

***The relationship between 20 meter running speed, foot eye coordination, and leg muscle explosive power on the shooting accuracy ability of female futsal athletes at hulu sungai selatan family futsal academy.***

**Helna Defiyanida<sup>1ABCDE</sup>, Hegen Dadang Prayoga<sup>2BC</sup>, Muhammad Habibie<sup>3DE</sup>**  
**<sup>123</sup> Pendidikan Olahraga, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari**

*Authors' Contribution: A – Study design; B – Data collection; C – Statistical analysis; D – Manuscript Preparation; E – Funds Collection*

Corresponding Author: Helna Defiyanida, e-mail : [helnadefiyanida@gmail.com](mailto:helnadefiyanida@gmail.com)

**Abstract**

*This study aims to determine The relationship between 20 meters running speed, eye-foot coordination and leg muscle explosive power and shooting accuracy of female futsal athletes at Academy Futsal Family, Hulu Sungai Selatan Regency. The research method used in this research is a survey with data collection techniques using tests and measurements. The population of this study was 30 Female Futsal Academy Futsal Family Athletes, Hulu Sungai Selatan Regency. The research sample consisted of 17 people. The sampling technique uses Purposive Sampling technique. The conclusion in this research is that the results are  $F_{count}(5,18) > F_{table}(3,41)$  which means there is a significant relationship between speed ( $X_1$ ), ankle coordination ( $X_2$ ), and leg muscle explosive power ( $X_3$ ) on the shooting accuracy ability of female futsal athletes Family Futsal Academy Hulu Sungai Selatan ( $Y$ )*

**Keywords:** Relationship<sup>1</sup>, speed<sup>2</sup>, Foot Eye Coordination<sup>3</sup>, Explosive Power of Leg Muscles<sup>4</sup>, Shooting Accuracy<sup>5</sup>

## Pendahuluan

Karena fakta bahwa penting bagi setiap orang untuk tetap sehat dan dalam kondisi fisik yang baik, olahraga menjadi sangat populer di seluruh dunia. Namun, olahraga hanya dapat dilakukan saat waktu luang karena orang harus bekerja lebih banyak sekarang. Kesehatan telah menjadi hal yang sangat penting dan penting dalam kehidupan manusia saat ini.

Indonesia adalah negara yang sedang berkembang di banyak bidang, termasuk teknologi dan pendidikan. Oleh karena itu, semua orang ingin tetap sehat. Berolahraga adalah salah satu cara untuk tetap sehat. Salah satunya adalah bermain futsal. Tempat ini memungkinkan Anda bersenang-senang dan berkumpul dengan teman-teman, yang membuatnya sangat disukai.

Prestasi di sisi lain telah ditingkatkan oleh acara olahraga di tingkat provinsi, nasional, dan regional. Mulai dari olahraga individu hingga olahraga kelompok atau tim, banyak olahraga yang berkembang untuk mencapai tujuan prestasi saat ini. Untuk remaja, futsal, olahraga berkelompok atau tim, sangat bermanfaat dalam hal pertumbuhan fisik, mental, dan sosial. Untuk sebagian besar orang yang bermain futsal, tujuan mereka adalah sama: menikmati permainan, mendapatkan kebugaran fisik, dan mencapai tingkat prestasi terbaik mereka.

Faidillah Kurniawan dalam <http://blog.uny.ac.id/faidillahkurniawan> (2010) mengatakan bahwa dua faktor utama yang menentukan pencapaian prestasi maksimal adalah faktor indogen dan eksogen. Faktor indogen, juga dikenal sebagai faktor internal, mencakup hal-hal yang berasal dari atlet itu sendiri, seperti kesehatan fisik dan mental, proporsi tubuh dan kejiwaan yang sesuai dengan olahraga yang diikuti, dan kematangan atlet. Banyak faktor, termasuk yang internal dan eksternal, memengaruhi prestasi dalam olahraga futsal seperti yang dinyatakan oleh Faidillah Kurniawan di atas.

Satu-satunya klub futsal di Hulu Sungai Selatan yang bertanggung jawab atas pembinaan dan pengembangan cabang olahraga futsal adalah Akademi Futsal Family (AFF). Sebuah survei yang dilakukan pada bulan September 2022 menunjukkan bahwa tim ini dilatih oleh dua pelatih yang sangat berpengalaman dan berpengalaman di bidang mereka. Selain itu, mereka menerima dukungan penuh dari Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) Kabupaten Hulu Sungai Selatan, serta fasilitas yang lengkap.

