



**HUBUNGAN ANTARA POWER OTOT TUNGKAI, KELENTUKAN,
DAN KOORDINASI MATA KAKI DENGAN KETEPATAN
PASSING SEPAKBOLA PADA PEMAIN PUTRA
SSB RAS KALIJAMBE TAHUN 2023
TAHUN 2023**

SKRIPSI

**OLEH:
UPIK RUSTIA PUTRI
D0217052**

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

**HUBUNGAN ANTARA POWER OTOT TUNGKAI, KELENTUKAN,
DAN KOORDINASI MATA KAKI DENGAN KETEPATAN
PASSING SEPAKBOLA PADA PEMAIN PUTRA
SSB RAS KALIJAMBE TAHUN 2023
TAHUN 2023**

**OLEH:
UPIK RUSTIA PUTRI
D0217052**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga

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

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi ini dengan judul “Hubungan Antara Power Otot Tungkai, Kelentukan dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Ketepatan *Passing* Sepakbola pada Pemain Putra SSB RAS Kalijambe Tahun 2023”, karya :

Nama : Upik Rustia Putri

NIM : D0217052

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

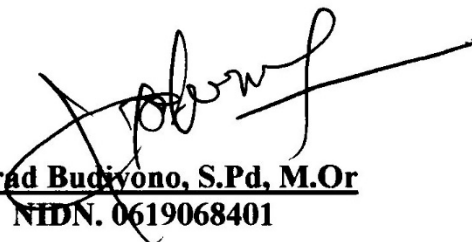
Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.


Disetujui:

Surakarta, 10 Juli 2023

Pembimbing 1

Pembimbing 2


Kodrad Budiyo, S.Pd, M.Or
NIDN. 0619068401


Bagus Kuncoro, S.Pd, M.Or
NIDN. 0623088702

PENGESAHAN PENGUJI SKRIPSI

Skripsi ini dengan judul “Hubungan Antara Power Otot Tungkai, Kelentukan dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Ketepatan *Passing* Sepakbola pada Pemain Putra SSB RAS Kalijambe Tahun 2023”, karya :

Nama : Upik Rustia Putri

NIM : D0217052

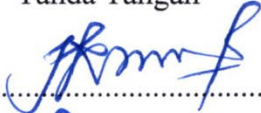



Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Dewan 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

Dewan Penguji Skripsi:

	(Nama Terang)	Tanda Tangan
Ketua	: Dr. Joko Sulistyono, M.Pd	
Sekretaris	: Risa Agus Teguh W, 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

MOTTO

Sistem pendidikan yang bijaksana setidaknya akan mengajarkan kita betapa sedikitnya yang belum diketahui oleh manusia, seberapa banyak yang masih harus ia pelajari.

(Sir John Lubbock).

PERSEMBAHAN

Karya ini dipersembahkan kepada

Bapak dan ibu tercinta

Saudara-saudaraku tersayang

Almamaterku PKO FKIP UTP Surakarta tercinta

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 yang terhormat:

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. Bagus Kuncoro, S.Pd, M.Or sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
5. Pada Atlet SSB RAS Kalijambe 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, Juni 2023

U.R.P

ABSTRAK

Upik Rustia Putri. HUBUNGAN ANTARA POWER OTOT TUNGKAI, KELENTUKAN, DAN KOORDINASI MATA KAKI DENGAN KETEPATAN *PASSING* SEPAKBOLA PADA PEMAIN PUTRA SSB RAS KALIJAMBE TAHUN 2023. Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, Mei 2022.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) Hubungan antara power otot tungkai Dengan Ketepatan *Passing* Sepakbola Pada Pemain Putra SSB RAS Kalijambe Tahun 2023. (2) Hubungan antara Kelentukan Dengan Ketepatan *Passing* Sepakbola Pada Pemain Putra SSB RAS Kalijambe Tahun 2023. (3) Hubungan antara Koordinasi Mata Kaki Dengan Ketepatan *Passing* Sepakbola Pada Pemain Putra SSB RAS Kalijambe Tahun 2023. (4) Hubungan Antara Power Otot Tungkai, Kelentukan, Dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Ketepatan *Passing* Sepakbola Pada Pemain Putra SSB RAS Kalijambe Tahun 2023.

Penelitian ini dilaksanakan di SSB RAS Kalijambe dan penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret 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 power otot tungkai Leg Dynamometer (Barry L. Johnson And Jack K. Nelson, 1986). (2) Tes dan pengukuran kelentukan dengan *sit and reach* (Ismaryati, 2008: 101-102). (3) Tes dan pengukuran koordinasi mata-kaki dengan *soccer wall voley test* (Kirkendall, Gruber & Johnson, 1980: 247-248). (4) Tes dan pengukuran ketepatan *Passing* bola diukur dengan tes *Passing* bola dari Siem Ployer (Soekatamsi, 2000:623). 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 Kemampuan *Passing* , $r_{hitung} = 0.429 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (2) Ada hubungan yang signifikan antara Kelentukan dengan Kemampuan *Passing* , $r_{hitung} = 0.432 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (3) Ada hubungan yang signifikan antara Koordinasi mata kaki dengan Kemampuan *Passing* termasuk data inversi karena lebih kecil dari r tabel, $r_{hitung} = 0.415 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (4) Ada hubungan yang signifikan antara Power otot tungkai, Kelentukan dan Kekuatan otot perut dengan Kemampuan *Passing* , $R^2_{y(123)}$ sebesar $0,431 > r_{tabel\ 5\%}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar 0.361 dan F_0 sebesar $6,5716 > f_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar 2,89.

