Ibayu, Ariya Prasetya, 2017. *Hubungan Antara Keseimbangan Dan Power Otot Tungkai Dengan Hasil Tendangan Penalti Mahasiswa Sma Al-Azhar 3 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017*. Lampung: Universitas Lampung
- Kusmawati, Mia, 2015. *Penelitian Pendidikan Penjasorkes (Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan)*. Bandung: Alfabeta.
- Mulyono, Muhammad Asriady, 2014. *Buku Panduan Pintar Futsal*, Jakarta Timur: Laskar Ashara
- Nala, I Gusti Ngurah. 2011. *Prinsip Pelatihan Fisik Olahraga*. Bali: Penerbit Udayana University Press.
- Nazzala, Gigih Nenaz, 2016. *Hubungan Koordinasi, Keseimbangan, Dan Power Otot Tungkai Dengan Kemampuan Shooting Futsal Menggunakan Punggung Kaki Pada Olahraga Futsal*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta
- Rahayu, Egatrisna, 2013. *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*, Bandung: ALFABETA CV
- Salim, 2019. *Penelitian Pendidikan : Metode, Pendekatan, Dan Jenis*. Jakarta: Kencana.
- Sanjaya, Ardian, 2017. *Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai Dan Kecepatan Dengan Hasil Menggiring Bola Pada Mahasiswa Ekstrakurikuler Sepakbola Sma Al Kautsar Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017*. Lampung: Universitas Lampung
- Setyawan, Andri, 2018. *Teknik Permainan Futsal*, Jakarta Selatan: PT Sunda Kelapa
- Sugiyono, 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta CV.
- Susanto, Teguh. 2016. *Buku pintar olahraga*. Yogyakarta: Penerbit Pustaka Baru Press.
- Wardanah, Dica Febri, 2015. *Pengaruh Latihan Pendekatan Taktik Terhadap Kemampuan Passing Dan Dribbling Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal Di Sman 1 Maospati*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta
- Widiastuti. 2017. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Depok: Penerbit PT Rajagrafindo Persada.