

**KONTRIBUSI DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KESEIMBANGAN
TERHADAP AKURASI *SHOOTING* ATLET PERSAUDARAAN (PSR)
FUTSAL ACADEMY KOTA PADANG**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Serjana Pendidikan



Oleh:

**M HELFIKI GUNAWAN
NIM. 18086158**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2023**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

Judul : Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Keseimbangan terhadap Akurasi *Shooting* Atlet Persaudaraan (PSR) Futsal Academy Kota Padang
Nama : M Helfiki Gunawan
NIM : 18086158
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Desember 2023

Mengetahui:
Kepala Departemen Pendidikan Olahraga

Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd, M.Pd
NIP. 19890901 201803 1 001

Disetujui:
Pembimbing

Dr. Damrah, M.Pd
NIP. 19610607 198803 1 001

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : M Helfiki Gunawan
NIM : 18086158

**Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
dengan judul**




**Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Keseimbangan terhadap Akurasi
Shooting Atlet Persaudaraan (PSR) Futsal Academy Kota Padang**

Padang, Desember 2023

Tim Penguji

1. Ketua : Dr. Damrah, M.Pd
2. Anggota : Prof. Dr. Arsil, M.Pd
3. Anggota : Haripah Lawanis, S.Pd, M.Pd

Tanda Tangan

1. 
2. 
3. 

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi dengan judul "**Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Keseimbangan Terhadap Akurasi Shooting Atlet Persaudaraan (PSR) Futsal Academy Kota Padang**" adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan Pembimbing dan Penguji.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam skripsi saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Mei 2023
Yang menyatakan,



M Helfiki Gunawan
2018/18086158

ABSTRAK

M Helfiki Gunawan. 2023.”Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Keseimbangan Terhadap Akurasi *Shooting* Atlet Persaudaraan (PSR) Futsal Academy Kota Padang” *Skripsi*. Padang: Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Departement Pendidikan Olahraga, Universitas Negeri Padang

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya akurasi *shooting* atlet persaudaraan futsal academy kota padang. Penelitian ini bertujuan melihat kontribusi daya ledak otot tungkai dan keseimbangan dengan akurasi *shooting* atlet Persaudaraan (PSR) Futsal Academy Kota Padang.

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain futsal PSR Futsal Academy Kota Padang sebanyak 20 orang U-21. Penarikan sampel penelitian ini menggunakan teknik *total sampling* dimana seluruh atlet U-21 futsal PSR Futsal Academy Kota Padang di jadikan sampel pada penelitian ini. Instrumen penelitian ini melalui tes *standing board jump*, tes *satnding strok tes*, dan tes akurasi *shooting*. Teknik analisa data menggunakan teknik analisis korelasi, korelasi sederhana dan korelasi koefisien determinasi taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

Hasil analisis menunjukkan: 1) Terdapat kontribusi antara daya ledak otot tungkai dengan akurasi *shooting* atlet Persaudaraan (PSR) Futsal Academy Kota Padang sebesar 30,25%. 2) Terdapat kontribusi keseimbangan dengan akurasi *shooting* atlet Persaudaraan (PSR) Futsal Academy Kota Padang sebesar 25,36%. 3) Terdapat kontribusi daya ledak otot tungkai dan keseimbangan secara bersama-sama dengan akurasi *shooting* atlet Persaudaraan (PSR) Futsal Academy Kota Padang sebesar 40,72%.

Kata Kunci : Daya Ledak Otot Tungkai; Keseimbangan; Akurasi *Shooting*; Futsal

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji dan syukur kehadirat Allah Subhanahu wata'ala atas berkah, rahmat dan hidayah-Nya yang senantiasa dilimpahkan kepada penulis, sehingga bisa menyelesaikan skripsi penelitian dengan judul **“Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Keseimbangan terhadap Akurasi *Shooting* Atlet Persaudaraan (PSR) Futsal Academy Kota Padang”** sebagai syarat untuk melakukan penelitian di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Shalawat beriring salam selalu tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad Shallallahu 'alaihi wasallam yang telah membawa umatnya dari zaman kegelapan menuju zaman yang terang yang penuh dengan pengetahuan, teknologi yang kita rasakan sekarang ini.

Dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada berbagai pihak yang telah memberi bantuan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Penulis berterima kasih kepada:

1. Bapak Prof, Dr. Nurul ikhsan, S,Pd, M.pd, selaku Dekan FIK Universitas Negeri Padang yang telah memberi kesempatan kepada peneliti mengajukan studi pada FIK Universitas Negerik Padang
2. Bapak Sepriadi, S.Si, M.Pd selaku ketua departemen pendidikan olahraga yang telah memberi bimbingan, dukungan, dan saran-saran yang membangun kepada penulis
3. Bapak Dr. aldo Naza Putra, S.Pd, M.Pd, selaku sekertaris departemen pendidikan olahraga yang telah memberi bimbingan, arahan, nasehat serta saran-saran sehingga skripsi penelitian ini dapat terselesaikan.
4. Bapak Dr. Damrah, M.Pd selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, nasehat serta saran-saran sehingga skripsi penelitian ini dapat terselesaikan.
5. kedua orangtua ku yang selalu mendoakan yang terbaik serta selalu memberikan dukungan dalam proses penyelesaian skripsi penelitian ini.

6. Bapak Dr. Arsil, M.pd dan ibuk Haripah lawanis,S.Pd, M.Pd sebagai penguji 1 dan penguji 2 yang telah hadir dan memberikan ujian skripsi saya.
7. Pelatih PSR futsal academy kota padang yang telah membantu dan memberi arahan yang benar dalam penelitian saya
8. Atlet PSR futsal academy kota padang yang juga membantu saya dalam peneltian saya
9. Dosen jurusan Pendidikan olahraga yang telah memberi dukungan, dan saran-saran yang membangun kepada penulis
10. Kepada semua rekan-rekan mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, dan semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu-satu.

Rasa hormat dan ucapan terima kasih kepada semua pihak atas segala do'a dan dukungan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini. Semoga Allah Subhanahu wata'ala melimpahkan rahmat, taufik dan karunianya dalam setiap kebaikan serta diberikan balasan oleh-Nya, Aamiin.

Padang, Mei 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
PERNYATAAN	ii
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori.....	8
1. Olahraga Futsal	8
2. <i>Shooting</i> Dalam Futsal.....	11
3. Daya Ledak Otot Tungkai	16
4. Keseimbangan	20
B. Penelitian Relevan	23
C. Kerangka Konseptual.....	24
D. Hipotesis Penelitian	27
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	28

B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	28
C. Defenisi Operasional Variabel Penelitian	28
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	29
E. Jenis dan Sumber Data	30
F. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	31
G. Teknik Analisis Data	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data.....	40
B. Pengujian Persyaratan Analisis.....	43
C. Pengujian Hipotesis.....	45
D. Pembahasan	49
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	54
B. Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN	63

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Jumlah Populasi Penelitian	29
2. Nama dan Usia Sampel.....	30
3. Norma <i>Standing Board Jump</i>	32
4. Norma Tes <i>Standing Stork Test</i>	34
5. Norma Tes Akurasi <i>Shooting</i>	36
6. Pedoman Untuk Memberikan Interpretasi Koefisien Korelasi.....	39
7. Distribusi Frekuensi Daya Ledak Otot Tungkai (X_1)	40
8. Distribusi Frekuensi Keseimbangan (X_2)	41
9. Distribusi Frekuensi Akurasi <i>Shooting</i> (Y)	42
10. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Sebaran Data	44
11. Rangkuman Uji korelasi dan Uji signifikansi Koefisien Korelasi antara Daya Ledak Otot Tungkai dengan Akurasi <i>Shooting</i>	46
12. Rangkuman Uji korelasi dan Uji signifikansi Koefisien Korelasi antara Keseimbangan dengan Akurasi <i>Shooting</i>	47
13. Rangkuman Uji korelasi dan Uji signifikansi Koefisien Korelasi antara Daya Ledak Otot Tungkai dan Keseimbangan secara bersama-sama dengan Akurasi <i>Shooting</i>	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Teknik <i>Shooting</i> dengan Punggung Kaki.....	15
2. Teknik <i>Shooting</i> dengan Ujung Sepatu/Ujung Kaki.....	16
3. Bidang Tumpu.....	22
4. Pusat Gravitasi.....	22
5. Kerangka Konseptual.....	27
6. Pelaksanaan <i>Tes Standing Board Jump</i>	33
7. Pelaksanaan <i>Standing Stork Test</i>	34
8. Tes Sepak Sasaran.....	36
9. Grafik Histogram Daya Ledak Otot Tungkai (X_1).....	41
10. Grafik Histogram Keseimbangan (X_2).....	42
11. Grafik Histogram Akurasi <i>Shooting</i> (Y).....	43
12. Pemeberian Arahan Oleh Peneliti.....	82
13. Pemanasan Sebelum Melakukan Tes.....	82
14. Tes Daya Ledak Otot Tungkai.....	83
15. Tes Keseimbangan.....	83
16. Tes Akurasi <i>Shooting</i>	84
17. Alat Penelitian.....	84
18. Foto Bersama.....	85

