



**HUBUNGAN ANTARA POWER OTOT TUNGKAI, KOORDINASI MATA
KAKI DAN KEKUATAN OTOT PERUT DENGAN KETEPATAN
SHOOTING DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA
PEMAIN PUTRA USIA 8-10 TAHUN SSB PERSEMAN
KARANGANYAR TAHUN 2020**

SKRIPSI

Oleh:

**TRIHONO
D. 0216226**

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

**HUBUNGAN ANTARA POWER OTOT TUNGKAI, KOORDINASI MATA
KAKI DAN KEKUATAN OTOT PERUT DENGAN KETEPATAN
SHOOTING DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA
PEMAIN PUTRA USIA 8-10 TAHUN SSB PERSEMAN
KARANGANYAR TAHUN 2020**

Disusun oleh:

**TRIHONO
D. 0216226**

SKRIPSI

Ditulis dan Diajukan untuk Memenuhi Syarat Mendapatkan Gelar
Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Olahraga

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

PERSETUJUAN PEMBIMBING

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 8-10 tahun SSB Perseman Karanganyar Tahun 2020.”, Karya

Nama : Trihono

NIM : D0216226

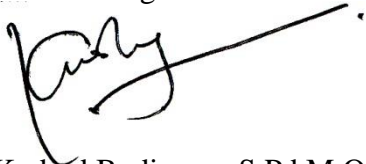
Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

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

Surakarta, Oktober 2020

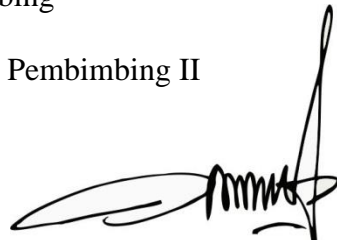
Persetujuan Pembimbing

Pembimbing I



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

Pembimbing II



Eriek Satya Haprabu SPd.M.Or
NIDN. 06120308301

PERSETUJUAN PENGUJI SKRIPSI

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 8-10 tahun SSB Perseman Karanganyar Tahun 2020.”, Karya

Nama : Trihono

NIM : D0216226

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 : Jumat

Tanggal : 18 Desember 2020

Dewan Penguji Skripsi:

(Nama Terang)

Tanda Tangan

Ketua : Pipit Fitria Yulianto, S.Pd, M.Or

Sekretaris : Risa Agus Teguh W, 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 Surakarta

CT. Dekan,



Dr. H. Sapto Privadi, MP
NIDN. 0608016101

MOTTO

“Bersyukur Adalah cara terbaik menyikapi masalah”

(Gus Baha)

“Bukan orang lain pengukur kesuksesan kita”.

(Penulis)

PERSEMBAHAN

Karya ini dipersembahkan kepada

1. Bapak dan ibu tercinta
2. Istri dan Anak-anakku tercinta
3. Saudara-saudaraku tersayang
4. Almamaterku Pendidikan Kepelatihan 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. Dr. Ir. Spto Priyadi, M.P. selaku CT. 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 Dosen Pembimbing I yang telah banyak membimbing dan mengarahkan selama penyusunan skripsi ini.
3. Eriek Satya Haprabu, S.Pd, M.Or sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membimbing dan mengarahkan selama penyusunan skripsi ini.
4. Pelatih dan Pemain Putra Usia 8-10 tahun SSB Perseman Karanganyar 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, Oktober 2020

