



Pengaruh Daya Ledak Tungkai, Koordinasi Mata-Kaki Dan Percaya Diri Terhadap Kemampuan Menendang Bola Pada Permainan Sepakbola (Studi Analisis Jalur Pada Siswa SMA Negeri 2 Sinjai)

Ahmad Adil¹, Andi Mas Jaya AM², Masjumi Nur³

Universitas Negeri Makassar

Email: ahmad.adil@unm.ac.id

Abstrak. Penelitian ini menggunakan metode survei untuk melihat pengaruh antara variabel. Teknik analisis data menggunakan analisis jalur (*path analysis*). Teknik *Path analysis* digunakan untuk menguji pengaruh langsung dan tidak langsung pada daya ledak tungkai, koordinasi dan percaya diri terhadap kemampuan menendang bola pada permainan sepakbola. Teknik analisis jalur dengan program SPSS versi 20.00 pada tingkat signifikansi $\alpha = 0.05$. Hasil dari penelitian ini adalah sebagai berikut: (1) Terdapat pengaruh positif sebesar 0,827 antara daya ledak tungkai terhadap kemampuan menendang bola (2) Terdapat pengaruh positif sebesar 0,803 antara koordinasi terhadap kemampuan menendang bola (3) Terdapat pengaruh positif sebesar 0,760 antara percaya diri terhadap kemampuan menendang bola (4) Terdapat pengaruh positif sebesar 0,227 antara daya ledak tungkai terhadap percaya diri (5) Terdapat pengaruh positif sebesar 0,303 antara koordinasi terhadap percaya diri (6) Terdapat pengaruh positif sebesar 0,924 antara daya ledak tungkai terhadap kemampuan menendang bola melalui percaya diri (7) Terdapat pengaruh positif sebesar 0,987 antara koordinasi terhadap kemampuan menendang bola melalui percaya diri

Kata Kunci: Daya Ledak, Koordinasi, Percaya Diri dan Menendang

PENDAHULUAN

Olahraga adalah suatu aktivitas yang memiliki semangat juang untuk meningkatkan kesehatan jasmani dan rohani dari orang yang melakukannya. Berbagai cabang olahraga telah dilakukan dan dilembagakan dalam masyarakat. Olahraga sepakbola dalam waktu beberapa tahun belakangan ini menjadi sangat populer sekali, baik diluar negeri maupun ditanah air teknik dan taktik sepak bola dipelajari secara mendalam.

Syarat-syarat seorang pemain sepakbola dapat ditinjau dari dua faktor yaitu faktor fisik dan non fisik dan harus pula didukung dengan pertumbuhan dan perkembangan fisik, selanjutnya unsur utama dalam permainan sepakbola meliputi kebugaran jasmani misalnya daya ledak, koordinasi serta didukung oleh faktor psikologi seperti percaya diri.

Usaha meningkatkan prestasi dalam sepakbola tidak lepas dengan berbagai faktor utama diantaranya dengan peningkatan faktor kondisi fisik yang diduga dapat meningkatkan penguasaan teknik dalam olahraga. Dengan penguasaan teknik dasar

yang baik diharapkan akan memudahkan para atlet untuk mencapai permainan yang optimal.

Untuk meningkatkan prestasi olahraga adalah dengan melakukan pendekatan ilmiah secara maksimal seperti : sport medicine, sport physiology, sport training, sport nutrition, sport teknologi dan sebagainya. Untuk mencapai hasil tendangan maksimal selain komponen fisik, daya ledak otot tungkai, keseimbangan dan koordinasi teknik juga harus diperhatikan khususnya tehnik menendang bola. Penguasaan teknik dasar sepakbola terutama teknik menendang bola sangat berarti bagi seorang pemain agar hasil tendangan bola yang dilakukan lebih keras terarah dan akurat.

