

PENGARUH DAYA LEDAK TUNGKAI, KESEIMBANGAN DAN PERCAYA DIRI TERHADAP KEMAMPUAN SHOOTING KE GAWANG DALAM PERMAINAN FUTSAL

THE INFLUENCE OF LEGS EXPLOSIVE POWER, BALANCE AND SELF CONFIDENCE ON SHOOTING SKILLS OF STUDENTS IN FUTSAL

**OLEH
Akmal Zuliansyah**

Nim 2005136337

Akmal.zuliansyah6337@student.unri.ac.id

Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Program Pascasarjana Universitas Riau

ABSTRAK

AKMAL ZULIANSYAH, 2022. *“Pengaruh Daya Ledak Tungkai, Keseimbangan dan Percaya Diri Terhadap Kemampuan Shooting Ke Gawang Dalam Permainan Futsal Siswa SMP N 21 Pekanbaru”* (Dibimbing oleh Suwardi dan Rahmat Kasmad).

Penelitian ini adalah jenis penelitian analisis jalur yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh Daya Ledak Tungkai, Keseimbangan dan Percaya Diri Terhadap Kemampuan Shooting Dalam Permainan Futsal. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa SMP N 21 Pekanbaru. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara *sampel jenuh* sehingga terpilih 30 siswa. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif dan inferensial melalui program SPSS 20 pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: (1) ada pengaruh langsung daya ledak tungkai terhadap percaya diri dalam permainan futsal siswa SMP N 21 Pekanbaru sebesar 0.503 atau 50.3%. (2) ada pengaruh langsung keseimbangan terhadap percaya diri dalam permainan futsal siswa SMP N 21 Pekanbaru sebesar 0.332 atau 33.2%. (3) ada pengaruh langsung daya ledak tungkai terhadap kemampuan shooting dalam permainan futsal siswa SMP N 21 Pekanbaru sebesar 0.605 atau 60.5%. (4) ada pengaruh langsung keseimbangan terhadap kemampuan shooting dalam permainan futsal siswa SMP N 21 Pekanbaru sebesar -0.356 atau 35.7%. (5) ada pengaruh langsung percaya diri terhadap kemampuan shooting dalam permainan futsal siswa SMP N 21 Pekanbaru sebesar 0.375 atau 37.5%. (6) ada pengaruh daya ledak tungkai melalui percaya diri terhadap kemampuan shooting dalam permainan futsal siswa SMP N 21 Pekanbaru sebesar 0.188 atau 18.8%. (7) ada pengaruh keseimbangan melalui

percaya diri terhadap kemampuan shooting dalam permainan futsal siswa SMP N 21 Pekanbaru sebesar 0.124 atau 12.4%.

Kata kunci; *Daya Ledak Tungkai, Keseimbangan, Percaya Diri, Kemampuan Shooting*

ABSTRACT

ANDIR AGUSTIAWAN, 2018. *“The Influence of Legs Explosive Power, Balance, and Self Confidence on Shooting Skills of Students in Futsal”* (supervised by Suwardi and Rahmat Kasmad).

The study is path analysis research, which aims at examining the influence of legs explosive power, balance, and self confidence on shooting skills in futsal, The populations of the study were all student at SMP 21 in Pekanbaru. Samples were selected by employing saturated sample and obtained 30 students. Data were analyzed by employing descriptive statistics and inferential analysis through SPSS 20 program at the significance level $\alpha = 0,05$.

The result of the study reveal that (1) there is direct influence of legs explosive power on self confidence of students in futsal at SMP 21 in Pekanbaru by 0.503 or 50.3%, (2) there is direct influence of balance on self confidence of students in futsal at SMP 21 in Pekanbaru by 0.332 or 33.2%, (3) there is a direct influence of students explosive power in shooting skills of students in futsal at SMP 21 in Pekanbaru by 0.605 or 60.5%, (4) there is direct influence of balance on shooting skills of students in futsal at SMP 21 in Pekanbaru by -0.356 or 35.7% (5) there is direct influence of self confidence on shooting skills of students in futsal at SMP 21 in Pekanbaru by 0.375 or 37.5%, (6) there is direct influence of legs explosive power through self confidence on shooting skills of students in futsal at SMP 21 in Pekanbaru by 0.188 or 18.8%, and (7) there is influence of balance through self confidence on shooting skills of students in futsal at SMP 21 in Pekanbaru by 0.124 or 12.4%

Keywords: *legs explosive power, balance, self confidence, shooting skills*

A. PENDAHULUAN

Futsal menjadi salah satu cabang olahraga permainan yang cukup populer dan banyak diminati berbagai kalangan di dunia. Hal ini terlihat dari antusiasme bermain futsal yang dilakukan oleh siapa saja, mulai dari anak-anak sampai dewasa, baik itu laki-laki maupun perempuan. Popularitas permainan futsal yang tidak terbatas ini dapat membantu mencapai berbagai tujuan pendidikan rekreasi, dan prestasi di dunia dengan sebesar-besarnya.

Bagi setiap tim futsal, apabila para pemainnya memiliki fisik yang prima, seorang pelatih akan lebih mudah dalam menerapkan taktik dan strategi yang diinginkan dalam sebuah pertandingan sehingga tim tersebut akan dapat menekan lawan dengan memanfaatkan kemampuan fisiknya. Disamping itu, harus juga ditunjang dengan teknik dasar futsal yang mumpuni seperti mengontrol bola, mendribble dan menendang bola. Dengan kondisi dan teknik yang demikian itu, diharapkan para pemain dapat bermain sepanjang permainan dalam keadaan energik, sehingga kemenangan dapat tercapai.

