

HUBUNGAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN FUTSAL CLUB FUTSAL SDN 78 NGAULENG

Fadly Hidayat¹, Andi Mutmainna², Andi Ogo Darminto³
^{1, 2, 3}Universitas Muhammadiyah Bone, Bone, Sulawesi Selatan, Indonesia.
Email: fadlyhidayat939@gmail.com

Article History

Received: 15-02-2025

Revision: 21-02-2025

Accepted: 24-02-2025

Published: 01-03-2025

Abstract. This study aims to determine the relationship between leg muscle strength and the ability to dribble when playing football. The research used was quantitative research using a correlation test involving 15 students. Data collection techniques were carried out using instruments for assessing dribbling ability and leg muscle strength (skipping), for data analysis techniques using descriptive analysis and inferential analysis using the SPSS application. The results of the analysis showed that leg muscle strength obtained a significance level value of ($0.039 < 0.05$) while ball dribbling ability obtained a significant value of 0.039, where the probability value was smaller than the significance level value, namely 0.05 or ($0.039 < 0.05$). It can be stated that leg muscle strength has a relationship with the ability to dribble the ball. To test the interpretation of the correlation coefficient according to the level of relationship, it was found that both relationships were negative with a value of -536 in the interval 0.40 – 0.59. So, based on the person's level of interpretation of the coefficient, it is stated that the level of relationship between the research variables is in the medium category.

Keywords: Leg Muscle Strength, Dribbling

Abstrak Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola dalam bermain bola. Penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan uji korelasi dengan melibatkan siswa sebanyak 15 orang. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrument penilaian kemampuan menggiring bola dan kekuatan otot tungkai (*skipping*), untuk teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif dan analisis inferensial dengan menggunakan aplikasi SPSS. Hasil analisis menunjukkan bahwa kekuatan otot tungkai mendapatkan nilai taraf signifikansi ($0,039 < 0,05$) sedangkan kemampuan menggiring bola diperoleh nilai signifikan sebesar 0,039 dimana nilai probabilitas lebih kecil dari nilai taraf signifikan yaitu 0,05 atau ($0,039 < 0,05$). Hal ini dapat dinyatakan bahwa kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola memiliki hubungan. Untuk menguji interpretasi koefisien korelasi sesuai tingkat hubungannya didapatkan bahwa kedua hubungan tersebut bersifat negatif dengan nilai -536 berada pada interval 0,40 – 0,59. Sehingga berdasarkan tingkat person interpretasi koefisien tersebut dinyatakan bahwa tingkat hubungan variabel penelitian tersebut berada pada kategori sedang.

Kata Kunci: Kekuatan Otot Tungkai, Menggiring Bola

How to Cite: Hidayat, F., Mutmainna, A., & Darminto, A. O. (2025). Hubungan Kekuatan Otot Tungkai terhadap Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Futsal Club Futsal SDN 78 Nagauleng. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 6 (2), 1892-1899. <http://doi.org/10.54373/imeij.v6i2.2764>

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan salah satu bentuk kegiatan fisik yang tentunya bertujuan untuk meningkatkan kesehatan tubuh, kebugaran, dan membangun aura positif setiap individu. Dengan berolahraga kita bisa merasakan kesehatan dan kenyamanan bagi tubuh kita sendiri, selain kesehatan yang diperoleh tentu kita mendapatkan teori yang menjadi pedoman bagi kita dalam berolahraga (Haratua et al., 2025). Olahraga adalah kegiatan yang melibatkan pikiran, raga, dan jiwa secara terintegrasi dan sistematis dalam mendorong serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial budayanya (Pahrudin et al., 2024). Dengan demikian, belajar olahraga tidak hanya tentang pengembangan keterampilan fisik, tetapi juga mencakup berbagai aspek lain yang mendukung pertumbuhan holistik peserta didik seperti meningkatkan kebugaran tubuh, daya tahan tubuh, menjaga kesehatan mental, keterampilan sosial dan disiplin etika kerja. Menurut Buya et al., (2021) Kegiatan olahraga memberikan dampak yang sangat baik bagi peserta didik, hal ini dilansir dari berbagai kenyataan yang terjadi bahwa hampir sebagian besar anak laki-laki menyukai cabang olahraga salah satunya adalah permainan futsal/sepak bola.

