



Hubungan Power Otot Tungkai dengan Kemampuan *Shooting* Sepak Bola Pemain Modang FC Desa Polak Pisang Kecamatan Kelayang Kabupaten Indragiri Hulu

Erwin Safitra¹, Ardiah Juita², Siti Maesaroh³

Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga FKIP, Universitas Riau¹²³,
erwin.safitra3107@student.unri.ac.id¹, ardiah.juita@lecturer.unri.ac.id²,
siti.maesaroh@lecturer.unri.ac.id³

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan power otot tungkai dengan kemampuan *shooting* sepak bola pemain Modang FC Desa Polak Pisang Kecamatan Kelayang Kabupaten Indragiri Hulu. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian korelasi dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini menggunakan 2 variabel yaitu variable $x = \text{power}$ otot tungkai dan variable $Y = \text{shooting}$ sepak bola. Penelitian ini dilakukan pada tim Modang FC di Lapangan Sepak Bola Polak Pisang Kecamatan Kelayang Kabupaten Indragiri Hulu dengan mengambil 20 sampel. Instrumen penelitian yang digunakan ialah tes power otot tungkai, dan tes shooting ke gawang. Penelitian ini menggunakan 3 teknik pengumpulan data yaitu, observasi, kepustakaan, serta tes dan pengukuran. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi sederhana. Berdasarkan hasil perhitungan korelasi didapatkan nilai r_{hitung} sebesar 0,253. Dari tabel nilai r didapat nilai r_{tabel} pada $df = 18$ dengan taraf signifikan (α) $0.05 = 0.444$. Artinya nilai $r_{\text{hitung}} 0,253 < r_{\text{tabel}} (0.444)$. Nilai tersebut berada pada rentang 0, 20-0, 399 dengan kategori rendah. Dengan demikian dapat disimpulkan, jika $r_{\text{hitung}} < r_{\text{tabel}}$, artinya hipotesis ditolak dan tidak terdapat kontribusi yang signifikan *power* otot tungkai terhadap kemampuan *shooting* sepak bola pemain Modang FC Desa Polak Pisang Kecamatan Kelayang Kabupaten Indragiri Hulu.

Kata Kunci: Sepak Bola, Power Otot Tungkai, Shooting

Abstract

This study aims to determine the relationship between leg muscle power and the shooting ability of Modang FC football players in Polak Pisang Village, Kelayang District, Indragiri Hulu Regency. This research employs a correlational design with a quantitative approach. There are two variables in this study: variable X (leg muscle power) and variable Y (football shooting ability). The research was conducted with the Modang FC team at the Polak Pisang Football Field, involving a sample of 20 players. The instruments used in this study were the leg muscle power test and the goal shooting test. Data collection techniques included observation, literature study, and testing and measurement. The data analysis technique used was simple correlation analysis. Based on the results of the correlation calculation, the r -value obtained was 0.253. From the r -table, the critical value at $df = 18$ and a significance level of $\alpha = 0.05$ is 0.444. Since the calculated r -value (0.253) is less than the critical r -value (0.444), the result falls within the 0.20–0.399 range, which indicates a low correlation category. Therefore, it can be concluded that since $r_{\text{count}} < r_{\text{table}}$, the hypothesis is rejected, and there is no significant contribution of leg muscle power to the football shooting ability of Modang FC players in Polak Pisang Village, Kelayang District, Indragiri Hulu Regency.