Futsal diciptakan di Montevideo, Uruguay pada tahun 1930, oleh Juan Carlos Ceriani. Keunikan futsal mendapat perhatian di seluruh Amerika Selatan, terutamanya di Brasil. Keterampilan yang dikembangkan dalam permainan ini dapat dilihat dalam gaya terkenal dunia yang diperlihatkan pemain-pemain Brasil diluar ruangan, pada lapangan berukuran biasa. Pele, bintang terkenal Brasil, contohnya, mengembangkan bakatnya di futsal. Sementara Brasil terus menjadi pusat futsal dunia, permainan ini sekarang dimainkan di bawah perlindungan Fédération Internationale de Football

Association di seluruh dunia, dari Eropa hingga Amerika Tengah dan Amerika Utara serta Afrika, Asia, dan Oseania.

Berbicara tentang perkembangan futsal di Indonesia, tak bisa lepas dari nama seorang Justinus Lhaksana, dialah yang membawa futsal ke Indonesia. Pria kelahiran 28 Juli 1967 ini pernah menjabat sebagai pelatih timnas futsal Indonesia pada tahun 2004-2007. Dia pernah tinggal di Belanda selama 15 tahun dan memegang sertifikat kepelatihan futsal dari KNVB (Asosiasi Sepakbola Belanda) serta melatih klub divisi utama negeri kincir angin ini. Di masa kepemimpinan Justin, timnas Indonesia pernah meraih prestasi internasional dengan memperoleh medali perunggu pada SEA GAMES Thailand tahun 2007. Pada waktu itu Indonesia berhasil mengalahkan Laos dengan skor telak 11-1.

Di Indonesia futsal merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari PSSI (*Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia*). Futsal berada di bawah naungan BFN (*Badan Futsal Nasional*), suatu badan yang sudah membangun serta mengembangkan futsal di Indonesia hingga saat ini badan ini menyelenggarakan gelaran Liga Pro Futsal setiap tahunnya, salah satunya adalah ajang Liga Pro IFL (*Indonesia Futsal League*). Liga Pro ini pertama kali digelar pada tahun 2006 dan hingga saat ini Liga Pro IFL.

Jika kamu ingin menjadi pemain futsal yang profesional, maka harus memperhatikan trik dan teknik dasar dalam melakukan permainan futsal. Dalam melakukan teknik futsal harus didapatkan dengan latihan yang keras dan dilakukan secara rutin. Hal ini karena

olahraga futsal membutuhkan skill yang tinggi dan pengalaman yang banyak.

Shooting atau menembak adalah salah satu teknik yang harus dikuasai oleh pemain futsal karena tujuan utama permainan futsal adalah memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya. Tanpa memiliki keterampilan shooting yang baik tujuan utama dari permainan futsal tidak dapat dicapai secara maksimal, untuk memiliki keterampilan shooting yang baik.

Daya ledak tungkai diperlukan untuk menunjang kaki agar memiliki kemampuan dalam menendang bola dengan keras. Derasnya arus bola yang ditendang oleh pemain, akan lebih menyulitkan penjaga gawang lawan untuk menghalau bola tersebut dengan begitu peluang terjadinya gol akan lebih besar.

Seorang pemain futsal apabila memiliki keseimbangan yang baik, maka pemain itu akan dapat mempertahankan tubuhnya pada waktu menguasai bola. Apabila keseimbangannya baik maka pemain tersebut tidak akan mudah jatuh dalam perebutan bola maupun dalam melakukan body contact terhadap pemain lawan.

Unsur tidak kalah pentingnya dalam menunjang kemampuan shooting adalah psikis yaitu percaya diri, kurangnya percaya diri akan mempengaruhi keyakinan dan daya juang atlet untuk menghasilkan shooting yang cepat dan tepat maka percaya diri memegang peranan penting sebagai kemampuan yang dapat menentukan baiknya tendangan shooting.

Unsur fisik dan psikis daya ledak tungkai, keseimbangan dan percaya diri adalah salah satu komponen yang sangat penting yang harus dimiliki oleh setiap pemain futsal, karena sangat mendukung

upaya tercapainya suatu prestasi. Olehnya itu saya tertarik meneliti di SMP N 21 Pekanbaru, berdasarkan pengamatan yang terlihat di cabang olahraga futsal, masih banyak siswa yang belum sepenuhnya menguasai teknik bermain futsal secara sempurna, salah satunya teknik shooting yang keras dan tepat sasaran secara sempurna, maka dari itu kondisi fisik dan psikis yang harus menjadi focus dalam penelitian ini adalah daya ledak tungkai, keseimbangan dan percaya diri.

Hal-hal yang dikemukakan di atas merupakan dasar pemikiran penulis yang dikembangkan berdasarkan berbagai faktor yang dapat menunjang kemampuan shooting (menembak) dalam permainan futsal. Atas dasar pemikiran inilah yang melatar belakangi penulis untuk melakukan penelitian guna dapat mengetahui secara pasti tentang bagaimana pengaruh daya ledak tungkai, keseimbangan dan percaya diri terhadap kemampuan shooting ke gawang permainan futsal pada siswa SMP N 21 Pekanbaru.

B. Kajian Pustaka

1. Kemampuan Shooting

Teknik menendang bola disebut juga dengan *shooting*. Dalam permainan futsal, menurut Mulyono (2014: 54) bahwa "*shooting* dilakukan dengan keras dan sekuat tenaga". Sedangkan menurut Justinus Lhaksana (Junaidi Budi Prihanto, 2013 : 22) *shooting* merupakan teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain. Teknik ini merupakan salah satu cara untuk menciptakan gol, hal ini disebabkan seluruh pemain memiliki kesempatan untuk menciptakan gol ke gawang lawan dan memenangkan pertandingan atau permainan. Tujuan

menendang bola adalah untuk mengumpan, *shooting* ke gawang, dan untuk menyapu menggagalkan serangan lawan (Sucipto, 2000: 17). Menendang bola dengan punggung kaki digunakan pada saat menendang bola ke gawang (Indra Gunawan, 2009:32).

