

HUBUNGAN DAYA LEDAK TUNGKAI DENGAN KETERAMPILAN SMASH DALAM PERMAINAN SEPAK TAKRAW PADA ATLET SEKOLAH KEBERBAKATAN OLAHRAGA SULAWESI TENGGARA

Basman

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Sulawesi Tenggara
 email: basman.beth@yahoo.co.id

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah hubungan daya ledak perebutan dengan keterampilan smash sepak takraw pada atlet Sekolah Bakat Olahraga Sulawesi Tenggara. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah atlet sepak bola putra Sekolah Bakat Olahraga Sultra sebanyak 16 orang. Instrumen tes yang digunakan untuk mengukur daya ledak iklim adalah instrumen tes lompat vertikal. Instrumen yang digunakan untuk mengukur keterampilan smash sepaktakraw adalah instrumen tes keterampilan smash sepaktakraw.

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data yang dilakukan pada penelitian ini, pengujian normalitas data dengan menggunakan uji Kolmogorov-Smimov diperoleh nilai KS-Z = 0,779 ($p = 0,578 > 0,05$). Dari data perhitungan linearitas diperoleh nilai f-hitung ($f\text{-hitung } 17,957 > f\text{-tabel } 4,543$). Data hasil perhitungan uji korelasi product moment dengan r tabel diperoleh nilai signifikan sebesar 0,001 ($p = 0,001 < 0,05$), dan nilai r hitung sebesar 0,491 lebih besar dari nilai r tabel sebesar 0,468 ($r\text{-hitung } 0,750 > r\text{-tabel } 0,497$). Dari seluruh tes yang telah dilakukan diperoleh hubungan yang signifikan antara daya ledak kejang dengan keterampilan smash sepak takraw pada atlet putra Sekolah Bakat Olahraga Sultra sebesar 56,2%.

Kata Kunci: Sepak Takraw; Menghancurkan; Kekuatan Eksplosif dari Kaki

Abstract

The aim of this research is to find out whether there is a relationship between seizure explosive power and sepaktakraw smash skills in Southeast Sulawesi Sports Talent School athletes. The number of samples in this study was 16 men's football athletes from the Southeast Sulawesi Sports Talent School. The test instrument used to measure climate explosive power is the vertical jump test instrument. The instrument used to measure sepaktakraw smash skills is the sepaktakraw smash skill test instrument.

Based on the research results and results of data analysis carried out in this study, testing data normality using the Kolmogorov-Smimov test obtained a KS-Z value = 0.779 ($p = 0.578 > 0.05$). From the linearity calculation data, the f-count value was obtained ($f\text{-count } 17.957 > f\text{-table } 4.543$). Data from the calculation of the product moment correlation test with the r-table, obtained a significant value of 0.001 ($p = 0.001 < 0.05$), and an r-calculated value of 0.491 which is greater than the r-table value of 0.468 ($r\text{-calculated } 0.750 > r\text{-table } 0.497$). From all the tests that have been carried out, a significant relationship was obtained between seizure explosive power and sepak takraw smash skills in male athletes at the Southeast Sulawesi Sports Talent School of 56.2%.

Keywords: Sepak Takraw; Smash; Explosive Power of the Legs

PENDAHULUAN

Atlet merupakan salah satu profesi yang sudah sangat banyak diminati oleh masyarakat Indonesia. Sudah banyak atlet di tanah air yang berprofesi sebagai atlet yang telah merubah hidup mereka, dari yang tidak dikenal menjadi pahlawan bangsa dibidang olahraga, yang hidup sederhana sekarang telah hidup mapan, dan yang paling penting adalah yang menjadikan olahraga sebagai hobinya sekarang telah menjadikan olahraga sebagai gaya hidup mereka. Olahraga adalah wadah untuk mengekspresikan diri, dan olahraga adalah salah satu cara untuk mengenalkan bangsa ke dunia (Rusli Lutan, 1988), dalam Aji Tri (2014).