Keywords: Football, Leg Muscle Power, Shooting

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan segala kegiatan yang melibatkan pikiran, raga, dan jiwa secara terintegrasi dan sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, sosial, dan budaya (Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2022 tentang Keolahragaan). Terdapat 3 (tiga) ruang lingkup dalam keolahragaan nasional yaitu: 1) olahraga pendidikan, 2) olahraga masyarakat, dan 3) olahraga prestasi, dimana ketiganya merupakan satu kesatuan yang utuh dan saling terkait satu sama lainnya sehingga sangat tidak mungkin hanya fokus kepada salah satu misalnya olahraga prestasi saja demi mengangkat harkat dan martabat bangsa dan melupakan olahraga pendidikan dan olahraga rekreasi (Amali, 2022:64). Berdasarkan undang-undang tersebut telah jelas bahwa olahraga merupakan kegiatan yang berperan penting dalam kehidupan manusia. Berolahraga merupakan salah satu kegiatan yang sangat diperlukan dan menjadi kebutuhan dalam kehidupan manusia.

Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) adalah lembaga otoritas keolahragaan Indonesia. Organisasi ini termasuk salah satu organisasi nirbala, Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) muncul karna terbitnya Undang Undang Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional dan peraturan pemerintah Nomor 16 Tahun 2007 tentang penyelenggaraan Keolahragaan. Misi Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) dalam memajukan olahraga Indonesia adalah meningkatkan prestasi olahraga Indonesia, melalui pembinaan organisasi dan peningkatan sumber daya olahraga yang efektif, penggunaan *sport science & teknologi*, serta membangun karakter guna menciptakan atlet yang berprestasi di tingkat daerah, nasional dan internasional. Selain itu seiring dengan perkembangan olahraga, olahraga juga di gunakan sebagai sarana untuk mengangkat harkat dan martabat. Hal tersebut dapat dicapai melalui prestasi yang membanggakan di bidang olahraga (Hasrianil, 2023:65).

Olahraga tradisional merupakan permainan asli rakyat sebagai aset budaya bangsa Indonesia yang memiliki unsur olah fisik tradisional dan perlu dilestarikan, karena selain sebagai olahraga hiburan, kesenangan, kemanfaatan, dan kebutuhan interaksi sosial, olahraga ini juga mempunyai potensi untuk meningkatkan kualitas jasmani (Juwanda & Hermanzoni, 2020 :38). Sedangkan olahraga pendidikan adalah pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan, dan

kebugaran jasmani (Lengkana & Sofa, 2017 :8). Pada zaman modern sekarang ini kegiatan olahraga yang sangat digemari banyak orang adalah sepak bola.

Olahraga Sepak bola merupakan salah satu olahraga prestasi. Sepak bola berasal dari dua kata yaitu “sepak” dan “Bola”. Sepak atau menyepak dapat diartikan (menendang menggunakan kaki) sedangkan bola adalah alat permainan yang berbentuk bulat berbahan karet, kulit atau sejenisnya. Di dalam permainan sepak bola, sepak bola disepak/ditendang oleh para pemain. Jadi secara singkat pengertian sepak bola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan cara menendang bola yang dilakukan oleh pemain, dengan sasaran gawang dan bertujuan memasukan bola ke gawang lawan (Aji, 2016: 1). Menurut Luxbacher dalam (Iskandar & Pradana, 2017 :185) alasan dari daya tarik sepak bola terletak pada kealiaman permainan tersebut. Sepak bola adalah permainan yang menantang secara fisik dan mental, harus melakukan gerakan yang terampil dibawah kondisi permainan yang waktunya terbatas, fisik dan mental yang lelah dan sambil menghadapi lawan.

Latihan kondisi fisik dalam pelaksanaannya lebih difokuskan kepada proses pembinaan kondisi fisik atlet secara keseluruhan, dan merupakan salah satu faktor utama dan terpenting yang harus dipertimbangkan sebagai unsur yang diperlukan dalam proses latihan guna mencapai prestasi yang tertinggi. Tujuan utamanya adalah untuk meningkatkan potensi fungsional atlet dan mengembangkan kemampuan biomotor ke derajat yang paling tinggi (Ridwan, 2020: 66). Melalui latihan kondisi fisik kebugaran jasmani atlet dapat dipertahankan atau ditingkatkan, baik yang berhubungan dengan keterampilan maupun dengan kesehatan secara umum.