Lebih lanjut Sukirno (2010:7) mengemukakan Menendang bola diartikan sebagai bentuk aktifitas pemain dalam usaha memindahkan bola dari pemain satu ke pemain lainnya (dari kaki ke kaki), atau memindahkan bola dari bagian lapangan ke lapangan lain, atau juga usahamenendang bola ke arah gawang lawan.

Teknik permainan futsal adalah suatu gerakan teknik yang dilakukan untuk memainkan bola disertai gerak tubuh. Menurut Mulyono (2014: 48) mengemukakan bahwa “seorang pemain futsal dituntut memiliki intelegensi yang tinggi yang mampu memutuskan dengan cepat setiap keputusan selama permainan berlangsung”. Permainan futsal memiliki prinsip yang harus dimiliki seorang pemain futsal yang menjadi pedoman utama adalah sebagai berikut:

1) Kecepatan

Kecepatan dalam permainan futsal menjadi unsur penting karena memiliki factor lapangan yang berukuran kecil sehingga seorang pemain harus segera mencari ruang kosong bergerak dalam rangka menciptakan peluang.

2) Bergerak Cepat

Seorang pemain futsal harus mampu terus bergerak ke segala arah, baik saat menguasai bola atau saat mencari ruang kosong untuk menjalankan instruksi pelatih.

3) Taktik

Dalam permainan futsal, taktik menjadi sangat penting karena menjadi

dasar dari strategi yang akan digunakan oleh seorang pelatih dan memerlukan rotasi pemain yang tepat.

4) Formasi

Formasi dalam permainan futsal menjadi gambaran apakah tim bermain secara menyerang atau bertahan.

5) Pertahanan

Lapangan permainan futsal yang kecil dan intensitas permainan keras dan cepat, membuat sebuah tim yang bermain harus memiliki pertahanan yang kuat agar mendapat hasil yang memuaskan.

Menurut Tola (2007) mengemukakan bahwa bagian badan yang memegang peranan penting waktu melakukan tendangan bola adalah : “kaki tumpu, kaki tendang, gerakan badan dan mata”.

Untuk pergerakan pelaksanaan teknik *shooting* ke gawang, sebagai berikut:

- a. Awalan, lari ke bola pada sudut yang tipis.
- b. Kaki tumpu, diletakkan pada samping bola, agar gerakan akhir dari kaki tendang lebih sempurna dan memungkinkan untuk menggerakkan bola lebih jauh.
- c. Kaki tendang, diayun jauh ke belakang lalu disentakkan ke depan dengan kuat.
- d. Perkenaan kaki pada bola, sepertiga bagian bawah bola dengan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam.
- e. Gerakan badan, pada saat menendang bola tubuh dimiringkan ke belakang untuk memberi dukungan pada tungkai.
- f. Gerakan tangan, rentangkan tangan ke samping untuk menjaga keseimbangan.
- g. Mata (arah penglihatan), fokuskan penglihatan pada bola dan

memperhatikan arah bola yang diinginkan.

- h. Gerakan ikutan, ada gerakan ikutan dari kaki yang menendang bola sehingga gerakan akhirnya lebih sempurna dengan hasil tendangan lebih terarah.

2. Daya Ledak Tungkai

Daya ledak sering pula disebut kekuatan eksplosif, ditandai adanya gerakan atau perubahan tiba-tiba yang cepat dimana tubuh terdorong ke atas (vertikal) atau ke depan (horizontal) dengan mengrahkan kekuatan otot maksimal. Dalam daya ledak ini termasuk pula gerakan tiba-tiba dan cepat darilengan ketika memukul atau menyemes bola serta tungkai tatkala menyepak.

Menurut Ichsan (2011 : 16) daya ledak (power) adalah "kemampuan seseorang untuk mempergunakan kekuatan maksimum yang dikerahkan dalam waktu yang sesingkat-singkatnya", Seperti halnya dengan kata Sukadiyanto (2005 : 117) dalam Mylsidayu & Kurniawan (2015 : 136) power adalah hasil kali antara kekuatan dan kecepatan. Pada semua aksi akan ada reaksi yang sama.

Daya ledak tungkai lebih diperlukan oleh semua cabang olahraga, oleh karena di dalam power terdapat kekuatan dan kecepatan. Seperti dikatakan oleh Harsono (1988: 176) adalah; "power adalah hasil dari kekuatan dan kecepatan". Sedangkan menurut Harsono (1988) power adalah "kemampuan otot untuk mengerahkan kekuatan maksimal dalam waktu yang amat singkat".

Lebih lanjut Menurut Harre (1982) dalam Harsono yang menyatakan bahwa "kemampuan olahragawan untuk mengatasi tahanan dengan suatu

kecepatan kontraksi yang tinggi". Kontraksi otot yang tinggi diartikan sebagai kemampuan otot yang kuat dan cepat berkontraksi. Sedangkan Bucher (1964) dalam Harsono (1988: 199) mengemukakan bahwa daya ledak adalah "kemampuan seseorang untuk menampilkan kerja maksimal per unit waktu". Seperti yang dikatakan Rahantoknam (1988 : 123) bahwa: "kontraksi dalam jangka waktu yang lama dan dengan intensitas rendah (karakteristik kegiatan otot pada lari cepat) terjadi dalam ketidak adaan oksigen, yang dinamakan kontraksi daya ledak anaerobik".