T.H

ABSTRAK

Trihono. 2020. Hubungan Antara Power Otot Tungkai, Koordinasi Mata Kaki Dan Kekuatan Otot Perut Dengan Ketepatan *Shooting* Dalam Permainan Sepakbola Pada Pemain Putra Usia 8-10 Tahun SSB Perseman Karanganyar Tahun 2020. Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta. Pembimbing I. Kodrad Budiyo, S.Pd., M.Or. Pembimbing II. Eriek Satya Haprabu, S.Pd., M.Or.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) Hubungan antara Power otot Tungkai Dengan Ketepatan *Shooting* Dalam Permainan Sepakbola Pada Pemain Putra Usia 8-10 tahun SSB Perseman Karanganyar Tahun 2020. (2) Hubungan antara Koordinasi Mata Kaki Dengan Ketepatan *Shooting* Dalam Permainan Sepakbola Pada Pemain Putra Usia 8-10 tahun SSB Perseman Karanganyar Tahun 2020. (3) Hubungan antara Kekuatan Otot Perut Dengan Ketepatan *Shooting* Dalam Permainan Sepakbola Pada Pemain Putra Usia 8-10 tahun SSB Perseman Karanganyar 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 8-10 tahun SSB Perseman Karanganyar Tahun 2020.

Penelitian ini dilaksanakan di SSB Perseman Karanganyar dan penelitian ini dilaksanakan pada bulan September 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 or Long Jump* (Ismaryati : 2007, 60-62). (2) Tes dan pengukuran koordinasi mata kaki menggunakan *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 ketepatan *Shooting* (Nurhasan, 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* , $r_{hitung} = 0.491 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (2) Ada hubungan yang signifikan antara Koordinasi Mata Kaki dengan Ketepatan *Shooting* , $r_{hitung} = 0.473 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (3) Ada hubungan yang signifikan antara Kekuatan Otot Perut dengan Ketepatan *Shooting* $r_{hitung} = 0.437 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (4) Ada hubungan yang signifikan antara Power otot Tungkai , Koordinasi Mata Kaki dan Kekuatan Otot Perut dengan Ketepatan *Shooting* , $R^2_{y(123)}$ sebesar $0.462 > r_{tabel\ 5\%}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar 0,361 dan F_0 sebesar $7.4486 > f_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar 2,89.

Kata Kunci : Power Otot Tungkai, Koordinasi Mata Kaki, Kekuatan Otot Perut , Ketepatan *Shooting*

ABSTRACT

Trihono. 2020. *The relationship between leg muscle power, ankle coordination and abdominal muscle strength with shooting accuracy in soccer games for male players aged 8-10 years at SSB Perseman Karanganyar in 2020. Thesis, Faculty of Teacher Training and Education, Tunas Pembangunan University, Surakarta. Pembimbing I. Kodrad Budiyono, S.Pd., M.Or. Pembimbing II. Eriek Satya Haprabu, S.Pd., M.Or.*

The purpose of this study was to determine: (1) the relationship between leg muscle power and shooting accuracy in soccer games for male players aged 8-10 years old SSB Perseman Karanganyar in 2020. (2) The relationship between ankle coordination and shooting accuracy in soccer games For male players aged 8-10 years, SSB Perseman Karanganyar in 2020. (3) The relationship between abdominal muscle strength and shooting accuracy in soccer games for male players aged 8-10 years SSB Perseman Karanganyar in 2020. (4) The relationship between leg muscle power, Coordination of the ankles and strength of the abdominal muscles with the accuracy of shooting in soccer games for male players aged 8-10 years, SSB Perseman Karanganyar in 2020.

This research was conducted at SSB Perseman Karanganyar and this research was conducted in September 2020. In this study the independent variable is also called a predictor and the dependent variable is also called a criterion. Data collection techniques in this study were to use test and measurement techniques. The types of tests used are: (1) Tests and measurements of leg muscle power with a Standing Broad or Long Jump (Ismaryati: 2007, 60-62). (2) Test and measurement of ankle coordination using the Soccer Wall Voley Test (Kirkendall, Gruber & Johnson, 1980: 247-248). (3) Test and measurement of abdominal muscle strength using a sit-up test (Ismaryati, 2008: 120). (4) Test and measurement of shooting accuracy (Nurhasan, 2005: 152-157). Instructions for the execution of each test are attached.

