

**HUBUNGAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI DAN KOORDINASI MATA KAKI  
DENGAN AKURASI *SHOOTING* PEMAIN SEKOLAH SEPAKBOLA  
BALAI BARU PADANG**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada tim penguji skripsi sebagai salah satu persyaratan guna  
memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh :  
**ANGGI HIDAYATULLAH**  
**NPM. 1210013411309**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR  
KONSENTRASI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS BUNG HATTA  
2017**



**HALAMAN PERSETUJUAN**

**SKRIPSI**

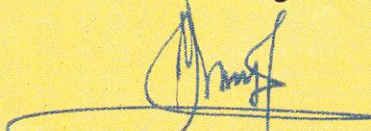
**HUBUNGAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI DAN KOORDINASI MATA-KAKI DENGAN AKURASI *SHOOTING* PEMAIN SEKOLAH SEPAKBOLA BALAI BARU PADANG**

Nama : Anggi Hidayatullah  
NPM : 1210013411309  
Program Studi : Konsentrasi Pendidikan Jasmani Kesehatan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Guru Sekolah Dasar  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas : Bung Hatta

Padang, Juni 2017

Disetujui Oleh

Pembimbing I



Drs. Jaslindo, MS

Pembimbing II



Ali Mardius, S.Pd, M.Pd

Mengetahui  
Ketua Prodi/Jurusan



Drs. Madri M, M.Kes, AIFO



## HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Konsentrasi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Bung Hatta

### HUBUNGAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI DAN KOORDINASI MATA-KAKI DENGAN AKURASI *SHOOTING* PEMAIN SEKOLAH SEPAKBOLA BALAI BARU PADANG

Nama : Anggi Hidayatullah  
NPM : 1210013411309  
Program Studi : Konsentrasi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Guru Sekolah Dasar  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas : Bung Hatta

Padang, Juni 2017

Nama

Tanda tangan

1. Drs. Jaslindo. MS

Pembimbing I

2. Ali mardius, S.Pd, M.Pd

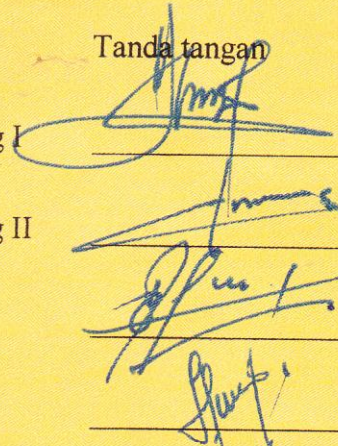
Pembimbing II

3. Dr. Syahrastani. M.Kes. AIFO

Penguji I

4. Lucy Oktavani, S.Pd, M.Pd

Penguji II





Yang bertanda tangan di bawah ini adalah :

Nama : Anggi Hidayatullah  
NPM : 1210013411309  
Konsentrasi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Rekreasi  
Prodi/Jurusan : Pendidikan Guru Sekolah Dasar  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas : Bung Hatta  
Judul : Hubungan kekuatan otot tungkai dan Koordinasi mata kaki dengan akurasi *shooting* pemain sekolah sepakbola balai baru Padang

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam penulisan skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan orang lain untuk memperoleh gelar sarjana disuatu perguruan tinggi dan sepanjang penulisan skripsi ini juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah dituliskan atau diterbitkan oleh orang lain kecuali yang secara tertulis diajukan dalam skripsi ini yang disebutkan dalam daftar pustaka.

Padang, Juni 2017

  
Anggi Hidayatullah

## ABSTRAK

### **Anggi Hidayatullah : Hubungan Kekuatan Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki dengan Akurasi *Shooting* Pemain Sekolah Sepakbola Balai Baru Padang**

Masalah dalam penelitian adalah dimana terlihat di lapangan pemain melakukan *shooting*, arah bola sering melenceng, tidak tepat sasaran serta mudah ditangkap penjaga gawang, sehingga goal tidak dapat diciptakan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar hubungan kekuatan otot tungkai dan koordinasi mata kaki dengan akurasi *Shooting* pemain Sekolah Sepakbola Balai Baru Padang.

