



ANALISIS KOMPONEN FISIK TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA PERMAINAN FUTSAL MAHASISWA FIKK UNM

Achmad Karim¹

¹Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan,
Universitas Negeri Makassar
Email: achmad.karim@unm.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan hubungan kekuatan otot tungkai, kelincuhan terhadap kemampuan menggiring bola permainan futsal. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif dan jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional dengan melibatkan dua variabel bebas yaitu kekuatan otot tungkai dan kelincuhan sedangkan variabel terikat yaitu kemampuan menggiring bola permainan futsal. Populasi dalam penelitian ini adalah FIKK UNM dengan sampel 30 orang yang diambil secara *simple random sampling*. Teknik analisis data yang digunakan adalah koefisien korelasi. Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa: 1). Terdapat hubungan yang signifikan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola permainan futsal dengan nilai $r = -0,816$. 2). Terdapat hubungan yang signifikan kelincuhan terhadap kemampuan menggiring bola permainan futsal dengan nilai $r = 0,747$. 3). Terdapat hubungan yang signifikan kekuatan otot tungkai dan kelincuhan secara Bersama-sama terhadap kemampuan menggiring bola permainan futsal dengan nilai $R = 0,897$.

Kata Kunci: kekuatan otot tungkai, kelincuhan, menggiring bola

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan proses sistematis yang berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong mengembangkan, dan membina potensi-potensi jasmaniah dan rohaniah seseorang atau anggota masyarakat dalam bentuk permainan. Olahraga atau serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana untuk memelihara gerak (mempertahankan hidup) dan meningkatkan kemampuan gerak (meningkatkan kualitas hidup). Olahraga merupakan alat untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani, rohani dan sosial.

Olahraga merupakan aktivitas fisik yang bertujuan untuk memelihara, meningkatkan dan mengekspresikan kebugaran. Olahraga merupakan alat untuk merangsang perkembangan struktur anatomis dan fungsi fisiologi. Kegiatan olahraga yang dilakukan merupakan aktivitas gerak yang merangsang peningkatan fungsi organ-organ dalam tubuh, dan bila dilakukan secara terprogram dan terukur maka dalam jangka panjang organ tubuh akan menjadi terbiasa melakukan kerja berat sehingga tubuh beradaptasi sebagai akibat dari kegiatan olahraga tersebut (Saiful dan Mongsidi, 2021:8).

Menurut Daryanto, dkk (2021:17) futsal adalah sepak bola dalam ruangan yang dimainkan dengan beranggotakan 5 orang dalam setimnya dengan tujuan memasukan bola ke gawang lawan, selain itu futsal juga adalah salah satu olahraga yang dimainkan oleh individu pada satu timnya dengan memanfaatkan kemampuan dari masing-masing individu lainnya sehingga dapat memenangkan di setiap permainan. Futsal juga merupakan permainan yang dinamis, secara cepat dan gerakan yang tepat berdasarkan parameter fisik, teknis dan taktis. Karakteristik olahraga futsal adalah membutuhkan daya tahan kecepatan, daya tahan kekuatan dan kelincahan dalam waktu yang relatif yang lama. Menurut Badaru (2017:2) permainan futsal sangat mengandalkan kemampuan teknik yang tinggi dari masing-masing pemain tanpa terkecuali. Teknik individu digabungkan secara kolektif untuk menjalankan sebuah taktik dan strategi yang terlatih dan terkonsep.

Dalam permainan futsal ada beberapa elemen dasar yang harus dipahami ketika bermain futsal secara umum tidak berbeda jauh dengan bermain sepak bola konvensional. Diperlukan beberapa kemampuan menguasai teknik dasar permainan futsal seperti: (1) teknik dasar mengumpan (*passing*), (2) teknik dasar menahan bola (*control*), (3) teknik dasar menggiring bola (*dribbling*), (4) teknik dasar mengumpan lambung (*chipping*), (5) teknik dasar menembak bola (*shooting*), dan (6) teknik dasar *heading* (menyundul).

Menggiring artinya melakukan beberapa sentuhan pada bola. Biasanya kaki yang dibenturkan pada bagian pinggir bola. Teknik *dribbling* merupakan keterampilan penting dan mutlak harus dikuasai oleh setiap pemain futsal. Ketika seorang pemain memiliki kemampuan menggiring bola yang baik maka pemain akan sangat mudah untuk melewati lawan, mengatur tempo permainan, dan memudahkan untuk masuk ke pertahanan lawan sehingga kesempatan untuk memenangkan pertandingan sangat terbuka.