Permainan sepak takraw sebagai salah satu cabang olahraga yang cukup digemari oleh masyarakat Sulawesi Tenggara pada umumnya dan masyarakat Sekolah Keberbakatan Olahraga Sulawesi Tenggara pada khususnya, hingga sampai pelosok desa, permainan sepak takraw sudah terkenal dimasyarakat luas dan dapat dimainkan oleh tingkat umur baik putera maupun puteri dari berbagai lapisan masyarakat. Di Sulawesi, sepak takraw dikembangkan lagi sehingga dikenal menjadi olahraga tradisional masyarakat Bugis dengan nama *Ma'Raga*, sedangkan di Sumatera Barat olahraga ini dikenal dengan sebutan Sepak Rago (PB. Persetasi, 1996) dalam Rinaldo (2014).

Olahraga sepak takraw di Indonesia pada awalnya disebut sepak raga, sepak tago, dsb-nya, tergantung di daerah mana sepak takraw dimainkan. Pada abad XV tepatnya di Semenanjung Malaka dan daerah pesisir pantai lainnya, di Indonesia sudah berkembang suatu permainan yaitu sepak raga, namun apakah permainan ini cikal bakal permainan sepak takraw atau bukan belum diketahui secara pasti (PB. Persetasi, 1996) dalam Rinaldo (2014).

Namun apabila melihat jenis, karakter serta bentuk permainannya sepak raga ini bisa dijadikan sebagai cikal bakal permainan sepak takraw yang sekarang ini kita kenal. Pada tahun 1970-an, olahraga sepak takraw ini mulai masuk ke wilayah-wilayah di Indonesia. Olahraga sepak takraw ini dibawa oleh bangsa Malaysia dan Singapura yang sedang berkelana ke negara Indonesia ini. Namun biarpun begitu, permainan sepak takraw ini juga sebenarnya sudah dikenal oleh bangsa Indonesia sejak dulu. Hanya saja, sepak takraw di Indonesia kala itu hanya sebatas permainan tradisional saja. Sejak kedatangan bangsa Malaysia dan Singapura yang membawa masuk permainan ini ke Indonesia, olahraga sepak takraw ini mulai banyak diminati. Di Sulawesi dan Sumatera lah sepak takraw paling cepat berkembang (PB. Persetasi, 1996), dalam Rinaldo (2014).

METODE PENELITIAN

Penelitian yang akan dilakukan ini digunakan teknik *Korelasi Product Moment Pearson* yaitu Kedua variabelnya berskala interval. Penggunaan korelasi *Product Moment Pearson* untuk menyatakan ada atau tidaknya hubungan antara variabel "X" dengan variabel "Y" dan untuk menyatakan besarnya sumbangan variabel satu terhadap yang lainnya yang dinyatakan dalam persen. Tujuan penelitian korelasional adalah untuk menyelidiki sejauh mana variasi-variasi pada suatu faktor berkaitan dengan variasi-variasi pada satu atau lebih berdasarkan pada koefisien korelasi (Narbuko dan Achmadi, 2007).

Lokasi penelitian ini dilaksanakan GOR Lapangan Sepak Takraw Sekolah Keberbakatan Olahraga Sulawesi Tenggara. Pemilihan terhadap tempat tersebut karena pertimbangan lokasi adalah tempat latihan penelitian, dan juga merupakan tempat latihan atlet sepak takraw Sekolah Keberbakatan Olahraga Sulawesi Tenggara Sulawesi Tenggara. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2023.