Jenis penelitian adalah korelasional dengan populasi adalah pemain Sekolah Sepakbola Balai Baru Padang yang berjumlah 22 orang pemain. Penarikan sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan cara *total Sampling* yang berjumlah 22 orang pemain dengan kelompok umur 9 sampai 12 tahun. Data diambil dengan tiga cara, tes dan pengukuran . Data yang dianalisis menggunakan statistik parametrik pada signifikansi  $0,05\alpha$  dengan formula uji korelasi.

Berdasarkan analisis dari pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai terhadap akurasi *Shooting*, kemudian terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata kaki terhadap akurasi *Shooting* dan terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap akurasi *Shooting* pemain Sekolah Sepakbola Balai Baru Padang.

**Kata Kunci : Kekuatan Otot Tungkai, Koordinasi Mata Kaki, Akurasi *Shooting***

## KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis mengucapkan kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan Karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul: **Hubungan Kekuatan Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki dengan Akurasi *Shooting* Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Balai Baru Padang.**

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan dan kesalahan. Untuk itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan untuk perbaiki di masa yang akan datang. Dalam penyelesaian Skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan dan dorongan baik material maupun moril, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Drs. Khairul Harha, M,Sc beserta staf-stafnya. Yang telah memberikan kemudahan di dalam administrasi dan persyaratan akademis.
2. Ketua pengelola program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi Universitas Bung Hatta Drs. Madri M. M,kes, AIFO beserta staf-stafnya. Yang telah memberikan kemudahan dalam administrasi jurusan.
3. Drs. Jaslindo, M.S, selaku Pembimbing I dan Ali Mardius, S.Pd., M.Pd, selaku Pembimbing II yang telah membimbing dan mendorong penulis dalam menyelesaikan Skripsi ini.
4. Penguji I Dr. Syahrastani, M.Kes., AIFO dan Penguji II Lucy Oktavani, S,Pd., M.Pd. yang telah membimbing dan mendorong penulis dalam menyelesaikan Skripsi ini.

5. Bapak/Ibu Dosen yang telah mentransfer ilmu bagi penulis selama mengikuti proses pendidikan di Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Bung Hatta.
6. Terima kasih untuk ibunda Ita, terima kasih untuk ayahanda Andi Hermawan, terima kasih untuk dan adek Rizki, Salsabila, Namira yang telah memberikan kesempatan dan dorongan dalam proses pendidikan.
7. Semua pihak tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu dan memberikan motivasi.

Semoga segala bimbingan dan bantuan serta perhatian yang telah diberikan menjadi pahala di sisi Allah SWT.

Padang, Juni 2017

**Penulis**

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b>	
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	viii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Perumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian .....	7
F. Kegunaan Hasil Penelitian.....	8
<b>BAB II TINJUAN KEPUSTAKAAN</b>	
A. Kajian Teori.....	9
1. Akurasi Shooting .....	9
2. Kekuatan Otot Tungkai .....	15
3. Koordinasi Mata-Kaki .....	23
B. Kerangka Konseptual .....	27
C. Hipotesis Penelitian.....	29
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	30
1. Jenis Penelitian.....	30
2. Tempat dan Waktu Penelitian .....	30
B. Defenisi Operasional .....	31
C. Populasi dan Sampel .....	31
1. Populasi .....	31
2. Sampel .....	32