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Tabulasi Data Daya Ledak Otot Tungkai.....	64
2. Tabulasi Data Keseimbangan.....	65
3. Tabulasi Data Akurasi <i>Shooting</i>	66
4. Uji Normalitas Sebaran Data Daya Ledak Otot Tungkai.....	67
5. Uji Normalitas Sebaran Data Keseimbangan.....	68
6. Uji Normalitas Sebaran Data Akurasi <i>Shooting</i>	69
7. Pengujian Hipotesis	70
8. Hipotesis 1	71
9. Hipotesis 2	73
10. Hipotesis 3	75
11. Tabel Nilai Kritik L Uji Liliefors	77
12. Harga kritik Dari Product Moment.....	78
13. Daftar Luas di Bawah Garis Lengkung Standar	79
14. Nilai Persentil untuk Distribusi t	80
15. Nilai Persentil untuk Distribusi f.....	81
16. Dokumentasi Penelitian	82
17. Surat Izin Penelitian.....	86
18. Surat Balasan Penelitian	87

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga tidak terlepas dari kehidupan sehari-hari dan merupakan suatu kebutuhan yang wajib di penuhi oleh setiap manusia, olahraga dapat berupa kegiatan fisik (jasmani) yang di lakukan dengan tujuan untuk meningkatkan kebugaran tubuh. Melakukan aktivitas fisik yang teratur dapat meningkatkan kesegaran jasmani yaitu kemampuan badan yang dapat berfungsi secara optimal dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Olahraga juga meberikan kontribusi positif bagi manusia yang dimana bisa menjalin silahturahmi bagi olahragawan maupun *non* olahragawan baik di Indonesia maupun di luar negeri, Turnamen antar kampung, pekan pelajar daerah (POPDA), pekan olahraga provinsi (PORPROV) dan pekan olahraga nasional (PON) adalah untuk menjalin silahturahmi dan mengukur prestasi atlet.

Olahraga prestasi juga sebagai penunjang bagi atlet untuk mengapresiasi bakat dan keahlian yang dimiliki serta menunjang pembangunan di bidang olahraga. Maka dari itu olahraga prestasi sangat berperan penting dalam melakukan pembangunan di bidang olahraga. Dalam Undang-Undang RI Nomor 3 tahun 2005 tentang pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi pada pasal 27 ayat 4 yang menyatakan bahwa:

“Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuh kembangkan sentra pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan”.

Dalam pencapaian prestasi yang luar biasa di dalam futsal di pengaruhi oleh beberapa faktor di antaranya faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berupa teknik, taktik, mental dan fisik. Sedangkan faktor eksternalnya di antaranya seperti pergaulan, gizi, psikolog, orang tua atau keluarga, pelatih, sarana dan prasarana serta program latihan atlet. Menurut Syafruddin, (2011: 53) “Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui latihan dan kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan”.

Futsal adalah permainan yang di mainkan oleh 5 orang satu timnya sudah termasuk penjaga gawang, futsal dimainkan di dalam ruangan dan lapanganya lebih kecil di bandingkan dalam ukuran lapangan sepak bola. Sedangkan dalam peraturan FIFA agar *fair play* dalam permainan dapat terciptadan juga untuk menghindari cedera maka dari itu peraturanya sangat ketat, yaitu atlet dilarang melakukan *tackling* dan *sliding* keras. Seperti halnya sepak bola futsal juga banyak diminati oleh banyak orang di kalangan masyarakat, di karenakan olahraga ini dapat dimainkan disemua lapisan masyarakat baik lapisan atas ataupun lapisan bawah.