Rumidi (2002) menyatakan bahwa populasi adalah keseluruhan objek penelitian baik terdiri dari benda yang nyata, abstrak, peristiwa ataupun gejala yang merupakan sumber data dan memiliki karakter tertentu dan sama. Populasi yang digunakan dalam

penelitian ini adalah atlet sepak takraw Sekolah Kejuruan Olahraga Sulawesi Tenggara Sulawesi Tenggara. Sunarno (2011) bahwa: “Sampel adalah sebagian atau wakil dari kelompok lingkungan populasi yang diteliti”. Alasan dan penggunaan sampel adalah keterbatasan waktu, tenaga dan banyaknya populasi. Karena jumlah populasi dalam penelitian ini relatif sedikit/kecil, maka dalam penelitian ini penarikan sampel dipilih dengan cara *Sampel Populasi/ Sampling Jenuh*, yakni seluruh atlet putra sepak takraw Sekolah Kejuruan Olahraga Sulawesi Tenggara Sulawesi Tenggara yang berjumlah 16 orang.

Data-data yang akan dikumpulkan dalam penelitian ini sesuai dengan variabel yang terlibat. Mengenai tes yang digunakan akan dijelaskan satu persatu secara berurutan sebagai berikut:

1) Pengukuran Daya Ledak (*Power*). Tes Lompat Tegak (*Vertical Jump*). Halim (2011).

- Tujuan : Untuk mengukur daya ledak tungkai
- Fasilitas/Alat : Ruangan yang rata, papan berskala, kapur halus/, alat penghapus, blanko, pulpen/ pensil
- Petugas : Pemandu test dan pencatat skor
- Pelaksanaan : Peserta test berdiri tegak menyamping dinding yang telah ditempel papan berskala sentimeter. Tiga jari bagian tengah menyentuh kapur halus, ujung jari tengah meraih setinggi mungkin papan berskala, kedua telapak kaki tetap rapat dilantai, jarak raihan ditandai dan dicatat. Kemudian peserta tes menekuk lutut $\pm 130^{\circ}$ - 140° dan melompat setinggi-tingginya sambil meraih papan berskala. Tandai raihan dan catat, hitung selisih hasil raihan pertama dan hasil raihan kedua. Kesempatan diberikan sebanyak tiga kali. Skor tidak dicatat apabila, kaki jinjrik pada raihan pertama.
- Penilaian : Skor hasil lompatan (selisih raihan) terbaik dari 3 kali percobaan, dicatat sebagai hasil akhir peserta tes.

2) Instrumen Tes Keterampilan Smash Sepak takraw

- Tujuan : Untuk mengukur keterampilan smash sepak takraw.
- Fasilitas/Alat : Lapangan sepak takraw dengan bidang sasaran dengan ukuran yang telah ditentukan, net takraw, beberapa buah bola takraw stopwatch, alat pengukur jarak atau meter, blanko/kertas, serta pulpen/pensil
- Petugas : Pemandu test, pembantu tes, dan pencatat skor
- Pelaksanaan : Peserta test berdiri mengambil tempat di depan net dan siap melakukan smash. Bola dilambungkan pengetes ke arah peserta tes berdasarkan ketinggian yang dikehendaki, biasanya setinggi 3 meter di udara dekat net. Peserta tes melompat dan melakukan gerakan smash melewati atas net lapangan lawan. Setiap peserta tes melompat melakukan 5 (lima) kali ulangan smash.
- Cara penilaian : Stopwatch dijalankan pada waktu bola tersentuh kaki peserta tes yang melakukan smash dan *stopwatch* dihentikan saat bola menyentuh lantai. Nilai diambil dari angkat yang tercatat di bidang sasaran dimana bola jatuh dan waktu kecepatan bola jatuh ke bidang sasaran. Jika bola jatuh tepat pada garis yang membatasi 2 bidang sasaran maka nilai yang dicatat adalah angka tertinggi.
- Penilaian : Nilai keseluruhan diperoleh dengan cara menjumlahkan nilai sasaran dengan nilai waktu dari 5 kali kesempatan melakukan smash, dicatat sebagai hasil akhir peserta tes.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini teknik analisis korelasi *product moment* digunakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Pengambilan keputusannya adalah: jika nilai signifikan kurang dari atau sama dengan nilai taraf signifikan 0,05 ($p = \text{signifikan} < 0,05$), maka H_0 ditolak dan H_a diterima, sebaliknya jika, nilai signifikan lebih besar dari nilai taraf signifikan 0,05 ($p = \text{signifikan} > 0,05$), maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Sementara untuk membandingkan r -hitung dengan r -tabel dasar pengambilan keputusan yaitu, jika r -hitung $>$ r -tabel, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, dan jika r -hitung $<$ r -tabel, maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Hipotesis pertama yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