D. Teknik Pengumpulan Data.....	33
1. Instrumen Tes Akurasi Shooting.....	33
2. Instrumen Tes Kekuatan Otot Tungkai .....	34
3. Instrumen Tes Koordinasi Mata-Kaki.....	35
E. Teknik Analisis Data .....	37
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data.....	39
1. Kekuatan Otot Tungkai .....	39
2. Koordinasi Mata Kaki .....	40
3. Akurasi <i>Shooting</i> .....	41
B. Pengujian Persyaratan Analisis dengan Uji Normalitas Data.....	43
C. Pengujian Hipotesis.....	43
D. Pembahasan.....	46
1. Hubungan antara Kekuatan Otot Tungkai dengan Akurasi <i>Shooting</i> .....	46
2. Hubungan antara Koordinasi Mata Kaki dengan Akurasi <i>Shooting</i> .....	49
3. Hubungan antara Kekuatan Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki terhadap Akurasi <i>Shooting</i> .....	52
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	55
B. Saran .....	55
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>57</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>59</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Pelaksanaan <i>Shooting</i> .....	12
2. Bagian dalam dan luar.....	13
3. Menendang Dengan Punggung Kaki .....	13
4. Hubungan Kekuatan Otot Tungkai ( $X_1$ ) dan Koordinasi Mata-Kaki ( $X_2$ ) dengan Akurasi <i>Shooting</i> (Y).....	29
5. Tes Menendang bola ( <i>Shooting</i> ) .....	34
6. Leg Dynamometer .....	35
7. Sasaran Tes Koordinasi Mata - Kaki .....	36
8. Histogram Data Kekuatan Otot Tungkai .....	40
9. Histogram Data Koordinasi Mata Kaki.....	41
10. Histogram Data Akurasi <i>Shooting</i> .....	42



## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Populasi pemain SSB Balai Baru .....	32
2. Pemain pada tingkatan dasar usia 9 sampai 12 tahun .....	32
3. Distribusi Frekwensi Data Kekuatan Otot Tungkai .....	39
4. Distribusi Frekwensi Data Koordinasi Mata Kaki .....	40
5. Distribusi Frekwensi Data Akurasi <i>Shooting</i> .....	42
6. Uji Normalitas Data dengan Uji <i>Lilliefors</i> .....	43
7. Analisis Korelasi antara Kekuatan Otot Tungkai terhadap Akurasi <i>Shooting</i> ( $X_1$ - $Y$ ) .....	44
8. Analisis Korelasi antara Koordinasi Mata Kaki terhadap Akurasi <i>Shooting</i> ( $X_2$ - $Y$ ) .....	45
9. Analisis Korelasi antara Kekuatan Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki dengan Akurasi <i>Shooting</i> ( $X_1, X_2$ - $Y$ ) .....	46

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Pengukuran Variabel Kekuatan Otot Tungkai Pemain Sekolah Sepakbola Balai Baru Padang .....	60
2. Pengukuran Variabel Koordinasi Mata Kaki Pemain Sekolah Sepakbola Balai Baru Padang.....	61
3. Pengukuran Variabel Akurasi <i>Shooting</i> Pemain Sekolah Sepakbola Balai Baru Padang.....	62
4. Data Akhir Variabel Kekuatan Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki terhadap Akurasi <i>Shooting</i> Pemain Sekolah Sepakbola Balai Baru Padang.....	63
5. Uji Normalitas Data Kekuatan Otot Tungkai ( $X_1$ ).....	64
6. Uji Normalitas Data Koordinasi Mata Kaki ( $X_2$ ).....	65
7. Uji Normalitas Data Akurasi <i>Shooting</i> ( $Y$ ).....	66
8. Analisis Hubungan antara Kekuatan Otot Tungkai ( $X_1$ ) Akurasi <i>Shooting</i> ( $Y$ ).....	67
9. Analisis Hubungan antara Koordinasi Mata Kaki ( $X_2$ ) dengan Akurasi <i>Shooting</i> ( $Y$ ).....	69
10. Analisis Hubungan antara Kekuatan Otot Tungkai ( $X_1$ ) dan Koordinasi Mata Kaki ( $X_2$ ).....	71
11. Uji Keberartian Koefisien Korelasi Ganda .....	72
12. Luas Dibawah Lengkungan Normal Standar Dari 0 ke Z (Bilangan dalam badan daftar menyatakan desimal ) .....	74
13. Nilai Kritis L Untuk Uji Lilliefors .....	75
14. Tabel Nilai – Nilai “r” <i>Product Moment</i> .....	76
15. Nilai Persentil Untuk Distribusi F.....	77
16. Nilai Persentil untuk distribusi t .....	79
17. Dokumentasi Penelitian .....	81
18. Surat Izin Penelitian dari Universitas Bung Hatta .....	85
19. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian dari Sekolah Sepakbola Balai Baru Padang.....	86
20. Toefl.....	87