Berdasarkan penjelasan tersebut diatas, nampak bahwa peranan daya ledak otot tungkai merupakan hal yang sangat penting dan perlu mendapat perhatian untuk dikembangkan, karena daya ledak tungkai merupakan penunjang dalam melakukan rangkaian gerakan-gerakan pada pola gerak, termasuk dalam kemampuan *shooting* ke gawang dalam permainan futsal.

3. Keseimbangan

Keseimbangan merupakan kemampuan seseorang mempertahankan sistem tubuh baik dalam posisi statis maupun dalam posisi gerak dinamis yang mana keseimbangan juga merupakan hal yang sangat penting di dalam melakukan suatu gerakan karena dengan keseimbangan yang baik, maka seseorang mampu mengkoordinasikan gerakan-gerakan dan dalam beberapa ketangkasan unsur kelincahan, seperti yang dikemukakan oleh Harsono (1988: 224) bahwa "Keseimbangan berhubungan dengan koordinasi dari, dan dalam beberapa keterampilan juga dengan agilitas". Dengan demikian untuk menjaga

keseimbangan dalam melakukan kegiatan jasmani, maka gerakan-gerakan yang dilakukan perlu dikoordinasikan dengan baik sebagai usaha untuk mengontrol semua gerakan.

Lebih lanjut Harsono (1988:223) mengemukakan bahwa keseimbangan atau balance adalah “Kemampuan untuk mempertahankan system neuromuscular kita dalam kondisi statis, atau mengontrol system neuromuscular tersebut dalam suatu posisi atau sikap yang efisien selagi kita bergerak”. Adapun keseimbangan terbagi atas dua jenis, menurut Syarif Hidayat (2014: 60) dalam Rahantoknam (1988) yaitu:

1. Keseimbangan statis adalah mempertahankan sikap pada posisi diam di tempat. Ruang geraknya biasanya sangat kecil, seperti berdiri di atas alas sempit.
2. Keseimbangan dinamis adalah kemampuan seseorang untuk mempertahankan posisi tubuhnya pada waktu bergerak, seperti sepatu roda, ski air, dan olahraga lainnya.

Menurut Barrow dan McGee (1979) dalam Harsono (1988: 223) mendefinisikan keseimbangan sebagai berikut:

Keseimbangan atau balance diartikan sebagai kemampuan untuk mempertahankan sistem neuromuscular tubuh dalam kondisi statis, atau mengontrol sistem neuromuscular dalam suatu posisi atau sikap yang efisien sementara bergerak.

Keseimbangan tubuh tergantung pada 3 faktor (Hay, 1983; Bailey, 1992) dalam Ichsan yaitu:

1. Bidang tumpuan. Bidang tumpuan adalah dasar tempat bertumpu atau berpijak tubuh, baik di lantai, tanah, kursi, meja, tali atau tempat lainnya.

2. Letak titik berat tubuh. Titik berat tubuh manusia kira-kira terletak setinggi sepertiga bagian atas tulang *sacrum*, kalau tubuh dalam posisi berdiri tegak (berdiri anatomis).
3. Letakn garis letak tubuh. Garis berat tubuh adalah garis vertical yang melalui titik pusat bidang tumpuan.

Menurut Oxendine (1988) dalam Harsono (1988 : 223) balance adalah “Ease in maintaining and controlling body position”.

Pada permainan futsal terlebih khusus pada shooting ke gawang banyak menggunakan keseimbangan dinamis (*dynamic balance*) adalah keseimbangan yang mengacu kepada posisi badan bergerak, terutama pada saat menendang bola ketika salah satu kaki sebagai tumpuan.

4. Percaya Diri

Percaya diri merupakan salah satu faktor kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan sesuatu tindakan yang terbaik.

Menurut Husdarta (2010:92), mengemukakan bahwa salah satu modal utama dan syarat mutlak untuk mencapai prestasi olahraga yang gemilang adalah memiliki percaya diri (*self confidence* atau *confidence in one self*).

Menurut Hornby dalam Husdarta, (2010:92), berpendapat bahwa secara sederhana percaya diri berarti rasa percaya diri terhadap kemampuan atau kesanggupan diri untuk mencapai prestasi tertentu. Sedangkan menurut Mylsidayu (2015:103) adalah rasa percaya sendiri bahwa mampu mencapai prestasi tertentu dan apabila prestasinya sudah tinggi maka individu tersebut akan lebih *self-confidence*.

Menurut komaruddin (2015:66) mengemukakan bahwa percaya diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang merupakan modal dasar dan terbentuk melalui proses latihan dan interaksi dengan lingkungan sosial. Selanjutnya, Singer dalam Komaruddin (2015:67) menjelaskan bahwa atlet yang memiliki percaya diri berarti merasa yakin dan kompeten untuk melakukan apa yang harus dilakukan.

Menurut Lauster (Sanjaya, 2013), aspek-aspek dari percaya diri meliputi:

- a. Keyakinan akan kemampuan diri yaitu sikap positif seseorang tentang dirinya bahwa mengerti sungguh akan apa yang dilakukannya.
- b. Optimis yaitu sikap positif seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan dan kemampuan.
- c. Obyektif yaitu orang yang percaya diri memandang permasalahan atau segala sesuatu sesuai dengan kebenaran semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.
- d. Bertanggung jawab yaitu kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
- e. Rasional dan realistis yaitu analisa terhadap sesuatu masalah, suatu hal, sesuai kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Berdasarkan uraian diatas disimpulkan bahwa aspek-aspek kepercayaan diri terdiri atas keyakinan akan kemampuan diri, optimis, obyektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis.

C. METODOLOGI

Jenis penelitian yang dilaksanakan adalah jenis penelitian deskriptif, dengan teknik analisis jalur untuk analisis datanya. “Penelitian deskriptif bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh variabel bebas dan variabel terikat” (Abustam, Rahman & Djaali:2006).

