

**HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KOORDINASI
MATA KAKI TERHADAP KEMAMPUAN SMASH KEDENG PEMAIN
SEPAKTAKRAW PADA KLUB PERMATA TAEH BARUAH
KECAMATAN PAYAKUMBUH KABUPATEN 50 KOTA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai
Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh

BOY NANDA PUTRA
NIM. 78549

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2012**

PERSETUJUAN SKRIPSI

HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KOORDINASI MATA KAKI TERHADAP KEMAMPUAN SMASH KEDENG PEMAIN SEPAKTAKRAW PADA CLUB PERMATA TAEH BARUAH KECAMATAN PAYAKUMBUH KABUPATEN 50 KOTA

Nama : Boy Nanda Putra
NIM : 78549
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Juli 2012

Disetujui Oleh

Pembimbing I



Drs. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO
NIP.196205201987031002

Pembimbing II



Drs. Ali Asmi, M.Pd
NIP. 195609011978011001

Mengetahui:

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Yulifri, M.Pd
NIP. 195907051985031002

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

*Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang*

Judul : Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Kemampuan Smash Kedeng Pemain Sepaktakraw Pada Klub Permata Taeh Baruah Kec. Payakumbuh Kab 50 Kota

Nama : Boy nanda putra

NIM : 78549

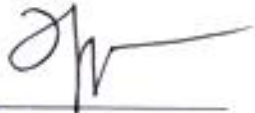
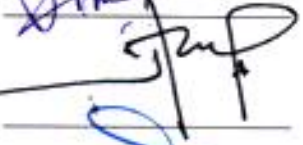
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juni 2012

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO	1. 
2. Sekretaris	: Drs. Ali Asmi, M. Pd	2. 
3. Anggota	: Dr. Kamal Firdaus, M. Kes. AIFO	3. 
4. Anggota	: Drs. Zalfendi, M. Kes	4. 
5. Anggota	: Drs. H. Zulman, M. Pd	5. 

ABSTRAK

Boy Nanda Putra, (78549) : Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata-kaki Terhadap Kemampuan Smash Kedeng Pemain Sepaktakraw Pada Klub Permata Taeh Baruah Kabupaten Payakumbuh

Masalah dalam penelitian ini yaitu kemampuan *smash* kedeng pemain sepaktakraw pada klub Permata Taeh Baruah masih rendah. Banyak faktor yang menyebabkan terjadinya masalah tersebut diantaranya adalah daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-kaki. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan *smash* kedeng pemain sepaktakraw pada klub Permata Taeh Baruah Kabupaten Payakumbuh.

Jenis penelitian ini adalah *korelasional*. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain sepaktakraw , pada klub Permata Taeh Baruah Kabupaten Payakumbuh yang aktif latihan sebanyak 15 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Dengan demikian jumlah sampel di dalam penelitian ini adalah sebanyak 15 orang. Data dikumpulkan dengan menggunakan pengukuran terhadap variabel daya ledak otot tungkai dengan tes *vertical jump*, koordinasi mata-kaki dan tes kemampuan *smash* kedeng Data dianalisis dengan korelasi *product moment* dan dilanjutkan dengan korelasi ganda.

Berdasarkan hasil analisis data dan hasil penelitian menunjukkan bahwa daya ledak otot tungkai mempunyai hubungan signifikan dengan kemampuan *smash* kedeng karena diperoleh ternyata $t_{hitung} = 2,75 > t_{tabel} 1,77$ dan koordinasi mata-kaki mempunyai hubungan signifikan dengan kemampuan *smash* kedeng karena diperoleh $t_{hitung} = 2,53 > t_{tabel} 1,77$. Selanjutnya daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama mempunyai hubungan signifikan dengan kemampuan *smash* kedeng pemain sepaktakraw pada klub Permata Taeh Baruah Kabupaten Payakumbuh karena diperoleh $F_{hitung} = 6,10 > F_{tabel} 3,88$.

