

**KONTRIBUSI DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KOORDINASI
MATA - KAKI TERHADAP AKURASI *SHOOTING* PEMAIN
SEKOLAH SEPAKBOLA (SSB) RAJAWALI U-15
KOTA PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan Pada Jurusan Pendidikan Kepelatihan di Fakultas Ilmu
Keolahragaan
Universitas Negeri Padang*



Oleh :

IMBANG PRABOWO

00971 / 2008

**JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAH RAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2012**

HALAMAN PERSetujuan SKRIPSI

Judul : Kontribusi Daya Ledak Chut Tungkat dan Koordinasi
Mata-Kaki Terhadap Akurasi *Shooting* Pemain Sekolah
Sepakbola (SSB) Rajawali U-15 Padang

Nama : Imbang Pratiwani

NIM/IKP : 00971/2008

Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Jurusan : Kepelatihan Olahraga


Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Universitas : Negeri Padang


Padang, Januari 2012

Disetujui oleh :

Pembimbing I

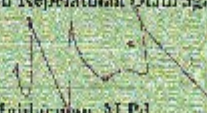

Dr. Tiang Huiw Sin, M.Pd., Koms
NIP. 19570725 198603 1 002

Pembimbing II


Romi Irawan S.Pd., M.Pd
NIP. 19810726 200604 1 002

Diketahui

Ketua Jurusan Kepelatihan Olahraga


Drs. Mubidinjan, M.Pd
NIP. 19600507 198503 1 004

Dr. K. S. Narayana Murthy, Chairman, Government of Karnataka
 Bangalore
 Dr. K. S. Narayana Murthy

Kepulauan Riau - Kepulauan Singkep dan Kepulauan Meranti
Kuala Lumpur - Kuala Lumpur
Kuala Lumpur - Kuala Lumpur
Kuala Lumpur - Kuala Lumpur

Name	OMIAJI PRASOWA
DOB	09/07/1961
Parent's Sign	Indonesian Secretariat Ministry
Address	Kota Bharu
Cellular	081-8403899
University	Negeri Padang

Publog, January 2012

Name	Grade	Signature
Chairman	Dr. Spring House Sta. M.D. & Co.	[Signature]
Chairman II	Korea, Inc. M.D. M.D.	[Signature]
President	Dr. H. H. H. H. H. H.	[Signature]
Secretary	Dr. H. H. H. H. H.	[Signature]
Treasurer	Dr. H. H. H. H. H.	[Signature]

ABSTRAK

Imbang Prabowo (2012). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Akurasi *Shooting* Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Rajawali U-15 Kota Padang.

Masalah dalam penelitian adalah rendahnya prestasi SSB Rajawali Kota Padang yang diduga disebabkan oleh beberapa faktor yang diantaranya rendahnya kemampuan Daya ledak otot tungkai dan Koordinasi Mata-kaki terhadap akurasi *Shooting*. Tujuan penelitian ini untuk mengungkapkan kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai terhadap Akurasi *Shooting*, kontribusi Koordinasi Mata-Kaki terhadap Akurasi *Shooting*, dan kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata -Kaki secara bersama-sama terhadap Akurasi *Shooting* Pemain Sepakbola SSB Rajawali U-15 Kota Padang. Penelitian ini masuk dalam penelitian *Korelasional*.

Populasi penelitian ini adalah Pemain Sepakbola SSB Rajawali U-15 Kota Padang yang berjumlah 117 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Purposive Sampling* yang merupakan pengambilan sampel bersyarat yaitu sebanyak 30 orang. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat kontribusi yang berarti antara Daya Ledak Otot Tungkai terhadap Akurasi *Shooting*, terdapat kontribusi yang berarti antara Koordinasi Mata-Kaki terhadap Akurasi *Shooting*, dan terdapat kontribusi yang berarti antara Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata-Kaki secara bersama-sama terhadap Akurasi *Shooting*. Pengambilan data dilakukan dengan cara mengukur Daya Ledak Otot Tungkai melalui tes *Standing Broad Jump*. Untuk Koordinasi Mata-Kaki melalui Sasaran Tes Koordinasi Mata-Kaki. Selanjutnya Akurasi *Shooting* dilakukan melalui tes Sepak Sasaran sepakbola. Analisa data dan pengujian hipotesis penelitian menggunakan teknik analisis korelasi sederhana dan teknik analisis korelasi ganda dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$. Untuk mencari kontribusi menggunakan rumus $r^2 \times 100\%$