Menendang merupakan suatu cara untuk memindahkan bola dari satu tempat ke tempat yang lain dengan menggunakan kaki. Menendang bola dalam permainan sepakbola merupakan serangkaian gerakan yang dilakukan dengan melibatkan komponen fisik seperti, kekuatan otot tungkai, keseimbangan dan koordinasi secara keseluruhan otot-otot yang kuat akan dapat membuat kerja fisik lebih efisien, dengan penguasaan teknik ditunjang oleh daya ledak tungkai, keseimbangan dan koordinasi sehingga menghasilkan tendangan yang keras.

Daya ledak tungkai merupakan salah satu unsur komponen fisik yang menyangkut pada tungkai. Dimana dengan daya ledak tungkai, maka diprediksikan akan menghasilkan tendangan yang keras dan jauh. Kekuatan menurut Sajoto (1988:58), mengemukakan bahwa: "Kekuatan adalah komponen kondisi fisik, yang menyangkut kemampuan seorang pemain saat mempergunakan otot-ototnya menerima beban dalam waktu kerja". Sehingga kekuatan otot tungkai yang kuat pada saat menendang bola akan mengakibatkan daya dorong bola menjadi laju atau jauh. Kekuatan otot tungkai mempunyai peranan penting pada saat menendang, bukan saja sebagai kaki ayun tapi juga sebagai penopang badan saat menendang.

Koordinasi mata-kaki merupakan suatu integrasi antara mata sebagai pemegang fungsi utama dalam hal ini melihat situasi permainan yang dihadapi, dan kaki sebagai pemegang fungsi melakukan suatu gerakan yang dikehendaki oleh otak, setelah merespon situasi yang dilihat oleh mata. Integrasi yang melibatkan dua bagian gerak yaitu mata dan kaki harus dirangkaikan menjadi satu pola gerakan yang baik dan harmonis untuk mendukung kemampuan menggiring bola sehingga pemain sepakbola dapat menggiring bola pada perkenaan yang tepat agar arah dan kecepatan bola dapat terukur oleh pemain tersebut.

Rasa percaya diri pada peserta didik sangat berperan dalam melaksanakan eksplorasi diri. Remaja yang memiliki rasa percaya diri, perkembangan prestasi intelektualnya, keterampilan dan kemandiriannya dapat berkembang dengan baik. Rasa percaya diri pada peserta didik terkadang muncul ketika peserta didik jauh dari orangtua, karena kesempatan jauh dari orangtua merupakan kesempatan bagi peserta didik untuk mengeksplorasi diri mereka. Misalnya, masuk di sekolah yang memiliki fasilitas asrama dan peserta didiknya wajib untuk tinggal di asrama tersebut, ini merupakan salah satu kesempatan peserta didik untuk mengembangkan rasa percaya diri.

A. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka permasalahan yang dibahas dalam penelitian ini sebagai berikut: (1) Apakah daya ledak tungkai berpengaruh langsung terhadap kemampuan menendang bola.? (2) Apakah koordinasi mata-kaki berpengaruh langsung terhadap kemampuan menendang bola.? (3) Apakah percaya diri berpengaruh langsung terhadap kemampuan menendang bola.? (4) Apakah daya ledak tungkai berpengaruh langsung terhadap percaya diri.? (5) Apakah koordinasi mata-kaki berpengaruh langsung terhadap percaya diri.? (6) Apakah daya ledak tungkai berpengaruh langsung terhadap kemampuan menendang bola melalui percaya diri.? (7) Apakah koordinasi mata-kaki berpengaruh langsung terhadap kemampuan menendang bola melalui percaya diri.?

B. Tujuan Penelitian

Secara operasional tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) Pengaruh langsung daya ledak tungkai berpengaruh langsung terhadap kemampuan menendang bola. (2) Pengaruh langsung koordinasi mata-kaki berpengaruh langsung terhadap kemampuan menendang bola. (3) Pengaruh langsung percaya diri berpengaruh langsung terhadap kemampuan menendang bola. (4) Pengaruh langsung daya ledak tungkai berpengaruh langsung terhadap percaya diri. (5) Pengaruh langsung koordinasi mata-kaki berpengaruh langsung terhadap percaya diri. (6) Pengaruh langsung daya ledak tungkai berpengaruh langsung terhadap kemampuan menendang bola melalui percaya diri. (7) Pengaruh langsung koordinasi mata-kaki berpengaruh langsung terhadap kemampuan menendang bola melalui percaya diri.

