



**HUBUNGAN ANTARA POWER OTOT TUNGKAI, KELENTUKAN,
DAN KOORDINASI MATA KAKI DENGAN KETEPATAN
PASSING SEPAKBOLA PADA PEMAIN PUTRA USIA
10-12 TAHUN SSB MATRA KEBAKKRAMAT
TAHUN 2020**

SKRIPSI

Oleh

BAYU KARTIKA AJI

D0216022

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

2022

**HUBUNGAN ANTARA POWER OTOT TUNGKAI, KELENTUKAN,
DAN KOORDINASI MATA KAKI DENGAN KETEPATAN
PASSING SEPAKBOLA PADA PEMAIN PUTRA USIA
10-12 TAHUN SSB MATRA KEBAKKRAMAT
TAHUN 2020**

**Oleh
BAYU KARTIKA AJI
D0216022**

SKRIPSI
Ditulis dan diajukan untuk memenuhi syarat mendapatkan gelar Sarjana
Pendidikan Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga

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

PERSETUJUAN

Skripsi ini Dengan Judul “Hubungan Antara Power Otot Tungkai, Kelentukan, Dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Ketepatan *Passing* Sepakbola Pada Pemain Putra Usia 10-12 Tahun SSB Matra Kebakkramat Tahun 2020”, Karya :

Nama : Bayu Kartika Aji

NIM : D0216022

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

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

Persetujuan Pembimbing

Surakarta, Juli 2022

Pembimbing I

Pembimbing II



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



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

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini Dengan Judul “Hubungan Antara Power Otot Tungkai, Kelentukan, Dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Ketepatan *Passing* Sepakbola Pada Pemain Putra Usia 10-12 Tahun SSB Matra Kebakkramat Tahun 2020”, Karya :

Nama : Bayu Kartika Aji

NIM : D0216022

Prodi : Pendidikan Kepeleatihan 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 : Rabu

Tanggal : 20 Juli 2022

Dewan Penguji Skripsi :

(Nama Terang)

Tanda Tangan

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

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

Anggota I : Kodrad Budiyo. 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

“Tidak ada kesuksesan tanpa kerja keras. Tidak ada keberhasilan tanpa kebersamaan. Tidak ada kemudahan tanpa doa.”

– Ridwan Kamil –

“Orang yang hebat adalah orang yang memiliki kemampuan menyembunyikan kesusahan, sehingga orang lain mengira bahwa ia selalu senang.”

– Imam Syafi’i –

“Apapun yang menjadi takdirmu, akan mencari jalannya menemukanmu.”

– Ali bin Abi Thalib –

PERSEMBAHAN

Karya ini dipersembahkan kepada
Kedua Orang Tua Bapak dan ibu tercinta
Saudara-saudaraku tersayang
Almamaterku PKO 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 Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
2. Kodrad Budiyo, S.Pd, M.Or Selaku Kaprodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga FKIP UTP. Sekaligus sebagai Dosen Pembimbing I yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
3. Eriek Satya Haprabu, S.Pd, M.Or sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
4. Pelatih dan Putra ketepatan passing bola umur 10-12 Tahun SSB Matra Kebakkramat Tahun 2020 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, Juni 2022

H.A.R

ABSTRAK

BAYU KARTIKA AJI. HUBUNGAN ANTARA POWER OTOT TUNGKAI, KELENTUKAN, DAN KOORDINASI MATA KAKI DENGAN KETEPATAN PASSING BOLA UMUR 10-12 TAHUN SSB MATRA KEBAKKRAMAT TAHUN 2020. Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, Juni 2022.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) Hubungan antara power otot tungkai dengan ketepatan *passing* bola umur 10-12 Tahun SSB Matra Kebakkramat Tahun 2020. (2) Hubungan antara koordinasi mata-kaki dengan ketepatan *passing* bola umur 10-12 Tahun SSB Matra Kebakkramat Tahun 2020. (3) Hubungan antara kekuatan otot perut dengan ketepatan *passing* bola umur 10-12 Tahun SSB Matra Kebakkramat Tahun 2020. (4) Hubungan antara power otot tungkai, koordinasi mata-kaki, dan kekuatan otot perut dengan ketepatan *passing* bola umur 10-12 Tahun SSB Matra Kebakkramat Tahun 2020.

