



**HUBUNGAN ANTARA KESEIMBANGAN DINAMIS, KOORDINASI
MATA-KAKI, DAN POWER OTOT TUNGKAI DENGAN
KETEPATAN *PASSING* PADA PEMAIN PUTRA
UMUR 10-11 TAHUN CLUB SSB ELANG BIRU
SURAKARTA TAHUN 2019**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai
Gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga

Disusun Oleh:

ADITYA HERU JATMIKO

D0213207

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

2020

**HUBUNGAN ANTARA KESEIMBANGAN DINAMIS, KOORDINASI
MATA-KAKI, DAN POWER OTOT TUNGKAI DENGAN
KETEPATAN *PASSING* PADA PEMAIN PUTRA
UMUR 10-11 TAHUN CLUB SSB ELANG BIRU
SURAKARTA TAHUN 2019**

**Disusun Oleh:
ADITYA HERU JATMIKO
D0213207**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagian Persyaratan Mencapai
Gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN
SURAKARTA
2020**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul “Hubungan Antara Keseimbangan Dinamis, Koordinasi Mata-Kaki, Dan Power Otot Tungkai Dengan Ketepatan *Passing* Pada Pemain Putra Umur 10-11 Tahun Klub SSB Elang Biru Surakarta Tahun 2019 ”, karya :

Nama : Aditya Heru Jatmiko

NIM : D0213207

Prodi : Pendidikan Keperawatan Olahraga.

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Dewan penguji Skripsi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.

Persetujuan Pembimbing

Pembimbing I



Drs. Slamet Sudarsono, M.Pd
NIDN. 0624036501

Pembimbing II



Jasmani, S.Pd, M.Or
NIDN. 0609038501

PERSETUJUAN PENGUJI

Skripsi dengan judul “Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai, Kekuatan Otot Perut Dan Keseimbangan Dinamis Dengan Ketepatan *Shooting* Sepakbola Pada Pemain Putra Umur 10-11 Tahun Klub SSB Elang Biru Surakarta Tahun 2019”, karya :

Nama : Seliy Khusna Nasekhah

NIM : D0215139

Prodi : Pendidikan Kepelatihan 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 : Jum'at

Tanggal : 22 November 2019

Dewan Penguji Skripsi:

(Nama Terang)

Tanda Tangan

Ketua : Wisnu Mahardika, S.Pd, M.Or

Sekretaris : Muh. Ikhwan Iskandar, S.Pd, M.Or

Anggota I : Drs. Slamet Sudarsono, M.Pd

Anggota II : Jasmani, S.Pd, M.Or

Disahkan oleh

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Tunas Pembangunan

Dekan

Dr. Drs. Dwi Gunadi, M. Or

NIDN. 0601046302



MOTTO

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

(Al Hadist)

“Berkeja keras dan berbuat baiklah, Hal Luar biasa akan terjadi”

(Penulis)

PERSEMBAHAN

Karya ini dipersembahkan kepada

1. Bapak dan ibu tercinta
2. Saudara-saudaraku tersayang
3. Almamaterku tercinta

Pendidikan Kepeleatihan Olahraga

Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan

Universitas Tunas Pembangunan 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. Prof. Dr. Ir. Trisna Tria Soemardi, SE., MS selaku rector Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
2. Dr. Drs. Dwi Gunadi, M.Or selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
3. Kodrad Budiyo, S.Pd. M.Or selaku Kaprodi Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
4. Drs. Slamet Sudarsono, M.Pd sebagai Dosen Pembimbing I yang telah banyak membimbing dan mengarahkan selama penyusunan skripsi ini.
5. Jasmani, S.Pd, M.Or sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membimbing dan mengarahkan selama penyusunan skripsi ini.
6. Pelatih dan Pemain Putra Umur 10-11 Tahun Klub SSB Elang Biru Surakarta Tahun 2019 yang telah membantu dalam pengumpulan data untuk skripsi ini.
7. 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, 22 November 2019

A. H. J.

ABSTRAK

Aditya Heru Jatmiko.2019. Hubungan Antara Keseimbangan Dinamis, Koordinasi Mata-Kaki Dan Kekuatan Otot Tungkai Dengan Ketepatan *Passing* Pada Pemain Putra umur 10-11 Tahun Klub SSB Elang Biru Surakarta Tahun 2019. Skripsi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta. Pembimbing I Drs. Slamet Sudarsono, M.Pd, Pembimbing II Jasmani, S.Pd, M.Or

