



**HUBUNGAN ANTARA KOORDINASI MATA-KAKI, KESEIMBANGAN  
DINAMIS, DAN KEKUATAN OTOT PUNGGUNG DENGAN  
KETEPATAN *SHOOTING* BOLA PADA PEMAIN PUTRA  
UMUR 14-15 TAHUN CLUB SSB PUTRA  
KARANGAWEN TAHUN 2023**

**SKRIPSI**

**Oleh:**

**MUHAMMAD TRISAKTI**

**D0219188**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN**

**SURAKARTA**

**2023**

**HUBUNGAN ANTARA KOORDINASI MATA-KAKI, KESEIMBANGAN  
DINAMIS, DAN KEKUATAN OTOT PUNGGUNG DENGAN  
KETEPATAN *SHOOTING* BOLA PADA PEMAIN PUTRA  
UMUR 14-15 TAHUN KLUB SSB PUTRA  
KARANGAWEN TAHUN 2023**

**Disusun oleh:**

**MUHAMMAD TRISAKTI**

**D0219188**

**SKRIPSI**

Ditulis dan Diajukan untuk Memenuhi Syarat Mendapatkan Gelar  
Sarjana Pendidikan Program Pendidikan Kepeleatihan Olahraga  
Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN  
SURAKARTA  
2023**

## PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul “Hubungan Antara Koordinasi Mata-Kaki, Keseimbangan Dinamis, Dan Kekuatan Otot Punggung Dengan Ketepatan *Shooting* Bola Pada Pemain Putra Umur 14-15 Tahun Klub SSB Putra Karangawen Tahun 2023”, Karya :

Nama : Muhammad Trisakti

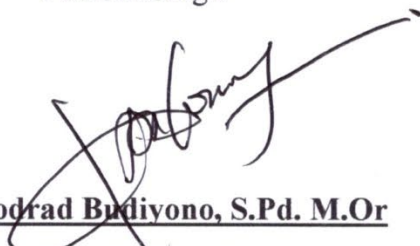
NIM : D0219188

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.

### Persetujuan Pembimbing

Pembimbing I

  
**Kodrad Budiyono, S.Pd. M.Or**  
NIDN.0619068401

Pembimbing II

  
**Pipit Fitria Yulianto S.Pd, M.Or**  
NIDN 0617078202

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Hubungan Antara Koordinasi Mata-Kaki, Keseimbangan Dinamis, Dan Kekuatan Otot Punggung Dengan Ketepatan *Shooting* Bola Pada Pemain Putra Umur 14-15 Tahun Klub SSB Putra Karangawen Tahun 2023”, karya:

Nama : Muhammad Trisakti

NIM : D0219188

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta dan diterima untuk memenuhi persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan.

Pada hari : Selasa

Tanggal : 25 Juli 2023

Tim Penguji Skripsi:

(Nama Terang)

Ketua : Bagus Kuncoro, S.pd, M.Or

Sekretaris : Risa Agus Teguh W. S.pd, M.Or

Anggota I : Kodrad Budiyo, S.pd, M.Or

Anggota II : Pipit Fitria Yulianto, S.pd, M.Or

Tanda Tangan

.....  
.....  
.....  
.....

Disahkan oleh

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Tunas Pembangunan

Dekan



**Dr. Joko Sulistyono, M.Pd**

**NIDK. 8800201019**

## ABSTRAK

**Muhamad Trisakti. HUBUNGAN ANTARA KOORDINASI MATA-KAKI, KESEIMBANGAN DINAMIS, DAN KEKUATAN OTOT PUNGGUNG DENGAN KETEPATAN *SHOOTING* BOLA PADA PEMAIN PUTRA UMUR 14-15 TAHUN KLUB SSB PUTRA KARANGAWEN TAHUN 2023. Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, Juli 2023.**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) Hubungan antara koordinasi mata kaki dengan ketepatan *shooting* dalam permainan sepakbola pada pemain putra usia 14-15 Tahun Klub SSB Putra Karangawen Tahun 2023. (2) Hubungan antara keseimbangan dinamis dengan ketepatan *shooting* dalam permainan sepakbola pada pemain putra usia 14-15 Tahun Klub SSB Putra Karangawen Tahun 2023. (3) Hubungan antara kekuatan otot punggung dengan ketepatan *shooting* dalam permainan sepakbola pada pemain putra usia 14-15 Tahun Klub SSB Putra Karangawen Tahun 2023. (4) Hubungan antara koordinasi mata kaki, keseimbangan dinamis dan kekuatan otot punggung dengan ketepatan *shooting* dalam permainan sepakbola pada pemain putra usia 14-15 Tahun Klub SSB Putra Karangawen Tahun 2023.