Adapun variabel yang ingin diteliti adalah: a) Variabel bebas (*variabel independent*) yaitu daya ledak tungkai dan keseimbangan, b) Variabel perantara (*moderating*) yaitu percaya diri, c) Variabel terikat (*variabel dependent*) yaitu kemampuan shooting ke gawang. Desain penelitian atau rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis jalur (*path analisis*). Untuk menghindari penafsiran yang meluas tentang variabel – variabel yang terlihat dalam penelitian ini, maka variable-variabel tersebut perlu didefinisikan sebagai berikut:

1. Daya ledak tungkai yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan tungkai seseorang untuk menggunakan kekuatan maksimal dalam waktu yang sangat singkat atau cepat. Tes yang digunakan tes *standing long jump* (Nur Ichsan Halim,2011;96)
2. Keseimbangan yang dimaksud dalam penelitian adalah merupakan kemampuan seseorang mengendalikan organ-organ syaraf otot untuk menahan beban atau tahanan yang dilakukan di dalam beraktivitas baik secara statis maupun dinamis. Tes keseimbangan *Modifikasi bass test* oleh Ismaryanti (2009;53)
3. Percaya Diri adalah keyakinan atas kemampuan yang dimiliki oleh atlet untuk mencapai kesuksesan dalam

situasi kompetitif (pertandingan). Percaya diri diukur dengan menggunakan skala percaya diri yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek percaya diri yang terdiri atas keyakinan akan kemampuan diri, optimis, obyektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis.

4. Kemampuan shooting ke gawang dengan cara menendang bola yang diarahkan ke gawang untuk memasukkan gol dengan hasil yang maksimal, dengan menggunakan tes keterampilan permainan sepakbola oleh Nurhasan (2001) dan telah di modifikasi instrumen tes *shooting* ke gawang pada permainan futsal oleh Musthafa (2012: 51).

Populasi menurut Sugiyono (2016:117) mengatakan bahwa “populasi adalah: “wilayah generalisasi yang terdiri atas : obyek / subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang berjenis kelamin laki-laki SMP N 21 Pekanbaru yang memilih ekstrakurikuler futsal sebanyak 30 orang siswa. Sampel Menurut Sugiyono (2015:118) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan penelitian populasi dengan teknik *sampel jenuh*. Dimana semua anggota populasi dijadikan sampel. Menurut Sugiyono (2014:124) mengatakan bahwa: ”Sampling jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel”. Sampel dipilih dari seluruh populasi tersebut sebanyak 30 orang dengan teknik *sampel jenuh*.

Untuk memperoleh data yang sesuai dalam penelitian ini, maka teknik yang digunakan adalah metode survey ke lapangan kemudian dilakukan pengukuran dan tes. Penelitian ini dilaksanakan di SMP N 21 Pekanbaru.

Setelah data penelitian ini terkumpul yakni data daya ledak tungkai, keseimbangan, percaya diri dan kemampuan shooting ke gawang permainan futsal, maka untuk menguji kebenaran dari hipotesis penelitian yang diajukan, data tersebut perlu dianalisis dengan menggunakan analisis statistik dengan menggunakan bantuan komputer melalui program SPSS.

D. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Deskriptif

Statistics

	Dayaleda ktungkai	Keseimb angan	Kepercay aanDiri	Shooting
N Valid	30	30	30	30
Missing	1	1	1	1
Mean	197.1000	79.3333	103.8667	4.5333
Std. Deviation	16.90613	10.40004	13.77587	1.87052
Variance	285.817	108.161	189.775	3.499
Range	66.00	45.00	49.00	6.00
Minimum	155.00	50.00	76.00	1.00
Maximum	221.00	95.00	125.00	7.00
Sum	5913.00	2380.00	3116.00	136.00

1. Daya Ledak Tungkai (X1) pada Siswa SMP N 21 Pekanbaru dari N (jumlah sampel) 30, maka diperoleh nilai total 5913, nilai mean 187.10, nilai st.dev 16.906, nilai variance 285.81, nilai range 66, nilai minimal 155 dan nilai maksimal 221.

2. Keseimbangan (X2) pada Siswa SMP N 21 Pekanbaru dari N (jumlah sampel) 30, maka diperoleh nilai total 2380, nilai mean 79.33, nilai st.dev 10.400, nilai variance 189.775, nilai range 49, nilai minimal 76 dan nilai maksimal 125.
3. Percaya Diri (X3) pada Siswa SMP N 21 Pekanbaru dari N (jumlah sampel) 30, maka diperoleh nilai total 3116, nilai mean 103.86, nilai st.dev 13.775, nilai variance 108.161, nilai range 45, nilai minimal 50 dan nilai maksimal 125.
4. Kemampuan Shooting (Y) pada Siswa SMP N 21 Pekanbaru dari N (jumlah sampel) 30, maka diperoleh nilai total 136, nilai mean 4.533, nilai st.dev 1.870, nilai variance 3.499, nilai range 6, nilai minimal 1 dan nilai maksimal 7.

