



**HUBUNGAN ANTARA POWER OTOT TUNGKAI, KELENTUKAN, DAN
KOORDINASI MATA KAKI DENGAN KETEPATAN *SHOOTING*
SEPAKBOLA PADA PEMAIN PUTRA UMUR 10-12 TAHUN
KLUB SSB PUTRA ASRI GEMOLONG
TAHUN 2020**

SKRIPSI

**Oleh :
MUHAMMAD RIFAI THAHA
D0215183**

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

2022

**HUBUNGAN ANTARA POWER OTOT TUNGKAI, KELENTUKAN, DAN
KOORDINASI MATA KAKI DENGAN KETEPATAN *SHOOTING*
SEPAKBOLA PADA PEMAIN PUTRA UMUR 10-12 TAHUN
KLUB SSB PUTRA ASRI GEMOLONG
TAHUN 2020**

**Oleh:
MUHAMMAD RIFAI THAHA
D0215183**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN
SURAKARTA
2022**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul "Hubungan antara Power Otot Tungkai, Kelentukan, dan Koordinasi Mata Kaki dengan Ketepatan Shoting sepakbola pada Pemain Putra Umur 10-12 Tahun Klub SSB Putra Asri Gemolong Tahun 2019", karya :

Nama: Muhammad Rifai Thaha
NIM : D0215183
Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas dan Ilmu Pendidikan.

Skripsi ini telah di setujui untuk di pertahankan di hadapan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.

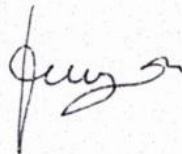
Persetujuan Pembimbing

Pembimbing I

Pembimbing II



Kodrat Budiyono, S.Pd, M.Or
NIDN. 0619068401



Fatkhul Imron, S.Pd, M.Or
NIDN. 0605108703

PERSETUJUAN PENGUJI

Skripsi dengan judul “Hubungan antara Power Otot Tungkai, Kelentukan, dan Koordinasi Mata Kaki dengan Ketepatan Shooting sepakbola pada Pemain Putra Umur 10-12 Tahun Klub SSB Putra Asri Gemolong Karya :

Nama : MUHAMMAD RIFAI THAHA

NIM : D0215183

Prodi : Pendidikan Keperawatan Olahraga.

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

Pada hari : Rabu

Tanggal : 15 Juni 2022

Dewan Penguji Skripsi:

(Nama Terang)

Tanda Tangan

Ketua : Eriek Satya Haprabu, S.Pd, M.Or

Sekretaris : Rendra Agung Prabowo, S.Pd, M.Or

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

Anggota II : Fatkhul Imron, S.Pd, M.Or

Disahkan oleh

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Tunas Pembangunan

Dekan



Dr. Joko Sulistyono, M.Pd
NIDK. 8800201019

MOTTO

“Dengan ilmu kehidupan menjadi mudah, dengan seni kehidupan menjadi indah, dengan agama kehidupan menjadi lebih terarah dan bermakna”.

(Al Hadist)

“Banyak kegagalan dalam hidup ini dikarenakan orang-orang tidak menyadari betapa dekatnya mereka dengan keberhasilan saat mereka menyerah”

(Thomas Alva Edison)

PERSEMBAHAN

Bapak dan ibu tercinta
Saudara-saudaraku tersayang
Almamaterku tercinta
Program Studi Pendidikan Olahraga
Universitas Tunas Pembangunan

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. Kodrad Budiyo, S.Pd.M.Or selaku Kaprodi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta sekaligus dosen pembimbing 1 yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
3. Fatkhul Imron, S.Pd, M.Or sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
4. Pemain Putra Klub SSB Putra Asri Gemolong yang telah membantu dalam penelitian dan pengumpulan data untuk skripsi ini.
5. 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, Februari 2022