Kata Kunci : Power Otot Tungkai, Kelentukan, Koordinasi Mata Kaki, *Passing*

ABSTRACT

Upik Rustia Putri. *THE RELATIONSHIP BETWEEN LEMB MUSCLE POWER, FLEXIBILITY, AND ANKLE COORDINATION WITH FOOTBALL PASSING ACCURACY IN MEN'S PLAYERS OF SSB RAS KALIJAMBE IN 2023.* Thesis, Surakarta: Faculty of Teacher Training and Education, University of Tunas Pembangunan, May 2022.

The aims of this study were to find out: (1) The relationship between leg muscle power and football passing accuracy in male players at SSB RAS Kalijambe in 2023. (2) The relationship between flexibility and football passing accuracy in male players at SSB RAS Kalijambe in 2023. (3)) The Relationship Between Ankle Coordination and Soccer Passing Accuracy in Men's Players at SSB RAS Kalijambe in 2023. (4) The Relationship Between Leg Muscle Power, Flexibility, and Ankle Coordination with Soccer Passing Accuracy in Men's Players at SSB RAS Kalijambe in 2023.

This research was conducted at SSB RAS Kalijambe and this research was carried out in March 2023. In this study the independent variable is also known as the predictor and the dependent variable is also known as the criterion. Data collection techniques in this study are using test and measurement techniques. The types of tests used are: (1) Leg Dynamometer leg muscle power test (Barry L. Johnson And Jack K. Nelson, 1986). (2) Tests and measurements of flexibility with sit and reach (Ismaryati, 2008: 101-102). (3) Tests and measurements of eye-foot coordination with the soccer wall volley test (Kirkendall, Gruber & Johnson, 1980: 247-248). (4) Tests and measurements of ball passing accuracy were measured by ball passing tests from Siem Ployer (Soekatamsi, 2000:623). Instructions for carrying out each test are attached.

Based on the data analysis and hypothesis testing that has been done, the conclusions that can be obtained are: (1) There is a significant relationship between leg muscle power and passing ability, $r_{count} = 0.429 > r_{table} 5\% = 0.361$. (2) There is a significant relationship between flexibility and passing ability, $r_{count} = 0.432 > r_{table} 5\% = 0.361$. (3) There is a significant relationship between ankle coordination and passing ability including inversion data because it is smaller than r table, $r_{count} = 0.415 > r_{table} 5\% = 0.361$. (4) There is a significant relationship between leg muscle power, flexibility and abdominal muscle strength with passing ability, $R^2_{y(123)}$ of $0.431 > r_{table} 5\%$ at a significance level of 5% of 0.361 and F_0 of $6.5716 > f_{table}$ at a significance level of 5% of 2.89 .

Keywords: Leg Muscle Power, Flexibility, Ankle Coordination, Passing

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGAJUAN.....	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
PENGESAHAN PENGUJI SKRIPSI.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK.....	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang Masalah	Error! Bookmark not defined.
B. Identifikasi Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
C. Pembatasan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
D. Perumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
E. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
F. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB II LANDASAN TEORI.....	Error! Bookmark not defined.
A. Tinjauan Pustaka.....	Error! Bookmark not defined.
1. Permainan Sepakbola.....	Error! Bookmark not defined.
2. Power Otot Tungkai.....	Error! Bookmark not defined.
3. Kelentukan.....	Error! Bookmark not defined.
4. Koordinasi Mata-kaki	Error! Bookmark not defined.
B. Kerangka Berpikir.....	Error! Bookmark not defined.
C. Pengajuan Hipotesis.....	Error! Bookmark not defined.

BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
B. Metode Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C. Variabel Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
E. Teknik Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
F. Teknik Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A. Deskripsi Data.....	Error! Bookmark not defined.
B. Uji Reliabilitas	Error! Bookmark not defined.
C. Pengujian Persyaratan Analisis.....	Error! Bookmark not defined.
D. Hasil Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
E. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
	defined.
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	Error! Bookmark not defined.
A. Simpulan	Error! Bookmark not defined.
B. Implikasi	Error! Bookmark not defined.
C. Saran	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Otot Tungkai Atas	Error! Bookmark not defined.
Gambar 2. Otot Tungkai Bawah	Error! Bookmark not defined.
Gambar 3 Petunjuk Pelaksanaan Tes	Error! Bookmark not defined.
Gambar 4. Tes Power Otot Tungkai dengan <i>Standing Broad Jump Test</i>	Error! Bookmark not defined.
Gambar 5. <i>Sit and Reach</i>	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Perhitungan dengan Chi-Kuadrat.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 2. Deskripsi Data Hasil Tes Power otot tungkai, Kelentukan dan Koordinasi mata kaki dan Kemampuan <i>Passing</i> . ..	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. <i>Range</i> Kategori Reliabilitas	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data	Error! Bookmark not defined.
Tabel 5. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data ...	Error! Bookmark not defined.
Tabel 6. Rangkuman Hasil Analisis Varians Untuk Uji Linieritas Hubungan Antara Prediktor dengan Kriterium	Error! Bookmark not defined.
Tabel 7. Rangkuman Hasil Analisis Korelasi Tiap Prediktor dengan Kriterium	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Petunjuk Pelaksanaan Tes	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 2. Rekapitulasi Data Hasil Tes.	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 3. Uji Reliabilitas.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 4. Uji Normalitas	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 5. Tabel Kerja Untuk Menghitung Korelasi	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 6. Uji Linieritas.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 7. Analisis Regresi Tiga Prediktor.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 8. Analisis Korelasi Tiap Prediktor	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 9. Tabel Nilai <i>r Product Moment</i>	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 10. Tabel Nilai-Nilai Chi-Kwadrat.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 11. Tabel F	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 12. Dokumentasi.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 13. Surat Ijin Penelitian	
Lampiran 14. Surat Balasan Penelitian	

