



**HUBUNGAN ANTARA KOORDINASI MATA KAKI,PERSEPSI
KINESTETIK DAN KEKUATAN OTOT PERUT TERHADAP
KEMAMPUAN LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK SISWA
PUTRA KL 5 DAN 6 SD N SEMPULUR BOYOLALI
TAHUN 2017**

SKRIPSI

Disusun oleh:

RIZQI AGUNG SADEWO

D0219197

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

2021

**HUBUNGAN ANTARA KOORDINASI MATA KAKI, PERSEPSI
KINESTETIK DAN KEKUATAN OTOT PERUT TERHADAP
KEMAMPUAN LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK SISWA
PUTRA KL 5 DAN 6 SD N SEMPULUR BOYOLALI
TAHUN 2017**

Disusun oleh:

**RIZQI AGUNG S
D0219197**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Derajat
S1 Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga.

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN
SURAKARTA
2021**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul “Hubungan Antara Koordinasi Mata Kaki, Persepsi Kinestetik Dan Kekuatan Otot Perut Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Putra Kelas 5 dan 6 SDN Sempulur Boyolali Tahun 2017.”, Karya

Nama : Rizqi Agung Sadewo

NIM : D0219197

Prodi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga

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

Disetujui:

Pembimbing I



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

Pembimbing II



Eriek Satya Haprabu,S.Pd.M.Or
NIDN. 0601046302

HALAMAN PENGESAHAN

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 : 10 Februari 2021

Tim Penguji Skripsi:

Tanda Tangan

Ketua : Dr. Nuruddin BS. 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
Dekan

Dr. Ir. Sapto Priyadi M.P
NIDN. 0608016101



PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa yang tertulis didalam skripsi ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan jiplakan dari karya tulis orang lain atau kutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku, baik sebagian atau keseluruhannya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah. Atas pernyataan ini saya siap menanggung resiko/sangsi yang dijatuhkan apabila ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya ini.

Surakarta, 17 Februari 2021

Yang membuat pernyataan

Rizqi Agung Sadewo

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto

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

(Al Hadist)

Persembahan

Karya ini dipersembahkan kepada

Bapak dan Ibu tercinta
Saudara-saudaraku tersayang
Almamaterku tercinta dan
Dia yang memilih orang lain daripada saya.

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. Kodrad Budiyono S.Pd, M.Or selaku Kaprodi PKO Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta. Dan sebagai dosen pembimbing I yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
2. Eriek Satya Haprabu, S.Pd. M.Or sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
3. Siswa Kelas 5 Dan 6 SD N Sempulur Boyolali Tahun 2017 yang telah membantu dalam penelitian dan pengumpulan data untuk skripsi ini.
4. 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, November 2020

Rizqi Agung Sadewo

ABSTRAK

RIZQI AGUNG SADEWO. HUBUNGAN ANTARA KOORDINASI MATA KAKI, PERSEPSI KINESTETIK DAN KEKUATAN OTOT PERUT TERHADAP KEMAMPUAN LOMPAT JAUH GAYAJONGKOK SISWA PUTRA KELAS 5 DAN 6 SDN SEMPULUR BOYOLALI TAHUN 2017. Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, Juni 2017.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) Hubungan antara Koordinasi Mata Kaki terhadap Kemampuan Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Putra Kelas 5 Dan 6 SD N Sempulur Boyolali Tahun 2017. (2) Hubungan antara Persepsi Kinestetik terhadap Kemampuan Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Putra Kelas 5 Dan 6 SD N Sempulur Boyolali Tahun 2017. (3) Hubungan antara Kekuatan Otot Perut terhadap Kemampuan Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Putra Kelas 5 Dan 6 SD N Sempulur Boyolali Tahun 2017. (4) Hubungan antara Koordinasi Mata Kaki, Persepsi Kinestetik Dan Kekuatan Otot Perut Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Putra Kelas 5 Dan 6 SD N Sempulur Boyolali Tahun 2017.