M.R.T

ABSTRAK

MUHAMMAD RIFAI THAHA. Hubungan antara Power Otot Tungkai, Kelentukan, dan Koordinasi Mata Kaki dengan Ketepatan Shooting sepakbola pada Pemain Putra Umur 10-12 Tahun Klub SSB Putra Asri Gemolong. Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, Februari 2022.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) Hubungan Antara Power Otot Tungkai Dengan Ketepatan *Shooting* Pada Pemain Putra Umur 10-12 Tahun Klub SSB Putra asri gemolong . (2) Hubungan Antara Kelentukan Dengan Ketepatan *Shooting* Pada Pemain Putra Umur 10-12 Tahun Klub SSB Putra asri gemolong . (3) Hubungan Antara Koordinasi Mata Kaki Dengan Ketepatan *Shooting* Pada Pemain Putra Umur 10-12 Tahun Klub SSB Putra asri gemolong . (4) Hubungan Antara Power Otot Tungkai, Kelentukan, Dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Ketepatan *Shooting* Pada Pemain Putra Umur 10-12 Tahun Klub SSB Putra asri gemolong .

Sesuai dengan tujuan penelitian ini, maka penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi korelasional. Penelitian ini dilaksanakan di Lapangan SSB Putra asri gemolong, pada Pemain Putra Umur 10-12 Tahun dan penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari tahun 2022. 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 power otot tungkai dengan *standing broad jump test* (Ismaryati (2008: 64). (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* (Ismaryati, 2011: 54-56). (4) Tes dan pengukuran ketepatan *shooting* bola menggunakan petunjuk tes *shooting* bola ke gawang (Sukatamsi, 1984: 277-278). 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*, $r_{hitung} = 0.434 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (2) Ada hubungan yang signifikan antara Kelentukan dengan Ketepatan *shooting*, $r_{hitung} = 0.410 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (3) Ada hubungan yang signifikan antara Koordinasi mata kaki dengan Ketepatan *shooting* termasuk data inversi karena lebih kecil dari r tabel, $r_{hitung} = 0.443 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (4) Ada hubungan yang signifikan antara Power otot tungkai, Kelentukan dan Koordinasi mata kaki dengan Ketepatan *shooting*, $R^2_{y(123)}$ sebesar $0.401 > r_{tabel\ 5\%}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar 0.361 dan F_0 sebesar $5.8235 > f_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar 2,89.

Kata kunci : Power Otot Tungkai, Kelentukan, Koordinasi Mata Kaki dan Ketepatan Shooting

ABSTRACT

MUHAMMAD RIFAI THAHA. *The Relationship between Leg Muscle Power, Determination, and Eye Coordination with the Accuracy of Shooting Soccer on 10-12 Years Old Male Player Putra Asri Gemolong SSB Club. Thesis, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, February 2020.*

The purpose of this study is to find out: (1) The Relationship Between Leg Muscle Power and Shooting Accuracy in Male Players Age 10-12 Years Old Son SSB club in 2020. (2) The Relationship Between Leg Muscle Power and Shooting Accuracy in Male Players Age 10-12 Years Old Son SSB Club as helpful. (3) The Relationship between Eye Coordination and Shooting Accuracy in Male Players Age 10-12 Years Old Son SSB Club as helpful. (4) The Relationship Between Leg Muscle Power, Determination, and Coordination Ankle with precise shooting on male players aged 10-12 years old The SSB Putra Putra club is beautiful in 2020.

In accordance with the objectives of this study, this research uses a descriptive method with a correlational study approach. This research was conducted at the SSB Putra asri Gemolong Field, in the Male Players Age 10-12 Years and this study was conducted in February 2022. In this study the independent variables are also referred to as predictors and the dependent variables are also called criteria. Data collection techniques in this study are to use test and measurement techniques. The types of tests used are: (1) Tests and measurements of leg muscle power with a standing broad jump test (Ismaryati (2008: 64). (2) Tests and measurements of flexibility with sit and reach (Ismariyati, 2008: 101-102). (3) Tests and measurements of ankle coordination with the soccer wall volley test (Ismaryati, 2011: 54-56). (4) Tests and measurements of the accuracy of ball shooting using the instructions shooting ball against the goal (Sukatamsi, 1984: 277-278). Instructions for implementing each test are attached.