Sesuai dengan tujuan penelitian ini, maka penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi korelasional. Penelitian ini dilaksanakan di Lapangan SSB Matra Kebakkramat Tahun 2020, pada pemain Umur 10-12 Tahun SSB Matra Kebakkramat Tahun 2020 dan penelitian ini dilaksanakan pada bulan Oktober 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 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 volley test* (Kirkendall, Gruber & Johnson, 1980: 247-248). (4) Tes dan pengukuran ketepatan *passing* bola menggunakan petunjuk tes *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*, $r_{hitung} = 0.464 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (2) Ada hubungan yang signifikan antara kelentukan dengan kemampuan *passing*, $r_{hitung} = 0.489 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (3) Ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata kaki dengan kemampuan *passing* dari r tabel, $r_{hitung} = 0.413 < r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (4) Ada hubungan yang signifikan antara power otot tungkai, kelentukan dan koordinasi mata kaki dengan kemampuan *passing*, $R^2_{y(123)}$ sebesar $0,424 > r_{tabel\ 5\%}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar 0.361 dan F_0 sebesar $6.3835 > f_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar 2,89.

ABSTRACT

Bayu Kartika Aji. *Relationship Between Limb Muscle Power, Flexibility, And Eye Coordination With Ball Passing Accuracy Ages 10-12 Years Ssb Kebakkramat Matra 2020*. Thesis, Surakarta: Faculty of Teacher Training and Education, Universitas Tunas Pembangunan, June 2022.

The purpose of this study was to determine: (1) The relationship between leg muscle power and ball passing accuracy at the age of 10-12 years old SSB Matra Kebakkramat 2020. (2) The relationship between eye-foot coordination and ball passing accuracy aged 10-12 years SSB Kebakkramat Matra in 2020. (3) The relationship between abdominal muscle strength and accuracy of passing the ball aged 10-12 Years SSB Kebakkramat Matra in 2020. (4) The relationship between leg muscle power, eye-foot coordination, and abdominal muscle strength with ball passing accuracy 10-12 Years Old SSB Matra Kebakkramat Year 2020. In accordance with the objectives of this study, this study used a descriptive method with a correlational study approach.

This research was carried out at the SSB Matra Kebakkramat Field in 2020, on players aged 10-12 years at SSB Matra Kebakkramat in 2020 and this research was carried out in October 2020. In this study, the independent variables are also referred to as predictors and the dependent variable is also referred to as criteria. . The data collection technique in this research is using test and measurement techniques. The types of tests used are: (1) Tests and measurements of leg muscle power with the standing broad jump test (Ismaryati, 2008: 64). (2) Test and measurement 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 using ball passing test instructions are measured by ball passing tests from Siem Ployer (Soekatamsi, 2000: 623). Instructions for the implementation of 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, $r_{count} = 0.464 > r_{table} 5\% = 0.361$. (2) There is a significant relationship between flexibility and passing ability, $r_{count} = 0.489 > r_{table} 5\% = 0.361$. (3) There is a significant relationship between eye-foot coordination and passing ability from r table, $r_{count} = 0.413 < r_{table} 5\% = 0.361$. (4) There is a significant relationship between leg muscle power, flexibility and eye-foot coordination with passing ability, $R^2_{y(123)}$ of $0.424 > r_{table} 5\%$ at the 5% significance level of 0.361 and F_0 of $6.3835 > f_{table}$ at the 5% significance level of 2,89.