Teknik dasar yang diterapkan pada permainan futsal adalah teknik 3 dasar mengumpan, teknik dasar menahan bola, menggiring bola, dan menembak bola (Hardika et al., 2023). Teknik dasar akan diterapkan oleh para pemain maupun pelatih dalam menghadapi suatu pertandingan agar lebih indah dan menarik salah satu teknik dasar yang menjadi pengendali sekaligus mengontrol alur permainan adalah teknik menggiring bola (Gunawan, 2018). Untuk menciptakan kemampuan menggiring bola yang baik, pemain perlu melatih kekuatan otot tungkainya yang melingkupi anggota bagian bawah tubuh seperti paha, betis dan kaki. Bagian yang mencakup otot tungkai tersebut memberikan peran penting dalam melakukan aktivitas fisik seperti halnya dalam bermain futsal/sepak bola (Erfayliana & Kusumawati, 2022). Bermain futsal dengan menggunakan kekuatan otot tungkai tentu sangat diperlukan dalam bermain, hal ini dikarenakan hampir seluruh pergerakan pemain di dominasi oleh anggota tubuh ini seperti pada saat menendang bola, menjaga ketahanan, latihan kekuatan, kelincahan, selain itu dapat secara langsung meningkatkan kemampuan menggiring bola. (Angriawan & Asri, 2022). Seperti halnya yang dilakukan oleh para pemain atlet salah satunya yaitu Jaelandi Ladjanibi yang merupakan pemain timnas futsal Indonesia. Kini dia dikenal sebagai pemain yang berprestasi anchor lincah dan cepat dengan kemampuannya saat menyerang dan bertahan serta memiliki kemampuan menggiring bola yang baik, sehingga dia bisa menjadi salah satu kapten timnas (Rosita et al., 2019).

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan di SDN 78 Nagauleng, sekolah memiliki sebuah *club* futsal yang bisa menjadi wadah bagi siswa untuk mengembangkan kemampuannya dalam bermain salah satu cabang olahraga. Siswa biasanya menggunakan waktu luang dan waktu istirahat mereka untuk bermain futsal. Ketika peneliti mengamati 5 siswa yang sedang bermain, dia menyadari bahwa keterampilan penguasaan bola mereka masih belum memadai karena kemampuan mereka dalam menggunakan gerakan kaki masih kurang optimal. Selain itu, pengajaran atau pemberian teknik *dribbling* yang jarang membuat siswa tidak menyadari seberapa kuat otot kaki mereka dalam menggiring bola. Penguasaan teknik siswa dalam mengontrol bola, mengumpan bola, dan menguasai bola masih perlu ditingkatkan. Rata-rata pemain futsal saat ini terkadang menendang bola dengan menggunakan otot tungkai tidak sempurna sehingga saat menendang terkadang bola meluncur tidak mengarah tepat ke sasaran (Raihan et al., 2024).

Di samping itu, hasil observasi yang ditemukan di lapangan juga menunjukkan bahwa selama proses permainan berlangsung, masih ada beberapa pemain yang menggiring bola terlalu jauh sehingga ketepatan operan bolanya kurang maksimal. Berdasarkan beberapa alasan tersebut, peneliti berupaya memaksimalkan proses bermain futsal khususnya dalam melatih kemampuan bermain *club* futsal di sekolah sasaran. Di samping itu, fokus peneliti adalah melatih dan meningkatkan penguasaan pemain serta melihat hubungan menggiring bola melalui pelatihan kekuatan otot tungkai. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan Futsal *Club* Futsal SDN 78 Nagauleng.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif dengan tujuan untuk menyelidiki dan membuktikan sejauh mana keterkaitan variable bebas terhadap variabel terikat dengan menerapkan metode *Survey Crosssectional*. Penelitian ini dilaksanakan di SDN 78 Nagauleng, Populasi dalam penelitian ini sebanyak 15 orang yang diambil berdasarkan teknik *Total Sampling* dari kelas IV, V, dan VI, dipilih sesuai jumlah populasi. Metode yang digunakan yaitu metode survei dengan mengumpulkan data dari hasil pengukuran otot tungkai berupa penilaian tes *Skipping* dan menggiring bola. Data tersebut diambil dan dikumpulkan setelah proses pelaksanaan tes dan pengukuran di lapangan. Kemudian, hasil yang diperoleh diolah menggunakan analisis data deskriptif dan analisis inferensial. Analisis inferensial terdiri dari uji normalitas, uji linearitas dan uji korelasi.