2. Uji Normalitas Data

Kriteria untuk menyatakan apakah data berasal dari sampel yang digunakan berdistribusi normal atau tidak dapat dilakukan dengan membandingkan koefisien Sig. Atau nilai P-Value dengan $\alpha = 0,05$ (taraf Signifikan). Apabila nilai P-Value lebih besar dari $\alpha = 0,05$ (taraf signifikansi) yang berarti tidak signifikan, maka memiliki makna bahwa data berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Sebaliknya apabila P-Value lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ yang berarti signifikan, maka memiliki makna bahwa data berasal dari populasi yang berdistribusikan tidak normal. Variabel Daya Ledak Tungkai (X1) pada tabel di atas menunjukkan bahwa data tersebut berada pada sebaran normal, karena nilai P-Value yang diperoleh lebih besar dari 0,05 (taraf signifikan) yaitu $0,773 > 0,05$. Variabel Keseimbangan (X2) pada tabel di atas

menunjukkan bahwa data tersebut berada pada sebaran normal, karena nilai P-Value yang diperoleh lebih besar dari 0,05 (taraf signifikan) yaitu $0,218 > 0,05$. Variabel Percaya Diri (X3) pada tabel di atas menunjukkan bahwa data tersebut berada pada sebaran normal, karena nilai P-Value yang diperoleh lebih besar dari 0,05 (taraf signifikan) yaitu $0,967 > 0,05$. Variabel kemampuan Shooting (Y) pada tabel diatas menunjukkan bahwa data tersebut berada pada sebaran normal, karena nilai P-Value yang diperoleh lebih besar dari 0,05 (taraf signifikan) yaitu $0,080 > 0,05$

3. Analisis Linearitas Data

Analisis linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linear atau tidak linear secara signifikan apabila P-Value lebih besar dari $\alpha = 0,05$ (P_Value $> 0,05$). Adapun hasil linearitas antar variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Analisis Linearitas Daya Ledak Tungkai Terhadap Percaya Diri Siswa SMP N 21 Pekanbaru.

Hasil pengujian linearitas variabel dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Variabel	Nilai P	α	Ket
X ₁ ke X ₃	0,359	0,05	Linear

Dari tabel di atas bahwa hasil uji linearitas dari variabel daya ledak tungkai terhadap percaya diri diperoleh nilai linearitas sebesar 0,359, karena nilai linearitas data tersebut lebih besar dari 0,05 ($0,359 > 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear.

b. Analisis Linearitas Keseimbangan Terhadap Percaya Diri SMP N 21 Pekanbaru.

Hasil pengujian linearitas variabel dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Variabel	Nilai P	α	Ket
X ₂ ke X ₃	0,254	0,05	Linear Dari

tabel di atas bahwa hasil uji linearitas dari variabel keseimbangan terhadap percaya diri diperoleh nilai linearitas sebesar 0,254, karena nilai linearitas data tersebut lebih besar dari 0,05 ($0,254 > 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear.

c. Analisis Linearitas Daya Ledak Tungkai Terhadap Kemampuan Shooting Siswa SMP N 21 Pekanbaru.

Hasil pengujian linearitas variabel dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Variabel	Nilai P	α	Ket
X ₁ ke Y	0,279	0,05	Linear

Dari tabel di atas bahwa hasil uji linearitas dari variabel daya ledak tungkai terhadap kemampuan shooting diperoleh nilai linearitas sebesar 0,279, karena nilai linearitas data tersebut lebih besar dari 0,05 ($0,279 > 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear.

d. Analisis Linearitas Keseimbangan Terhadap Kemampuan Shooting Siswa SMP N 21 Pekanbaru.

Hasil pengujian linearitas variabel dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Variabel	Nilai P	α	Ket
X ₂ ke Y	0,261	0,05	Linear

Dari tabel di atas terlihat bahwa hasil uji linearitas dari variabel keseimbangan terhadap kemampuan shooting diperoleh nilai linearitas sebesar 0,261, karena nilai linearitas data tersebut lebih besar dari 0,05 ($0,261 > 0,05$) maka dapat

disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear.

e. Analisis Linearitas Percaya Diri Terhadap Kemampuan Shooting Siswa SMP N 21 Pekanbaru.

Hasil pengujian linearitas variabel dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Variabel	Nilai P	α	Ket
X ₃ ke Y	0,293	0,05	Linear

Dari tabel di atas bahwa hasil uji linearitas dari variabel percaya diri terhadap kemampuan shooting diperoleh nilai linearitas sebesar 0,293, karena nilai linearitas data tersebut lebih besar dari 0,05 ($0,293 > 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear.

4. Pengujian Hipotesis

Setelah dilakukan uji persyaratan normalitas data dan linearitas pada hipotesis yang akan diuji, maka lebih lanjut dilakukan pengujian hipotesis, untuk membuktikan kebenarannya. Penelitian ini menurunkan tujuh hipotesis, dimana ketujuh harus diuji kebenarannya dengan menggunakan analisis statistik inferensial yakni dengan menggunakan analisis jalur (*Path Analysis*).

Untuk menguji hipotesis, dilakukan dengan menggunakan metode *backward*. Pengujian dilakukan untuk melihat kesesuaian model struktural dengan data penelitian, dan menguji signifikansi koefisien jalur persamaan struktural.

a. Hasil Uji Hipotesis Model Awal Sub struktur 1

Hasil uji signifikansi setiap koefisien jalur pada model awal sub-struktur 1 dengan menggunakan uji-t. Tabel koefisien jalur persamaan struktural model awal sub-struktur 1 sebagai berikut:

Variabel	Beta	P	α
X ₁	0.503	0.002	0.05
X ₂	0.332	0.036	0.05

Dari hasil pengujian hipotesis individual, dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Persamaan diatas dikatakan layak untuk digunakan karena nilai P pada uji tersebut $<0,05$. Dari tabel koefisien Model Sub Struktur 1 diatas diperoleh nilai koefisien persamaan struktural untuk variabel Daya Ledak Tungkai sebesar 0,503. Sedangkan nilai signifikan yang diperoleh untuk variabel Daya Ledak Tungkai adalah 0,002. Karena nilai signifikan kurang dari 0,05 ($0,002 < 0,05$) maka dapat diambil keputusan H₀ ditolak. Artinya terdapat pengaruh langsung yang signifikan Daya Ledak Tungkai terhadap Percaya Diri.
2. Koefisien persamaan structural yang diperoleh untuk variabel Keseimbangan adalah 0,332. Sedangkan nilai signifikan yang diperoleh adalah 0,036. Karena nilai signifikan kurang dari 0,05 ($0,036 < 0,05$) maka dapat diambil keputusan H₀ ditolak. Artinya terdapat pengaruh langsung yang signifikan Keseimbangan terhadap Percaya Diri..

