

**KONTRIBUSI DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI, KELENTUKAN, DAN  
KOORDINASI MATA-KAKI TERHADAP KEMAMPUAN *SHOOTING*  
PEMAIN SEPAK BOLA BARASETA BATANG KAPAS**

**SKRIPSI**

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan Pada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang*



**Oleh :**

**RAFI YUZHAN**

**NIM. 00880**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAAHRAGA  
JURUSAN KEPELATIHAN  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2014**

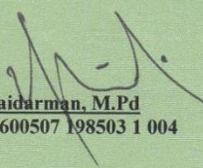
**PERSETUJUAN SKRIPSI**

**KONTRIBUSI DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI, KELENTUKAN, DAN  
KOORDINASI MATA-KAKI TERHADAP KEMAMPUAN *SHOOTING*  
PEMAIN SEPAK BOLA BARASETA BATANG KAPAS**

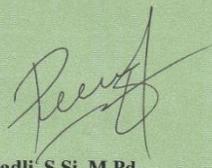
Nama : Rafi Yuzhan  
NIM : 00880  
Program studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Jurusan : Kepelatihan  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2014

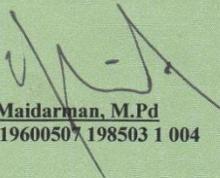
**Pembimbing I,**

  
**Drs. Maidarman, M.Pd**  
NIP. 19600507 198503 1 004

**Pembimbing II,**

  
**Padli, S.Si. M.Pd**  
NIP. 19850228 201012 1 005

**Mengetahui:**  
**Ketua Jurusan Kepelatihan**

  
**Drs. Maidarman, M.Pd**  
NIP. 19600507 198503 1 004

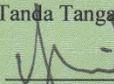
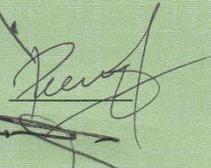
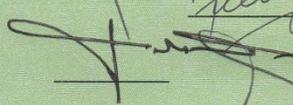
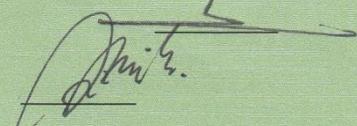
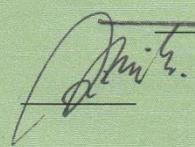
**PENGESAHAN SKRIPSI**

**Judul** : **Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai, Kelentukan, Dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan *Shooting* Pemain Sepak Bola Baraseta Batang Kapas**

Nam : Rafi Yuzhan  
NIM : 00880  
Program studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Jurusan : Kepelatihan  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2014

Tim Penguji :

	Nama	Tanda Tangan
<b>Ketua</b>	: Drs. Maidarman, M.Pd	
<b>Sekretaris</b>	: Padli. S.Si. M.Pd	
<b>Anggota</b>	: Donie, S.Pd, M.Pd	
	: Drs. Zalfendi, M.Kes	
	: Drs. Hermanzoni, M.Pd	

Tanda Tangan

## ABSTRAK

### **Rafi Yuzhan (2014): Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai, Kelentukan Dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan *Shooting* Pemain Sepak Bola Baraseta Batang Kapas**

Rendahnya kemampuan shooting Pemain Sepak Bola Baraseta Batang Kapas menjadi masalah utama dalam penelitian ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi Daya ledak otot tungkai ( $X_2$ ), Kelentukan ( $X_3$ ) dan Koordinasi Mata-kaki ( $X_4$ ) terhadap Kemampuan *Shooting* Pemain Sepak Bola Baraseta Batang Kapas ( $X_1$ ).