Based on 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 with shooting accuracy, $r_{count} = 0.434 > r_{table} 5\% = 0.361$. (2) There is a significant relationship between Determination and Shooting accuracy, $r_{count} = 0.410 > r_{table} 5\% = 0.361$. (3) There is a significant relationship between ankle coordination with shooting accuracy including inversion data because it is smaller than r_{table} , $r_{count} = 0.443 > r_{table} 5\% = 0.361$. (4) There is a significant relationship between leg muscle power, flexibility and coordination of the ankles with shooting accuracy, $R^2_y (123)$ of $0.401 > r_{table} 5\%$ at a significance level of 5% at 0.361 and F_0 at $5.8235 > f_{table}$ at a significance level of 5% at 2, 89.

Key words: *Leg Muscle Power, Determination, Eye Coordination and Shooting Accuracy*

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR JUDUL	i
LEMBAR PENGAJUAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	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	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	4
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II. LANDASAN TEORI	7
A. Tinjauan Pustaka	7
1. Permainan Sepakbola	7
2. Power Otot Tungkai	21
3. Kelentukan	25
4. Koordinasi Mata Kaki	27
B. Kerangka Berpikir	29
C. Pengajuan Hipotesis	31

BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	33
A. Tempat dan Waktu Penelitian	33
B. Metode Penelitian	33
C. Variabel Penelitian	33
D. Populasi dan Sampel Penelitian	34
E. Teknik Pengumpulan Data	34
F. Teknik Analisis Data	35
BAB IV HASIL PENELITIAN	39
A. Deskripsi Data	39
B. Pengujian Persyaratan Analisis	40
C. Hasil Analisis	40
D. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan	42
E. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan	44
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	48
A. Simpulan.....	48
B. Implikasi	48
C. Saran	49
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN	50

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Otot Tungkai Atas	23
Gambar 2. Otot Tungkai Bawah	23

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Deskripsi Data Hasil Tes Power Otot Tungkai, Kelentukan Dan Koordinasi Mata kaki Dengan Kemampuan <i>Shooting sepakbola</i> Sepakbola	39
Tabel 2. <i>Range</i> Reliabilitas	40
Tabel 3. Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data	40
Tabel 4. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data	41
Tabel 5. Rangkuman Hasil Analisis Varians Untuk Uji Linieritas Hubungan Antara Prediktor dengan Kriteriaum	42
Tabel 6. Rangkuman Hasil Analisis Korelasi Tiap Prediktor dengan Kriteriaum	43
Tabel 7. Ringkasan Hasil Analisis	44

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Tes Kemampuan <i>Shooting sepakbola</i> Sepakbola	50
Lampiran 2. Tes Power Otot Tungkai	52
Lampiran 3. Tes Kelentukan.....	53
Lampiran 4. Tes Koordinasi Mata Kaki	54
Lampiran 5. Rekapitulasi data Power Otot Tungkai, Kelentukan, Koordinasi Mata kaki dengan Kemampuan <i>Passing</i>	56
Lampiran 6 Uji Reliabilitas	57
Lampiran 7. Uji Normalitas dan dengan Metode <i>Chi-Kuadrat</i>	65
Lampiran 8. Tabel kerj untuk menghitung korelasi antara Power Otot Tungkai (X 1), Kelentukan (X2), dan Koordinasi Mata Kaki (X3) dengan Kemampuan <i>Shooting</i> (Y).....	69
Lampiran 9. Uji LInieritas	70
Lampiran 10. Analisis Regresi Tiga Prediktor dengan Metode Skor Deviasi	76
Lampiran 11. Analisi Korelasi Tiap Prediktor	81
Lampiran 12. Tabel Nilai r <i>Product Moment</i>	84
Lampiran 13. Tabel <i>Chi-Kwadrat</i>	85
Lampiran 14. Tabel Distribusi F.....	86
Lampiran 15. Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian	91