Dengan adanya olahraga futsal, diharapkan para atlet tersebut dapat mengasah kemampuan bermain futsalnya. Menurut Andri (2009:22), Teknik-Teknik dasar dalam bermain futsal terdapat beberapa ragam ialah di antara lain *receiving*(menyambut bola), *shooting*(menendang bola ke arah gawang), *passing*(mengumpan), *chipping*(mengumpan lambung), *heading*(menyundul bola), *dribbling*(menggiring bola).

Tujuan dari permainan futsal adalah memasukan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan berusaha menjaga gawang sendiri agar tidak kemasukan, suatu regu akan dinyatakan menang apabila regu dapat memasukan bola terbanyak ke gawang lawan dan apabila sama dinyatakan seri atau draw (Mochammad Ridwan Anas, 2018). Berbagai metode serta aksi yang dapat dicoba atlet di dalam lapangan, ada berbagai kombinasi metode serta gerakan yang di punya atlet amat menunjang dalam kemampuan bola buat meraih suatu kemenangan. Game futsal di dominasi oleh kemampuan bola, passing cepat dampingi atlet serta keahlian shooting yang baik contohnya pada regu profesional semacam regu futsal bisa memahami bola dengan bagus serta tenang, gerakan bola yang cepat serta passing yang baik, *dribble* yang bagus, *shooting* yang cermat, saling menyokong kawan satu regu, membuka ruang buat pergerakan, kegiatan serupa yang keras dan juga keterampilan orang yang di punya atlet membuat regu jadi solid. Berdasarkan pada observasi penulis pada sebagian perlombaan liga futsal profesional, akurasi ataupun ketepatan shooting yang memiliki power amat mempengaruhi buat suatu regu buat mengecap berhasil ke gawang rival serta mengubah poin.

Shooting adalah salah satu bagian teknik yang harus di kuasai oleh setiap atlet untuk dapat bermain futsal dengan performa puncak dan mencapai prestasi yang tinggi. Hal ini di karenakan saat pertandingan yang berlangsung atlet di tuntutan untuk menguasai bola dengan gerakan yang sangat cepat dan lincah karena atlet memiliki waktu dan ruangan yang terbatas untuk melakukan *shooting* ke arah gawang yang bertujuan untuk mencetak goal sebanyak-banyaknya. Oleh sebab itu di butuhkan teknik yang benar dan *power* yang keras untuk melakukan

shooting agar tembakan yang di hasilkan akurat dan sulit di tangkap oleh kiper lawan.

Dari sebagian uraian hal teknik dasar yang terdapat di atas, teknik *shooting* ialah salah satu metode yang wajib di kuasai oleh tiap atlet futsal. Shooting ialah salah satu metode yang di maanfaatkan oleh atlet buat mengecap goal paling-paling ke gawang rival. Tiap atlet yang melaksanakan *shooting* wajib senantiasa di tingkatkan untuk menciptakan goal buat memenangkan perlombaan.

Tidak hanya keahlian *shooting*, otot dalam kegiatan berolahraga bisa di sebut sebagai motor penggerak dalam kegiatan aksi yang di jalani untuk buat memperoleh hasil yang mau di peroleh serta cara pencapain hasil semaksimal mungkin. Maka dari itu olahraga futsal amat memerlukan power otot dan kelentukan pinggang baik itu daya otot kaki pada durasi melaksanakan shooting. Power dalam melaksanakan *shooting* mempunyai aspek yang amat berkuasa pada dikala main futsal. Untuk memperoleh mutu shooting yang bagus amat membutuhkan latihan fisik yang terprogram dengan edukasi instruktur buat memusatkan gimana bisa menciptakan daya otot kaki buat bisa melaksanakan shooting yang terencana dengan metode yang betul.