Populasi penelitian ini adalah pemain Sepak bola Baraseta Batang Kapas KU 16-19 tahun berjumlah berjumlah 24 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *total sampling* yaitu berjumlah 24 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan cara mengukur Daya ledak otot tungkai dengan menggunakan meteran dengan instrumen *standing broadjump test*, kelentukan tubuh dengan instrumen kayang (*Bridge Up*), koordinasi mata-kaki diukur dengan instrumen koordinasi mata-kaki, dan kemampuan *shooting* diukur dengan tes akurasi *shooting*. Analisa data dan pengujian hipotesis penelitian menggunakan teknik analisis korelasi sederhana dan teknik analisis korelasi *doolittle* dengan taraf signifikan  $\alpha = 0,05$ .

Dari analisis data dapat diperoleh hasil : 1) Daya ledak otot tungkai memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan *shooting* Pemain Sepakbola Baraseta batang Kapas, dengan perolehan koefisien determinasi sebesar 52,63%. 2) Kelentukan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan *shooting* Pemain Sepakbola Baraseta batang Kapas, dengan perolehan koefisien determinasi sebesar 16,96%. 3) Koordinasi mata-kaki memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan *shooting* Pemain Sepakbola Baraseta batang Kapas, dengan perolehan koefisien determinasi sebesar 16,89%. 4) Daya ledak otot tungkai, Kelentukan, dan Koordinasi mata-kaki secara bersama-sama berkontribusi yang signifikan terhadap kemampuan *shooting* Pemain Sepakbola Baraseta batang Kapas, dengan perolehan koefisien determinasi sebesar 86,48%.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadirat ALLAH SWT atas segala rahmat dan karunia serta hidayah-Nya yang telah memberikan kekuatan kepada penulis. Sehingga telah dapat menyelesaikan Skripsi ini yang berjudul **“Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai, Kelentukan Dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan *Shooting* Pemain Sepak Bola Baraseta Batang Kapas”**. Skripsi ini disusun untuk dijadikan skripsi dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan strata satu pada program Studi Pendidikan Keperawatan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang (UNP).

Dalam penyusunan Skripsi ini, penulis telah banyak mendapat bantuan dan dorongan baik moril maupun materil dari dari berbagai pihak. Sehingga dengan itu pada kesempatan ini penulis dengan segala kerendahan hati mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Rektor Universitas Negeri Padang
2. Bapak Drs. Arsil, M.Pd sebagai dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
3. Bapak Drs. Maidarman, M.Pd sebagai Ketua Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang sekaligus pembimbing I.
4. Bapak Padli, S.Si. M.Pd sebagai Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan penulisan Skripsi ini

5. Bapak dosen selaku dewan penguji yang akan menguji SKRIPSI ini.
6. Seluruh Staf Pengajar Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
7. Teristimewa buat kedua orang tua Ayahanda, Ibunda, dan Saudara-Saudara tercinta yang telah memberikan dorongan moril dan materil
8. Dan seluruh rekan-rekan seperjuangan mahasiswa Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Semoga bantuan, bimbingan dan petunjuk yang bapak/ibu dan rekan-rekan berikan menjadi amal sholeha dan mendapatkan balasan yang berlipat ganda dari ALLAH SWT.

Akhirnya penulis menyadari bahwa Skripsi ini belum sempurna, oleh karena itu dengan segala kerendahan hati, penulis mengharapkan saran dan kritikan yang konstruktif dari semua pihak. Semoga ALLAH SWT senantiasa memberikan taufik hidayah-Nya pada kita semua. Amin.

Padang, Juli 2014

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI</b> .....	i
<b>HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI</b> .....	ii
<b>ABSTRAK</b> .....	iii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iv
<b>DAFTAR ISI</b> .....	vi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	7
C. Pembatasan Masalah .....	8
D. Perumusan Masalah.....	9
E. Tujuan Penelitian.....	9
F. Kegunaan Penelitian.....	10
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Landasan Teori.....	11
1. Hakikat sepakbola .....	11
2. Tendangan (shooting) .....	13
3. Daya ledak otot tungkai.....	19
4. Panjang tungkai .....	23
B. Kerangka Konseptual .....	25
C. Hipotesis.....	29
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	30
B. Waktu dan Tempat Penelitian .....	30
C. Defenisi Operasional Variabel.....	30
D. Populasi dan Sampel .....	31
E. Jenis dan Sumber Data .....	32
F. Prosedur penelitian.....	33
G. Instrument penelitian.....	36