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Kontribusi daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan smash kedeng pemain sepaktakraw pada klub Permata Taeh Baruah Kabupaten Payakumbuh”.

Penulisan skripsi ini merupakan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi tugas dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu diharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini.

Di dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, baik secara moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada:

1. Drs. H. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragan Universitas Negeri Padang.
2. Drs. Yulifri, M.Pd Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.
3. Drs. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO sebagai pembimbing I dan dan Drs. Ali Asmi, M.Pd sebagai pembimbing II, yang telah bersedia meluangkan waktu

untuk memberikan bimbingan, pemikiran, pengarahan dan bantuan kepada penulis.

4. Dr. Kamal Firdaus, M.Kes. AIFO, Drs. Zalfendi, M.Kes dan Drs. Zulman, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan masukan, kritikan dan saran di dalam penyusunan skripsi ini.
5. Pihak klub Permata Taeh Baruah Kabupaten Payakumbuh yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk pengambilan data dengan melibatkan atletnya.
6. IDEAL ADHAR dan EM NITA Kedua orang tua tercinta yang selalu berusaha memenuhi kebutuhan penulis demi kelancaran penulisan skripsi ini serta kedua adik saya LIA dan ALAN memberikan dorongan semangat dan do'a yang ikhlas untuk penulis.
7. Teman-teman yang selalu memberi dukungan, Rozi, Ari, Diki, Tomi, iki, Deri, Rio, dan banyak teman yang lain belum tersebut namanya.

Akhir kata penulis do'akan semoga semua amal yang diberikan kepada penulis mendapat imbalan yang setimpal dan bermanfaat bagi kita semua. Maka pada kesempatan ini penulis mengharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini. Amin...Amin.. Ya Robal.. Alamin.

Padang, Juli 2012

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	9
1. Permainan Sepaktakraw	9
2. Kemampuan Smash Kedeng.....	11
3. Daya Ledak Otot Tungkai	17
4. Koordinasi Mata-Kaki	21
B. Kerangka Konseptual	25
C. Hipotesis Penelitian.....	28
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	29
B. Waktu dan Tempat Penelitian	29
C. Populasi dan Sampel	29
D. Jenis dan Sumber Data	30
E. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	30
F. Teknik Analisa Data.....	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	38
B. Uji Persyaratan Analisis	43

C. Uji Hipotesis.....	44
D. Hasil Penelitian dan Pembahasan.....	49
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	54
B. Saran.....	54
DAFTAR PUSTAKA	56

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Distribusi Frekuensi Hasil Data Daya Ledak Otot Tungkai	38
2. Distribusi Frekuensi Hasil Data Koordinasi mata kaki.....	40
3. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kemampuan smash Kedeng	42
4. Rangkuman Uji Normalitas Data.....	44
5. Rangkuman Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Antara X_1 dengan Y	45
6. Rangkuman Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Antara X_2 dengan Y	46
7. Rangkuman Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Antara X_1 dan X_2 Secara bersama-sama terhadap Y	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Ukuran Lapangan Sepaktakraw	10
2. Gerakan <i>smash</i> kedeng	15
3. Struktur Otot Tungkai Sisi Depan dan Sisi Belakang.....	19
4. Kerangka Konseptual.....	27
5. Pelaksanaan Tes Vertical Jump	32
6. Sasaran Tes Koordinasi Mata-Kaki	34
7. Test Kemampuan <i>Smash</i> Kedeng	35
8. Histogram Frekuensi Daya Ledak Otot Tungkai	39
9. Histogram Frekuensi Koordinasi mata kaki	41
10. Histogram Kemampuan <i>smash</i> Kedeng.....	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Rekap Hasil Data Penelitian	58
2. Uji Normalitas Variabel Daya Ledak otot Tungkai	59
3. Uji Normalitas Variabel Koordinasi mata kaki.....	60
4. Uji Normalitas Variabel Kemampuan Smash Kedeng	61
5. Uji Hipotesis X_1 dan Y	62
6. Uji Hipotesis X_2 dan Y	64
7. Korelasi Ganda.....	66
8. Tabel Luas Standar Normal	67
9. Tabel Uji Lilliefors	68
10. Tabel Nilai r Product Moment	69
11. Tabel Nilai Distribusi T	70
12. Tabel Nilai Distribusi F	71
13. Dokumentasi Penelitian	72
1. Surat Izin Penelitian Dari Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.....	80
2. Surat Izin Penelitian Dari Kesbangpol.....	81
3. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian Dari Klub Permata Taeh Baruah Kabupaten Payakumbuh.....	82