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) Hubungan antara Keseimbangan Dinamis Dengan Ketepatan *Passing* Pada Pemain Putra Umur 10-11 Tahun Klub SSB Elang Biru Surakarta Tahun 2019. (2) Hubungan antara Koordinasi Mata-Kaki Dengan Ketepatan *Passing* Pada Pemain Putra Umur 10-11 Tahun Klub SSB Elang Biru Surakarta Tahun 2019. (3) Hubungan antara Kekuatan Otot Tungkai Dengan Ketepatan *Passing* Pada Pemain Putra Umur 10-11 Tahun Klub SSB Elang Biru Surakarta Tahun 2019. (4) Hubungan antara Keseimbangan Dinamis, Koordinasi Mata-Kaki Dan Kekuatan Otot Tungkai Dengan Ketepatan *Passing* Pada Pemain Putra Umur 10-11 Tahun Klub SSB Elang Biru Surakarta Tahun 2019.

Penelitian ini dilaksanakan di SSB Elang Biru Surakarta dan penelitian ini dilaksanakan pada bulan September tahun 2019. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif studi korelasional. Dalam penelitian ini variabel bebas disebut juga sebagai prediktor dan variabel terikat yang disebut juga sebagai kriterium. Besar sampel yang di gunakan dalam penelitian ini adalah 30 pemain yang di peroleh menggunakan teknik purposive sampling. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik tes dan pengukuran. Adapun jenis tes yang digunakan adalah: (1) Tes dan pengukuran keseimbangan dinamis dengan modifikasi *bass test* (Ismaryati, 2008: 51-53). (2) Tes dan pengukuran koordinasi mata kaki dengan *soccer wall volley test* (Ismaryati, 2011: 54-56). (3) Tes dan pengukuran kekuatan otot Tungkai dengan *standing broad jump test* (Ismaryati, 2008: 64). (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 Keseimbangan dinamis dengan Ketepatan *Passing*, $r_{hitung} = 0.493 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (2) Ada hubungan yang signifikan antara Koordinasi mata kaki dengan Ketepatan *Passing*, $r_{hitung} = 0.402 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (3) Ada hubungan yang signifikan antara Power Otot Tungkai dengan Ketepatan *Passing*, $r_{hitung} = 0.463 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (4) Ada hubungan yang signifikan antara Keseimbangan dinamis, Koordinasi mata kaki dan Power Otot Tungkai dengan Ketepatan *Passing*, $R^2_{y(123)}$ sebesar $0,475 > r_{tabel\ 5\%}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar 0.361 dan F_0 sebesar $7,8448 > f_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar 2,89.

Kata Kunci : Keseimbangan Dinamis, Koordinasi Mata Kaki, Power Otot Tungkai, Ketepatan *Passing*.

ABSTRACT

Aditya Heru Jatmiko. 2019. *Relationship Between Dynamic Balance, Eye-Foot Coordination And Leg Muscle Strength With Passing Accuracy In Male Players Aged 10-11 Years Surakarta Elang Biru SSB Club 2019.* Thesis, Faculty of Teacher Training and Education, University of Tunas Pembangunan Surakarta. Supervisor I Drs. Slamet Sudarsono, M.Pd, Supervisor II Jasmani, S.Pd, M.Or

The purpose of this study is to find out: (1) Relationship between Dynamic Balance and Passing Accuracy in 1011 Years Old Male Player SSB Elang Biru Surakarta in 2019. (2) Relationship between Eye-Foot Coordination and Accuracy of Passing in 1011 Years Old Male Players Surakarta Elang Biru SSB Club in 2019. (3) Relationship between Leg Muscle Strength and Passing Accuracy in 1011 Years Old Male Players SSB Elang Biru Surakarta Club in 2019. (4) Relationship between Dynamic Balance, Eye-Coordination and Leg Muscle Strength with Accuracy of Passing for 10-11 Year Old Male Player SSB Elang Biru Surakarta in 2019.