H. Teknik Analisa Data.....	39
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b>	
A. Deskripsi Data.....	48
B. Pengujian Persyaratan Analisis.....	54
C. Pengujian Hipotesis.....	56
D. Pembahasan.....	61
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan.....	68
B. Saran.....	68
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>70</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>72</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
1.	Nama Pengurus Club Sepak bola Baraseta Batang Kapas.....	38
2.	Distribusi frekuensi hasil <i>pre test</i> dan <i>post test</i> kemampuan .....	39
3.	Distribusi frekuensi Dayaledak otot tungkai ( $X_2$ ) .....	48
4.	Distribusi frekuensi Kelentukan ( $X_3$ ) .....	50
5.	Distribusi frekuensi Koordinasi mata-kaki ( $X_4$ ) .....	51
6.	Distribusi frekuensi <i>Shooting</i> ( $X_1$ ).....	53
7.	Rangkuman uji normalitas sebaran data dengan uji <i>lilliefors</i> .....	54
8.	Rangkuman hasil Analisis Korelasi dan determinasi Dayaledak otot tungkai ( $X_2$ ) terhadap <i>Shooting</i> ( $X_1$ ) pada Pemain Sepakbola Baraseta batang Kapas .....	56
9.	Rangkuman Hasil Analisis Korelasi dan determinasi Kelentukan ( $X_3$ ) Terhadap <i>Shooting</i> ( $X_1$ ) Pemain Sepakbola Baraseta batang Kapas. ....	57
10.	Rangkuman Hasil Analisis Korelasi dan determinasi koordinasi mata-kaki ( $X_4$ ) dengan <i>Shooting</i> ( $X_1$ ) Pemain Sepakbola Baraseta batang Kapas .....	58
11.	Rangkuman Hasil Analisis Korelasi Doolittle Dayaledak otot tungkai ( $X_2$ ), kelentukan ( $X_3$ ) dan koordinasi mata-kaki ( $X_4$ ) dengan <i>Shooting</i> ( $X_1$ ) Pemain Sepakbola Baraseta batang Kapas.....	60

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Teknik dasar menendang (shooting) .....	16
2. Struktur otot tungkai .....	21
3. Kerangka Konseptual .....	33
4. Tes <i>standing broadjump</i> .....	40
5. Bentuk pelaksanaan <i>Bridge-up test</i> .....	43
6. sasaran tes koordinasi Mata Kaki.....	45
7. Petak Sasaran dan Skor .....	46
8. Histogram Dayaledak otot tungkai ( $X_2$ ).....	49
9. Histogram Keentukan ( $X_3$ ).....	51
10. Histogram Koordinasi mata-kaki ( $X_4$ ) .....	52
8. Histogram <i>Shooting</i> ( $X_1$ ).....	54

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Mentah Shooting Sepakbola .....	72
2. Data Mentah Penelitian.....	76
3. Analisis uji normalitas Sebaran data <i>Power</i> Otot tungkai melalui uji liliefors ( $X_2$ ) .....	77
4. Analisis uji normalitas Sebaran data <i>kelentukan</i> melalui uji liliefors ( $X_2$ ) .....	78
5. Analisis uji normalitas Sebaran data <i>koordinasi mata-kaki</i> melalui uji liliefors ( $X_2$ ) .....	79
6. Analisis uji normalitas Sebaran data <i>shooting</i> melalui uji liliefors ( $X_2$ ) .....	80
7. Pengolahan T-Skor Power Otot tungkai ( $X_2$ ) .....	81
8. Pengolahan T-Skor Dengan Kelentukan ( $X_3$ ).....	82
9. Pengolahan T-Skor Koordinasi mata-kaki ( $X_4$ ) .....	83
10. Tabel Analisis Korelasi Sederhana.....	84
11. Analisis interkorelasi .....	90
12. Analisis Korelasi Doolittle .....	95
13. Daftar Nilai Kritis L Untuk Uji Lilliefors.....	98
14. Tabel dari harga kritik dari <i>Product-Moment</i> .....	99
15. Luas Dibawah Lengkungan Normal.....	100
16. AnalisisDeskriptif .....	101
16. Foto Penelitian.....	103