Hasil analisis data menunjukkan (1) Daya Ledak Otot Tungkai berkontribusi terhadap Akurasi *Shooting* sebesar 21.53% terhadap Pemain Sepakbola SSB Rajawali U-15 Kota Padang, (2) Koordinasi Mata-Kaki berkontribusi terhadap Akurasi *Shooting* sebesar 23,23% terhadap Pemain Sepakbola SSB Rajawali U-15 Kota Padang, (3) Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata-Kaki berkontribusi secara bersama-sama terhadap Akurasi *Shooting* sebesar 30.69% terhadap pemain sepakbola SSB Rajawali U-15 Kota Padang.

Kata Kunci : Daya Ledak Otot Tungkai, Koordinasi Mata-Kaki dan Akurasi *Shooting*

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi penelitian tentang “ **Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata Dan Kaki Terhadap Akurasi Shooting pemain Sekolah Sepakbola SSB Rajawali U-15 Kota Padang** ”.

Dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dan dorongan serta kemudahan dari berbagai pihak. Untuk itu, peneliti menyampaikan ucapan terima kasih sebesar – besarnya kepada :

1. Bapak Drs. H. Arsil, M.Pd Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Drs. Maidarman, M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga.
3. Bapak Dr. Tjung Hauw Sin, M.Pd Kons, selaku Penasehat Akademik sekaligus Pembimbing I.
4. Bapak Roma Irawan S.Pd M.Pd selaku Pembimbing II
5. Bapak - Bapak Dosen Penguji, yaitu Drs. Maidarman, M.Pd, Drs. Afrizal S, M.Pd, dan Drs. Hermanzoni, M.Pd
6. Staf Pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
7. Orang tua beserta keluarga besar yang telah memberikan bantuan baik moril maupun materil.

8. Rekan – rekan seperjuangan yang turut memberikan dukungan moril dalam penulisan proposal ini.

Semoga bantuan, bimbingan dan petunjuk yang bapak, dan rekan-rekan berikan menjadi amal saleh 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. Mudah-mudahan skripsi ini bermanfaat bagi pengelola pendidikan di masa yang akan datang. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan taufik hidaya-Nya pada kita semua. Amin.....

Padang, Desember 2011

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI	
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	10
C. Pembatasan Masalah	11
D. Perumusan Masalah	11
E. Tujuan penelitian	12
F. Kegunaan Penelitian	12
BAB II KERANGKA TEORITIS	
A. Kajian Teori	13
1. Hakekat Sepak Bola	13
2. Hakekat Akurasi Shooting	15
3. Hakekat Daya Ledak Otot Tungkai.....	19
4. Unsur - unsur Daya Ledak Otot Tungkai.....	23
5. Hakekat Koordinasi (Mata Dan Kaki)	26
B. Kerangka Konseptual	31
C. Hipotesis Penelitian	34
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	35
B. Tempat dan Waktu Penelitian	35
C. Populasi dan Sampel	35
D. Definisi Operasional.....	37
E. Jenis dan Sumber Data	38
F. Instrumen Penelitian	39

	G. Prosedur Penelitian	39
	H. Teknik Pengumpulan Data	41
	I. Teknik Analisa Data	46
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
	A. Deskriptif Data	49
	B. Pengujian Persyaratan Analisis	53
	C. Pengujian Hipotesis.....	55
	D. Pembahasan.....	58
BAB V	PENUTUP	
	A. Kesimpulan	67
	B. Saran.....	67
	DAFTAR PUSTAKA.....	69
	LAMPIRAN.....	71