HASIL DAN DISKUSI

Kekuatan Otot Tungkai

Hasil yang didapatkan oleh *Club Futsal SDN 79 Nagauleng* dengan melihat kemampuan siswa dalam menggunakan otot tungkai saat bermain futsal disajikan pada tabel berikut:

Tabel 1. Data statistik deskriptif kekuatan otot tungkai

Statistik Deskriptif	Nilai Statistik
Jumlah Sampel	15
Nilai Minimum	35
Nilai Maximum	56
Rata-rata	43
Standar Deviasi	7,70
Median	45
Mean	39

Olahan: *SPSS statistic Version 2B*

Berdasarkan tabel 1. Kemampuan tungkai kaki dalam bermain futsal di peroleh sebesar 43, nilai sering muncul sebesar 45 dan nilai tengah yaitu 39. Standar deviasi sebesar 7,70, nilai tertinggi sebesar 56 dan nilai terendah sebesar 36.

Tabel 2. Distribusi frekuensi dan persentase kekuatan otot tungkai

No	Interval	Persentase	Frekuensi	Kategori
1.	>39,77	67%	10	Baik Sekali
2.	27,82 – 39,77	33%	5	Baik
3.	15,88 – 27,81	0	0	Cukup
4.	3,93 – 15,87	0	0	Kurang
5.	<3,93	0	0	Kurang Sekali

Sumber: Haratua et al., (2025)

Sesuai tabel 2. distribusi frekuensi dan persentase, dapat dilihat bahwa rata rata kemampuan *club futsal SDN 78 Nagauleng* dalam menggunakan kemampuan tungkai saat bermain futsal berada pada kategori baik sekali dari jumlah frekuensi sebanyak 10 orang dengan interval > 39,77 dan persentase 67%. Sedangkan Kategori baik memiliki jumlah frekuensi yaitu 5 orang dengan persentase 33%, sedangkan pada kategori cukup, kurang, kurang sekali tidak memiliki frekuensi dan persentase.

Menggiring Bola

Hasil yang didapatkan oleh *Club Futsal SDN 79 Nagauleng* dengan melihat kemampuan siswa dalam menggiring bola sebagai berikut:

Tabel 3. Data statistik deskriptif kemampuan menggiring bola

Statistik Deskriptif	Nilai Statistik
Jumlah Sampel	15
Nilai Minimum	78
Nilai Maximum	98

Rata-rata	88
Standar Deviasi	6,94
Median	88
Mean	78

Olahan: SPSS statistic Version 2B

Berdasarkan tabel 3. Rata-rata hasil yang di peroleh oleh siswa *club* futsal SDN 78 Nagauleng sebesar 88, nilai tengah sebesar 88 dan nilai paling sering muncul yang didapatkan oleh siswa yaitu 78. Standar devisiasi sebesar 6,94, nilai tertinggi sebesar 98 dan nilai terendah sebesar 78.