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga merupakan bagian dari aktivitas sehari-hari manusia yang berguna untuk membentuk jasmani dan rohani yang sehat. Sampai saat ini olahraga memberikan pengaruh yang positif dan nyata bagi peningkatan kesehatan masyarakat, selain itu olahraga tidak hanya sebagai sarana untuk menyehatkan jiwa dan raga. Tetapi olahraga mengajarkan bagaimana harus belaku sportif. Olahraga juga mengajarkan pentingnya sebuah kerjasama. Olahraga juga merupakan wadah untuk mendisiplinkan diri, menekankan pentingnya kerja keras, sabar, teliti, menjaga konsentrasi hingga meningkatkan jiwa patriotisme dan nasionalisme. Olahraga adalah satu-satunya kegiatan yang mampu menyatukan semua komponen bangsa tanpa memandang suku, ras, maupun agama. Olahraga juga merupakan alat diplomasi yang paling efektif dalam hubungan bangsa-bangsa di dunia.

Salah satu olahraga yang sangat mendunia yaitunya olahraga sepak bola. Kepopuleran olahraga sepakbola ditengah-tengah masyarakat di dunia ini juga dirasakan oleh masyarakat Indonesia. Banyak usaha yang dilakukan oleh pemerintah dalam pengembangan olahraga sepakbola di Indonesia yaitunya dengan mengembangkan olahraga sepakbola dalam bentuk olahraga prestasi melalui perkumpulan sepakbola atau *club* sepakbola. Hal ini dijabarkan dalam Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional Republik Indonesia Nomor: 3 Tahun (2005:16). 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 serta pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan”.

Dari uraian di atas dapat dijelaskan bahwa prestasi olahraga Indonesia harus didukung oleh berbagai pihak disamping keseriusan dari pemerintah itu sendiri. Seperti yang dijelaskan dari uraian undang-undang tersebut bahwasannya untuk mengembangkan, membentuk, serta meraih prestasi pada satu cabang olahraga harus dikembangkan dan dibina melalui perkumpulan- perkumpulan olahraga itu sendiri. Berpedoman kepada hal tersebut, untuk memajukan dan mengembangkan serta membentuk prestasi cabang olahraga sepakbola hendaklah dibina melalui sekolah sepakbola (SSB) dan perkumpulan sepakbola atau club sepak bola. Club sepakbola bertujuan untuk melatih dan mengasah bakat dan keterampilan yang dimiliki oleh seseorang dalam bermain sepakbola, diharapkan dengan latihan yang diberikan akan menjadi bekal bagi mereka untuk menjadi pemain sepakbola yang berprestasi baik ditingkat nasional maupun internasional nantinya.

Prestasi yang gemilang merupakan dambaan setiap insan olahraga dalam cabang olahraga yang mereka geluti. Untuk mewujudkan prestasi sepakbola bukanlah merupakan suatu hal yang bisa dikerjakan dalam waktu yang relatif singkat, namun butuh waktu dan proses yang panjang. Untuk mewujudkan prestasi itu sendiri banyak faktor-faktor yang ikut berperan dan mempengaruhinya. Menurut Syafruddin (2011:2) menjelaskan bahwa prestasi olahraga dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain kondisi fisik, teknik, taktik, mental, faktor internal dan eksternal atlet.

Dari pendapat ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa untuk mencapai suatu prestasi olahraga yang maksimal sangat ditentukan oleh kematangan dan kesiapan dari

faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi tersebut, sebagai contohnya adalah prestasi atlet sepakbola SSB Pamuatan. Faktor kondisi teknik dan fisik mempunyai peranan yang sangat penting dalam permainan olahraga sepakbola tanpa mengabaikan faktor pendukung prestasi lainnya.