Atlet futsal Akademi Futsal Family (AFF) didirikan pada 14 September 2020, tetapi fasilitasnya sangat terbatas karena aturan tidak memberikan lapangan permanen. Akademi Futsal Family memiliki atlet futsal putri terbanyak di antara tim porprov futsal putri Hulu Sungai Selatan 2022. Mereka berada di posisi kedua. Disebabkan kurangnya kompetisi atau kejuaraan yang diikuti, tim futsal belum banyak menorehkan prestasi. Namun, ini tidak berarti mereka tidak bermain. Pertandingan futsal Dandim Cup 2022 berada di posisi 2, Fourfeo Family berada di posisi 2, Mini Turnamen Bumdes Huras Maju HMFA 2022 berada di posisi 1, Fourfeo MFF berada di posisi 2, Fourfeo As-Samahah 2022 berada di posisi 4, Mandastana Trofeo 2021 berada di posisi 4, dan silaturahmi futsal 2022 sebagai peringkat 1.

Futsal merupakan salah satu permainan bola yang terdiri dari lima pemain yang dimainkan dengan lapangan yang lebih kecil daripada sepakbola, selain lima pemain utama setiap tim juga diperbolehkan memiliki pemain cadangan. Teknik shooting merupakan teknik yang wajib dikuasai dengan baik oleh semua pemain, karena tujuan permainan futsal itu sendiri adalah menciptakan tendangan kearah gawang agar mendapatkan angka merupakan syarat untuk memenangkan permainan. "*Kicking toward the goal or sometimes called shooting is very important which considered as operational target in futsal*" (Idrus & Mohamad, 2015). Artinya "Menendang ke arah gawang atau kadang-kadang disebut menembak sangat penting yang dianggap sebagai target operasional di futsal" (Idrus & Mohamad, 2015:26). "Shooting adalah salah satu kemampuan individu dalam permainan sepakbola dengan tujuan memasukan bola ke dalam gawang. Teknik dasar menendang bola dengan kaki kura-kura penuh biasa digunakan para pemain sepakbola dengan tujuan untuk memasukan bola ke dalam tiang gawang" (Utomo, 2017:2). "Tingkat keberhasilan pemain memasukkan bola ke gawang dapat dipengaruhi oleh kebiasaan dan penguasaan teknik menembak yang baik. Perbedaan kemampuan terutama terjadi karena kualitas fisik yang berbeda. Kekuatan merupakan kemampuan dasar kondisi fisik" (Adityatama, F. 2017:86). Kondisi fisik berhubungan dengan kekuatan otot tungkai yang berpengaruh pada setiap gerakan dan keterampilan pemain. Dengan demikian diperlukan kekuatan, ketepatan, dan kecepatan, untuk memiliki tendangan yang kuat dan akurat agar memberikan penampilan yang baik dalam suatu pertandingan maka pemain harus memperhatikan aspek ini yaitu daya ledak otot tungkai.

Pada pertandingan Dandim Cup 2022 yang dilaksanakan di Hulu Sungai Selatan, penulis melihat tim futsal memang belum bisa memperoleh hasil maksimal dalam turnamen. Atlet academy futsal family sangat bagus dalam teknik tetapi saat melakukan shooting sering tidak mengarah ke gawang. Para pemain sering kehilangan akurasi shootingnya apabila pemain tersebut sudah lama bermain, selain kehilangan akurasi shooting pemain juga sering kehilangan keseimbangan saat melakukan shooting. Kekurangan ini sangat berpengaruh pada prestasi tim yang menurun daripada pertandingan sebelumnya

#### *Komponen Kondisi Fisik*

Kondisi fisik adalah jumlah energi yang diperlukan untuk melakukan aktivitas fisik atau aktivitas yang sangat intens dalam jangka waktu yang lama sehingga atlet tidak mudah lelah saat berolahraga atau bermain pertandingan (Sandi Naiwan, 2021:8). Kondisi fisik adalah suatu kesatuan yang utuh yang terdiri dari bagian-bagian yang tidak dapat dipisahkan begitu saja. Untuk meningkatkan kondisi fisik, setiap bagian harus dikembangkan dengan sistem prioritas yang sesuai dengan keadaan atau status masing-masing bagian dan sesuai dengan keadaan atau status yang diperlukan (Sandi Naiwan, 2021:9). Artinya, untuk meningkatkan kondisi fisik, seluruh komponen harus berkembang. Tes kemampuan digunakan untuk mengevaluasi kesehatan fisik seseorang. Kondisi fisik yang baik diperlukan oleh seorang atlet untuk mencapai berbagai tujuan, seperti kemampuan untuk menyelesaikan latihan dengan mudah, tidak mudah lelah selama latihan atau pertandingan, dan kemampuan untuk cepat mempelajari keterampilan yang relatif sulit.

