

ABSTRAK

HUBUNGAN KONDISI FISIK DENGAN KEBERHASILAN PENALTI SISWA EKSTRAKURIKULER SMA N PATIKRAJA

Randy Ismaji Rachman¹, M Nanang H K², Rohman Hidayat².

Latar Belakang : Keberhasilan *shooting* penalti futsal dipengaruhi oleh kekuatan, kecepatan, kelincahan, daya ledak, dan koordinasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kondisi fisik terhadap keberhasilan penalti futsal pada siswa ekstrakurikuler futsal SMA N Patikraja.

Metodologi : Penelitian ini merupakan penelitian korelasional untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Pengambilan sampel sebanyak 45 siswa ekstrakurikuler SMA N Patikraja menggunakan metode pengumpulan data dengan teknik tes dan pengukuran. Instrumen penelitian kekuatan otot tungkai menggunakan *leg dynamometer*, kecepatan menggunakan test lari 20 meter, Kelincahan menggunakan *millionis agility test*, Power menggunakan *standing board jump test*, koordinasi menggunakan koordinasi mata dan kaki. Uji statistik menggunakan *Shapiro Wilk*, uji linieritas, dan uji korelasi

Hasil Penelitian : (1) ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dengan keberhasilan penalti dengan nilai r sebesar 0,506 dan sumbangan efektif sebesar 5,5% (2) ada hubungan yang signifikan antara kecepatan dengan keberhasilan penalti dengan nilai r sebesar 0,485 dan sumbangan efektif sebesar 9,4%. (3) ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan keberhasilan penalti dengan nilai r sebesar 0,676 dan sumbangan efektif sebesar 34,4%. (4) ada hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dengan keberhasilan penalti dengan nilai r sebesar 0,511 dan sumbangan efektif sebesar 8,9% (5) ada hubungan yang signifikan antara koordinasi dengan keberhasilan penalti dengan nilai r sebesar 0,364 dan sumbangan efektif sebesar 5,5% (6) ada hubungan yang signifikan antara kekuatan, kecepatan, kelincahan, daya ledak dan koordinasi dengan keberhasilan penalti dengan nilai R square sebesar = 0,594.

Kesimpulan : Ada hubungan kekuatan, kecepatan, kelincahan, daya ledak, dan koordinasi dengan keberhasilan penalti pada siswa SMA N Patikraja.

Kata Kunci : kekuatan, kecepatan, kelincahan, power, koordinasi,

¹Mahasiswa Jurusan Pendidikan Jasmani FIKes Universitas Jenderal Soedirman

²Departemen FIKes Universitas Jenderal Soedirman

ABSTRACT

CORRELATION OF PHYSICAL CONDITION WITH PENALTY SUCCESS ON EXTRACURRICULAR STUDENT AT SMA N PATIKRAJA

Randy Ismaji Rachman¹, M Nanang H K², Rohman Hidayat².

Background : The success of futsal penalty shooting is influenced by strength, speed, agility, explosive power, and coordination. This study aims to determine the relationship between physical conditions and the success of futsal penalties for futsal extracurricular students at SMA N Patikraja.

Methodology : This research is a correlational study to determine the relationship between the independent variable and the dependent variable. Sampling of 45 extracurricular students of SMA N Patikraja used a survey method with data collection techniques using tests and measurements. The research instrument for leg muscle strength is using a leg dynamometer, speed using a 20 meter running test, agility using the illionis agility test, power using a standing board jump test, coordination using eye and foot coordination. Statistical test using Shapiro Wilk, linearity test, and correlation test.

Research Result : (1) there is a significant relationship between leg muscle strength and penalty success with an r value of 0.506 and an effective contribution of 5.5% (2) there is a significant relationship between speed and penalty success with an r value of 0.485 and an SE of 9.4 %. (3) there is a significant relationship between agility and penalty success with an r value of 0.676 and an SE of 34.4%. (4) there is a significant relationship between leg muscle explosive power and penalty success with an r value of 0.511 and an SE of 8.9% (5) there is a significant relationship between coordination and penalty success with an r value of 0.364 and an SE of 5.5 % (6) there is a significant relationship between strength, speed, agility, explosive power and coordination with penalty success with an R square value of = 0.594.

Conclusion : There is a relationship between strength, speed, agility, explosive power, and coordination with the success of the penalty on the students of SMA N Patikraja.

Keyword : strength, speed, agility, power, coordination

¹Student of Physical Education Faculty Of Healty Sciences, Jenderal Soedirman University.

²Department Faculty Of Healty Sciences, Jenderal Soedirman University.