Pengamatan penulis sebagai atlet klub PSR Futsal Academy Kota Padangpenulis melihat masi rendahnya akurasishooting atlet klub Pratama Family dan lemahnya kekuatan *shooting*,ini juga di sampaikan sendiri oleh pelatih klub PSR Futsal Academy tersebut, hal ini tentu saja akan merugikan tim ini. Beberapa faktor - faktor yang mempengaruhi kurangnya prestasi atlet PSR Futsal Academy diantaranya faktor internal yang meliputi kepribadianatlet dalam menjalani latihan, motivasi, kemampuan fisik, teknik dan intelegensi.

Hal ini terutama disebabkan oleh rendahnya kondisi fisik kekuatan otot tungkaidan keseimbangan ketika *shooting*. Hal inilah salah satu penyebab kemunduran prestasi. Mengenai latihan kekuatan otot tungkaidan keseimbangan diperlukan metode latihan khusus. Penggunaan metode dan bentuk latihan yang salah dapat menimbulkan efek kurang tepat. Hal inilah yang harus diperhatikan oleh para pelatih agar dapat menggunakan metode dan bentuk latihan yang sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai.

Oleh sebab itu, penulis tertarik untuk mengetahui faktor-faktor yang menjadi penyebab lemahnya akurasi *shooting* atlet PSR Futsal Academy. Salah satu faktor yang mempengaruhi lemahnya kemampuan *shooting* atlet PSR Futsal Academy salah satunya pada kekuatan otot tungkai dan keseimbangan.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas dapat disimpulkan bahwa identifikasi masalah penelitian ini sebagai berikut:

1. Motivasi memberi pengaruh terhadap akurasi *shooting*
2. Intelegensi memberi pengaruh terhadap akurasi *shooting*
3. Teknik memberi pengaruh terhadap akurasi *shooting*
4. Keseimbangan memberi pengaruh terhadap akurasi *shooting*
5. Kekuatan memberi pengaruh terhadap akurasi *shooting*
6. Daya ledak otot tungkai memberi pengaruh terhadap akurasi *shooting*
7. Koordinasi memberi pengaruh terhadap akurasi *shooting*

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan indentifikasi masalah dan pembatasan masalah di atas, ternyata terlalu banyak faktor-faktor yang mempengaruhi akurasi *shooting*. Mengingat waktu, dana dan keterbatasan penulis, maka dalam penelitian ini penulis membatasi masalah yaitu sebagai berikut:

1. Daya ledak otot tungkai
2. Keseimbangan
3. Akurasi *shooting*

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas maka penulis merumuskan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Apakah terdapat kontribusi antara daya ledak otot tungkai dengan akurasi *shooting* atlet Persaudaraan (PSR) Futsal Academy Kota Padang?
2. Apakah terdapat kontribusi antara keseimbangan dengan akurasi *shooting* atlet Persaudaraan (PSR) Futsal Academy Kota Padang?
3. Apakah terdapat kontribusi antara daya ledak otot tungkai dan keseimbangan secara bersama-sama dengan akurasi *shooting* atlet Persaudaraan (PSR) Futsal Academy Kota Padang?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian yang ingin di capai dalam penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui kontribusi antara daya ledak otot tungkai dengan akurasi *shooting* atlet Persaudaraan (PSR) Futsal Academy Kota Padang.

2. Untuk mengetahui kontribusi antara keseimbangan dengan akurasi *shooting* atlet Persaudaraan (PSR) Futsal Academy Kota Padang.
3. Untuk mengetahui kontribusi antara daya ledak otot tungkai dan keseimbangan secara bersama-sama dengan akurasi *shooting* atlet Persaudaraan (PSR) Futsal Academy Kota Padang.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini di harapkan dapat bermanfaat dan berguna untuk:

1. Sebagai syarat untuk penulis mendapat gelar Strata Satu (S1) Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga.
2. Untuk pelatih dan pengurus serta atlet PSR Futsal Academy sebagai bahan pertimbangan atau evaluasi dalam meningkatkan kemampuan *shooting*.
3. Sebagai bahan bacaan mahasiswa pada perpustakaan baik di Fakultas Ilmu Keolahragaan maupun Perpustakaan Pusat Universitas Negeri Padang.
4. Penulis berikutnya sebagai bahan acuan untuk meneliti lebih lanjut berhubungan dengan variable-variabel lain yang mempengaruhi akurasi *shooting*.