#### *Kecepatan*

Kecepatan adalah dasar hampir semua jenis olahraga yang bermanfaat untuk meningkatkan keterampilan. Kecepatan sensiri sangat dipengaruhi oleh implus kekuatan, yang merupakan hasil dari kecepatan tubuh dan masa. Oleh karena itu, kekuatan dan kecepatan mengatasi beban luar berkorelasi satu sama lain. Sinurat (2016:54) Kemampuan seseorang untuk melakukan gerakan yang sama dengan kecepatan yang sama dalam waktu yang sangat singkat dikenal sebagai kecepatan, yang merupakan bagian dari kondisi fisik. Kemampuan untuk menanggapi stimulus atau rangsangan akustik, optik, dan tekstil segera dikenal sebagai kecepatan reaksi. Kecepatan aksi terdiri dari kecepatan siklik dan asiklik, sedangkan kecepatan reaksi terdiri dari kecepatan sederhana, kecepatan mudah, yang disebut kecepatan mudah, dan kecepatan kompleks, yang disebut kecepatan sulit. Rangsangan yang diterima melalui indera peraba kulit, seperti sentuhan, disebut rangsangan tekstil. Rangsangan optik adalah rangsangan yang diterima melalui indera penglihatan (mata), seperti melihat gerakan tangan pelatih dan mengikutinya. Menurut Khaf, M.L (2022:20) Kemampuan seseorang untuk melakukan gerakan yang sama dan seimbang dalam waktu yang sangat singkat disebut kecepatan. Kecepatan Aksi: Istilah "kecepatan aksi" mengacu pada kemampuan untuk melakukan gerakan dengan bantuan otot dan sistem saraf pusat dalam waktu yang sangat singkat. Reaksi biasanya ditunjukkan dalam bentuk gerakan tubuh atau bagian tubuh, seperti gerakan tangan dan kaki. Kecepatan gerakan tubuh adalah kecepatan seluruh tubuh untuk bergerak ke arah tertentu, seperti ke depan, ke belakang, atau ke samping. Kecepatan gerakan bagian tubuh adalah kecepatan anggota tubuh untuk bergerak ke arah tertentu.

#### *Koordinasi Mata Kaki*

Dalam olahraga futsal, koordinasi mata kaki sangat penting karena banyak gerakan yang berbeda dan perubahan arah yang cepat. Cedera pergelangan kaki yang parah dapat disebabkan oleh koordinasi yang buruk dan tumpuan yang salah. Kemampuan seseorang untuk menggabungkan berbagai gerakan ke dalam satu pola gerakan yang sama dikenal sebagai koordinasi (Rosita, Hernawan & Fahmy, 2019:212). Menurut Wahyudi (2021:17) mengatakan bahwa "komponen yang erat kaitannya dengan koordinasi adalah kecepatan, kekuatan, daya tahan, kelenturan, kelincahan, dan keseimbangan". Namun, menurut Wahyudi (2021:17), "koordinasi adalah kemampuan untuk mengontrol gerak tubuh". Dengan demikian, koordinasi mata kaki yang baik akan memudahkan seseorang untuk memperkirakan pergerakan bola dan menentukan kapan akan menembak bola.