Teknik dasar merupakan salah satu pondasi bagi seseorang untuk dapat bermain sepak bola. Menurut Syafruddin (2011:131) teknik dasar merupakan dasar-dasar teknik yang terdapat pada setiap cabang olahraga”. Teknik dasar dalam sepakbola adalah semua kegiatan yang mendasar permainan sepak bola, seluruh kegiatan dalam bermain dilakukan dengan gerakan-gerakan, baik gerakan yang dilakukan tanpa bola maupun gerakan dengan bola pada saat bermain, pemain yang mengolah bola hanya satu orang sedangkan pemain yang lain melakukan gerakan.

Bagi pemain untuk dapat bermain sepakbola cukup dengan melakukan gerakan dan teknik dasar permainan sepak bola sesuai dengan pendapat Kurniawan (2011:50) “adapun teknik dasar sepakbola yaitu teknik tanpa bola seperti lari cepat dan mengubah arah, melompat dan meloncat, gerak tipu dengan badan, gerakan-gerakan khusus penjaga gawang. Sedangkan teknik dengan bola seperti mengenal bola, menendang bola, menerima bola dan mengontrol bola, menggiring bola, menyundul bola, melempar bola, gerak tipu dengan bola dan merampas atau merebut bola”. Berdasarkan pendapat di atas jelas bahwa dalam olahraga sepak bola seorang pemain harus menguasai teknik dasar yaitunya teknik tanpa bola dan teknik dengan bola.

Teknik dasar menendang bola adalah merupakan salah satu dari teknik dasar sepakbola yang memiliki peran penting dalam sebuah permainan tanpa mengabaikan teknik dasar sepakbola yang lainnya. Banyak sekali manfaat dan kegunaan dari teknik

dasar menendang (*shooting*). Team sepakbola FIK UNP (2007:60) menjelaskan “menendang bola merupakan suatu usaha untuk memindahkan bola dari suatu tempat ke tempat lain dengan menggunakan kaki”.

Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa tendangan (*shooting*) yang dilakukan oleh seorang pemain dalam permainan merupakan usaha untuk memindahkan bola dari suatu tempat ke tempat lain guna mencari kesempatan untuk melakukan tendangan ke gawang untuk memperoleh kemenangan. Artinya tendangan bermanfaat untuk mencetak gol guna memperoleh point kemenangan, namun disamping itu tendangan (*shooting*) bermanfaat untuk setiap team dalam usaha menjaga bola agar tetap dalam penguasaan team dengan cara membagi bola dengan teman satu team melalui tendangan (*shooting*). Manfaat tendangan ini sangat dibutuhkan seorang pemain hendak mengoper bola keteman yang lain ketika posisi mereka saling berjauhan. Dalam permainan, ketika seorang pemain hendak membagi bola keteman lain yang jaraknya jauh dari posisi bola maka hal yang harus diantisipasi oleh pemain yang melakukan tendangan adalah mengusahakan bola agar tidak dirampas oleh lawan akibat tendangan bola yang tidak kuat, begitu juga dengan tendangan yang dilakukan ke dalam gawang.

Kemampuan teknik dasar *shooting* sepakbola yang baik dan benar dipengaruhi oleh berbagai faktor yaitu mental, sarana dan prasarana untuk latihan, kualitas pelatih dan kondisi fisik, faktor yang berkaitan dengan kondisi fisik antara lain, kelentukan, koordinasi mata kaki, panjang tungkai dan kondisi daya ledak otot tungkai pemain atau atlet. Dalam hal ini peneliti tertarik pada daya ledak otot tungkai, kelentukan dan koordinasi mata-kaki. Dimana daya ledak otot tungkai, kelentukan dan koordinasi mata-

kaki yang dimiliki pemain diduga memiliki peran andil terhadap kemampuan *shooting* yang dilakukan oleh pemain sepakbola.