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan kegiatan yang terbuka semua orang sesuai dengan kemampuan, kesenangan dan kesempatan, tanpa membedakan hak, status social atau derajat di masyarakat. Dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Pasal 23 ayat 1 menyatakan bahwa: “Masyarakat dapat melakukan pembinaan dan pengembangan olahraga melalui berbagai kegiatan keolahragaan secara aktif, baik yang dilaksanakan atas dorongan pemerintah dan/atau pemerintah daerah, maupun atas kesadaran atau prakarsa sendiri”.

Berdasarkan pernyataan di atas, maka di dalam masyarakat kita tumbuh kesadaran untuk berolahraga, sesuai dengan tujuan dan kemampuan, serta bakat dan minatnya. Misalnya saja bagi orang tua/dewasa tujuan berolahraga untuk meningkatkan kesehatan dan kebugaran, namun bagi anak-anak olahraga merupakan suatu proses pembelajaran social, bahkan Lutan (1991:43) mengatakan bahwa “Olahraga di pandang sebagai simbol keunggulan kelompok, masyarakat, atau bangsa.

Pada masyarakat Taeh Baruah Kabupaten Payakumbuh salah satu cabang olahraga yang menjadi kebanggaan dan symbol keunggulan di daerah Kabupaten Payakumbuh yaitu olahraga sepaktakraw. Dalam arti lain dapat dikatakan bahwa olahraga sepaktakraw merupakan salah satu olahraga permainan yang digemari oleh masyarakat dan sudah memasyarakat terutama dikalangan generasi muda. Kecintaan dan kesenangan pemuda terhadap

olahraga sepak takraw di daerah ini mendapat dukung dari masyarakat, sehingga sejak puluhan tahun yang lalu terbentuklah klub Permata Taeh Baruah Kabupaten Payakumbuh. Sejak itulah mulai dilakukan pembinaan dan pengembangan olahraga sepak takraw terhadap anak-anak yang memiliki bakat dan minat pada olahraga sepak takraw.

Pembinaan olahraga sepak takraw dilakukan dengan tujuan nantinya diharapkan pemain-pemain sepak takraw pada klub Permata Taeh Baruah Kabupaten Payakumbuh berprestasi, sehingga dapat dijadikan suatu kebanggaan bagi masyarakat. Klub Permata Taeh Baruah Kabupaten Payakumbuh, sering mengikuti pertandingan-pertandingan sepak takraw, baik antar klub di daerah Taeh Baruah, maupun di tingkat kecamatan di Kabupaten Payakumbuh.

Kemudian klub Permata Taeh Baruah Kabupaten Payakumbuh juga pernah mengikuti pertandingan yang digelar oleh klub diluar daerah kabupaten Payakumbuh seperti Kota Bukit Tinggi dan Padang Panjang. Namun belum pernah mendapat juara, artinya prestasinya belum dapat dibanggakan karena sering kalah dalam pertandingan-pertandingan yang diikuti. Untuk memenangkan suatu pertandingan dalam suatu cabang olahraga atau mencapai prestasi di bidang olahraga, banyak faktor pendukung diantaranya adalah seperti yang dikemukakan oleh Syafruddin (2011:33-34) yaitu “kemampuan fisik salah satu komponen dasar untuk meraih prestasi olahraga, di samping komponen teknik, komponen taktik dan komponen mental”.

