



**HUBUNGAN ANTARA POWER OTOT TUNGKAI, KOORDINASI MATA KAKI
DAN KEKUATAN OTOT PERUT DENGAN KETEPATAN *SHOOTING*
DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA PEMAIN PUTRA
KLUB BATC AMPEL BOYOLALI TAHUN 2019**

SKRIPSI

Oleh :

WINARNO

D0218155

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
KLUB BATC AMPEL BOYOLALI TAHUN 2019**

Oleh :

WINARNO

D0218155

SKRIPSI

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

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

2022

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul "Hubungan Antara Power Otot Tungkai, Koordinasi Mata Kaki Dan Kekuatan Otot Perut Dengan Ketepatan Shooting Dalam Permainan Sepakbola Pada Pemain Putra Klub BATC Ampel Boyolali Tahun 2019". Karya:

Nama : Winarno

NIM : D0218155

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Skripsi ini telah di setujui untuk dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta untuk dilanjutkan tahap penelitian.

Surakarta, Desember 2019

Pembimbing I

Pembimbing II,

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul " Hubungan Antara Power Otot Tungkai, Koordinasi Mata Kaki Dan Kekuatan Otot Perut Dengan Ketepatan Shooting Dalam Permainan Sepakbola Pada Pemain Putra Klub BATC Ampel Boyolali Tahun 2019". Karya :

Skripsi dengan judul ” Hubungan Antara Power Otot Tungkai, Koordinasi Mata Kaki Dan Kekuatan Otot Perut Dengan Ketepatan *Shooting* Dalam Permainan Sepakbola Pada Pemain Putra Klub BATC Ampel Boyolali Tahun 2019”. Karya:

Nama : Winarno
NIM : D028155
Prodi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta dan diterima untuk memenuhi persyaratan memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan.

Pada hari :

Tanggal :

Dewan Penguji Skripsi:

(Nama Terang)

Tanda Tangan

Ketua :

Sekretaris :

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

MOTTO

Motto

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

(Prof. Mukti Ali)

PERSEMBAHAN

Karya ini dipersembahkan kepada :
Bapak dan ibu tercinta
Saudara-saudaraku tersayang
Almamaterku Pendidikan Kepelatihan Olahraga FKIP UTP Surakarta

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. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
2. Kodrad Budiyono. S.Pd, M.Or Selaku Kaprodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta sekaligus sebagai pembimbing I dalam penyusunan skripsi ini.
3. Eriek Satya Haprabu, S.Pd, M.Or. Sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
4. Klub BATC Ampel Boyolali 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, Desember 2019

WINARNO

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA POWER OTOT TUNGKAI, KOORDINASI MATA KAKI DAN KEKUATAN OTOT PERUT DENGAN KETEPATAN SHOOTING DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA PEMAIN PUTRA KLUB BATC AMPEL BOYOLALI TAHUN 2019. Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, Desember 2019.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) Hubungan antara Kelincahan Dengan Ketepatan *Shooting* Dalam Permainan Sepakbola Pada Pemain Putra Klub BATC Ampel Boyolali Tahun 2019. (2) Hubungan antara Koordinasi Mata Kaki Dengan Ketepatan *Shooting* Dalam Permainan Sepakbola Pada Pemain Putra Klub BATC Ampel Boyolali Tahun 2019. (3) Hubungan antara Kekuatan Otot Perut Dengan Ketepatan *Shooting* Dalam Permainan Sepakbola Pada Pemain Putra Klub BATC Ampel Boyolali Tahun 2019. (4) Hubungan Antara Power otot Tungkai, Koordinasi Mata Kaki Dan Kekuatan Otot Perut Dengan Ketepatan *Shooting* Dalam Permainan Sepakbola Pada Pemain Putra Klub BATC Ampel Boyolali Tahun 2019

Penelitian ini dilaksanakan di Lapangan Klun BATC Ampel Boyolali dan penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember tahun 2019. 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). (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 Kelincahan dengan Ketrampilan *Shooting*, $r_{hitung} = 0.491 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (2) Ada hubungan yang signifikan antara Koordinasi Mata Kaki dengan Ketrampilan *Shooting*, $r_{hitung} = 0.473 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (3) Ada hubungan yang signifikan antara Kekuatan otot perut dengan Ketrampilan *Shooting*, $r_{hitung} = 0.437 < r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (4) Ada hubungan yang signifikan antara Kelincahan, Koordinasi Mata Kaki dan Kekuatan otot perut dengan Ketrampilan *Shooting*, $R^2_{y(123)}$ sebesar 0.462 $> r_{tabel\ 5\%}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar 0,361 dan F_0 sebesar 7.4486 $> f_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar 2,89.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGAJUAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Kegunaan Penelitian	7
BAB II. KERANGKA BERPIKIR	8
A. Tinjauan Pustaka	8
1. Teknik Dasar Sepakbola	8
2. Manfaat Menguasai Teknik Dasar Bermain Sepak Bola.....	22
3. Teknik <i>Shooting</i> Sepak Bola.....	23
4. Power Otot Tungkai	29
5. Koordinasi Mata Kaki.....	34
6. Kekuatan Otot Perut.....	37

B. Kerangka Pemikiran	39
C. Perumusan Hipotesis	42
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	
A. Tempat dan Waktu Penelitian	43
B. Metode Penelitian	43
C. Populasi dan Sampel	44
D. Teknik Pengumpulan Data	44
E. Teknik Analisis Data	45
BAB IV. HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data.....	50
B. Uji Reliabilitas	51
C. Pengujian Prasyarat Analisis.....	52
1. Uji Normalitas.....	52
2. Uji Linieritas	53
D. Hasil Analisis Data	54
1. Analisis Korelasi Tiap Prediktor.....	54
2. Analisis Regresi	55
E. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan.....	56
BAB V. SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	
A. Simpulan	58
B. Implikasi	58
C. Saran-Saran	59
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Table 1. Rangkuman Hasil Tes	50
Table 2. Range Kategori Reliabilitas	51
Table 3. Rangkuman Hasil Uji Reliabilitas	51
Table 4. Rangkuman Hasil Uji Normalitas	52
Table 5. Rangkuman Hasil Analisis Varians Uji Linieritas.....	53
Table 6. Rangkuman Hasil Analisis Korelasi	55
Table 7. Ringkasan Hasil Analisis Regresi	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Gerakan Teknik <i>Shooting</i>	
.....	27
Gambar 2. Otot-Otot Tungkai Bawah Bagian Bawah	
.....	31
Gambar 3. Otot Perut Atas.....	
.....	38
Gambar 4. Otot Perut Bawah	
.....	39

DAFTAR LAMPIRAN

1. Tes Power Otot Tungkai
2. Tes Koordinasi Mata Kaki
3. Tes Shit Up
4. Bentuk Tes Kemampuan Menembak Bola
5. Rekapitulasi Data Power Otot Tungkai, Koordinasi Mata Kaki, Kekuatan Otot Perut dengan *Shooting*
6. Uji Reliabilitas
7. Uji Normalitas Data dengan Metode Chi Kuadrat
8. Tabel Kerja untuk Menghitung Korelasi antara X1, X3, dan Y
9. Uji Linieritas
10. Analisis Regresi Tiga Prediktor dengan Metode Skor Deviasi
11. Analisis Korelasi Tiap Prediktor
12. Tabel r Product Moment
13. Tabel Nilai Chi Kuadrat
14. Tabel Distribusi F
15. Dokume Penelitian