H_0 : Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak tungkai dengan keterampilan *smash* dalam permainan sepak takraw pada atlet putra Sekolah Keberbakatan Olahraga Sulawesi Tenggara Sulawesi Tenggara

H_a : Terdapat yang signifikan antara antara daya ledak tungkai keterampilan *smash* dalam permainan sepak takraw pada atlet putra Sekolah Keberbakatan Olahraga Sulawesi Tenggara Sulawesi Tenggara

Dalam penelitian ini, r tabel diperoleh dari nilai r pada $n = 20$, sehingga diperoleh nilai 0,444. Berikut ini adalah hasil pengujian hipotesis di atas dengan uji korelasi *product moment* dengan menggunakan bantuan SPSS 20.0 Version IBM pada taraf kesalahan 5%.

Variabel	N	<i>r</i> -hitung	<i>r</i> - table	Sig.2 (tailed)	Keterangan
Daya Ledak Tungkai (X)					
	16	0,750	0,497	0,001	Signifikan
Keterampilan Smash (Y)					

Gambar I : Hasil Uji Korelasi *Product moment* (a) Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Keterampilan *Smash* dalam Permainan Sepak Takraw pada Atlet Sekolah Keberbakatan Olahraga Sulawesi Tenggara

Hasil penghitungan uji normalitas data, uji linearitas dan uji hipotesis data penelitian pada variabel daya ledak tungkai dengan variabel keterampilan *smash* dalam permainan sepak takraw, diperoleh hasil uji Kolmogorov-Smirnov KS-Z = 0.779 ($p = 0.578 > 0.05$), uji f -hitung sebesar 17,957 yang lebih besar dari f -tabel yang memiliki nilai sebesar 4,543, hasil nilai signifikan 0,001 yang lebih kecil dari nilai taraf signifikan 0,05, dan Nilai r -hitung 0,750 yang lebih besar dari nilai r -tabel 0,497 (r -hitung 0,750 $>$ r -tabel 0,497), serta R-Square sebesar 0,562. Sehingga dalam penelitian ini terdapat hubungan yang signifikan variabel daya ledak tungkai dengan keterampilan *smash* dalam permainan sepak takraw pada Atlet Putra Sekolah Keberbakatan Olahraga Sulawesi Tenggara Sulawesi Tenggara sebesar, 56,2%.