Berpedoman pada pendapat di atas, maka dapat diambil suatu kesimpulan bahwa seseorang untuk berprestasi pada cabang olahraga seperti olahraga sepaktakraw keempat komponen tersebut harus dimiliki. Penguasaan teknik permainan sepaktakraw, persiapan kondisi fisik, taktik dalam permainan dan mental yang baik harus di kembangkan. Oleh sebab itu diperlukan usaha yang sungguh-sungguh, khususnya bagi pemain sepaktakraw pada klub Permata Taeh Baruah Kabupaten Payakumbuh.

Berdasarkan pengamatan dan observasi yang penulis lakukan, terhadap kemampuan teknik sepaktakraw pemain, dalam beberapa kali latihan dan mengikuti pertandingan, serta informasi yang penulis dapatkan dari pelatih bahwa kemampuan teknik pemain masih belum maksimal, artinya penguasaan terhadap teknik belum begitu baik terutama teknik *smash*. *Smash* merupakan teknik penting dalam melakukan penyerangan pada pihak lawan untuk mendapatkan angka atau poin. Menurut Darwis dkk (1992 :26-90) *smash* atau rejam (istilah Malaysia) adalah ”gerak kerja yang terpenting dan merupakan gerak akhir dari gerak kerja serangan yang penting untuk mendapatkan point atau angka bagi regu yang melakukannya”.

Dengan demikian dapat bahwa *smash* adalah faktor kunci sekaligus sangat menentukan dalam memenangkan permainan sepaktakraw pada suatu pertandingan. Jika serangan akhir (*smash*) tidak efektif dan tidak akurat berarti suatu kegagalan dalam timnya walaupun pemain pendamping lainnya cukup terampil, tetapi serangan akhir jelek dan gagal maka usaha untuk memenangkan pertandingan akan menjadi sia-sia. Seorang *smasher* yang terampil adalah apabila setiap melakukan *smash* selalu menghasilkan point.

Tidak selalu *smash* yang dilakukan itu keras, tetapi mampu menempatkan bola pada daerah lawan yang kosong.

Salah satu teknik khusus dalam permainan sepak takraw adalah *smash* kedeng, yang mana *smash* kedeng merupakan gerak kerja yang terpenting dan gerak akhir dari gerak kerja serangan untuk mendapatkan point atau angka bagi regu yang melakukannya. Kesalahan atau kegagalan dalam melakukan *smash* kedeng berarti bukan hilangnya kesempatan untuk regu itu untuk mendapatkan angka tetapi juga menambah angka bagi lawan. Disini jelaslah bahwa kedua apit itu perlu mempunyai kemampuan *smash* kedeng.

Untuk dapat melakukan *smash* kedeng dengan baik, banyak faktor yang mempengaruhinya diantaranya adalah daya ledak otot tungkai penting untuk melompat secara vertical, kelenturan tubuh pada saat di udara, koordinasi mata-kaki agar bola yang disepak mengenai bagian yang tepat, kelincahan, keseimbangan, daya tahan dan kecepatan reaksi, serta mental pemain pada saat melakukan *smash* kedeng.

Dalam proses pelaksanaan *smash* kedeng juga dibutuhkan kekuatan dan kecepatan untuk tercapainya hasil yang maksimal. Idealnya daya ledak otot tungkai dapat didefinisikan sebagai suatu kemampuan dari kelompok otot untuk menghasilkan kerja dalam waktu yang sangat cepat. Javier dalam Basirun (2006:15) mengemukakan, “Daya ledak otot tungkai adalah kemampuan melakukan kerja secara cepat, terutama dalam olahraga yang memiliki unsur lompat/loncat, lempar, tolak dan *sprint*”.