Meraih prestasi sepak bola yang baik, di samping usaha pembinaan dan pelatihan yang teratur, terarah dan kontiniu hendaknya pembinaan tersebut di arahkan kepada pembinaan kondisi fisik sebagai faktor yang paling dominan terhadap keberhasilan dalam meraih prestasi. Menurut (Syafuruddin, 2014: 16), komponen kondisi fisik terdiri dari kekuatan (*strength*), daya tahan (*endurance*), kecepatan (*speed*), kelentukan/kelenturan (*flexibility*), daya ledak (*explosive power*), kelincahan (*agility*), koordinasi (*coordination*), keseimbangan (*balance*), ketepatan (*accuracy*), dan reaksi (*reaction*). Melalui latihan kondisi fisik kebugaran jasmani atlet dapat dipertahankan atau ditingkatkan, baik yang berhubungan dengan keterampilan maupun dengan kesehatan

secara umum. Dimana kebugaran jasmani ini sebagai penentu ukuran kemampuan fisik seseorang (atlet) (Ridwan, 2020: 66).

Sepak bola merupakan cabang olahraga permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu, setiap regu terdiri dari sebelas pemain, satu penjaga gawang dan sepuluh pemain. Hampir seluruh permainan sepakbola dimainkan dengan menggunakan kaki kecuali penjaga gawang, dalam memainkan bola bebas menggunakan seluruh anggota badannya kecuali tangan (Anam, 2019: 15). Sepak bola merupakan suatu permainan yang bertujuan memasukan bola ke gawang lawan yang biasa disebut dengan mencepat gol ataupun *shooting*. *Shooting* merupakan teknik dasar sepak bola yang harus dikuasai pemain terutama pemain depan, karena peluang paling besar untuk menciptakan gol adalah menembak bola dengan kekuatan kaki ke gawang lawan dengan akurat. Teknik *shooting* yang paling baik dilakukan dengan punggung kaki. Kunci kekuatan *shooting* ada pada kekuatan tungkai dan sudut pengambilan tendangan yang optimal (Deplika, 2021:52).

Pada saat sekarang, kebanyakan pemain tidak menguasai teknik dan kemampuan dalam *shooting*. Banyak kesalahan yang selalu dilakukan oleh seorang pemain saat menembak bola ke gawang. Salah satu tim yang penulis temukan yaitu tim Modang FC. Di Desa Polak Pisang terdapat sebuah klub sepak bola yang bernama Modang FC, yang berdiri pada tahun 2014 tepatnya pada tanggal 16 februari 2014. Modang FC didirikan oleh Syarial yang pada saat itu merupakan ketua pemuda di Desa tersebut, dan pelatihnya pada saat sekarang ialah bernama Al Abror. Tim atau klub sepak bola ini beranggotakan para pemuda di desa tersebut. Pemain klub modang FC ini berjumlah 20 orang. Klub ini sampai sekarang masih aktif berlatih dan mengikuti pertandingan. Pertandingan yang sudah diikuti oleh klub ini adalah pertandingan sepak bola antar desa, kecamatan dan kabupaten. Adapaun prestasi yang pernah diraih oleh tim ini yaitu pada tahun 2014 tim ini pernah mengikuti turnamen SPTI cup 1 Binio dan mendapatkan juara 2. Selanjutnya pada tahun 2017 juara 1 turnamen karang taruna cup 1 desa Polak Pisang dan juara 2 pada turnamen cup 1 Desa Kota medan. Pada tahun 2021 mendapatkan juara 2 di turnamen kelayang cup.