Berdasarkan permasalahan yang timbul saat observasi yaitu: Pada saat melakukan praktek teknik menggiring bola dilapangan, sebagian mahasiswa FIKK UNM belum menguasai teknik dasar menggiring bola secara baik dan benar sehingga gerakan yang dilakukan belum sempurna. Karena masih banyak yang melakukan kesalahan saat melakukan teknik menggiring bola. (1) Ada sebagian mahasiswa saat menggiring bola, terlihat sangat kaku, bola jauh dari kaki, sehingga sulit mengubah arah dengan cepat, hal ini menyebabkan bola mudah direbut oleh lawan. (2) Pada saat menggiring bola perkenaan bola dan kaki kurang tepat.

METODE

Menurut Kusumawati (2015:49) jenis penelitian yang digunakan penelitian adalah, penelitian kolerasi atau kelerasional adalah suatu penelitian untuk

mengetahui hubungan dan tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih tanpa ada upaya untuk mengetahui variabel tersebut sehingga tidak terdapat manipulasi variabel. Adanya tingkat variabel ini penting karena dengan mengetahui tingkat hubungan yang ada, penelitian akan dapat mengembangkannya sesuai dengan tujuan penelitian. Penelitian korelasional menggunakan instrumen untuk menentukan apakah, dan untuk tingkat apa, terdapat hubungan antara dua variabel atau lebih yang dapat dikuantitatifkan.

Penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat pada positivisme, digunakan untuk peneliti pada populasi sampel tertentu. Teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2018:14).

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh penelitian untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya, jadi populasi bukan hanya orang, tetapi juga objek dan benda-benda alam yang lain. Populasi juga bukan hanya sekedar jumlah yang ada pada objek atau subjek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek yang diteliti (Sugiyono, 2015:92), adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet Persigowa.

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2018: 118) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi. Sampel adalah bagian dari populasi yang diambil dengan menggunakan teknik tertentu yang diperlukan untuk menentukan jumlah sampel dengan menggunakan Teknik *Random Sampling*, karena jumlah populasi dalam penelitian ini terlalu banyak, sehingga peneliti menggunakan teknik *Simple Random Sampling* dengan cara diundi.

Menurut Hikmawati (2020:62) teknik *random sampling* merupakan cara pengambilan sampel dari semua anggota populasi dilakukan secara diacak tanpa memerhatikan strata yang ada dalam populasi, cara ini bisa dilakukan jika anggota populasi dianggap homogen. Karena jumlah populasi dalam penelitian ini terlalu banyak, sehingga peneliti menggunakan teknik *Simple Random Sampling* dengan cara diundi.

Menurut Ma'ruf Abdullah (2015:234) cara menentukan sampel menggunakan teknik *random sampling* yakni jika jumlah subjek dijadikan populasi besar, dapat diambil 10-15%, 20-25% atau lebih. Sampel yang saya gunakan dalam penelitian ini adalah 28% dari populasi sehingga diperoleh jumlah sampel sebanyak 30 mahasiswa FIKK UNM.

Instrumen adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah (Kusumawati, 2015: 104), dalam penelitian ini digunakan

instrument tes sebagai alat untuk mengumpulkan data. tes yang digunakan yaitu:

1. Tes kekuatan otot tungkai
2. Tes kelincahan
3. Tes menggiring bola

Setelah semua data penelitian terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data, sehingga data tersebut dapat ditarik satu kesimpulan. Dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik dengan bantuan computer melalui program SPSS versi 21 untuk mencari apakah ada hubungan yang berarti antara variabel bebas daya ledak tungkai, kelincahaman koordinasi mata tangan variable terikat kemampuan smash.

Setelah semua data penelitian terkumpul yakni data kekuatan otot tungkai dan kelincahan dengan kecepatan menggiring bola dalam permainan futsal, maka untuk menguji hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, untuk itu data tersebut disusun dan diolah serta dianalisis statistik, dengan bantuan komputer melalui program SPSS Versi 21 data yang diolah data variabel bebas yaitu: kekuatan otot tungkai (X_1), keseimbangan (X_2) dan variabel terikat (Y) kemampuan menggiring bola dalam permainan futsal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan di FIKK UNM, hasil analisis statistik yang berkaitan dengan skor kemampuan menggiring bola, kekuatan otot tungkai, kelincahan sebagai berikut:

Tabel 1 deskriptif kekuatan otot tungkai, kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola.