Tabel 4. Distribusi frekuensi dan persentase kemampuan menggiring bola

No	Interval	Persentase	Frekuensi	Kategori
1.	96 – 100	13%	2	Baik Sekali
2.	86 – 95	60%	9	Baik
3.	76 – 85	27%	4	Cukup
4.	66 – 75	0	0	Kurang
5.	56 – 65	0	0	Kurang Sekali

Sumber: Rosita et al., (2019)

Berdasarkan tabel 4, distribusi frekuensi dan persentase hasil kemampuan menggiring bola, dapat dilihat bahwa skor rata rata kemampuan *club* siswa menggiring bola diperoleh bahwa berada pada kategori baik dengan jumlah frekuensi sebanyak 9 orang dengan persentase 60%. Kategori baik sekali dengan jumlah frekuensi 2 orang persentase 13%. Untuk kategori sedang sebanyak 4 orang dengan persentase 27%, sedangkan kategori kurang dan kurang sekali tidak terdaptnya hasil yang diperoleh.

Hasil penelitian yang telah dilakukan dapat dijelaskan bahwa kekuatan otot tungkai memperoleh hasil dengan kategori baik sekali. Tahapan penelitian tersebut dilakukan dengan mencoba observasi lebih lanjut untuk mengetahui keadaan yang terjadi pada siswa dalam bermain futsal, kemudian ditindak lanjuti untuk melanjutkan penelitian dengan memberikan konsep ilmu terkait futsal, tata cara dan cara melaksanakan dengan baik dan benar. Pelaksanaan penelitian ini siswa diajak ke lapangan untuk melakukan pemanasan sebelum tes, terlebih dulu siswa diberi kesempatan melakukan tes sebagai bentuk percobaan/latihan sebelum memulai tes baik tes squat maupun tes *skipping* dengan mengukur seberapa besar kekuatan siswa dalam menggunakan otot tungkai.

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan dengan menggunakan SPSS sebagai alat bantu untuk mengukur hasil penelitian, diperoleh bahwa rata rata kemampuan siswa di peroleh sebesar 43 dengan persentase 67% berada pada kategori baik sekali dimana nilai tertinggi sebesar 56 dan nilai terendah sebesar 36. Hal Ini dinyatakan bahwa rata rata siswa yang gabung dalam lingkup *club* futsal memiliki kemampuan dalam latihan penuh dan

cepat tanggap terutama saat melakukan praktik, selain itu anggota *club* tersebut rata rata sering melakukan latihan sederhana seperti *squat* dan *skipping* yang mengakibatkan siswa lebih cepat tanggap. Sedangkan untuk kemampuan menggiring bola berada pada kategori baik. Tahapan pelaksanaan penelitian ini sama dengan tahapan kekuatan tungkai dengan memberikan teori kepada siswa terkait apa itu menggiring bola, teknik menggiring dan langkah menggiring bola yang baik dan benar, kemudian siswa diajak kelapangan untuk melakukan percobaan/latihan sebelum melakukan tes. Saat tes berlangsung siswa akan dites secara perseorangan dengan mengukur menggunakan *stopwatch*.

Sesuai hasil analisis yang telah dilakukan dengan menggunakan SPSS diperoleh bahwa nilai tertinggi didapatkan oleh siswa sebesar 98 dan nilai terendah 78 dengan rata rata perolehan hasil yaitu 88 dengan persentase 60% berada pada kategori baik. Hal ini dinyatakan bahwa perolehan yang didapatkan *club* futsal berada pada kategori baik dan kini sudah jelas memiliki perkembangan yang lebih baik dari sebelumnya siswa pun sudah mulai menggunakan kekuatan menggiring bola dengan cara baik dan benar meskipun masih ada beberapa siswa yang belum begitu baik, baik dari segi latihan yang kurang dan masih kaku dalam melaksanakan. Namun, Secara perlahan siswa tersebut akan menyesuaikan dengan tingkat perkembangan dengan menggiring bola. Menggiring bola menjadi salah satu hal yang sangat mutlak untuk dikembangkan agar pemain futsal mampu mencapai hasil tendangan yang memukau penonton maupun pemain lawan. Untuk meningkatkan kekuatan otot tungkai maka hal yang perlu disiapkan adalah sering melakukan latihan dan tetap menjaga kebugaran fisik agar tetap prima guna meningkatkan kekuatan otot tungkai, melatih keseimbangan, sekaligus mempermudah pemain dalam menguasai bola nantinya (Jefri et al., 2024). Hal ini tentu akan membuat kekuatan otot akan bekerja dengan baik dan saat sedang bermain tidak sering merasa kewalahan, cedera ataupun keram pada bagian betis (Faturrohman et al., 2023). Dalam menggunakan otot tungkai banyak para pemain futsal melatih otot tungkai dengan memperbanyak latihan seperti halnya dalam bermain *skipping* untuk meningkatkan kekuatan menggiring bola. *Skipping* merupakan salah satu olahraga yang mampu melatih otot tungkai terutama meningkatkan kekuatan, kelincahan, dan keseimbangan agar saat bermain futsal pemain tidak cepat merasa lelah saat berlari hingga mampu mengendalikan bola dekat dengan lawan (Azhuari et al., 2022).