Penelitian ini dilaksanakan di SSB Putra Karangawen dan penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni Tahun 2023. Dalam penelitian ini variabel bebas disebut juga sebagai prediktor dan variabel terikat yang disebut juga sebagai kriterium. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik tes dan pengukuran. Adapun jenis tes yang digunakan adalah: (1) Tes dan pengukuran koordinasi mata-kaki dengan *Soccer Wall Voley Test* (Kirkendall, Gruber & Johnson, 1980:247-248). (2) Tes dan pengukuran keseimbangan dinamis menggunakan tes *modifikasi bass test* (Ismiyarti, 2008: 51-53). (3) Tes dan pengukuran kekuatan otot punggung menggunakan Back Dynamometer (Ismaryati, 2008: 100). (4) Tes dan pengukuran kemampuan *shooting* (plooyer, 2005 : 152-157). Petunjuk pelaksanaan masing-masing tes terlampir.

Berdasarkan analisis data dan pengujian hipotesis yang telah dilakukan, maka simpulan yang dapat diperoleh adalah: (1) Ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata kaki dengan ketepatan *shooting*,  $r_{hitung} = 0.423 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$ . (2) Ada hubungan yang signifikan antara keseimbangan dinamis dengan ketepatan *shooting*,  $r_{hitung} = 0.482 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$ . (3) Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot punggung dengan ketepatan *shooting* dari r tabel,  $r_{hitung} = 0.432 < r_{tabel\ 5\%} = 0,361$ . (4) Ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata kaki, keseimbangan dinamis dan kekuatan otot punggung dengan ketepatan *shooting*,  $R^2_{y(123)}$  sebesar 0,410  $> r_{tabel\ 5\%}$  pada taraf signifikansi 5% sebesar 0.361 dan  $F_0$  sebesar 6.0382  $> f_{tabel}$  pada taraf signifikansi 5% sebesar 2,89.

## **MOTTO**

- ❖ Jika anda tak pernah memutuskan berhenti, Anda tak kan pernah terkalahkan.

( Ted Turner )

## **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini saya dedikasikan kepada:

1. Ibu dan Bapak tercinta.
2. Saudara-saudaraku tercinta.
3. Rekan-rekan yang telah memberikan do'a dan dorongan.
4. Almamaterku.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kepada Allah Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia-Nya, skripsi ini dapat diselesaikan untuk memenuhi sebagai persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.

Hambatan dan tantangan yang dihadapi serta menimbulkan kesulitan dalam menyelesaikan skripsi ini dapat diatasi dengan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu atas segala bentuk bantuan selama penelitian dan penyelesaian skripsi ini disampaikan banyak terima kasih kepada:

1. Dr. Joko Sulistyono, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
2. Pipit Fitria Yulianto, S.Pd, M.Or selaku Kaprodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
3. Kodrad Budiyono. S.Pd., M.Or sebagai Dosen Pembimbing I yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
4. Pipit Fitria Yulianto, S.Pd.,M.Or sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
5. Pada Atlet SSB Putra Karangawen Tahun 2023 yang telah membantu dalam penelitian dan pengumpulan data untuk skripsi ini.
6. Seluruh pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu dan telah memberikan bantuan dan dorongan selama penyusunan skripsi ini.

Semoga amal dan kebaikan semua pihak tersebut mendapat imbalan dari Allah Yang Maha Kuasa. Disadari dalam skripsi ini masih banyak kekurangannya, namun demikian diharapkan skripsi ini bisa dimanfaatkan bagi perkembangan ilmu pengetahuan.