Pada kegiatan observasi, penulis menemukan bahwa pada klub ini ada beberapa permasalahan yaitu: tendangan bola yang dilakukan oleh seorang pemain sering tidak akurat atau tidak tepat sasaran. Terdapat beberapa pemain yang tidak menguasai teknik

dasar sepak bola, tendangan yang dilakukan oleh pemain kurang keras sehingga mudah ditangkap oleh lawan dan penjaga gawang hal ini berkaitan dengan kekuatan dan daya ledak otot tungkai yang belum terlatih maksimal. Dan juga penulis melihat bahwa pemain ketika menendang bola sambil berlari, banyak pemain yang terjatuh karena kehilangan keseimbangan. Ini sesuai dengan hasil penilaian yang dilakukan pada saat di lapangan, dari 20 orang pemain terdapat 14 pemain yang mendapatkan poin dengan kategori kurang, 4 pemain dengan kategori sangat kurang, dan 2 pemain dengan kategori baik. sehingga dapat disimpulkan 40% dikatakan kurang, 20% sangat kurang, dan 10% baik.

Hal ini sejalan dengan hasil wawancara penulis dengan pelatih Modang FC. Hasil yang didapatkan dari wawancara tersebut yaitu bahwa klub Modang FC tersebut sebelumnya telah memiliki beberapa prestasi, namun pada saat ini prestasi tersebut mulai berkurang dan hilang. Pelatih Modang FC menyebutkan hal ini disebabkan karena kurangnya teknik dalam bermain sepak bola yang dimiliki oleh pemain Modang FC. Kendala dan masalah yang sering terjadi menurut pelatih ialah tendangan yang dimiliki oleh pemain selalu tidak tepat sasaran, dan kurang kerasnya tendangan pemain untuk menerobos gawang lawannya. Pelatih Modang FC pernah melatih kemampuan *shooting* dengan menggunakan tes *shooting* ke gawang untuk mengukur kemampuan menembakkan bola dengan cepat dan tepat ke arah gawang, dan hasil yang didapatkan ada beberapa pemain yang tidak tepat sasaran.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian korelasi dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian korelasi menurut Arikunto menjelaskan korelasi ganda adalah korelasi yang digunakan untuk menggambarkan dan menentukan hubungan antara 2 variabel atau lebih (Laia & Harefa, 2021: 467). Penelitian ini menggunakan 2 variabel yaitu variable $x = power$ otot tungkai dan variable $Y = shooting$ sepak bola. Penelitian ini dilakukan pada tim Modang FC di Lapangan Sepak Bola Polak Pisang Kecamatan Kelayang Kabupaten Indragiri Hulu dengan menggunakan Populasi dan Sampel. Menurut Sukardi di dalam (Saleh & Martiani, 2020) menjelaskan “Populasi adalah elemen penelitian yang hidup dan tinggal bersama-sama dan secara teoritis menjadi target hasil penelitian”. Yang dijadikan populasi dalam penelitian ini adalah pemain Modang FC Desa Polak Pisang yang berjumlah 20 orang. Sampel merupakan sebagian dari populasi yang bila diteliti hasilnya mampu mewakili populasi (Amin, 2023:20). Teknik pengambilan sampel dalam

penelitian ini adalah menggunakan *total sampling*. *Total sampling* adalah pengambilan sampel dimana seluruh populasi dijadikan sampel (Sugiyono, 2019). Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 20 sampel. Waktu penelitian dilakukan setelah ujian proposal yaitu tanggal 10 Januari – 8 Februari 2025. Instrumen penelitian yang digunakan ialah tes power otot tungkai, dan tes shooting ke gawang. Penelitian ini menggunakan 3 teknik pengumpulan data yaitu, observasi, kepustakaan, serta tes dan pengukuran. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi sederhana.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan untuk mencari kontribusi antara variabel X (*power* otot tungkai), dengan variabel Y (kemampuan shooting pada permainan sepak bola). Oleh karena itu, untuk mendapatkan data yang dibutuhkan, peneliti melakukan 2 jenis tes sesuai dengan variabel penelitian ini. Tes pertama adalah tes *power* otot tungkai tes untuk mengetahui *power* otot tungkai dengan *standing broad jump*, dan tes kedua adalah shooting pada permainan sepak bola. Peneliti melakukan tes dengan melibatkan seluruh pemain sepak bola Modang FC Desa Polak Pisang Kecamatan Kelayang Indragiri Hulu yang berjumlah 20 orang. Data hasil penelitian peneliti jabarkan sebagai berikut:

Deskripsi Data Hasil Tes *Power* Otot Tungkai Pemain Modang Fc Desa Polak Pisang Kecamatan Kelayang Kabupaten Indragiri Hulu

Dalam pengambilan data *power* otot tungkai peneliti menerapkan langkah langkah tes *standing broad jump*. Berdasarkan hasil pengolahan data dengan menggunakan rumus statistik didapatkan skor tertinggi hasil tes *power* otot tungkai sebesar 240 dan skor terendah adalah 178. Skor rata – rata adalah 201,45, nilai median adalah 200, nilai modusnya adalah 200 dan standar deviasinya adalah 16,25. Lebih rinci dapat diterangkan frekuensi atlet pada tiap interval skor. Frekuensi pemain dengan jauh lompatan antara 178 - 190 cm terdapat 6 orang atau dengan persentase 30%. Frekuensi pemain dengan jauh lompatan antara 191-203 cm terdapat 8 orang atau dengan persentase 40%. Frekuensi pemain dengan jauh lompatan antara 204-216 terdapat 2 orang atau dengan persentase 10%. Frekuensi pemain dengan jauh lompatan antara 217-224 terdapat 2 orang atau dengan persentase 10%. Frekuensi pemain dengan jauh lompatan antara 225-237 terdapat 1 orang atau dengan persentase 5%. Frekuensi pemain dengan jauh lompatan

antara 238-250 terdapat 1 orang atau dengan persentase 5%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel distribusi frekuensi berikut ini:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes *Power* Otot Tungkai

NO	INTERVAL	FREKUENSI	PRESENTASE
1.	178-190	6	30%
2.	191-203	8	40%
3.	204-216	2	10%
4.	217-224	2	10%
5.	225-237	1	5%
6.	238- 250	1	5%
		20	100%

Deskripsi Data Hasil Tes *Shooting* Pemain Modang Fc Desa Polak Pisang Kecamatan Kelayang Kabupaten Indragiri Hulu

Tes terakhir yang dilakukan adalah tes shooting pada permainan sepak bola. Tujuan tes ini adalah untuk mengukur kemampuan menembakkan bola dengan cepat dan tepat ke arah gawang. Tata cara pelaksanaan tes yaitu: 1) Testee berdiri di belakang bola yang diletakkan pada sebuah titik dengan jarak 16,5 meter di depan gawang. 2) Aba-aba dari tester. 3) pada saat kaki testee mulai menendang bola, maka stopwatch dihidupkan dan berhenti saat bola melewati mengenai sasaran. 4) Testee diberikan 3 kali kesempatan. 5) Tes dinyatakan gagal apabila bola keluar dari sasaran. 6) Menempatkan bola lebih dekat dari jarak yang ditentukan. Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan diketahui skor tertinggi adalah 15 dan skor terendah adalah 0. Rata-rata adalah 6,25. Median adalah 7. Modusnya adalah 7 dan standar deviasinya adalah 3,8645. Lebih rinci dapat dijelaskan Frekuensi atlet dengan skor shooting 0-3 terdapat 4 orang atau dengan persentase 20 %. Frekuensi atlet dengan skor shooting 4-7 terdapat 9 orang atau dengan persentase 45%. Frekuensi atlet dengan skor shooting 8-11 terdapat 5 orang atau dengan persentase 25%. Frekuensi atlet dengan skor shooooting 12-15 terdapat 2 orang atau dengan persentase 10%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel distribusi frekuensi berikut ini:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes *Shooting* Pemain Modang FC