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Metode adalah cara untuk mendapatkan kebenaran melalui pengamatan. Menurut Menurut Tangkudung (2015:92) model path analysis digunakan untuk menganalisis pola hubungan pengaruh antar variabel dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh langsung maupun tidak langsung seperangkat variabel bebas (*eksogen*) terhadap variabel terikat (*endogen*).

B. Definisi Operasional Variabel

Daya Ledak yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu Daya ledak tungkai adalah kemampuan otot tungkai untuk melakukan kontraksi guna membangkitkan tegangan terhadap suatu tahanan. Daya ledak tungkai diukur dengan menggunakan tes squat jump selama 30 detik.

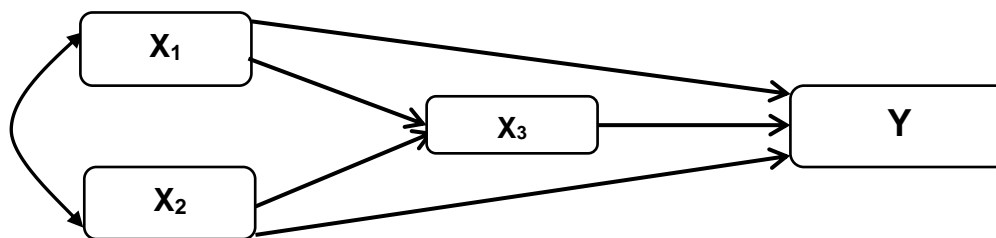
Koordinasi mata-kaki yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu Untuk mengetahui koordinasi mata-kaki pemain, maka tes yang akan diuji menggunakan tes memantulkan bola ke sasaran. Tujuannya yaitu untuk kemampuan mengkoordinasikan

antara mata dan kaki pada saat melakukan tendangan pada sasaran. Hasil yang dicapai dalam melakukan sepakan dengan masuk sasaran selama 20 detik dihitung sebagai nilai tes koordinasi mata-kaki. Tes koordinasi ma-kaki dilakukan dengan menggunakan Mitchell Soccer Tes yang dikutip oleh

Percaya diri yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu Kepercayaan diri atau self confidence merupakan suatu sikap yang ada pada diri siswa yang merasa yakin dalam mengerjakan soal ujian atau tugas di sekolah tanpa harus menyontek dan mampu mengatasi keadaan yang sulit ketika mengerjakan soal atau tugas di sekolah, sehingga siswa tersebut mampu mengatasi segala situasi yang dialami dengan tenang dan merasa puas terhadap dirinya untuk mendapatkan hasil yang diinginkan sehingga mampu mengevaluasi diri sendiri. Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan skala likert

Kemampuan menendang bola yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu kemampuan untuk menendang bola sejauh mungkin atau jarak tendangan terjauh yang mampu dicapai dalam melakukan tendangan bolapada permainan sepakbola

C. Rancangan Penelitian



Gambar 3.1. Model Desain Penelitian

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu 1) Tes kemampuan menendang bola pada permainan sepakbola 2) Tes standing broad jump/lompat jauh tanpa awalan 3) Percaya Diri dan 4) Tes Koordinasi Mata-Kaki (*Soccer Wall Volley Test*)

E. Teknik Analisis Data

Setelah seluruh data penelitian terkumpul yakni data Daya Ledak Tungkai (X_1), Koordinasi (X_2), Percaya Diri (X_3) dan kemampuan menendang bola (Y), maka selanjutnya data tersebut disusun secara tabulasi dan diolah dianalisis menggunakan fasilitas komputer program SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Berdasarkan dari hasil perhitungan analisis jalur struktur tersebut di atas, maka didapat informasi secara objektif sebagai berikut:

Tabel 4.20. Rekapitulasi hasil pengujian hipotesis pengaruh Daya ledak, koordinasi mata-kaki dan percaya diri terhadap kemampuan menendang bola

Pengaruh Variabel	Pengaruh Kausal		Sisa ϵ_1 dan ϵ_2	Total
	Langsung	Melalui		
X ₁ terhadap Y	0,827	-	-	0,827
	-	0,827 (0,227+0,643)	-	0,924
X ₂ terhadap Y	0,803	-	-	0,803
	-	0,803 (0,303+0,643)	-	0,987
X ₃ terhadap Y	0,760	-	-	0,760
X ₁ , X ₂ , X ₃ terhadap Y	0,643	-	0,357	1,00
X ₁ terhadap X ₃	0,227	-	-	0,227
X ₂ terhadap X ₃	0,303	-	-	0,303
(X ₁) terhadap (X ₂)	0,402	-	-	0,402
(X ₁) terhadap (X ₃)	0,450	-	-	0,450
(X ₂) terhadap (X ₃)	0,533	-	-	0,533
X ₁ , X ₂ , terhadap X ₃	0,529	-	0,471	1,00

a) Hasil kontribusi model-1

Beberapa pengaruh langsung dan tidak langsung dan pengaruh total tentang pengaruh daya ledak tungkai (X₁), koordinasi mata kaki (X₂), percaya diri (X₃) terhadap kemampuan menendang bola (Y) diuraikan sebagai berikut: 1) Pengaruh langsung variabel X₁ terhadap Y = 0,827 Pengaruh tidak langsung variabel X₁ terhadap Y melalui X₃ = 0,827 (0,227+0,643) = 0,924 Pengaruh total X₁ terhadap Y = 0,924 2) Pengaruh langsung variabel X₂ terhadap Y = 0,803 Pengaruh tidak langsung variabel X₂ terhadap Y melalui X₃ = 0,803 (0,303+0,643) = 0,987 Pengaruh total X₂ terhadap Y = 0,987 3) Pengaruh langsung variabel X₃ terhadap Y = 0,760

b) Hasil kontribusi model-2

Berdasarkan hasil kontribusi model-2 maka: 1) Kontribusi daya ledak tungkai (X₁) berpengaruh langsung pada percaya diri (X₃) sebesar 0,227 = 22,7 % dan 2) Kontribusi koordinasi (X₂) yang secara langsung dapat mempengaruhi percaya diri (X₃) sebesar 0,303 atau 30,3%.

Pembahasan

Hipotesis pertama daya ledak tungkai (X₁) berpengaruh positif terhadap kemampuan menendang bola (Y).

Hasil penelitian hipotesis ini menyebutkan bahwa kemampuan menendang bola (Y) dan daya ledak tungkai (X₁) menghasilkan model dugaan bahwa koefisien korelasi ganda (R) diperoleh nilai sebesar 0,827 setelah dikonsultasikan dengan r_{tabel} pada derajat atau kadar kebebasan (n-1) 60 - 1 = 59 dengan $\alpha = 0,05$ sebesar 0,266

maka variabel X_1 terhadap Y memiliki korelasi yang positif secara signifikan.

R Square (koefisien determinasi) diperoleh nilai sebesar 0,274 yang berarti 27,4% dari keseluruhan variasi kemampuan menendang bola (Y) disebabkan adanya hubungan regresi ganda dengan variabel daya ledak tungkai (X_1). Hal ini berarti 27,4% data daya ledak tungkai (X_1) memberikan pengaruh langsung terhadap kemampuan menendang bola (Y) dan sisanya sebesar 72,6% atau $(100\% - 27,4\% = 72,6\%)$ disebabkan oleh faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