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Populasi Penelitian	36
Tabel 2. Sampel Penelitian	37
Tabel 3. Tenaga Pengawas dan Pembantu	40
Tabel 4. Alat-alat yang diperlukan	40
Tabel 5. Format Isian Data	40
Tabel 6. Distribusi daya ledak otot tungkai (X_2)	49
Tabel 7. Distribusi frekuensi koordinasi mata – kaki (X_2)	51
Tabel 8. Distribusi frekuensi akurasi <i>shooting</i>	52
Tabel 9. Rangkuman uji normalitas sebaran data dengan uji <i>lilliefors</i>	54
Tabel 10. Rangkuman Hasil Analisis Korelasi Daya Ledak Otot Tungkai (X_1) terhadap Akurasi <i>Shooting</i> (Y)	55
Tabel 11. Rangkuman Hasil Analisis Korelasi Koordinasi Mata – Kaki (X_1) Terhadap Akurasi <i>Shooting</i> (Y)	56
Tabel 12. Rangkuman Hasil Analisis Korelasi Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai (X_1) Dan Koordinasi Mata – Kaki (X_2) Secara Bersama – sama Terhadap Akurasi <i>Shooting</i> (Y)	57

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. <i>Otot Tungkai atas</i>	20
Gambar 2. <i>Otot Tungkai bawah</i>	21
Gambar 3. Kontribusi antara daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata – kaki terhadap akurasi <i>shooting</i>	34
Gambar 4. Tes <i>Standing Broad Jump</i>	42
Gambar 5. Tes Koordinasi Mata dan kaki	45
Gambar 6. Tes Sepak Sasaran (Depdikbud dalam Arwandi, 1989)	45
Gambar 7. Histogram daya ledak otot tungkai (X_1)	50
Gambar 8. Histogram Koordinasi Mata – Kaki (X_2)	51
Gambar 9. Histogram Akurasi <i>Shooting</i> (Y)	53

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 : Data Hasil Penelitian.....	71
Lampiran 2 : Analisis Uji Normalitas Daya Ledak Otot Tungkai	73
Lampiran 3 : Analisis Uji Normalitas Koordinasi Mata – Kaki	75
Lampiran 4 : Analisis Uji Normalitas Akurasi <i>Shooting</i>	77
Lampiran 5 : Analisis Korelasi Sederhana Dan Korelasi Berganda.....	79
Lampiran 6 : Pengujian Hipotesis 1.....	80
Lampiran 7 : Analisis Korelasi Daya Ledak Otot Tungkai (X_1) Terhadap Akurasi <i>Shooting</i> (Y).....	81
Lampiran 8 : Pengujian Hipotesis 2	82
Lampiran 9 : Analisis Korelasi Koordinasi mata – kaki (X_2) Terhadap Akurasi <i>Shooting</i> (Y).....	83
Lampiran 10 : Korelasi sederhana antara variable (X_1) dengan (X_2)	84
Lampiran 11 : Pengujian Hipotesis 3	85
Lampiran 12 : Analisis Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai (X_1) Dan Koordinasi Mata – Kaki (X_2) Secara Bersama – sama Terhadap Akurasi <i>Shooting</i> (Y).....	87
Lampiran 13 : Nilai Kritis L Untuk Uji Liliefors	88
Lampiran 14 : Table dari Harga Kritik Dari <i>Product Moment</i>	89
Lampiran 15 : Daftar Luas Dibawah Lengkungan Normal Standar Dari 0 Ke Z Surat	90
Lampiran 16 : Foto – foto Pengambilan Data Penelitian	92
Lampiran 17 : Surat Penelitian Dari FIK UNP	99
Lampiran 18 : Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian Dari SSB Rajawali Kota Padan.....	100
Lampiran 19 : Surat Keterangan Dari UPTD Balai Pengawasan Mutu Barang	102

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sebagian besar masyarakat Indonesia sudah menyadari bahwa pemeliharaan kesehatan sangat mutlak diperlukan selama manusia masih menghendaki hidup sehat jasmani dan rohani. Hal ini terbukti dengan belomba-lombanya masyarakat Indonesia melakukan kegiatan olahraga, bahkan sering melakukan kompetisi – kompetisi yang bersifat Daerah, Nasional maupun Internasional.

Olahraga merupakan bagian dari aktifitas sehari – hari manusia yang berguna untuk membentuk jasmani dan rohani yang sehat. Sampai saat ini olahraga merupakan kontribusi yang positif dan nyata bagi peningkatan kesehatan masyarakat. Selain itu olahraga turut berperan dalam peningkatan kemampuan bangsa dalam melaksanakan system pembangunan yang berkelanjutan.