#### *Daya Ledak Otot Tungkai*

Otot-otot pada tubuh manusia memiliki fungsi yang sangat penting. Otot bertanggung jawab atas pergerakan, stabilitas postur, pengaturan volume organ, dan termogenesis. Otot juga berfungsi, menghasilkan sekitar 85% panas tubuh dari kontraksi jaringan otot. Wahyudi (2021:12) mengatakan Secara mekanis, kekuatan otot dapat didefinisikan sebagai sekelompok otot yang menghasilkan kontraksi maksimal atau otot yang

menghasilkan gaya. Tungkai kaki adalah anggota gerak tubuh yang panjangnya dari pangkal paha hingga kaki. Sebagai anggota gerak kaki berfungsi menopang gerak anggota tubuh, serta penentu gerak berjalan, berlari, melompat, dan menendang. Daya ledak otot, yang dapat diamati di otot kaki dan lengan, adalah bagian dari kondisi fisik yang menggabungkan kekuatan dan kecepatan reaksi seseorang saat melakukan aktivitas fisik. Menurut Wahyudi, D. (2020:10) Hasil serangan ke gawang sangat dipengaruhi oleh daya ledak otot tungkai. Otot tungkai ini sangat penting untuk menopang tungkai karena mereka dapat mengontrol kekuatan dan kecepatan kontraksi otot dan menghasilkan kekuatan maksimal dalam waktu yang secepat-cepatnya. Otot tungkai ini juga sangat penting untuk menendang bola dengan keras. Karena permainan futsal sangat bergantung pada kekuatan otot tungkai, setiap pemain harus memiliki kekuatan otot tungkai yang baik.

#### *Ketepatan (Akurasi)*

Ketepatan, juga dikenal sebagai akurasi, adalah keterampilan motorik yang merupakan bagian dari kebugaran jasmani yang diperlukan untuk melakukan kegiatan sehari-hari. Ketepatan mengacu pada seberapa baik sistem syaraf menangani stimulus dari luar. Menilai ruang dan waktu dengan benar, mendistribusikan tenaga dengan benar, mengkoordinasikan otot dengan benar, dan hal-hal lainnya adalah bagian dari ini. Gerakan, prestasi, atau hasil adalah beberapa contoh ketepatan. Dalam permainan futsal, ketepatan dan tendangan sangat berkorelasi satu sama lain. Selain itu, kemampuan untuk melakukan gerakan yang tepat dan cepat dalam permainan futsal sangat penting untuk keberhasilan pertandingan. Selain mempertahankan kondisi fisik yang diperlukan untuk melakukan shooting yang tepat dan terarah, latihan teknik shooting futsal juga penting untuk membiasakan pemain untuk melakukan shooting dengan tepat, cepat, dan bertenaga. agar banyak gol dihasilkan setiap pertandingan (Ahmad, Hegen, & Ari. 2023:3). Kemampuan menembak bola dianggap sangat penting bagi pemain sepak bola (Mahanani & Indriarsa, 2021:141). Banyak komponen fisik, seperti kekuatan, kecepatan, kelenturan, keseimbangan, ketepatan, daya tahan, kelincahan, dan koordinasi, memengaruhi ketepatan menembak bola ke gawang sepakbola (Adityatama, 2017:85).

#### *Teknik Shooting*

Teknik shooting adalah aspek paling penting yang harus bisa dikuasai oleh pemain karena apabila pemain tidak baik dalam teknik shooting maka akan berpengaruh pada permainan tim dan juga akan merugikan tim, karena kunci kemenangan pada permainan futsal terciptanya gol sebanyak-banyaknya adalah penentu kemenangan suatu tim. "Kicking toward the goal or sometimes called shooting is very important which considered as operational target in futsal" (Idrus & Mohamad, 2015:26). Artinya, menendang ke gawang, juga disebut menembak, sangat penting untuk tujuan permainan futsal (Idrus & Mohamad, 2015:26). "Shooting adalah salah satu kemampuan individu dalam permainan sepakbola dengan tujuan memasukan bola ke dalam gawang. Teknik dasar menendang bola dengan kaki kura-kura penuh biasa digunakan para pemain sepakbola dengan tujuan untuk memasukan bola ke dalam tiang gawang" (Utomo, 2017:2). Sangat penting bagi seorang pemain untuk belajar teknik tendangan dasar selama pertandingan futsal, terutama ketika mereka berada di posisi depan dan dapat melakukan tendangan langsung. Salah satu teknik tembakan yang benar adalah shootout, di mana seorang pemain melakukan tembakan atau menendang bola dengan keras ke gawang lawan untuk mencetak gol. Salah satu teknik tembakan yang benar adalah dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung. Ini akan memungkinkan bola bergerak kencang dan cepat sambil tetap bergerak maju.