SIMPULAN

Hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan, maka dapat ditarik sebuah kesimpulan dalam penelitian ini bahwa Dari pengujian normalitas data dengan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov diperoleh nilai $KS-Z = 0.779$ ($p = 0.578 > 0.05$). Data hasil penghitungan linieritas, diperoleh hasil nilai f -hitung (f -hitung 17,957 > f -tabel 4,543) dan data hasil penghitungan uji korelasi *product moment* dengan r -tabel, diperoleh hasil nilai signifikan 0,001 ($p = 0,001 < 0,05$), dan nilai r -hitung 0,491 yang lebih besar dari nilai r -tabel 0,468 (r -hitung 0,750 > r -tabel 0,497), sehingga dari semua pengujian yang telah dilakukan maka diperoleh hubungan yang signifikan daya ledak tungkai dengan keterampilan *smash* sepak takraw pada atlet putra Sekolah Keberbakatan Olahraga Sulawesi Tenggara sebesar 56,2%.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih pada pembina maupun pengurus cabang olahraga sepak takraw sehingga memperhatikan faktor-faktor yang di butuhkan untuk *smash* secara tepat dan akurat seperti daya ledak otot tungkai sehingga dapat menciptakan suatu tendangan yang keras, akurat dan tepat ucapan banyak terimah kasih pada atlit ataupun siswa atas kerja samanya sehingga penelitian diharapkan agar menambah porsi latihan lagi di luar kegiatan latihan yang telah diprogram oleh pelatih. Selain itu, atlet harus lebih bisa mengembangkan ilmu dan pengetahuan tentang latihan peningkatan kondisi fisik seperti daya ledak tungkai dan factor lainnya yang menunjang untuk peningkatan keterampilan *smash* sepak takraw.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Eka, Heni, P. 2015. *Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Penguasaan Teknik Smash Kedeng (Studi Pada Ekstrakurikuler Sepak Takraw SMP Negeri 2 Gedeg Kabupaten Mojokerto)*: Skripsi. Universitas Negeri Surabaya
- Giriwijoyo, Santoso., dan Sidik, Dikdik, Zafar. 2012. *Ilmu Kesehatan Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Halim, Nur, Ichsan., dan Anwar, Khairil. 2011. *Tes dan Pengukuran Dalam Bidang Olahraga*. Makassar: Badan Penerbit UNM Makassar.
- Halim, Nur, Ichsan., dan Khairil, Anwar. 2011. *Tes dan Pengukuran Kesegaran Jasmani*. Makassar: Badan Penerbit UNM Makassar.
- Harsono. 2015. *Kepelatihan Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Huda, Richy, Nuur. 2015. *Pengaruh Latihan Bola Gantung Bisa Lepas Terhadap Kemampuan Smash Kedeng Pada Mahasiswa UKM Sepaktakraw Universitas Negeri Yogyakarta*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Ihsan, Andi., dan Santoso, Ruli, Muh. 2016. *Kamus Istilah Olahraga*. Jawa Timur: CV Rizki Aulia.
- Narbuko, Cholid., dan Ahmadi, Abu. 2007. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara
- Putra, Sukma, Satria. 2014. *Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Shooting Futsal Pemain SMA 6 Kota Bengkulu*. Skripsi. Bengkulu: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Bengkulu
- Rahyubi, Heri. 2011. *Teori-Teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik (Deskripsi dan Tinjauan Kritis)*. Majalengka: Nusamedia
- Rinaldo. 2014. *Upaya Meningkatkan Keterampilan Sepak Kuda Melalui Penerapan Variasi Latihan Berpasangan Dalam Sepaktakraw Dikelas VIII 7 SMP Negeri 4 Kota Bengkulu*. Skripsi. Bengkulu: FKIP Universitas Bengkulu.

- Rumidi, Sukandar. 2002. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Roehendi, Aep., Suwandar, Etor. 2017. *Belajar Gerak Berbasis Otot Inti*. Bandung: Alfabeta Bandung.
- Sukadiyanto. 2011. *Pengantar Teori Dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: Lubuk Agung.
- Sunarno, Agung., dan Sihombing, Syaifullah, D. 2011. *Metode Penelitian Olahraga*. Medan: YUMA Pustaka
- Suparminto. 2014. *Hubungan antara Perseptual Motorik Dengan Keterampilan Sepak Sila Siswa SD Negeri 1 Karangjambe Kecamatan Padamara Kabupaten Purbalingga yang Mengikuti Ekstrakurikuler Sepaktakraw*. Skripsi: Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta
- Sulaiman. 2014. *Alat Tes Keterampilan Sepak Takraw Bagi Atlet Sepak Takraw Jawa Tengah*. Journal of Physical Education, Health and Sport. Semarang: FIK UNNES.
- Sutrisno, Hadi. 2002. *Metodologi Research*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Triatmoko, Puput 2015. *Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata-Kaki Dengan Ketepatan Tembakan Penalti Pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepak Bola di SMP N 2 Pandak Tahun 2014*. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY.
- Aji, Tri. 2014. *Peningkatan Ketrampilan Smash Kendeng pada Permainan Sepak Takraw Siswa Sekolah Dasar*. Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia: Semarang: Universitas Negeri Semarang.