Surakarta, Juli 2023

MT



## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGAJUAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK .....	v
MOTTO .....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Kegunaan Penelitian.....	7
BAB II. LANDASAN TEORI.....	7
A. Tinjauan Pustaka.....	7
1. Permainan Sepakbola.....	7
a. Hakikat Permainan Sepakbola .....	7
b. Teknik Shooting Sepakbola .....	18
2. Koordinasi Mata Kaki .....	19
a. Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Koordinasi Mata Kaki.....	20
b. Peranan Koordinasi Mata Kaki dengan Ketepatan Shooting	21

3. Keseimbangan.....	21	
a. Otot Tungkai .....	21	
b. Peranan Kekuatan Otot Tungkai dengan Ketepatan Shooting .....		22
4. Kekuatan Otot Punggung.....	23	
a. Macam-macam Kekuatan.....	24	
b. Faktor-faktor yang mempengaruhi kekuatan .....	25	
c. Peranan kekuatan otot punggung dengan ketepatan shooting .....		27
B. Kerangka Pemikiran.....	29	
1. Hubungan Antara Koordinasi Mata-Kaki dengan Ketepatan Shooting .....	29	
2. Hubungan Antara Keseimbangan Dinamis dengan Ketepatan Shooting .....	29	
3. Hubungan Antara Kekuatan Otot Punggung dengan ketepatan shootng .....	30	
4. Hubungan Antara Koordinasi Mata Kaki, Keseimbangan Dinamis dan Kekuatam Otot Punggung dengan Ketepatan Shooting .....	34	
C. Perumusan Hipotesis.....	35	
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	36	
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	36	
B. Metode Penelitian.....	36	
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	37	
D. Teknik Pengumpulan Data .....	38	
E. Teknik Analisis Data.....	42	
BAB IV HASIL PENELITIAN .....	46	
A. Deskripsi Data.....	46	
B. Reliabilitas Tes.....	46	
C. Uji Prasyarat Analisis.....	47	
1. Uji Normalitas.....	47	
2. Uji Linearitas .....	48	
D. Hasil Analisis Data.....	49	

1. Uji Korelasi Tiap Prediktor.....	50
2. Analisis Regresi .....	50
E. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan.....	52
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN.....	53
A. Simpulan .....	53
B. Implikasi.....	53
C. Saran.....	54
DAFTAR PUSTAKA .....	55
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	57

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Rangkuman Data Hasil Tes X1, X2, X3 dan Y .....	33
Tabel 2. Rangkuman Hasil Uji Reliabilitas.....	34
Tabel 3. Range Reliabilitas Book Wather.....	34
Tabel 4. Rangkuman Hasil Uji Normalitas .....	35
Tabel 5. Rangkuman Hasil Analisis Varians Uji Linieritas .....	36
Tabel 6. Rangkuman Hasil Uji Variabel Bebas dengan Terikat .....	38

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Gerakan Teknik <i>Shooting</i> .....	27
--	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Rekapitulasi Tes X1, X2, X3 dengan Y .....	48
Lampiran 2. Rekapitulasi Re-tes X1, X2, X3 dengan Y .....	49
Lampiran 3. Tabel Kerja Tes-Retes Uji Reliabilitas X1 .....	50
Lampiran 4. Tabel Kerja Tes-Retes Uji Reliabilitas X2 .....	52
Lampiran 5. Tabel Kerja Tes-Retes Uji Reliabilitas X3 .....	54
Lampiran 6. Tabel Kerja Tes-Retes Uji Reliabilitas Y .....	56
Lampiran 7. Uji Normalitas Data X1 .....	58
Lampiran 8. Uji Normalitas Data X2 .....	60
Lampiran 9. Uji Normalitas Data X3 .....	62
Lampiran 10. Uji Normalitas Data Y .....	64
Lampiran 11. Tabel Kerja Uji Linearitas X1 Terhadap Y .....	66
Lampiran 12. Tabel Kerja Uji Linearitas X2 Terhadap Y .....	69
Lampiran 13. Tabel Kerja Uji Linearitas X3 Terhadap Y .....	72
Lampiran 14. Menghitung Korelasi Antara X1 Terhadap Y .....	75
Lampiran 15. Menghitung Korelasi Antara X2 Terhadap Y .....	77
Lampiran 16. Menghitung Korelasi Antara X3 Terhadap Y .....	79
Lampiran 17. Tabel Analisis Regresi Antara X1, X2, X3 Terhadap Y .....	81
Lampiran 18. Tabel r Product Moment.....	87
Lampiran 19. Tabel Nilai Chi Kwadrat .....	88
Lampiran 20. Tabel Distribusi F (Linearitas) .....	89
Lampiran 21. Petunjuk Pelaksanaan Tes .....	92