Selanjutnya dari hasil perhitungan pada tabel koefisien regresi diperoleh nilai $t_{hitung} = 5,205$ dan $t_{tabel(0,05,60)} = 1,658$ pada taraf signifikansi 0,000 lebih kecil dari $\alpha = 0,05$, dengan demikian ($t_{hitung} > t_{tabel}$) berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dari hasil perhitungan tersebut dapat dinyatakan bahwa hipotesis yang diajukan yaitu daya ledak tungkai (X_1) berkontribusi pada Kemampuan Menendang Bola (Y) diterima. Hasil analisis hipotesis pertama memberikan temuan bahwa daya ledak tungkai berkontribusi terhadap Kemampuan Menendang Bola. Temuan ini memberi makna bahwa jika ingin meningkatkan Kemampuan Menendang Bola maka dapat dilakukan melalui peningkatan daya ledak tungkai

Hipotesis kedua: koordinasi mata kaki (X_2) berkontribusi terhadap Kemampuan Menendang Bola (Y)

Hasil penelitian tentang hipotesis yang menyebutkan bahwa Kemampuan Menendang Bola (Y) dan koordinasi mata-kaki (X_2) menghasilkan model dugaan, bahwa koefisien korelasi ganda (R) diperoleh nilai sebesar 0,803 setelah dikonsultasikan dengan r_{tabel} pada derajat kebebasan $(n-1) 60 - 1 = 59$ dengan $\alpha = 0,05$ sebesar 0,266 maka variabel X_2 terhadap Y memiliki korelasi positif secara signifikan.

R Square (koefisien determinasi) didapatkan nilai sebesar 0,371 yang berarti 37,1% dari keseluruhan variasi Kemampuan Menendang Bola (Y) yang disebabkan oleh hubungan regresi ganda variabel koordinasi mata-kaki (X_2). Hal ini berarti 37,1% data koordinasi mata kaki (X_2) memberikan pengaruh langsung terhadap Kemampuan Menendang Bola (Y) dan sisanya sebesar 62,9% atau $(100\% - 37,1\% = 62,9\%)$ disebabkan oleh faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

Selanjutnya hasil perhitungan uji t pada tabel koefisien regresi, diperoleh nilai $t_{hitung} = 6,810$ dan $t_{tabel(0,05)} = 1,658$ dengan taraf signifikan 0,000 lebih kecil dari $\alpha = 0,05$, dengan demikian ($t_{hitung} > t_{tabel}$) bermakna H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hasil perhitungan tersebut dapat dinyatakan bahwa hipotesis yang diajukan yaitu (X_2) berkontribusi terhadap (Y) diterima. Hasil dari analisis hipotesis kedua memberikan temuan bahwa koordinasi mata kaki berkontribusi terhadap Kemampuan Menendang Bola. Temuan ini bermakna bahwa jika ingin meningkatkan Kemampuan Menendang Bola maka dapat dilakukan peningkatan koordinasi.

Hipotesis ketiga: Percaya diri (X_3) berkontribusi terhadap Kemampuan Menendang Bola (Y)

Hasil penelitian untuk hipotesis menyebutkan bahwa kemampuan menendang bola (Y) melalui percaya diri (X_3) menghasilkan model dugaan bahwa koefisien korelasi ganda (R) diperoleh nilai sebesar 0,760 setelah dikonsultasikan dengan nilai r_{tabel} pada derajat kebebasan $(n-1) 60 - 1 = 59$ dengan $\alpha = 0,05$ sebesar 0,266 maka variabel X_3 terhadap Y memiliki korelasi positif secara signifikan.

R Square (koefisien determinasi) diperoleh nilai sebesar 0,543 yang berarti 54,3% dari keseluruhan variasi kemampuan menendang bola (Y) disebabkan adanya hubungan regresi ganda pada variabel percaya diri (X_3). Hal ini berarti 54,3% data percaya diri (X_3) memberikan pengaruh langsung terhadap kemampuan menendang bola (Y) dan sisanya sebesar 45,7% atau $(100\% - 54,3\% = 45,7\%)$ disebabkan oleh faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini..