Berdasarkan hasil analisis inferensial yang telah dilakukan pada uji prasyarat yaitu uji normalitas dengan menggunakan *shapiro wilk* menunjukkan bahwa nilai signifikan *club* futsal SDN 78 Nagauleng dengan kekuatan tungkai sebesar 0,68 ($p \text{ value} > 0,05$) sedangkan nilai

signifikan yang diperoleh yaitu 0,164, dapat dinyatakan bahwa siswa *club* futsal SDN 78 Nagauleng memiliki taraf nilai signifikan berdistribusi normal. Sedangkan uji prasyarat selanjutnya yaitu uji linearitas dengan melihat nilai pada *defiation from linearity* menunjukkan bahwa nilai signifikansi yang diperoleh pada kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola adalah 0,130 dimana nilai probabilitas $0,013 > 0,05$. Maka dapat dikatakan bahwa data tersebut linear. Kemudian uji korelasi dilakukan untuk melihat tingkat hubungan pada variabel penelitian tersebut. Uji korelasi menunjukkan bahwa kekuatan tungkai mendapatkan nilai taraf signifikansi sebanyak 0,039 dimana nilai probabilitas lebih kecil dari nilai taraf signifikan yaitu 0,05 atau $(0,039 < 0,05)$ sedangkan kemampuan menggiring bola diperoleh nilai signifikan sebesar 0,039 dimana nilai probabilitas lebih kecil dari nilai taraf signifikan yaitu 0,05 atau $(0,039 < 0,05)$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa memiliki hubungan yang signifikan terhadap kekuatan tungkai dan kemampuan menggiring bola pada siswa club futsal SDN 78 Nagauleng. Namun, Mengingat hubungan tersebut maka uji korelasi memiliki interpretasi koefisien korelasi sesuai tingkat hubungan didapatkan bahwa kedua hubungan tersebut bersifat negatif dengan nilai -536 berada pada interval 0,40 – 0,59. Sehingga berdasarkan tingkat person interpretasi koefisien tersebut dinyatakan bahwa tingkat hubungan variabel penelitian tersebut berada pada kategori sedang.

KESIMPULAN

Berdasarkan rumusan masalah dan analisis data yang telah dilakukan oleh peneliti, dapat disimpulkan bahwa rata rata hasil kekuatan otot tungkai diperoleh sebesar 43 dengan persentase 67% berada pada kategori baik. Sedangkan untuk hasil dari kemampuan menggiring bola di peroleh rata rata sebesar 88 dengan persentase 60% berada pada kategori baik. Hal ini ditunjukkan dengan nilai signifikansi pada kekuatan otot tungkai dan kemampuan menggiring bola memiliki nilai signifikansi sama sama sebesar 0,039, dapat disimpulkan bahwa kedua variabel tersebut memiliki hubungan, meskipun terdapat inteprestasi koefisien korelasi tingkat hubungan yang didapatkan bahwa kedua hubungan tersebut bersifat negatif dengan nilai -536. Sehingga berdasarkan tingkat person interpretasi koefisien tersebut dinyatakan bahwa tingkat hubungan variabel penelitian tersebut berada pada kategori sedang.