#### **Metode Penelitian**

Penelitian korelasional mencari hubungan antara dua atau lebih variable (Syamsudin, M. 2017:5). Sebuah survei digunakan untuk mengumpulkan data melalui tes dan pengukuran. Tujuan dari survei ini adalah untuk mengetahui fakta-fakta tentang gejala yang ada dan menemukan kekurangan (Syamsudin, M. 2017: 5). Studi ini melibatkan 30 pemain putri dari Akademi Futsal Keluarga Kabupaten Hulu Sungai Selatan. Penelitian ini menggunakan sampel pilihan. Pengambilan sampel pilihan adalah cara pengambilan data yang dilakukan dengan mempertimbangkan banyak hal (Sri Muliani, 2022:168). Penelitian ini memilih 17 atlet futsal putri yang sehat, aktif dalam latihan, dan bersedia.

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini dikumpulkan melalui pengujian dan pengukuran. Instrument penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan untuk mengumpulkan data dengan lebih cermat, lengkap, dan sistematis, sehingga lebih mudah untuk melakukannya. diolah Persada & Kriswantoro (2019 :135). Data tentang

empat variabel dikumpulkan dengan alat penelitian ini. Tes terdiri dari tes kecepatan dengan melakukan sprint (20 meter), tes koordinasi mata kaki dengan melakukan dribble bola sepak, tes daya ledak otot tungkai dengan melakukan lonjakan di atas meja, dan tes akurasi tembakan dengan melakukan tendangan kegawang dengan jarak 10 meter dari gawang. Penelitian ini akan menganalisis data melalui beberapa langkah. Ini termasuk uji normalitas menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov, uji homogenitas menggunakan uji Barlett, dan uji hipotesis menggunakan uji korelasi sederhana dan ganda. Skor t dan z adalah contoh dari tahapan ini.

## Hasil dan Pembahasan

Setelah dilakukan uji t score dan z score untuk mengetahui konversi skor individu ke dalam bentuk standar, setelah mendapat hasil t score dan z score dilakukan uji prasyarat yang meliputi uji normalitas dan uji homogenitas data. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan uji perhitungan Kolmogorov-Smirnov untuk mengetahui apakah data yang diperoleh dari hasil tes benar-benar mengikuti pola sebaran normal. Jika nilai  $A_{max} = D_{tabel}$ , maka  $H_0$  diterima, dan data berdistribusi normal. Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah ada kesamaan variansi atau apakah data yang dikumpulkan berasal dari populasi yang homogen. Uji barlett digunakan untuk menghasilkan homogenitas. Harga kai kuadrat tabel ( $X^2_{tabel}$ ) ditemukan pada taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$  dan derajat kebebasan ( $dk = k - 1$ ), jadi harga  $X^2_{hitung} < X^2_{tabel}$ . Dengan demikian,  $H_0$  diterima dan kelompok data dianggap memiliki varian yang sama atau homogen.

Hasil datat tersebut dianggap normal dan homogen berdasarkan uji normalitas dan homogenitas. Setelah hasil uji prasyarat dikumpulkan, hipotesis penelitian diuji. Teori penelitian adalah "adanya hubungan antara kecepatan, koordinasi mata kaki, dan daya ledak otot tungkai terhadap akurasi shooting." Hasil perhitungan antara variabel X1, X2, dan X3 dengan variabel Y menunjukkan korelasi positif dan signifikan antara variabel X1, X2, dan X3 dengan variabel Y. berdasarkan hasil analisis diperoleh data pada tabel sebagai berikut.

**Tabel 1.** Hasil Uji Normalitas

Data	Sport Management		
	$A_{max}$	$D_{tabel}$	Kesimpulan
Kecepatan	0,1142	0,318	Normal
Koordinasi mata kaki	0,1173	0,318	Normal
Daya ledak otot tungkai	0,1131	0,318	Normal
Akurasi shooting	0,1989	0,318	Normal

Sumber: data pribadi

**Table 2.** Hasil Uji Homogrntitas

Data	Sport Management		
	$X^2_{hitung}$	$X^2_{tabel}$	Kesimpulan
X1, X2, X3, dan Y	0,0000	7,81	Homogen

Sumber: data pribadi

**Table 3.** Hasil Uji Hipotesis

Data	Sport Management				Kesimpulan
	$T_{hitung}$	$T_{tabel}$	$T_{hitung}$	$T_{tabel}$	
X1 -Y	2,22	1,75			Beearti
X2 -Y	2,38	1,75			Berarti
X3 -Y	1,83	1,75			Berarti
X1, X2, X3 dan Y			5,18	3,41	Signifikan