NO	INTERVAL	FREKUENSI	PRESENTASE
1	0-3	4	20%
2	4-7	9	45%
3	8-11	5	25%
4	12-15	2	10%
		20	100%

Hipotesis yang diuji adalah antara variabel X dengan variabel Y. adapun bunyi hipotesis tersebut adalah adanya hubungan *power* otot tungkai dengan kemampuan *shooting* sepak bola pemain Modang FC Desa Polak Pisang Kecamatan Kelayang Kabupaten Indragiri Hulu, berdasarkan hasil perhitungan korelasi didapatkan nilai r_{hitung} sebesar 0,253. Dari tabel nilai r didapat nilai r_{tabel} pada $df = 18$ dengan taraf signifikan (α) $0.05 = 0.444$. Artinya nilai r_{hitung} $0,253 < r_{tabel}$ (0.444), artinya tidak terdapat kontribusi yang signifikan *power* otot tungkai terhadap kemampuan *shooting* sepak bola pemain Modang FC Desa Polak Pisang Kecamatan Kelayang Kabupaten Indragiri Hulu. Untuk melihat sebesar apa kontribusi *power* otot tungkai terhadap kemampuan shooting permainan sepak bola adalah dengan menggunakan rumus koefisien determinasi dengan rumus $r^2 \times 100\%$. Berdasarkan perhitungan tersebut dapat diketahui bahwa persentase kontribusi *power* otot tungkai terhadap ketepatan shooting permainan sepak bola sebesar 6,4 %. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 3. Uji Hipotesis

NO	Variable	N	r hitung	r table	KD
1	Power otot tungkai	20	0,253	0,444	6,4%
2	Shooting sepak bola				
Kesimpulan			Hipotesis yang diajukan ditolak		

PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

Shooting dalam permainan sepak bola adalah kemampuan seseorang untuk melakukan tendangan ke arah gawang dengan kuat dan akurat yang bertujuan untuk menciptakan gol. Shooting memiliki peranan penting sebagai serangan kepada lawan untuk memenangkan pertandingan. Sepakan yang dilakukan pemain harus keras dan tajam agar sulit ditangkap kiper lawan. Akan tetapi sepakan yang keras bukan satu satunya faktor penentu keberhasilan shooting. Hasil penelitian ini *power* otot tungkai sebagai penentu keberhasilan shooting sepak bola memberikan kontribusi yang tidak signifikan yaitu 6,4% saja. Oleh karena itu harus menjadi perhatian pemain apabila shooting tidak semata mata disepak dengan keras dan tajam saja, akan tetapi juga harus mampu memperhatikan kualitas bola, mampu menjaga keseimbangan, konsentrasi, serta memiliki taktik atau strategi yang baik. Selain itu, kemampuan fisik juga ikut berperan karena hasil tendangan yang jauh selain didapatkan dari penguasaan teknik yang baik

juga kondisi fisik yang baik pula. Seorang pemain harus memiliki koordinasi mata-kaki yang baik yang bertujuan melihat arah sasaran shooting atau kemana arah bola. Jika dilakukan dengan penguasaan dan memperhatikan hal-hal tersebut, maka shooting tidak akan sia-sia. Berdasarkan Hasil penelitian analisis data yang telah dijabarkan dengan nilai r hitung sebesar 0,253, nilai tersebut berada pada rentang 0,20-0,399 dengan kategori rendah. Hal ini artinya *power* otot tungkai sebagai penentu keberhasilan shooting sepak bola memang menandakan adanya korelasi positif tetapi tidak cukup besar memberikan kontribusi yang signifikan dan dikategorikan rendah.

Penelitian ini hampir sama hasilnya dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Supriadi, 2023:118) yang hasil penelitiannya menyatakan bahwa besarnya hubungan antara koordinasi mata kaki dan *power* otot tungkai (secara simultan) terhadap Hasil shooting bola yang dihitung dengan koefisien korelasi adalah 0,584 hal ini menunjukkan pengaruh yang sedang. Sedangkan kontribusi atau sumbangan secara simultan variabel koordinasi mata kaki dengan *power* otot tungkai adalah 34,1% sedangkan 65,9% ditentukan oleh variabel lain.