Selanjutnya dari hasil analisis pada uji t , diperoleh nilai $t_{\text{hitung}} = 12,257$ dan $t_{\text{tabel}}(0,05) = 1,658$ dengan taraf signifikan sebesar 0,000, dengan demikian ($t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$) yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dari hasil perhitungan tersebut dapat dinyatakan bahwa hipotesis yang diajukan: percaya diri (X_3) berkontribusi terhadap kemampuan menendang bola (Y) diterima. Hasil analisis hipotesis ini memberikan temuan bahwa percaya diri berkontribusi terhadap kemampuan menendang bola. Temuan ini bermakna bahwa jika ingin meningkatkan kemampuan menendang bola maka dapat dilakukan melalui peningkatan percaya diri.

Hipotesis keempat: daya ledak tungkai (X_1) berkontribusi terhadap percaya diri (X_3)

Hasil penelitian tentang hipotesis yang menyebutkan bahwa daya ledak tungkai (X_1) terhadap percaya diri (X_3) menghasilkan model dugaan, bahwa koefisien korelasi ganda (R) diperoleh nilai sebesar 0,227 setelah dikonsultasikan dengan r_{tabel} pada derajat kebebasan $(n-1) 60 - 1 = 59$ dengan $\alpha = 0,05$ sebesar 0,266 maka variabel X_1 terhadap X_3 memiliki korelasi positif secara signifikan.

R Square (koefisien determinasi) diperoleh nilai 0,204 yang berarti 20,4% dari keseluruhan variasi daya ledak tungkai yang disebabkan oleh hubungan regresi ganda untuk variabel percaya diri. Hal ini berarti 20,4% data percaya diri memberikan pengaruh langsung terhadap daya ledak tungkai dan sisanya sebesar 79,6% atau $(100\% - 20,4\% = 79,6\%)$ yang disebabkan faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

Selanjutnya dari hasil analisis uji t , diperoleh nilai $t_{\text{hitung}} = 18,151$ dan $t_{\text{tabel}}(0,05) = 1,658$ dengan taraf signifikan sebesar 0,000, dengan demikian ($t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$) yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dari hasil perhitungan yang diperoleh dapat dinyatakan bahwa hipotesis yang diajukan yakni percaya diri berkontribusi terhadap daya ledak tungkai diterima. Dari hasil analisis ini memberikan temuan bahwa percaya diri berkontribusi pada daya ledak tungkai. Temuan ini memberi makna bahwa jika ingin meningkatkan daya ledak tungkai maka dapat dilakukan melalui peningkatan percaya

diri.

Hipotesis ke lima: koordinasi mata kaki (X_2) berkontribusi terhadap percaya diri (X_3)

Hasil penelitian hipotesis yang menyebutkan bahwa percaya diri melalui koordinasi menghasilkan model dugaan bahwa koefisien ganda (R) didapatkan nilai sebesar 0,303 setelah dikonsultasikan dengan r_{tabel} pada derajat kebebasan $(n-1) 60 - 1 = 59$ dengan $\alpha = 0,05$ sebesar 0,266 maka variabel X_3 terhadap X_2 memiliki korelasi positif secara signifikan.

R Square (koefisien determinasi) diperoleh nilai sebesar 0,266 yang berarti 26,6% dari keseluruhan variasi keterampilan bermain sepakbola (Y) disebabkan oleh hubungan regresi ganda dengan variabel percaya diri. Hal ini berarti 26,6% data koordinasi mata kaki memberikan pengaruh langsung terhadap percaya diri dan sisanya sebesar 73,4% atau $(100\% - 26,6\% = 73,4\%)$ disebabkan oleh faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

Selanjutnya dari hasil analisis uji t , diperoleh nilai $t_{hitung} = 9,188$ dan $t_{tabel (0,05)} = 1,658$ dengan taraf signifikan 0,000, dengan demikian ($t_{hitung} > t_{tabel}$), berarti H_0 ditolak, dan H_1 diterima. Dari hasil perhitungan tersebut dapat dinyatakan bahwa hipotesis yang diajukan: percaya diri berkontribusi terhadap koordinasi mata kaki diterima. Dari hasil analisis hipotesis ini memberikan temuan bahwa percaya diri berkontribusi terhadap koordinasi mata kaki. Temuan ini memberi makna bahwa jika ingin meningkatkan koordinasi sepakbola maka dapat dilakukan melalui peningkatan percaya diri