Sumber: data pribadi

Untuk menguji normalitas, uji perhitungan Kolmogorov-smirnov digunakan. Nilai untuk kecepatan maksimum (X1) adalah 0,1142, koordinasi mata kepala (X2) adalah 0,1173, daya ledak otot tungkai (X3) adalah

0,1131, dan akurasi tembakan (Y) adalah 0,1989. Nilai tabel D adalah 0,318, sedangkan harga tabel Kolmogorov-Smirnov untuk  $\alpha = 0,05$  dan  $n = 17$ . Jika nilai Amax lebih besar dari Dtabel, maka  $H_0$  diterima, dan data berdistribusi normal.

Uji Barlett digunakan untuk menguji homogenitas. Harga kai kuadrat tabel ( $X^2_{tabel}$ ) ditemukan pada taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$  dan derajat kebebasan ( $dk$ ) =  $k - 1$  karena  $dk = 4 - 1 = 3$  dan harga  $X^2_{tabel} = 7,81$ . Dengan demikian, harga  $X^2_{hitung}$   $0,0000 < X^2_{tabel}$  7,81, maka  $H_0$  diterima dan kelompok data dianggap homogen.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa  $X_1$  dengan variable Y memiliki Thitung (2,22) lebih besar dari Ttabel (1,75). Hasil analisis menunjukkan bahwa ada hubungan antara kecepatan dan akurasi shooting. Ini menunjukkan bahwa variabel  $X_1$  dan variabel Y memiliki arti atau hubungan. Oleh karena itu, berdasarkan hasil perhitungan antara variabel  $X_2$  dan variabel Y, dengan Thitung (2,38) lebih besar dari Ttabel (1,75), hasil analisis menunjukkan bahwa ada hubungan antara koordinasi mata kaki dan akurasi shooting. Ini menunjukkan bahwa variabel  $X_2$  dan variabel Y memiliki arti atau hubungan. Hasil analisis menunjukkan bahwa ada hubungan antara daya ledak otot tungkai dan akurasi shooting, berdasarkan hasil perhitungan antara variabel  $X_3$  dan variabel Y, di mana Thitung (1,83) lebih besar daripada Ttabel (1,75). Berdasarkan hasil perhitungan antara variabel  $X_1$  dengan variabel  $X_2$  dengan Thitung (0,39) > Ttabel (1,75), hal ini menunjukkan bahwa variabel  $X_1$  terhadap variabel  $X_2$  adalah tidak berarti, sehingga dapat dianggap bahwa kedua variabel bebas adalah independen. Berdasarkan hasil perhitungan antara variabel  $X_1$  dengan variabel  $X_3$  dengan Thitung (0,43) > Ttabel (1,75), hal ini menunjukkan bahwa variabel  $X_3$  terhadap variabel Y adalah berarti atau terdapat hubungan.

Berdasarkan hasil perhitungan antara variable  $X_1$ ,  $X_2$ , dan  $X_3$  dan variable Y, nilai F hitung (5,18) lebih tinggi dari nilai F tabel (3,41). Akibatnya, dapat disimpulkan bahwa ada korelasi positif dan signifikan antara variable  $X_1$ ,  $X_2$ , dan  $X_3$  dan variable Y. Studi ini menemukan bahwa kecepatan lari 20 meter, koordinasi mata kaki, dan daya ledak otot tungkai berkorelasi dengan ketepatan dan akurasi tembakan. Akibatnya, kualitas permainan atlet dan klub dapat dipengaruhi oleh akurasi shooting.



**Gambar 1.** Tes Akurasi Shooting

Sumber : data pribadi

## Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil analisis data, pengujian hipotesis, dan pembahasan yang telah dipaparkan, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa dalam penelitian yang telah dilakukan di Lapangan Futsal Family Kandungan memperoleh hasil yaitu :

1. Terdapat hubungan kecepatan lari 20 meter ( $X_1$ ) dan akurasi shooting (Y) dengan hasil Thitung (2,22) > Ttabel (1,75)
2. Terdapat hubungan koordinasi mata kaki kecepatan ( $X_2$ ) dan akurasi shooting (Y) dengan hasil Thitung (2,38) > Ttabel (1,75)
3. Terdapat hubungan daya ledak otot tungkai kecepatan ( $X_3$ ) dan akurasi shooting (Y) dengan hasil Thitung (1,83) > Ttabel (1,75)
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara Kecepatan lari 20 meter ( $X_1$ ), Koordinasi Mata Kaki ( $X_2$ ), Dan Daya Ledak Otot Tungkai ( $X_3$ ) Terhadap Kemampuan Akurasi Shooting Atlet Futsal Putri Academy Futsal Family Hulu Sungai Selatan (Y) Fhitung (5,18) > Ftabel (3,41).