Berdasarkan pendapat tersebut dapat dilihat bahwa daya ledak otot tungkai seorang pemain sepakbola diduga berperan terhadap kemampuan *shooting* sepakbola. Menurut Bumpa dalam Syahara (2004: 20-23) : “Daya ledak (*power*) merupakan hasil dari dua kemampuan yaitu kekuatan dan kecepatan dan dipertimbangkan sebagai suatu kemampuan untuk menampilkan kekuatan yang maksimum dalam waktu yang paling pendek”. Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa daya ledak otot tungkai merupakan kemampuan dari otot-otot tungkai untuk mengatasi pembebanan dengan kontraksi otot yang kuat dan cepat. Pada teknik dasar *shooting* daya ledak otot tungkai berperan terhadap *shooting* yang dilakukan oleh seorang pemain sepakbola. Dengan kemampuan otot tungkai yang mampu berkontraksi dengan kuat dan cepat tentu bola yang ditendang akan terlempar dengan kuat dan keras yang sulit untuk ditangkap oleh penjaga gawang. Selanjutnya unsur yang berperan dalam kemampuan *shooting* yaitu kelentukan, Menurut Philips dalam Arsil, (1999:23) menyatakan bahwa “kelentukan dapat didefinisikan sebagai gerak diantara tulang dan sendi atau rangkaian tulang dan sendi”. Dalam melakukan *shooting* kelentukan sangat berperan untuk mempermudah gerakan, dimana dengan memiliki kelentukan yang baik maka keluwesan gerakannya semakin baik dalam melakukan tendangan. Unsur kondisi fisik lain yang juga berperan adalah koordinasi mata-kaki. Menurut Sajoto (1988:9) mengatakan bahwa “koordinasi adalah kemampuan untuk menyatukan berbagai sistem syaraf gerak, yang terpisah, dalam satu pola gerak yang efisien, makin kompleks gerak yang dilakukan, makin besar tingkat koordinasi yang diperlukan untuk melaksanakan ketangkasan”. Dengan memiliki

koordinasi gerak yang baik maka atlet memiliki kemampuan melakukan *shooting* yang baik

Jadi, idealnya jika seorang pemain sepakbola memiliki daya ledak otot tungkai, kelentukan dan koordinasi mata-kaki yang baik tentu kemampuan *shootingnya* akan baik. Artinya bola yang ditendang lebih keras dan lebih kuat, sehingga hal ini menyulitkan penjaga gawang untuk menepis maupun menangkap bola. Sepak bola Baraseta Batang Kapas Pamuatan merupakan salah satu club sepakbola yang berada di Kab. Kab. Pesisir Selatan. Dengan letak lapangan sebagai pusat latihan yang mudah diakses oleh masyarakat Pesisir Selatan menjadikan Club sepak bola sebagai pusat pembelajaran dan latihan sepakbola yang memiliki peserta atlet yang cukup banyak. Pada saat penulis berkunjung di Sepak bola Baraseta Batang Kapas pada jam latihan terlihat atlet dengan semangat sedang mengikuti latihan, disamping itu juga terlihat antusias atlet mengikuti latihan.

Namun hal yang menjadi perhatian khusus bagi penulis adalah realita yang penulis lihat dilapangan, penulis melihat terdapat beberapa masalah pada pemain Baraseta Batang Kapas, yaitunya terlihat kemampuan tendangan ke gawang pemain masih kurang hal ini terbukti: 1) ketika para pemain melakukan tendangan kegawang sering kali tidak mengarah pada sasaran yang di tuju, 2) *shooting* yang dilakukan oleh pemain tidak terlalu kuat dan cepat sehingga mudah ditangkap oleh penjaga gawang, 3) dalam melakukan tendangan kegawang tubuh pemain kurang lues atau terlihat kaku sehingga hasil tendangan yang dilakukapun kurang kuat mengakibatkan bola mudah ditangkap oleh penjaga gawang.