b. Hasil Uji Koefisien Jalur Model Awal Sub struktur 2

Hasil uji signifikansi setiap koefisien jalur pada model awal sub-stuktur 2 dengan menggunakan uji-t. Tabel koefisien jalur persamaan struktur model awal sub-struktur 2 sebagai berikut:

Variabel	Beta	P	α
----------	------	---	----------

X ₁	0.605	0.001	0.05
X ₂	-0.357	0.028	0.05
X ₃	0.357	0.049	0.05

3. Dari nilai tabel koefisien sub structural 2 diatas diperoleh nilai koefisien persamaan structural untuk variabel Daya Ledak Tungkai sebesar 0,605. dengan signifikan yang diperoleh adalah 0,001. Karena nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 ($0,001 < 0,05$) maka dapat diambil keputusan H₀ ditolak. Artinya terdapat pengaruh langsung yang signifikan Daya Ledak Tungkai terhadap Kemampuan Shooting.
4. Nilai koefisien Keseimbangan sebesar -0,357 dengan signifikan yang diperoleh 0,028. Karena nilai signifikan kurang dari 0,05 ($0,028 < 0,05$) maka dapat diambil keputusan H₀ ditolak. Artinya terdapat pengaruh langsung yang signifikan Keseimbangan terhadap Kemampuan Shooting.
5. Perolehan nilai koefisien Percaya Diri 0,275 dengan signifikan yang diperoleh 0,049. Karena nilai signifikan kurang dari 0,05 ($0,049 < 0,05$) maka dapat diambil keputusan H₀ ditolak. Artinya terdapat pengaruh yang signifikan Percaya Diri terhadap Kemampuan Shooting.

Mengingat dalam desain analisis jalur terdapat pengaruh secara tidak langsung, maka hipotesis tersebut juga perlu di uji apakah memiliki pengaruh tidak langsung yang signifikan atau tidak memiliki pengaruh tidak langsung yang signifikan. Koefisien yang dapat menjelaskan pengaruh antar variabel ini adalah

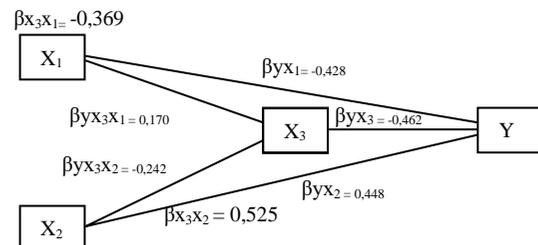
standardized coefficient beta. Sugiyono dan Susanto (2015: 439).

Variabel	Beta	P	α
$X_1 X_3 Y$		0.002	
	0.503 x	x	
	0.375 =	0.049	0.05
	0.1888 =		
		0.000	
$X_2 X_3 Y$		0.036	
	0.332 x	x	
	0.375 =	0.049	0.05
	0.124 =		
		0.001	

Diketahui nilai koefisien beta pengaruh langsung Daya Ledak Tungkai terhadap Percaya Diri adalah 0,503 dan nilai koefisien beta pengaruh langsung Percaya Diri terhadap Kemampuan Shooting adalah 0,375. Maka nilai koefisien beta pengaruh tidak langsung Daya Ledak Tungkai terhadap Kemampuan Shooting jika ditinjau dari Percaya Diri adalah $0,503 \times 0,375 = 0,188$. Dan nilai signifikansi 0,000 ($0,000 < 0,05$). Sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh langsung daya ledak tungkai bila ditinjau melalui percaya diri terhadap kemampuan shooting dalam permainan futsal

Diketahui nilai koefisien beta pengaruh langsung keseimbangan terhadap percaya diri adalah 0,332 dan nilai koefisien beta pengaruh langsung percaya diri terhadap kemampuan shooting adalah 0,375. Maka nilai koefisien beta pengaruh tidak langsung keseimbangan terhadap kemampuan shooting ditinjau dari percaya diri adalah $0,332 \times 0,375 = 0,124$. Dan nilai signifikansi 0,001 ($0,001 < 0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa kemampuan Shooting dalam permainan futsal yang dipengaruhi Keseimbangan akan meningkat jika turut dipengaruhi oleh Percaya Diri.

Berdasarkan hasil pengujian untuk struktur 1 dan struktur 2, maka diperoleh hasil diagram jalur keseluruhan variable adalah sebagai berikut.



5. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis diperoleh bahwa dari tujuh hipotesis yang diajukan semua diterima dan signifikan.. Untuk mengetahui bagaimana keadaan pengaruh antara variabel daya ledak tungkai, keseimbangan, percaya diri dan kemampuan shooting dapat dijabarkan sebagai berikut.