Hipotesis keenam: daya ledak tungkai berkontribusi terhadap kemampuan menendang bola melalui percaya diri

Hasil penelitian tentang hipotesis yang menyebutkan bahwa kecepatan (X_1) melalui percaya diri (X_3) menghasilkan model dugaan, bahwa koefisien korelasi ganda (R) diperoleh nilai sebesar 0,924 setelah dikonsultasikan dengan r_{tabel} pada derajat kebebasan $(n-1) 60 - 1 = 59$ dengan $\alpha = 0,05$ sebesar 0,266 maka variabel X_1 terhadap X_3 memiliki korelasi positif secara signifikan.

R Square (koefisien determinasi) diperoleh nilai sebesar 0,382 yang berarti 38,2% dari total variasi percaya diri (X_3) disebabkan oleh hubungan regresi ganda variabel daya ledak tungkai (X_1). Hal ini berarti 38,2% data daya ledak tungkai (X_1) memberikan pengaruh langsung terhadap percaya diri (X_3) dan sisanya sebesar 61,8% atau $(100\% - 38,2\% = 61,8\%)$ disebabkan oleh faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

Selanjutnya dari hasil perhitungan uji t diperoleh nilai $t_{hitung} = 5,514$ dan $t_{tabel (0,05)} = 1,658$ dengan taraf signifikan sebesar 0,000. Dengan demikian ($t_{hitung} > t_{tabel}$) yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dari hasil perhitungan tersebut dapat dinyatakan bahwa hipotesis yang diajukan yaitu daya ledak tungkai (X_1) berkontribusi pada percaya diri (X_3) diterima. Hasil analisis hipotesis memberikan temuan bahwa

daya ledak tungkai berkontribusi terhadap percaya diri. Temuan ini memberi makna bahwa jika ingin meningkatkan percaya diri maka dapat dilakukan melalui peningkatan daya ledak tungkai.

Berdasarkan koefisien korelasi, akan diperoleh koefisien determinasi sebesar 0,382 sehingga dengan demikian temuan dalam penelitian ini menunjukkan pentingnya variabel daya ledak tungkai untuk meningkatkan percaya diri, oleh karena dapat menjelaskan variasi kemampuan menendang bola sebesar 38,2%. Hal ini sejalan dengan teori pada masing-masing variabel bebas yang telah dijelaskan pada bagian terdahulu.

Hipotesis ketujuh: koordinasi mata kaki (X_2) berkontribusi terhadap percaya diri mahasiswa FIK UNM Makassar (X_5).

Hasil penelitian tentang hipotesis yang menyebutkan bahwa koordinasi mata kaki (X_2) melalui percaya diri (X_3) menghasilkan model dugaan bahwa koefisien korelasi ganda (R) diperoleh nilai sebesar 0,533 setelah dikonsultasikan dengan r_{tabel} pada derajat kebebasan yaitu $(n-1) 60 - 1 = 59$ dengan $\alpha = 0,05$ sebesar 0,266 maka variabel X_2 terhadap X_5 memiliki korelasi positif secara signifikan.

R Square (koefisien determinasi) diperoleh nilai sebesar 0,286 yang berarti 28,6% dari total variasi percaya diri (X_3) disebabkan oleh hubungan regresi ganda variabel koordinasi mata kaki yaitu (X_2). Hal ini berarti 28,6% data **koordinasi mata kaki** (X_2) memberikan pengaruh langsung terhadap percaya diri (X_3) dan sisanya yaitu 71,4% atau $(100\% - 28,6\% = 71,4\%)$ disebabkan oleh faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

Selanjutnya hasil dari perhitungan uji t diperoleh nilai $t_{\text{hitung}} = 8,252$ dan $t_{\text{tabel}}(0,05) = 1,658$ dengan taraf signifikan sebesar 0,000, dengan demikian ($t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$) yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hasil perhitungan tersebut dapat dinyatakan bahwa hipotesis yang diajukan yaitu **koordinasi mata kaki** (X_2) berkontribusi terhadap percaya diri (X_3) diterima. Hasil analisis hipotesis ini memberikan temuan bahwa **koordinasi mata kaki** berkontribusi terhadap percaya diri. Temuan ini memberi makna bahwa jika ingin meningkatkan percaya diri maka dapat dilakukan melalui peningkatan **koordinasi mata kaki**.