Selanjutnya belum begitu baiknya kemampuan *smash* kedeng pemain sepak takraw pada klub Permata Taeh Baruah Kabupaten Payakumbuh

terlihat sekali pada saat melakukan lompatan dan kaki pada titik tertinggi untuk menyepak bola, belum di dukung oleh daya ledak otot tungkai yang baik. Begitu juga koordinasi mata-kaki yang rendah mengakibatkan perkenaan kaki dengan bola tidak tepat, dan ini terlihat sering sentuhan kaki dengan bola tidak pada bagian tengah bola.

Kemampuan daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-kaki yang belum baik, mengakibatkan bola yang disepak tidak keras, lajunya bola menjadi pelan dan tidak terarah, sehingga penulis menduga pemain sepaktakraw pada klub Permata Taeh Baruah Kabupaten Payakumbu belum memiliki kemampuan teknik *smash* kedeng dengan baik, mungkin ada hubungannya dengan daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-kaki yang mereka miliki. Oleh sebab itu pada kesempatan ini penulis ingin melakukan suatu penelitian dengan judul Hubungan daya ledak otot Tungkai dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan *smash* kedeng pemain sepaktakraw pada Klub Permata Taeh Baruah Kabupaten Payakumbuh”.

B. Identifikasi masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat dikemukakan identifikasikan masalah yakni sebagai berikut:

1. Daya ledak otot tungkai
2. Kelentukan tubuh
3. Koordinasi mata-kaki
4. Kelincahan
5. Kecepatan reaksi

6. Daya tahan
7. Keseimbangan tubuh
8. Emosional pemain pada saat melakukan smash kedeng

C. Pembatasan masalah

Berpedoman pada identifikasi masalah di atas, banyak faktor yang mempengaruhi smash kedeng dan keterbatasan waktu, dana dan agar lebih fokusnya penelitian ini, maka penelitian ini dibatasi atas beberapa variabel saja yaitu:

1. Daya ledak otot tungkai
2. Koordinasi mata-kaki

D. Perumusan masalah

Sesuai dengan pembatasan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan yang berarti antara daya ledak otot tungkai dengan *smash* kedeng pemain sepaktakraw pada klub Permata Taeh Baruah Kabupaten Payakumbuh?
2. Apakah terdapat hubungan yang berarti antara koordinasi mata-kaki dengan *smash* kedeng pemain sepaktakraw pada klub Permata Taeh Baruah Kabupaten Payakumbuh?
3. Apakah terdapat hubungan yang berarti antara daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama terhadap *smash* kedeng pemain sepaktakraw pada klub Permata Taeh Baruah Kabupaten Payakumbuh?

E. Tujuan penelitian

Berdasarkan dari perumusan masalah di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Hubungan daya ledak otot tungkai dengan kemampuan *smash* kedeng pemain sepaktakraw pada klub Permata Taeh Baruah Kabupaten Payakumbuh.
2. Hubungan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan *smash* kedeng pemain sepaktakraw pada klub Permata Taeh Baruah Kabupaten Payakumbuh
3. Hubungan daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama dengan kemampuan *smash* kedeng pemain sepaktakraw pada klub Permata Taeh Baruah Kabupaten Payakumbuh.

F. Manfaat penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian di atas, maka diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat bagi :

1. Peneliti sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana Pendidikan Olahraga di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Pengurus sebagai masukan dalam pengembangan sepaktakraw di klub Permata Taeh Baruah Kabupaten Payakumbuh.
3. Pemain sebagai gambaran kemampuan teknik *smash*, dan kondisi fisik dalam meningkatkan prestasi sepaktakraw di klub Permata Taeh Baruah Kabupaten Payakumbuh

4. Peneliti selanjutnya sebagai bahan referensi dalam meneliti kajian yang sama secara lebih mendalam.
5. Perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahrgaan Universitas Negeri Padang sebagai bahan tambahan literature bacaan mahasiswa.