Nilai Statistik	Kekuatan Otot Tungkai (X_1)	Kelincahan (X_2)	Kemampuan Menggiring Bola (Y)
N Valid	30	30	30
N Missing	0	0	0
Mean	29.47	12.4017	21.9500
Median	29.00	12.3500	22.0500
Mode	28	12.35	20.15
Std. Deviation	2.776	1.35497	1.32652
Variance	7.706	1.836	1.760
Range	10	4.45	4.65
Minimum	25	10.05	19.85
Maksimum	35	14.50	24.50
Sum	884	372.05	658.50

Adapun kesimpulan pada tabel 1 diatas untuk lebih jelasnya diuraikan sebagai berikut:

1. Variabel Kekuatan Otot Tungkai (X_1)

Untuk kekuatan otot tungkai pada mahasiswa FIKK UNM, dari 30 jumlah sampel di peroleh total nilai 884 poin dan nilai mean yang diperoleh 29.47 poin, dan median diperoleh 29.00 poin, dengan hasil standar deviasi 2.776 poin, nilai variansi 7.706 poin dan range 10 poin, dan nilai minimum 25 poin dan nilai maksimum 35 poin

2. Variabel Kelincahan (X_2)

Untuk kelincahan pada mahasiswa FIKK UNM, dari 30 jumlah sampel di peroleh total nilai 372.05 detik dan nilai mean yang diperoleh 12.4017 detik, dan median diperoleh 12.3500 detik, dengan hasil standar deviasi 1.35497 detik, nilai variansi 1.836 detik dan range 4.45 detik, dan nilai minimum 10.05 detik dan nilai maksimum 14.50 detik.

3. Variabel Kemampuan Menggiring Bola (Y)

Untuk kemampuan menggiring bola pada mahasiswa FIKK UNM, dari 30 jumlah sampel di peroleh total nilai 658.50 detik dan nilai mean yang diperoleh 21.9500 detik, dan median diperoleh 22.0500 detik, dengan hasil standar deviasi 1.32652 detik, nilai variansi 1.760 detik dan range 4.65 detik, dan nilai minimum 19.85 detik dan nilai maksimum 24.50 detik.

A. Uji Normalitas Data

rangkuman hasil pengujian normalitas data pada tiap-tiap variabel penelitian, dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Dalam pengujian normalitas data kekuatan otot tungkai diperoleh nilai KS-Z = 0.861 Dan P = 0.449 lebih besar dari pada nilai $\alpha = 0.05$ dengan demikian data kekuatan otot tungkai yang diperoleh berdistribusi normal.
2. Dalam pengujian normalitas data kelincahan diperoleh nilai KS-Z = 0.647 Dan P = 0.797 lebih besar dari pada nilai $\alpha = 0.05$ dengan demikian data kelincahan yang diperoleh berdistribusi normal.
3. Dalam pengujian normalitas data kemampuan menggiring dalam permainan sepak bola diperoleh nilai KS-Z = 0.646 Dan P = 0.798 lebih besar dari pada nilai $\alpha = 0.05$ dengan demikian data kemampuan menggiring bola yang diperoleh berdistribusi normal.

B. Pengujian Hipotesis

a. Hubungan Kekuatan otot tungkai Terhadap Kemampuan Menggiring bola Pada Permainan Futsal FIKK UNM.

Table 2. Hipotesis yang pertama yaitu, hubungan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan Futsal.

Korelasi	N	R	P _{value}	Keterangan
X ₁ . Y	30	-0,81	0,000	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis korelasi data kekuatan otot tungkai (X_1) terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan futsal, maka di peroleh nilai korelasi (r) = -0,816 dengan tingkat probabilitas (p) = 0,000 lebih kecil dari α = 0,05 maka H_0 ditolak dan H_1 diterima (koefisien korelasi signifikan), atau kekuatan otot tungkai memiliki hubungan yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan futsal. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan futsal mahasiswa FIKK UNM.

b. Hubungan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring bola Pada Permainan Futsal FIKK UNM.