## Pengakuan

Saya sangat berterima kasih kepada dosen pembimbing dan teman-teman yang telah membantu saya menyelesaikan skripsi ini; tanpa bantuan mereka, skripsi ini mungkin tidak selesai. Saya berharap skripsi ini bermanfaat bagi orang-orang yang membutuhkan dan menjadi referensi bagi teman-teman mahasiswa yang akan mengerjakannya.

## Daftar Pustaka

- Adityatama, F. (2017). Hubungan Power Otot Tungkai, Koordinasi Mata Kaki Dan Kekuatan Otot Perut Dengan Ketepatan Menembak Bola. *JUARA: Jurnal Olahraga*, 2(2), 82-92.
- Ahmad, M, R., Dadang, H, P., & Fitrianto, A, T. (2023). Perbandingan Tingkat Kondisi Fisik Dan Ketepatan Shooting Pada Team Futsal Ukm Sport Dan Team Futsal Por Uniska Banjarmasin. *Journal Activator, Universitas Islam Kalimantan MAB*.
- Idrus, A., & Mohamad, N. I. (2015). The Influence Of Supporting Leg on Strength and Balance During Maximal Instep Kick Towards Kicking Performance Among Upsi Futsal Recreational Players. *Jurnal Sains Sukan & Pendidikan Jasmani*, 4(1), 25-40.
- Kahfi, M. L. (2022). Kontribusi Power Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata Dan Kaki Terhadap Hasil Shooting Dalam Permainan Sepak Bola Pada Anggota Ssb Arba Sepak Bola Garut (Studi Deskriptif pada Anggota SSB ARBA Sepak Bola Garut). *Doctoral dissertation, Universitas Siliwangi*.
- Mahanani, R. A., & Indriarsa, N. (2021). Hubungan Konsentrasi Terhadap Ketepatan Shooting Pada Ekstrakurikuler Futsal Putri. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 9(01), 139-149.
- Muliani, S., Erliana, M., & Arifin, R. (2022). Kondisi Fisik Atlet Futsal Putri Di Kabupaten Barito Kuala. *Stabilitas: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 3(2), 166-173.
- Naiwan, S. (2012). Tingkat Kondisi Fisik Atlet PS. UIR Pekanbaru. *Diss. Universitas Islam Riau*.
- Persada, B. G., & Kriswantoro, K. (2019). Hubungan Motor Ability Dengan Keterampilan Teknik Dasar Bermain Futsal Pada Klub Atlas Muda Futsal Semarang Tahun 2019. *Journal of Sport Coaching and Physical Education*, 4(2), 132-141.
- Rosita, T., Hernawan, H., & Fachrezzy, F. (2019). Pengaruh keseimbangan, kekuatan otot tungkai, dan koordinasi terhadap ketepatan shooting futsal. *JTIKOR (Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan)*, 4(2), 117–126.
- Sinurat, R. (2016). Pengaruh Latihan S-Curve Runs And Sprint-In-Out Terhadap Kecepatan Pada Atlet Sekolah Sepakbola (Ssb) Chevron Pekanbaru. *Journal Sport Area Penjaskesrek FKIP Universitas Islam Riau*, 53-58.
- Syamsudin, M. (2017). Hubungan Antara Kecepatan Lari Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Siswa Putra M. Ts Walisongo Kelas Ix-C Sugihwaras Bojonegoro Tahun Ajaran 2016/2017. FKIP Penjaskesrek, Universitas Nusantara PGRI Kediri, 1-9.
- Utomo, E. B. (2017). Kontribusi tingkat konsentrasi terhadap ketepatan shooting futsal. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 7(3), 74-80.
- Wahyudi, D. (2021). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Kemampuan Shooting Sepakbola Pemain SSB Bina Bakat U-15 Kota Pekanbaru. Universitas Islam Riau.