Olahraga terkait erat dengan berbagai bidang, misalnya ekonomi, sosial dan politik serta dapat juga diandalkan untuk mengharumkan nama bangsa dan negara. Hal ini sebagaimana yang dikemukakan oleh Soekarman (1987:3) “Salah satu cara atau usaha untuk mengharumkan nama bangsa adalah lewat olahraga, oleh karena itu pembinaan di setiap cabang olahraga diarahkan untuk pembinaan prestasi yang nantinya akan mengharumkan nama bangsa”. Dari sekian banyak cabang olahraga, salah satu adalah cabang

sepakbola hal ini terbukti bukan saja di Indonesia akan tetapi masyarakat dunia sangat menggemari sepakbola.

Di Indonesia, olahraga tidak hanya untuk kepentingan pendidikan rekreasi dan kesegaran jasmani, tetapi juga sebagai ajang pembentukan prestasi. Hal ini sesuai dengan yang dijelaskan dalam undang – undang Sistem Keolahragaan Nasional Republik Indonesia 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 memperdayakan perkumpulan olahraga, menumbuh – kembangkan serta pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan“ (UU RI No.3, 2005 : 16).

Sepakbola merupakan olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat umum, baik dikalangan tua maupun muda dan ini telah berkembang baik dan populer di Indonesia. Sudah barang tentu tidak akan terlepas dari uraian yang dimaksud di atas.

Untuk meraih prestasi sepakbola yang baik, disamping usaha pembinaan dan pelatihan yang teratur, terarah dan kontiniu, hendaknya pembinaan tersebut diarahkan kepada pembinaan kondisi fisik sebagai faktor yang paling dominan terhadap keberhasilan dalam meraih prestasi puncak. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Syafruddin (1999 : 24) yaitu, 1) kondisi fisik, 2) teknik, 3) taktik dan strategi, 4) mental (psikis). Keempat

faktor tersebut di atas merupakan satu kesatuan yang saling terkait satu dengan yang lainnya dan tidak dapat dipisahkan.

Berdasarkan uraian – uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor kondisi fisik, teknik, taktik dan mental memegang peranan penting dalam mencapai prestasi yang diinginkan. Bila salah satu unsur belum dimiliki atau dikuasai, maka betapa baiknya ketiga unsur yang lain, prestasi terbaik tidak akan tercapai.

Dalam permainan sepakbola kita perlu memperhatikan kemampuan fisik dan kemampuan teknik. Kemampuan fisik terdiri dari: daya tahan, kekuatan, kecepatan, kelincahan, kelentukan, sedangkan kemampuan teknik terdiri dari : 1). Teknik tanpa bola yaitu lari, melompat, *Tackling*. 2). Teknik dengan bola yaitu menendang, menahan, mengontrol, dan menggiring bola. (Muhajir, 2006 : 2).

Berdasarkan uraian di atas terlihat bahwa salah satu teknik dasar yang penting dimiliki oleh seorang atlet sepakbola adalah kemampuan *Shooting*. *shooting* adalah suatu usaha untuk memindahkan bola dari satu tempat ke tempat lain dengan menggunakan kaki atau bagian kaki. *Shooting* bola dapat dilakukan dalam keadaan bola diam, menggelinding maupun melayang di udara.

Shooting merupakan salah satu teknik yang penting untuk dikuasai oleh pemain. Dengan kemampuan *shooting* yang baik maka usaha – usaha untuk menciptakan gol dalam rangka meraih kemenangan akan semakin

terbuka untuk diperoleh. Jadi keterampilan *shooting* merupakan salah satu persyaratan agar seseorang dapat bermain sepakbola yang baik.

Untuk memperoleh *Shooting* yang baik dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti daya ledak otot tungkai, koordinasi mata – kaki, kelenturan pinggang, keseimbangan, kecepatan saat *shooting*, kekuatan, keadaan kondisi fisik, keseimbangan, mental, kelengkapan sarana dan prasarana, serta program latihan yang diberikan pelatih untuk menghasilkan tendangan yang akurat.