- Hipotesis pertama yaitu ada pengaruh langsung daya ledak tungkai terhadap percaya diri sebesar 0.503 dan nilai signifikan yang diperoleh adalah 0,002 karena nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 ($0,002 < 0,05$) maka hipotesis yang diajukan diterima dalam hal ini H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian daya ledak tungkai berpengaruh terhadap percaya diri pada siswa Siswa SMP 1 Sinjai Utara.
- Hipotesis kedua yaitu ada pengaruh langsung keseimbangan terhadap percaya diri sebesar 0.332 dan nilai signifikan yang diperoleh adalah 0,036 karena nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 ($0,036 < 0,05$) maka hipotesis yang diajukan diterima dalam hal ini H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian keseimbangan berpengaruh terhadap

- percaya diri pada siswa Siswa SMP N 21 Pekanbaru.
- c. Hipotesis ketiga yaitu ada pengaruh langsung daya ledak tungkai terhadap kemampuan shooting sebesar 0.605 dan nilai signifikan yang diperoleh adalah 0,001 karena nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 ($0,001 < 0,05$) maka hipotesis yang diajukan diterima dalam hal ini H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian daya ledak tungkai berpengaruh terhadap kemampuan shooting pada siswa Siswa SMP N 21 Pekanbaru.
 - d. Hipotesis keempat yaitu ada pengaruh langsung keseimbangan terhadap kemampuan shooting sebesar 0.356 dan nilai signifikan yang diperoleh adalah 0,028 karena nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 ($0,028 < 0,05$) maka hipotesis yang diajukan diterima dalam hal ini H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian keseimbangan berpengaruh terhadap kemampuan shooting pada siswa Siswa SMP N 21 Pekanbaru.
 - e. Hipotesis kelima yaitu ada pengaruh langsung percaya diri terhadap kemampuan shooting sebesar 0.375 dan nilai signifikan yang diperoleh adalah 0,049 karena nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 ($0,049 < 0,05$) maka hipotesis yang diajukan diterima dalam hal ini H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian percaya diri berpengaruh terhadap kemampuan shooting pada siswa Siswa SMP N 21 Pekanbaru.
 - f. Hipotesis keenam yaitu ada pengaruh daya ledak tungkai melalui percaya diri terhadap kemampuan shooting diperoleh nilai 0,188, nilai koefisien nilai signifikansi 0.000. dengan demikian Dengan demikian daya

ledak tungkai melalui percaya diri berpengaruh terhadap kemampuan shooting pada siswa Siswa SMP N 21 Pekanbaru Hipotesis ketujuh yaitu ada pengaruh keseimbangan melalui percaya diri terhadap kemampuan shooting diperoleh nilai 0,188, nilai koefisien nilai signifikansi 0.001. Dengan demikian keseimbangan melalui percaya diri berpengaruh terhadap kemampuan shooting pada siswa Siswa SMP N 21 Pekanbaru

E. KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh langsung daya ledak tungkai, keseimbangan terhadap percaya diri pada siswa SMP N 21 Pekanbaru. Begitupula terdapat pengaruh langsung daya ledak tungkai, keseimbangan dan percaya diri terhadap kemampuan shooting ke gawang dalam permainan futsal SMP N 21 Pekanbaru .

Saran dalam memberikan latihan kemampuan shooting, pelatih dan semua pihak yang terlibat dalam pembinaan cabang olahraga futsal perlu memperhatikan kembali aspek daya ledak tungkai, keseimbangan dan percaya diri, dan diperlukan upaya yang lebih baik lagi dalam meningkatkan kemampuan shooting.

DAFTAR PUSTAKA

- Asmar Jaya. (2008). *Futsal, Gaya Hidup, Peraturan dan Tips-Tips Permainan*. Yogyakarta: Pustaka Timur.
- Halim, N. I. 2011. *Tes dan Pengukuran Kesegaran Jasmani*. Makassar: Badan Penerbit Universitas Negeri Makassar.

- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: CV. TambakKusuma.
- Husdarta, H. J. S. 2010. *Psikologi Olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Ismaryati. 2008. *Tes & Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Lembaga Pengembangan Pendidikan Universitas Sebelas Maret.
- Indra Gunawan. (2009). *Teknik Dasar Modern Futsal*. Jakarta: Pena Pundi Aksara.
- Komaruddin. 2015. *Psikologi Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Mulyono, Muhammad A. 2014. *Buku Pintar Panduan Futsal*. Jakarta Timur: Laskar Aksara.
- Mylsidayu, Apta & Kurniawan, Febi. 2015. *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Bandung: Alfabeta.
- Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani : Prinsip-Prinsip dan Penerapannya*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga, Depdiknas.
- Noor, Juliansyah. 2012. *Metodologi Penelitian: Skripsi, Thesis, Disertasi, dan Karya Ilmiah*. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup.
- Narti, Aulia. 2007. *Futsal*. PT. Indah Jaya Adi pratama).
- Prihanto, J.B. 2013. *Penerapan Media Audio Visual Terhadap Ketepatan Shooting Bola Pada Permainan Futsal*. (Jurnal Online Mahasiswa)
- Rahantoknam, Edward. 1988. *Teori dan Aplikasinya dalam Pendidikan Jasmani Olahraga*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Pendidikan Tinggi P2LPTK.

- Sanjaya, A. A. 2013. *Hubungan antara Percaya diri dan Motivasi Berprestasi Atlet Futsal SMA Kota Makassar*. Skripsi. Makassar: UNM
- Sudaryono., Margono, G., & Rahayu, W. 2013. *Pengembangan Instrumen Penelitian Pendidikan*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Sukirno. 2010. *Belajar Bermain Futsal*.
Depok: Aryaduta.
- Sucipto, dkk. (2000). *Sepakbola*. Jakarta: Depdikbud
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan: Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Scheunemann, Timo. 2009. *Futsal For Winner. Taktik dan Variasi Latihan Futsal*. Malang: DIOMA).
- Tenang, J. D. 2008. *Mahir Bermain Futsal*. Bandung: DAR. Mizan.
- Tola, Ismail. 2007. _____ *Sepakbola*.
- Yudianto, Lukman. 2009. *Tehnik Bermain Sepakbola dan Futsal*. Visi 7.
- Widiastuti. (2011). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta : PT Bumi Timur Jaya