



**HUBUNGAN ANTARA POWER OTOT TUNGKAI, KOORDINASI MATA
KAKI DAN KEKUATAN OTOT PERUT DENGAN KETEPATAN
SHOOTING DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA
PADA PEMAIN PUTRA USIA 13-15 TAHUN
SSB FAJAR MUDA KEBUMEN
TAHUN 2020**

SKRIPSI

Oleh:

BOBI TRI NUGROHO

D0216140

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

2022

**HUBUNGAN ANTARA POWER OTOT TUNGKAI, KOORDINASI MATA
KAKI DAN KEKUATAN OTOT PERUT DENGAN KETEPATAN
SHOOTING DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA
PADA PEMAIN PUTRA USIA 13-15 TAHUN
SSB FAJAR MUDA KEBUMEN
TAHUN 2020**

Disusun oleh:

BOBI TRI NUGROHO

D0216140

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

2022

PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul “Hubungan Antara Power otot Tungkai, Koordinasi Mata Kaki Dan Kekuatan Otot Perut Dengan Ketepatan *Shooting* Dalam Permainan Sepakbola Pada Pemain Putra Usia 13-15 tahun SSB Fajar Muda Kebumen Tahun 2020”, Karya :

Nama : Bobi Tri Nugroho

NIM : D0216140

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



Eriek Satya Haprabu, S.Pd., M.Or
NIDN. 0612038301

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini dengan judul “Hubungan Antara Power otot Tungkai, Koordinasi Mata Kaki Dan Kekuatan Otot Perut Dengan Ketepatan *Shooting* Dalam Permainan Sepakbola Pada Pemain Putra Usia 13-15 tahun SSB Fajar Muda Kebumen Tahun 2020”, Karya :

Nama : Bobi Tri Nugroho

NIM : D0216140

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 : Rabu

Tanggal : 20 April 2022

Tim Penguji Skripsi:

(Nama Terang)

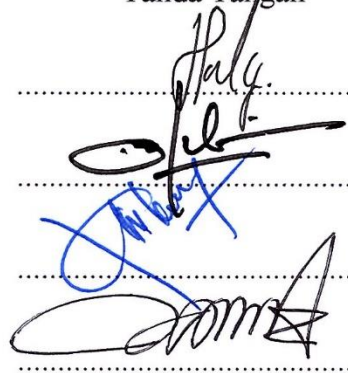
Tanda Tangan

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

Sekretaris : Iwan Arya Kusuma, S.Pd., M.Or

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

Anggota II : Eriek Satya Haprabu, S.Pd., M.Or



Disahkan oleh
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Tunas Pembangunan
Dekan,



Dr. Joko Sulistyono, M.Pd
NIDK. 8800201019

ABSTRAK

BOBI TRI NUGROHO. HUBUNGAN ANTARA POWER OTOT TUNGKAI, KOORDINASI MATA KAKI DAN KEKUATAN OTOT PERUT DENGAN KETEPATAN SHOOTING DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA PEMAIN PUTRA USIA 13-15 TAHUN SSB FAJAR MUDA KEBUMEN TAHUN 2020. Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, Agustus 2020.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) Hubungan antara power otot tungkai dengan ketepatan *shooting* dalam permainan sepakbola pada pemain putra usia 13-15 Tahun SSB Fajar Muda Kebumen Tahun 2020. (2) Hubungan antara koordinasi mata kaki dengan ketepatan *shooting* dalam permainan sepakbola pada pemain putra usia 13-15 Tahun SSB Fajar Muda Kebumen Tahun 2020. (3) Hubungan antara kekuatan otot perut dengan ketepatan *shooting* dalam permainan sepakbola pada pemain putra usia 13-15 Tahun SSB Fajar Muda Kebumen Tahun 2020. (4) Hubungan antara power otot tungkai, koordinasi mata kaki dan kekuatan otot perut dengan ketepatan *shooting* dalam permainan sepakbola pada pemain putra usia 13-15 Tahun SSB Fajar Muda Kebumen Tahun 2020.

Penelitian ini dilaksanakan di SSB Fajar Muda Kebumen dan penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus Tahun 2020. 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 kekuatan otot perut menggunakan *sit-up test* (Ismaryati, 2008: 120) dengan *modifikasi bass test* (Ismaryati, 2008: 51-53). (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*, $r_{hitung} = 0.472 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (2) Ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata kaki dengan ketepatan *shooting*, $r_{hitung} = 0.499 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (3) Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot perut dengan ketepatan *shooting* dari r tabel, $r_{hitung} = 0.499 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (4) Ada hubungan yang signifikan antara power otot tungkai, koordinasi mata kaki dan kekuatan otot perut dengan ketepatan *shooting*, $R^2_{y(123)}$ sebesar $0,366 > r_{tabel\ 5\%}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar $0,361$ dan F_0 sebesar $7.3659 > f_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar $2,89$.

MOTTO

- ❖ Pendidikan merupakan perlengkapan paling baik untuk hari tua.
(Aristoteles)

- ❖ 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. Kodrad Budiyo, S.Pd, M.Or Selaku Kaprodi Pendidikan Keahlian Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
3. Kodrad Budiyo, S.Pd., M.Or sebagai Dosen Pembimbing I yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
4. Eriek Satya Haprabu, S.Pd., M.Or sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
5. Pada Atlet SSB Fajar Muda Kebumen Tahun 2020 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, Agustus 2020

B.T

DAFTAR ISI

	Halaman
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.....	8
A. Tinjauan Pustaka.....	8
1. Teknik Dasar Bermain Sepakbola.....	8
2. Teknik <i>Shooting</i>	23
3. Power Otot Tungkai.....	30
4. Koordinasi Mata Kaki.....	35
5. Kekuatan Otot Perut.....	38
B. Kerangka Pemikiran.....	41
C. Perumusan Hipotesis.....	43
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN.....	45

A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	45
B. Metode Penelitian.....	45
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	46
D. Teknik Pengumpulan Data	46
E. Teknik Analisis Data.....	47
BAB IV. HASIL PENELITIAN	51
A. Deskripsi Data.....	51
B. Reliabilitas Tes.....	52
C. Uji Prasyarat Analisis	53
1. Uji Normalitas.....	53
2. Uji Linieritas	54
D. Hasil Analisis Data	55
1. Uji Korelasi Tiap Prediktor.....	55
2. Analisis Regresi	56
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
Gambar 2. Otot-Otot Tungkai Bawah Bagian Bawah	32
Gambar 3. Otot Perut Atas.....	38
Gambar 4. Otot Perut Bawah	38

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