Based on the data analysis and hypothesis testing that has been carried out, the conclusions that can be obtained are: (1) There is a significant relationship between leg muscle power and shooting accuracy, $r_{count} = 0.491 > r_{table 5\%} = 0.361$. (2) There is a significant relationship between ankle coordination and shooting accuracy, $r_{count} = 0.473 > r_{table 5\%} = 0.361$. (3) There is a significant relationship between Abdominal Muscle Strength with Shooting Accuracy $r_{count} = 0.437 < r_{table 5\%} = 0.361$. (4) There is a significant relationship between leg muscle power, ankle coordination and abdominal muscle strength with shooting accuracy, $R^2_{y(123)} = 0.462 > r_{table 5\%}$ at the 5% significance level of 0.361 and $F_0 = 7.4486 > f_{tabel}$ at the 5% significance level amounting to 2.89.

Keywords: leg muscle power, ankle coordination, abdominal muscle strength, shooting accuracy

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGAJUAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK.....	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Latar Belakang Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Kegunaan Penelitian.....	7
BAB II. LANDASAN TEORI.....	8
A. Tinjauan Pustaka.....	8
1. Permainan Sepakbola.....	8
2. Teknik <i>Shooting</i> Sepakbola	24
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	44
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	44
B. Metode Penelitian	44
C. Variabel Penelitian.....	44
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	45
E. Teknik Pengumpulan Data	45
F. Teknik Analisis Data	46
BAB IV. HASIL PENELITIAN	50
A. Deskripsi Data	50
B. Reliabilitas Tes	51
C. Uji Prasyarat Analisis	51
1. Uji Normalitas.....	52
2. Uji Linieritas	52
D. Hasil Analisis Data	53
1. Uji Korelasi Tiap Prediktor.....	53
2. Analisis Regresi	54
E. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan.....	55
BAB V. SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN.....	57
A. Simpulan.....	57
B. Implikasi	57
C. Saran	58
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	61

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Contoh Perhitungan Chi Kwadrat	47
Tabel 2. Rangkuman Data Hasil Tes X1, X2, X3 dan Y	50
Tabel 3. Rangkuman Hasil Uji Reliabilitas.....	51
Tabel 4. Range Reliabilitas Book Wather.....	51
Tabel 5. Rangkuman Hasil Uji Normalitas	52
Tabel 6. Rangkuman Hasil Analisis Varians Uji Linieritas.....	53
Tabel 7. Rangkuman Hasil Uji Variabel Bebas dengan Terikat	54
Tabel 8. Ringkasan Hasil Analisis Regresi	55

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Gerakan Teknik <i>Shooting</i>	28
Gambar 2. Otot-Otot Tungkai Bawah Bagian Bawah	32
Gambar 3. Otot Perut Atas	40
Gambar 4. Otot Perut Bawah	40

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Tes Power Otot Tungkai	61
Lampiran 2. Tes Koordinasi Mata Kaki	63
Lampiran 3. Tes Kekuatan Otot Perut	65
Lampiran 4. Tes Ketepatan <i>Shooting</i>	67
Lampiran 5. Rekapitulasi data	69
Lampiran 6. Uji Reliabilitas	70
Lampiran 7. Uji Normalitas Data dengan Metode Chi-Kuadrat.....	78
Lampiran 8. Tabel kerja untuk menghitung korelasi.....	82
Lampiran 9. Uji Linieritas	83
Lampiran 10. Analisis Regresi Tiga Prediktor Dengan Metode Skor Deviasi	89
Lampiran 11. Analisis Korelasi Tiap Prediktor	95
Lampiran 12. Tabel N dan r product moment	98
Lampiran 13. Table nilai-nilai chi kuwadrat	99
Lampiran 14. Table distribusi F	100
Lampiran 15. Dokumentasi Penelitian	104
Lampiran 16. Surat Permohonan Ijin Mahasiswa	
Lampiran 17. Surat Balasan	