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
PENGAJUAN	ii
PERSETUJUAN	iii
PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	viii
<i>ABTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	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. Manfaat Penelitian	7
BAB II. LANDASAN TEORI	8
A. Tinjauan Pustaka	8
1. Permainan Sepakbola	8
a. Teknik Dasar Bermain Sepakbola	8
b. Ketepatan <i>Passing</i> Bola	21
2. Power Otot Tungkai	24
a. Power	24
b. Macam – macam power	25
c. Otot Tungkai.....	24

	d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Power Otot Tungkai.....	27
	e. Peranan Power Otot Tungkai dengan Ketepatan <i>Passing</i> Bola.....	28
	3. Kelentukan	29
	4. Koordinasi Mata-Kaki	30
	a. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Koordinasi Mata-Kaki	31
	b. Peranan Koordinasi Mata-kaki dengan Ketepatan <i>Passing</i> bola	32
B.	Kerangka Berpikir	32
	1. Hubungan Antara Power Otot Tungkai dengan Ketepatan <i>Passing</i> Bola	32
	2. Hubungan Antara Kelentukan dengan Ketepatan <i>Passing</i> Bola.....	33
	3. Hubungan Antara Koordinasi Mata-kaki dengan Ketepatan <i>Passing</i> Bola	33
	4. Hubungan Antara Power Otot Tungkai, Kelentukan dan Koordinasi Mata kakidengan Ketepatan <i>Passing</i> Bola.....	34
C.	Pengajuan Hipotesis	35
BAB III.	METODOLOGI PENELITIAN	36
	A. Tempat dan Waktu Penelitian	36
	B. Metode Penelitian	36
	C. Variabel Penelitian	36
	D. Populasi dan Sampel Penelitian	37
	E. Teknik Pengumpulan Data	37
	F. Teknik Analisis Data	38
BAB IV	HASIL PENELITIAN	42
	A. Deskripsi Data	42
	B. Uji Reliabilitas	43
	C. Pengujian Persyaratan Analisis	43

1. Uji Normalitas	44
2. Uji Linieritas	44
D. Hasil Analisis Data	45
1. Analisis Korelasi Tiap Prediktor	45
2. Analisis Regresi	46
E. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan	47
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	49
A. Simpulan	49
B. Implikasi	49
C. Saran	50
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN.....	53

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Otot Tungkai Atas.....	26
Gambar 2. Otot Tungkai Bawah.....	26
Gambar 3. Petunjuk Pelaksanaan	53

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Contoh tabel perhitungan dengan Chi-kuadra.....	38
Tabel 2. Deskripsi Data Hasil Tes	42
Tabel 3. <i>Range</i> Reliabilitas	43
Tabel 4. Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data	43
Tabel 5. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data	44
Tabel 6. Rangkuman Hasil Analisis Varians Untuk Uji Linieritas Hubungan Antara Prediktor dengan Kriteriaum	45
Tabel 7. Rangkuman Hasil Analisis Korelasi Tiap Prediktor dengan Kriteriaum	46
Tabel 8. Ringkasan Hasil Analisis	46

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Petunjuk Pelaksanaan Tes <i>Passing</i> Bola	53
Lampiran 2. Petunjuk Pelaksanaan Tes Power Otot Tungkai.....	54
Lampiran 3. Petunjuk Pelaksanaan Kelentukan.....	56
Lampiran 4. Petunjuk Pelaksanaan Tes Koordinasi Mata-Kaki	58
Lampiran 5. Rekapitulasi data	60
Lampiran 6. Uji Reliabilitas.....	61
Lampiran 7. Uji Normalitas	69
Lampiran 8. Tabel Kerja Untuk Menghitung Korelasi.....	73
Lampiran 9. Uji Linieritas.....	74
Lampiran 10. Analisis Regresi Tiga Prediktor.....	80
Lampiran 11. Analisis Korelasi Tiap Prediktor	86
Lampiran 12. Tabel Nilai <i>r Product Moment</i>	89
Lampiran 13. Tabel Nilai-Nilai Chi-Kwadrat.....	90
Lampiran 14. Tabel F.....	91
Lampiran 15. Dokumentasi Penelitian.....	94