Daya ledak otot tungkai juga sangat menentukan Akurasi *Shooting* seorang pemain sepakbola, dimana *Power* berperan saat melakukan tendangan ke gawang. Seorang pemain dikatakan memiliki daya ledak otot tungkai yang baik jika mampu menghasilkan suatu tendangan yang keras dan cepat. Begitu juga dengan kekuatan otot tungkai yang menentukan seberapa kuatnya kemampuan otot tungkai dapat melakukan tendangan atau *Shooting* ke gawang.

Unsur utama daya ledak adalah kekuatan dan kecepatan. Seperti banyak kita lihat orang yang memiliki otot yang besar, akan tetapi tidak mampu bergerak dengan cepat, atau sebaliknya mampu bergerak dengan cepat, tetapi tidak mampu mengatasi beban dengan gerakan yang cepat. Hal ini menandakan bahwa kekuatan otot saja tidak cukup untuk menghasilkan power otot tungkai. Daya ledak pada saat *shooting* bola sangat di butuhkan karena dengan adanya daya ledak yang bagus maka seorang pemain dapat merubah arah dan posisi yang di kehendaki dengan cepat dan tepat sesuai dengan kondisi yang sedang di hadapi pada saat permainan.

Selain itu koordinasi yang baik akan menghasilkan kualitas *shooting* yang baik pula. Koordinasi yang dimaksud adalah koordinasi mata dan kaki, koordinasi mata dan kaki dibutuhkan di saat penempatan kaki tumpu hingga perkenaan kaki ayun dengan bola. Hal ini terlihat pada saat pergerakan kaki (penempatan kaki tumpu dan memberikan stimulus keotak untuk ditidaki lanjut oleh alat gerak kaki), agar kaki ayun dapat bergerak pada akurasi *shooting* yang tepat. Hasil dari perkenaan kaki dengan ketepatan bola yang ditentukan oleh titik dimana terjadinya sebuah koordinasi yang baik antara proses pengendalian dan pengetahuan gerak serta kerjasama sistem persyarafan yang terjadi khususnya pada mata dan kaki.

Oleh karena itu koordinasi mata dan kaki yang baik akan menentukan akurasi sebuah *shooting* sepakbola. Idealnya daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata - kaki dapat didefinisikan sebagai suatu kemampuan dari kelompok otot dan sendi untuk merangkaikan beberapa unsur gerak menjadi suatu gerakan yang selaras sesuai dengan tujuan yang diinginkan.

Sehubungan dengan itu kelenturan pinggang sangat berperan pada saat mengambil awalan untuk melakukan tendangan *Shooting* dengan membungkukkan badan, karena keberhasilan suatu teknik dipengaruhi oleh kelenturan. Seorang pemain dikatakan memiliki kelenturan tubuh yang baik dalam melakukan shooting, apabila pemain itu dapat mengambil awalan yang baik sebelum melakukan *Shooting* ke gawang, sehingga dapat menghasilkan *Shooting* yang baik dan akurat.

Pada saat melakukan *shooting* keseimbangan sangat di butuhkan, karena dengan mempunyai keseimbangan yang baik maka pada saat melakukan *shooting*, seorang pemain dapat dengan mudah menjebol bola ke gawang . Dalam *shooting* juga di butuhkan kecepatan yang baik, karena dengan mempunyai kecepatan yang baik maka pada saat melakukan *shooting* akan lebih mudah melakukan *Shooting* dengan cepat. Pada saat melakukan *shooting* dalam sepakbola kekuatan juga sangat dibutuhkan karena dengan adanya kekuatan yang baik maka pemain akan dengan mudah menembak bola ke gawang dengan semaksimal mungkin.

Keadaan kondisi fisik juga perlu diperhatikan di saat melakukan *Shooting*, karena di saat kondisi fisik mulai menurun tubuh akan mengalami kelelahan, sehingga mempengaruhi kemampuan lainnya baik itu taktik, teknik termasuk *Shooting* ke gawang. Untuk itu kondisi fisik seorang pemain perlu sekali dijaga sebelum bertanding, agar disaat bertanding tidak mudah mengalami kelelahan, sehingga dapat bermain lebih baik.