KESIMPULAN

Kesimpulan tersebut didasarkan pada temuan penelitian dengan variabel eksogen yang terdiri dari Daya Ledak Tungkai (X_1), Koordinasi (X_2) dan Percaya Diri (X_4). Variabel endogen terdiri dari Kemampuan Menendang Bola (Y). Untuk meningkatkan kemampuan menendang bola, hal terpenting yang harus dilakukan adalah meningkatkan daya ledak tungkai, koordinasi dan percaya diri. Karena peningkatan kemampuan kondisi fisik yang baik dan peningkatan dari segi psikologi yang baik seperti peningkatan percaya diri akan berpengaruh positif terhadap peningkatan kemampuan menendang bola dalam permainan sepak bola.



UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya disampaikan kepada Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar yang telah memberi kesempatan dalam penelitian menggunakan dana hibah PNPB, Ketua Lembaga Penelitian Universitas Negeri Makassar yang telah memberi Izin Penelitian, Kepala SMA Negeri 2 Sinjai yang telah memberi dan menerima kami dalam melakukan penelitian di SMA Negeri 2 Sinjai

DAFTAR PUSTAKA

- Amung, M. *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan dasar dan Menengah, 2000
- Arikunto, Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta, 2010
- Atmojo, M.B. *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga* Surakarta: UNS Press, 2010
- Blatter. S Joseph. *Futsal Coaching Manual*. Federation Internationale de Football Association. 2005
- Emral Abus, *Pengembangan Model Latihan Keterampilan teknik Dasar Bermain Sepak bola Siswa SSB PSTS Padang*. Jakarta. PPs. UNJ, 2013
- Etta Mamang Sangadji dan Sopiah. *Metodologi Penelitian, Pendekatan Praktis dalam Penelitian*. Yogyakarta: Andi, 2010
- Harsono, *Periodisasi Program Latihan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya. 2015
- Irianto. Djoko Pekik, *Bugar dan Sehat dengan Berolahraga*, Jakarta: Andi Publisher, 2006
- Ismaryati. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: UNS Press. 2009
- Hamalik. Oemar, *Psikologi Belajar dan Mengajar*, Bandung: Sinar Baru Algensidi. 2012
- Husdarta, *Belajar dan Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, Bandung: Alfabeta, 2013
- Luxbacher, A. Joseph, *Sepakbola, Edisi Kedua*, Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2004
- Maksum. Ali, *Metode Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press, 2012
- Nugraha. Andi Cipta . *Mahir Sepakbola*. Bandung: Nuansa Cendekia. 2012
- Santosa dan Djaali. *Pengukuran dan Evaluasi untuk Guru Pendidikan Jasmani*. Jakarta: AsWin. 1997
- Sedarmayanti dan Syarifuddin, *Metodologi Penelitian* Bandung: MandarMaju, 2011
- Sudarwan Danim, *Motivasi Kepemimpinan & Efektivitas Kelompok*, Jakarta: Rineka Cipta, 2004
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta. 2015
- Syafruddin, *Ilmu Kepeleatihan Olahraga, Teori dan Aplikasinya dalam Pembinaan Olahraga*. Padang: UNP Press. 2011
- Tangkudung, James dan Puspitorini Wahyunigtyas. *Kepeleatihan Olahraga, Pembinaan Prestasi Olahraga*, Edisi II, Jakarta: Cerdas Jaya, 2006
- Yudianto. Lukman, *Teknik bermain sepakbola dan futsal*. Jakarta: Cakrawala. 2009