Penelitian ini dilaksanakan di SD N Sempulur Boyolali pada siswa putra kelas 5 dan 6 SD N Sempulur Boyolali Tahun 2017 dan penelitian ini dilaksanakan pada bulan oktober tahun 2017. 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 koordinasi mata kaki dengan tes *Soccer Wall Voley Test* (Kirkendall, Joseph, and Robert, 1987:247-248). (2) Tes dan pengukuran Persepsi Kinestetik “ *Vertical Linier Space Test* (Johnson & Nelson, 1986:189-190). (3) Tes dan pengukuran kekuatan otot perut dengan *sit-up test* (Ismaryati, 2008: 119). (4) pengukuran lompat jauh gaya jongkok menggunakan petunjuk pelaksanaan tes lompat jauh (Persatuan Atletik Seluruh Indonesia, 1996: 142). 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 Koordinasi mata kaki dengan Lompat Jauh Gaya Jongkok, $r_{hitung} = 0,498 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (2) Ada hubungan yang signifikan antara Persepsi kinestetik dengan Lompat Jauh Gaya Jongkok, $r_{hitung} = -0,416$ (data inversi) $> r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (3) Ada hubungan yang signifikan antara Kekuatan otot perut dengan Lompat Jauh Gaya Jongkok termasuk data inversi karena lebih kecil dari r tabel, $r_{hitung} = 0,450 < r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (4) Ada hubungan yang signifikan antara Koordinasi mata kaki, Persepsi kinestetik dan Kekuatan otot perut dengan Lompat Jauh Gaya Jongkok, $R^2_{y(123)}$ sebesar $0,386 > r_{tabel\ 5\%}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar $0,361$ dan F_0 sebesar $5,4553 > f_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar $2,89$.

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
JUDUL TANPA COVER	ii
PERSETUJUAN	iii
PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. LatarBelakangMasalah.....	1
B. IdentifikasiMasalah	5
C. PembatasanMasalah	6
D. PerumusanMasalah	6
E. TujuanPenelitian	6
F. ManfaatPenelitian	7
BAB II. LANDASAN TEORI	8
A. Tinjauan Pustaka	8
1. Lompat Jauh	8
a. Pengertian Lompat Jauh	8
b. Teknik Dasar Lompat Jauh	9
c. Lompat Jauh Gaya Jongkok	14
2. Koordinasi Mata Kaki	16
a. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Koordinasi Mata Kaki.....	16
b. Peranan Koordinasi Mata Kaki dengan lari 100 meter	17

3. Persepsi Kinestetik	17
4. Kekuatan Otot Perut	20
B. Kerangka Berpikir	23
C. Pengajuan Hipotesis	25
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	26
A. Tempat dan Waktu Penelitian	26
B. Metode Penelitian	26
C. Populasi, Sampel dan Teknik sampling	26
D. Teknik Pengumpulan Data	27
E. Teknik Analisis Data	28
BAB IV HASIL PENELITIAN	32
A. Deskripsi Data	32
B. Uji Reliabilitas	33
C. Pengujian Persyaratan Analisis	34
1. Uji Normalitas	34
2. Uji Linieritas	35
D. Hasil Analisis Data	35
1. Analisis Korelasi Tiap Prediktor	35
2. Analisis Regresi	36
E. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan	38
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	40
A. Simpulan	40
B. Implikasi	40
C. Saran	41
DAFTAR PUSTAKA	42
LAMPIRAN-LAMPIRAN	45

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Gerakan awalan.....	11
Gambar 2. Gerakan Tolakan.....	12
Gambar 3. Elevasi Gerakan	14
Gambar 4. Gerakan Letak Titik Berat Badan pada Saat Tolakan.....	14
Gambar 5. Gerakan Lintasan Titik Berat Badan Sewaktu Tolakan.....	14
Gambar 5. Posisi Mendarat pada Lompat Jauh	16

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Deskripsi Data Hasil Tes Koordinasi Mata Kaki, Persepsi Kinestetik Dan Kekuatan Otot Perut dengan Lompat jauh gaya jongkok.....	36
Tabel 2. <i>Range</i> Reliabilitas	37
Tabel 3. Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data	37
Tabel 4. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data	38
Tabel 5. Rangkuman Hasil Analisis Varians Untuk Uji Linieritas Hubungan Antara Prediktor dengan Kriteria	39
Tabel 6. Rangkuman Hasil Analisis Korelasi Tiap Prediktor Dengan Kriteria	41
Tabel 6. Ringkasan Hasil Analisis.....	42

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Tes Koordinasi Mata Kaki.....	49
Lampiran 2. Tes Persepsi Kinestetik.....	51
Lampiran 2. Tes Kekuatan Otot Perut.....	53
Lampiran 2. Tes Lompat jauh gaya jongkok	54