This research was conducted at SSB Elang Biru Surakarta and this research was conducted in September 2019. The research method used was the descriptive study method of correlational study. In this study the independent variables are also referred to as predictors and the dependent variables are also called criteria. The sample size used in this study was 30 players who were obtained using a purposive sampling technique. Data collection techniques in this study are to use test and measurement techniques. The types of tests used are: (1) Dynamic balance testing and measurement with modified bass test (Ismaryati, 2008: 51-53). (2) Tests and measurements of ankle coordination with the soccer wall volley test (Ismaryati, 2011: 54-56). (3) Tests and measurement of leg muscle strength by standing broad jump test (Ismaryati, 2008: 64). (4) Tests and measurements of the accuracy of ball passing are measured by the ball passing test from Siem Ployer (Soekatamsi, 2000: 623). The implementation guidelines for 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 dynamic balance with Passing Accuracy, $r_{count} = 0.493 > r_{table 5\%} = 0.361$. (2) There is a significant relationship between ankle coordination with Passing Accuracy, $r_{count} = 0.402 > r_{table 5\%} = 0.361$. (3) There is a significant relationship between Leg Muscle Power and Passing Accuracy, $r_{count} = 0.463 > r_{table 5\%} = 0.361$. (4) There is a significant relationship between dynamic balance, ankle coordination and leg muscle power with precision passing, $R^2_{y(123)} = 0.475 > r_{table 5\%}$ at a significance level of 5% at 0.361 and $F_0 = 7.8448 > f_{table}$ at a significance level of 5% of 2.89.

Keywords: *Dynamic Balance, Leg Coordination, Leg Muscle Power, Passing Accuracy.*

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGAJUAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI.....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	viii
ABTRACT	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	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II. LANDASAN TEORI	8
A. Tinjauan Pustaka	8
1. Permainan Sepakbola	8
2. Keseimbangan Dinamis	24
3. Koordinasi Mata kaki.....	26
4. Kelentukan	28
B. Kerangka Berpikir	31
C. Pengajuan Hipotesis	34

	Halaman
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	35
A. Tempat dan Waktu Penelitian	35
B. Metode Penelitian	35
C. Variabel Penelitian	35
D. Populasi dan Sampel Penelitian	36
E. Teknik Pengumpulan Data	36
F. Teknik Analisis Data	37
BAB IV HASIL PENELITIAN	41
A. Deskripsi Data	41
B. Uji Reliabilitas.....	42
C. Pengujian Persyaratan Analisis	43
D. Hasil Analisis Data	44
E. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan	46
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	48
A. Simpulan.....	48
B. Implikasi	48
C. Saran	49
DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN	52

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Otot Tungkai Atas	29
Gambar 2. Otot Tungkai Bawah	30

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Deskripsi Data Hasil Tes.....	41
Tabel 2. <i>Range</i> Kategori Reliabilitas	42
Tabel 3. Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data	42
Tabel 4. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data	43
Tabel 5. Rangkuman Hasil Analisis Varians Untuk Uji Linieritas Hubungan Antara Prediktor dengan Kriteriaum.....	44
Tabel 6. Rangkuman Hasil Analisis Korelasi Tiap Prediktor dengan Kriteriaum.....	45
Tabel 7. Ringkasan Hasil Analisis Regresi	46

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Tes Ketepatan <i>Passing</i> Sepakbola.....	52
Lampiran 2. Tes Keseimbangan Dinamis	53
Lampiran 3. Tes Koordinasi Mata-Kaki	55
Lampiran 4. Tes Power Otot Tungkai.....	57
Lampiran 5. Rekapitulasi data.....	59
Lampiran 6. Uji Reliabilitas	60
Lampiran 7. Uji Normalitas Data dengan Metode Chi-Kuadrat	68
Lampiran 8. Tabel kerja untuk menghitung korelasi	72
Lampiran 9. Uji Linieritas.....	73
Lampiran 10 Analisis Regresi Tiga Prediktor dengan Metode Skor Deviasi	79
Lampiran 11. Analisis Korelasi Tiap Prediktor	84
Lampiran 12 Tabel Nilai r Product Moment	87
Lampiran 13 Tabel Nilai-Nilai Chi-Kwadrat	88
Lampiran 14 Tabel Distribusi F	89
Lampiran 15 Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian	93
Lampiran 16 Surat Ijin Penelitian	
Lampiran 17 Surat Balasan Penelitian	