SIMPULAN

Penelitian Hubungan *power* otot tungkai dengan kemampuan *shooting* sepak bola pemain Modang Fc berdasarkan hasil perhitungan dan pembahasan, peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa *power* otot tungkai sebagai penentu keberhasilan shooting sepak bola tidak memberikan kontribusi yang signifikan yaitu 6,4%. Berdasarkan Hasil penelitian analisis data yang telah dijabarkan dengan nilai r hitung sebesar 0,253, nilai tersebut berada pada rentang 0,20-0,399 dengan kategori rendah. Hal ini artinya *power* otot tungkai sebagai penentu keberhasilan shooting sepak bola memang menandakan adanya korelasi positif tetapi tidak cukup besar memberikan kontribusi yang signifikan dan dikategorikan rendah.

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, S. (2016). *Buku Olahraga Paling Lengkap* (R. Ilmu (ed.); cetakan 1). ILMU Bumi Pamulang- Bambu Apus.
- Amali, Z. (2022). *Kebijakan Olahraga Nasional Menuju Indonesia Emas Tahun 2045*. 2(1), 63–83.

- Amin, N. F. (2023). KONSEP UMUM POPULASI DAN SAMPEL DALAM PENELITIAN. *JURNAL PILAR*, 14(1), 15–31. <https://doi.org/10.21070/2017/978-979-3401-73-7>
- Anam, K. (2019). *Permainan Ketepatan Tendangan Dalam Sepak bola Kelompok Umur 13-14 tahun* (Yuwono (ed.); 1st ed.). Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Semarang.
- Deplika, O. S. (2021). The Influence of Shooting Variation Training on the Accuracy of Football Shooting on SSB Persada Village Dusun in Kerinci Regency. *Jurnal Score*, 1(1), 50–58.
- Hasrianil. (2023). Implementasi Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional Di Kabupaten Kolaka. *Jurnal Hukum Egalitaire*, 1(1), 63–81.
- Iskandar, T., & Pradana, D. (2017). Hubungan Antar Keseimbangan dan Kelincahan Geragahan Lubuk Basiung. *Jurnal Patriot*, 38-47.
- Laia, H. tansil, & Harefa, D. (2021). Hubungan Kemampuan Pemecahan Masalah Terhadap Keterampilan Menggiring Bola pada Peserta Ekstrakurikuler Sepak Bola di SMA Negeri 1 Setu. *Motion*, 182-190.
- Juwanda, A., & Hermanzoni. (2020). Olahraga Tradisional Buru Babi di Kenagarian Matematis dengan Kemampuan Komunikasi Matematik Siswa. *Aksara: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, 7(2), 463–474.
- Lengkana, A. S., & Sofa, N. S. (2017). Kebijakan Pendidikan Jasmani dalam Pendidikan. *Jurnal Olahraga*, 1-12.
- Saleh, A., & Martiani, M. (2020). Hubungan Power Otot Tungkai Terhadap Keterampilan Shooting Futsal Di Smp Negeri 15 Kota Bengkulu. *Journal Of Dehasen Educational Review*, 1(1), 12–19.
- Ridwan, M. (2020). Kondisi Fisik Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Kota Padang. *Jurnal PerformaOlahraga*, 65-72.
- Sugiyono. (2019). *Metodelogi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Dan R&D*. ALFABETA.
- Syafruddin. (2014). *Imu Kepelatihan Olahraga (Teori dan Aplikasinya Dalam Pembinaan Olahraga)*. Padang: UNP Press
- Supriadi, A. (2023). Hubungan Koordinasi Mata-Kaki dan Power Otot Tungkai Terhadap Hasil Shooting Pada Mata Kuliah Sepak Bola Dasar. *JURNAL DUNIA PENDIDIKAN*, 3.