Berdasarkan masalah tersebut maka peneliti ingin membuktikan secara ilmiah melalui sebuah penelitian dengan judul “Kontribusi daya ledak otot tungkai, kelentukan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *shooting* Pemain Sepak bola Baraseta Batang Kapas”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah maka dapat dikemukakan identifikasi masalah sebagai berikut.

1. Kondisi mental (fsikis) dapat mempengaruhi kemampuan *shooting* pemain Sepak bola Baraseta Batang Kapas
2. Sarana dan prasarana latihan dapat mempengaruhi kemampuan *shooting* pemain Sepak bola Baraseta Batang Kapas.
3. Kualitas pelatih dapat mempengaruhi kemampuan *shooting* pemain Sepak bola Baraseta Batang Kapas
4. Kelentukan pinggang dapat mempengaruhi kemampuan *shooting* pemain Sepak bola Baraseta Batang Kapas
5. Koordinasi mata kaki dapat mempengaruhi kemampuan *shooting* pemain Sepak bola Baraseta Batang Kapas
6. Daya ledak otot tungkai dapat mempengaruhi kemampuan *shooting* pemain Sepak bola Baraseta Batang Kapas Pesisir Selatan
7. Panjang tungkai berkontribusi kemampuan *shooting* pemain Sepak bola Baraseta Batang

## **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas maka penelitian ini hanya dibatasi pada “Daya ledak otot tungkai, Kelentukan, Koordinasi Mata-kaki sebagai variabel bebas dan kemampuan *shooting* pemain Sepak bola Baraseta Batang Kapas”.

#### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah maka penelitian ini di rumuskan;

1. Seberapa besar daya ledak otot tungkai berkontribusi terhadap Kemampuan *Shooting* pemain Sepak bola Baraseta Batang Kapas?
2. Seberapa besar kelentukan berkontribusi terhadap Kemampuan *Shooting* pemain Sepak bola Baraseta Batang Kapas?
3. Seberapa besar koordinasi mata-kaki berkontribusi terhadap Kemampuan *Shooting* pemain Sepak bola Baraseta Batang Kapas?
4. Seberapa besar daya ledak otot tungkai, kelentukan dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama berkontribusi terhadap Kemampuan *Shooting* pemain Sepakbola Baraseta Batang Kapas?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan latar belakang dan perumusan masalah maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui :

1. Untuk mengetahui seberapa besar daya ledak otot tungkai memberikan kontribusi terhadap kemampuan *shooting* pemain Sepakbola Baraseta Batang Kapas.
2. Untuk mengetahui seberapa besar kelentukan memberikan kontribusi terhadap kemampuan *shooting* pemain Sepakbola Baraseta Batang Kapas.

3. Untuk mengetahui seberapa besar koordinasi mata-kaki memberikan kontribusi terhadap kemampuan *shooting* pemain Sepakbola Baraseta Batang Kapas
4. Untuk mengetahui seberapa besar daya ledak otot tungkai, kelentukan dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama memberikan kontribusi terhadap kemampuan *shooting* pemain Sepak bola Baraseta Batang.

#### **F. Kegunaan Penelitian**

Sesuai dengan tujuan dalam penelitian ini nantinya diharapkan berguna sebagai bahan masukan yang berarti yaitu :

1. Penulis, salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana di Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Bagi pelatih sepakbola adalah sebagai bahan pertimbangan untuk melakukan latihan dalam melatih kemampuan dan teknik *shooting* sepakbola.
3. Peneliti berikutnya, dalam melakukan penelitian lebih lanjut yang berhubungan dengan variabel-variabel lain yang mempengaruhi dalam pencapaian prestasi sepakbola khususnya teknik *shooting* ke gawang.
4. Mahasiswa FIK UNP sebagai bahan kepustakaan dalam penelitian karya ilmiah.