



**HUBUNGAN ANTARA POWER OTOT TUNGKAI, KOORDINASI MATA
KAKI DAN PANJANG TUNGKAI DENGAN KETEPATAN *SHOOTING*
DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA ATLET PERSEMA
MANANG SUKOHARJO TAHUN 2023**

SKRIPSI

Oleh:

ANGGITA MURENDA PUTRI

D0216034

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN

SURAKARTA

2023

**HUBUNGAN ANTARA POWER OTOT TUNGKAI, KOORDINASI MATA
KAKI DAN PANJANG TUNGKAI DENGAN KETEPATAN *SHOOTING*
DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA ATLET PERSEMA
MANANG SUKOHARJO TAHUN 2023**

Disusun oleh:

ANGGITA MURENDA PUTRI

D0216034

SKRIPSI

Ditulis dan Diajukan untuk Memenuhi Syarat Mendapatkan Gelar
Sarjana Pendidikan Program Pendidikan Kepelatihan 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 : Anggita Murenda Putri

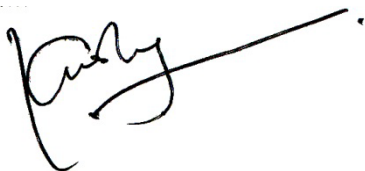
NIM : D0216034

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 Budiyo, S.Pd. M.Or

NIDN.0619068401

Pembimbing II



Bagus Kuncoro S.Pd, M.Or

NIDN 0617078202

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Hubungan Antara Power otot Tungkai, Koordinasi Mata Kaki Dan Panjang Tungkai Dengan Ketepatan *Shooting* Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Persema Manang Sukoharjo Tahun 2023”, karya:

Nama : Anggita Morenda

NIM : D0216034

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)

Tanda Tangan

Ketua : Risa Agus Teguh W, S.Pd., M.Or

Sekretaris : Pipit Fitria Yulianto, S.Pd., M.Or

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

Anggota II : Bagus Kuncoro S.Pd, M.Or

Disahkan oleh


Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Tunas Pembangunan

Dekan






Dr. Joko Sulistyono, M.Pd
NIDK: 8800201019

ABSTRAK

Anggita Morenda. **HUBUNGAN ANTARA POWER OTOT TUNGKAI, KOORDINASI MATA KAKI DAN PANJANG TUNGKAI DENGAN KETEPATAN *SHOOTING* DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA ATLET PERSEMA MANANG SUKOHARJO TAHUN 2023.** Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, Juli 2023.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) Hubungan antara Power otot Tungkai dengan ketepatan *shooting* dalam permainan sepakbola pada Atlet Persema Manang Sukoharjo Tahun 2023. (2) Hubungan antara Koordinasi Mata Kaki dengan ketepatan *shooting* dalam permainan sepakbola pada Atlet Persema Manang Sukoharjo Tahun 2023. (3) Hubungan antara Panjang Tungkai dengan ketepatan *shooting* dalam permainan sepakbola pada Atlet Persema Manang Sukoharjo Tahun 2023. (4) Hubungan antara Power otot Tungkai, Koordinasi Mata Kaki Dan Panjang Tungkai dengan ketepatan *shooting* dalam permainan sepakbola pada Atlet Persema Manang Sukoharjo Tahun 2023.

Penelitian ini dilaksanakan di SSB Persema Manang Sukoharjo 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 kekuatan otot tungkai menggunakan *Standing Broad or Long Jump* dari (Ismaryati : 2007, 60-62). (2) Tes dan pengukuran koordinasi mata kaki menggunakan tes *Soccer Wall Voley Test* (Kirkendall, Gruber & Johnson, 1980:247-248). (3) Tes dan pengukuran panjang tungkai mengukur panjang tungkai (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 Power otot tungkai dengan Ketepatan shooting , $r_{hitung} = 0.403 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (2) Ada hubungan yang signifikan antara Keseimbangan Dinamis dengan Ketepatan shooting , $r_{hitung} = 0.423 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (3) Ada hubungan yang signifikan antara Koordinasi mata kaki dengan Ketepatan shooting , $r_{hitung} = 0.459 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (4) Ada hubungan yang signifikan antara Power otot tungkai , Keseimbangan Dinamis dan Koordinasi mata kaki dengan Ketepatan shooting , $R^2_{y(123)}$ sebesar 0.411 $> r_{tabel\ 5\%}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar 0.361 dan F_0 sebesar 6.5337 $> f_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar 2,89.

MOTTO

*Kamu Tidak Harus Menjadi Hebat Untuk Memulai, Tetapi Kamu Harus
Memulai Untuk Menjadi Hebat*

(Zig Ziglar)

- ❖ 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 Keperawatan 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. Bagus Kuncoro, 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

AT

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|--|----------------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| HALAMAN PENGAJUAN..... | ii |
| HALAMAN PERSETUJUAN..... | iii |
| HALAMAN PENGESAHAN | iv |
| ABSTRAK..... | v |
| MOTTO | vi |
| HALAMAN PERSEMBAHAN | vii |
| KATA PENGANTAR | viii |
| DAFTAR ISI..... | ix |
| DAFTAR TABEL..... | xi |
| DAFTAR GAMBAR | xii |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | xiii |
| BAB I. PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| B. Identifikasi Masalah | 6 |
| C. Pembatasan Masalah..... | 6 |
| D. Perumusan Masalah..... | 7 |
| E. Tujuan Penelitian..... | 7 |
| F. Kegunaan Penelitian..... | 8 |
| BAB II. LANDASAN TEORI..... | 9 |
| A. Tinjauan Pustaka..... | 9 |
| 1. Teknik Dasar Bermain Sepakbola..... | 9 |
| 2. Teknik <i>Shooting</i> | 24 |
| 3. Power Otot Tungkai..... | 30 |
| 4. Koordinasi Mata Kaki..... | 35 |
| 5. Panjang Tungkai | 38 |
| B. Kerangka Pemikiran..... | 41 |
| C. Perumusan Hipotesis..... | 43 |

| | |
|--|----|
| BAB III METODOLOGI PENELITIAN..... | 44 |
| A. Tempat dan Waktu Penelitian..... | 44 |
| B. Metode Penelitian..... | 44 |
| C. Populasi dan Sampel Penelitian..... | 45 |
| D. Teknik Pengumpulan Data | 45 |
| E. Teknik Analisis Data..... | 46 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN | 51 |
| A. Deskripsi Data..... | 51 |
| B. Reliabilitas Tes..... | 52 |
| C. Uji Prasyarat Analisis | 53 |
| D. Hasil Analisis Data | 55 |
| E. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan..... | 57 |
| BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN..... | 59 |
| A. Simpulan | 59 |
| B. Implikasi | 59 |
| C. Saran | 60 |
| DAFTAR PUSTAKA | 61 |
| LAMPIRAN-LAMPIRAN | 63 |

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 |