REFERENSI

- Angriawan, T., & Asri, A. (2022). *Pengaruh Kekuatan Tungkai dan Kelincahan terhadap Kemampuan Menggiring Bola pada Permainan Futsal Mahasiswa STKIP YPUP Makassar.*
- Azhuari, F., Syaputra, R., & Apriansyah, D. (2022). Hubungan Power Otot Tungkai terhadap Keterampilan di Tim Futsal SMAN 2 Seluma. In *Educative Sportive-Edusport* (Vol. 2022, Issue 3).
- Buya, P. A., Tamunu, D., & Sumarauw, F. D. (2021). Pengaruh Latihan Permainan Target terhadap Ketetapan Shooting Permainan Futsal. *Physical Jurnal Ilmu Kesehatan Olahraga*, 2(1), 1–15.
- Erfayliana, Y., & Kusumawati, O. (2022). Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola Peserta Didik Kelas Atas Sekolah Dasar. In *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Dasar* (Vol. 7, Issue 2). [Http://Ejournal.Radenintan.Ac.Id/Index.Php/Terampil/Index](http://Ejournal.Radenintan.Ac.Id/Index.Php/Terampil/Index)
- Fahry, A., & Pratama, S. (2023). *Hubungan Koordinasi Mata-Kaki dan Kekuatan Otot Tungkai Dengan Kecepatan Menggiring Bola.*
- Gunawan, G. (2018). Hubungan Power Tungkai dan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola pada Permainan Futsa. *Jurnal Speed*, 1(1), 9–10.
- Haratua, C. S., Lestari, S., Gustiningrum, S. J., Dayanti, N., & Cahyani, N. (2025). Kinerja Guru: Perbaikan dan Evaluasi (Studi Kasus Guru SMP di Kab Bogor). *Indo-Mathedu Intellectuals Journal*, 6(1), 01–07. <https://doi.org/10.54373/Imej.V6i1.2417>
- Hardika, F., Wulandari, I., Emral, & Atradinal. (2023). *Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki terhadap Shooting Futsal Tim Sahobi United Padang.*
- Jefri, H., Hidayat, H., Aspa, A. P., Olahraga, J. P., & Riau, U. (2024). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai terhadap Akurasi Shooting pada Tim Ekstrakurikuler Futsal di Mtsn 3 Kuantan Singingi. *Athena: Physical Education and Sports Journal*. <https://doi.org/10.56773/Apesj/V2.I2.33>
- Faturrohman, M.H. S., Nurhidayat, & Indarto, P., (2023). Peningkatan Power Otot Tungkai ditinjau dari Latihan Menggunakan Ankle Weight. *Indonesian Journal of Sport Science and Technology (IJST)*, 2(2), 179–188. <https://doi.org/10.31316/Ijst.V2i2.5612>
- Mustafa, P. S. (2023). Tinjauan Literatur Analisis Uji R Berganda dan Uji Lanjut dalam Statistik Inferensial pada Penelitian Pendidikan Jasmani. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 2023(5), 571–593. <https://doi.org/10.5281/Zenodo.7758162>
- Pahrudin, F. A., Yasriuddin, & Nur, M. (2024). *Analisis Teknik Dasar Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola pada Siswa SMP Negeri 1 Suli Kabupaten Luwu.* <https://jurnal.sainsglobal.com/index.php/gjss>
- Raihan, B. S., Atradinal, Syamsuar, & Arnando, M. (2024). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai terhadap Kemampuan Tendangan Bola pada Pemain Futsal Siswa Ekstrakurikuler Futsal SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang. *JPO Jurnal Pendidikan dan Olahraga*, 7(10), 2–8.
- Rosita, T., Hernawan, & Fachrezzy, F. (2019). Pengaruh Keseimbangan, Kekuatan Otot Tungkai dan Koordinasi terhadap Ketepatan Shooting Futsal. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 4(2), 1–10.