Tabel 3. hipotesis kedua yaitu, kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan Futsal

Korelasi	N	R	P_{value}	Keterangan
X ₂ . Y	30	0,747	0,000	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis korelasi data kelincahan (X_2) terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan futsal, maka diperoleh nilai korelasi (r) = 0.747 dengan tingkat probabilitas (p) = 0,001 lebih kecil dari α = 0,05 maka H_0 ditolak dan H_1 diterima (koefisien korelasi signifikan), atau kelincahan memiliki hubungan yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan futsal. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan futsal mahasiswa FIKK UNM.

c. Hubungan kekuatan otot tungkai dan kelincahan Terhadap kemampuan Menggiring bola Pada Permainan Futsal FIKK UNM

Tabel 4. Hipotesis ke tiga yaitu, hubungan kekuatan otot tungkai, kelincahan dan kemampuan menggiring bola pada permainan Futsal FIKK UNM.

Korelasi	N	R	R²	P_{value}	Keterangan
X ₁ . X ₂ , Y	30	0,897	0,805	0,000	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis korelasi data kekuatan otot tungkai dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan futsal, maka diperoleh nilai korelasi (R^2) = 0,805 dengan tingkat probabilitas (p) = 0,000 lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ maka H_0 ditolak H_1 diterima (koefisien korelasi signifikan), atau kekuatan otot tungkai dan kelincahan sangat berpengaruh secara signifikan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan futsal. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan kekuatan otot tungkai dan kelincahan secara bersama-sama terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan futsal mahasiswa FIKK UNM.

Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar $0,805 \times 100\% = 80,5\%$ Berdasarkan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa ada hubungan kekuatan otot tungkai dan kelincahan secara bersama-sama terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan futsal mahasiswa FIKK UNM sebesar 80,5% dan sisanya 19,5% dipengaruhi oleh beberapa faktor lainnya.

SIMPULAN

1. Ada hubungan yang signifikan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan futsal FIKK UNM.
2. Ada hubungan yang signifikan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan futsal FIKK UNM.
3. Ada hubungan yang signifikan kekuatan otot tungkai dan kelincahan secara bersama-sama terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan futsal FIKK UNM.

DAFTAR PUSTAKA

- Arham, Sarifuddin. 2021. *Dasar-Dasar Ilmu Futsal*. Makassar: CV. Subaltem Inti Media
- Badaru, Benny. 2017. *Latihan Taktik BEYB Bermain Futsal Modern*. Bekasi Timur: Cakrawala Cendekia
- Budiwanto, Setyo. 2012. *Metodologi Latihan Olahraga*. Malang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang
- Daryanto, Zusyah Porja dkk. 2021. *Alat Pelontar Bola Futsal ZPD Untuk Keterampilan Teknik Permainan Futsal*. Malang: Ahlimedia Press
- Fenanlampir, Albertus dan Muhammad Muhyi Faruq. 2015. *Tes dan Pengukuran dalam Olahraga*. Yogyakarta: CV ANDI OFFSET
- Giriwijiyo, Santoso dan Dikdik Zafar Sidik. 2012. *Ilmu Kesehatan Olahraga*. Bandung: PT REMAJA ROSDAKARYA

- Halim, Nur Ichsan. 2011. *Tes dan Pengukuran Kesegaran Jasmani*. Makassar: Badan Penerbit Universitas Negeri Makassar
- Hikmawati, Fenti. 2020. *Metodologi Penelitian*. Depok: PT RajaGrafindo Parsada
- Ismaryati. 2018. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jawa Tengah: UNS (UNS Press)
- Maulana Ahmad Aulia. 2019. Jurnal. Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai, Panjang Tungkai dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Menendang Bola Pada Permainan SepakBola Murid SD Negeri Sungguminasa 1V Kabupaten Gowa. Sulawesi Selatan. Universitas Negeri Makassar.
- Ngatman dan Fitria Dwi Andriyani. 2017. *Tes dan Pengukuran untuk Evaluasi dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Yogyakarta: Fadilatama
- Purnomo, Adi dan Fajar Awang Irawan. (2021). Analisis kecepatan dan kelincihan dalam menggiring bola pada tim futsal. *Ejournal Ressi*. 1 (1), 2021, 1-7
- Saiful dan Wolter Mongsidi. 2021. *Fisiologi Olahraga*. Kendari: UD. Al-Hasanah
- Suci, Ririn Oviyani. (2015) Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai Kelincihan Sutanto, Teguh. 2016. *Buku Pintar Olahraga*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Winarno. Hubungan antara kecepatan, kelincihan dan koordinasi dengan keterampilan dribbling siswa akademi Arema U-14
- Widiastuti. 2015. *Tes Dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta. PT. Rajagrafindo Persada