Mental juga merupakan salah satu faktor yang perlu diperhatikan saat melakukan *shooting*, karena baik buruknya mental juga akan memepengaruhi hasil *shooting* yang dilakukan oleh pemain. Selain itu yang perlu diperhatikan juga yaitu keadaan sarana dan prasarana untuk latihan. Karena dengan keadaan lapangan yang baik serta perlengkapan dan peralatan latihan yang lengkap, tentu akan memudahkan seorang pemain untuk melatih kemampuan menendangnya agar lebih baik, apalagi diikuti dengan program latihan yang

diberikan pelatih sangat baik, terarah, kontiniu serta sesuai dengan kebutuhan seorang pemain.

Pada saat sekarang ini, daerah Sumatera Barat terutama di kota Padang, perkembangan sepakbola sangat pesat. Hal ini terbukti dengan banyaknya bermunculan Sekolah Sepakbola (SSB) yang melakukan pembinaan secara teratur, terarah dan kontiniu. Seperti SSB Rajawali, SSB Padang Yuniior, SSB PSTS Tabing, SSB Putra Wijaya, SSB Wirabaja dan lain sebagainya.

SSB Rajawali merupakan salah satu sekolah sepakbola yang cukup dikenal di kota Padang. Hal ini ditandai dengan banyaknya siswa yang belajar di sekolah sepakbola ini. Selain itu Sekolah sepakbola ini diharapkan bisa melahirkan pemain yang berkualitas untuk mengangkat persepakbolaan Provinsi Sumatera Barat pada umumnya dan kota Padang khususnya. Sekolah sepakbola ini berdiri sejak tahun 2005 dan melakukan aktivitas latihan sepakbola dilapangan sepakbola Kompi B Siteba, Kota Padang. Mereka melakukan latihan dua kali seminggu yakni hari rabu, dan minggu, namun tidak pernah meraih prestasi puncak disetiap *event* pertandingan.

Menurunnya prestasi sepakbola SSB Rajawali Kota Padang diduga dikarenakan oleh beberapa faktor. Faktor itu antara lain karena mengabaikan unsur-unsur yang dapat menentukan kemampuan atlet, seperti kondisi fisik dan teknik, terutama pada kekuatan dan kecepatan untuk menghasilkan kemampuan daya ledak otot tungkai para pemain sepakbola SSB Rajawali

Kota Padang. Selain itu, koordinasi juga sangat berpengaruh agar penguasaan teknik lebih maksimal.

Teknik merupakan salah satu unsur yang mempengaruhi keberhasilan seorang pemain dalam melakoni suatu pertandingan. Sehingga dengan teknik yang baik diharapkan atlet tersebut dapat meraih prestasi yang baik juga seperti yang diinginkan. Dari sekian banyak teknik dalam permainan sepakbola, *Shooting* merupakan salah satu teknik dasar yang harus dimiliki oleh seorang pemain sepakbola untuk menciptakan gol ke gawang lawan dalam suatu pertandingan. Bila keterampilan *Shooting* yang bagus sudah dimiliki maka kesempatan untuk mencetak gol ke gawang lawan kian terbuka, sehingga memudahkan untuk memenangkan suatu pertandingan.

Berdasarkan informasi dari *Manager* dan pelatih di lapangan bahwa pemain SSB Rajawali mulai tahun 2006 sampai saat sekarang kelihatan cenderung menurun. Berbagai event pertandingan telah diikuti namun belum pernah meraih prestasi puncak. Pada Tahun 2006 SSB Rajawali hanya mampu berada pada peringkat empat dalam Liga SSB U-15 Sekota Padang. Tahun 2007 SSB Rajawali gagal masuk ke perempat final pada Liga SSB U-15 yang ke II Sekota Padang. Tahun 2008 SSB Rajawali hanya mampu meraih peringkat tiga pada Piala Pemuda U-15 Tanjung Jati Lima Puluh Kota. Tahun 2009 SSB Rajawali gagal masuk ke semi final pada Turnamen U-15 di Kabupaten Lima Puluh Kota Payakumbuh. Dan terakhir pada tahun 2011 SSB Rajawali kalah diperempat final melawan SSB PSTS Tabing pada Piala Nike kota Padang.

Ungkapan di atas yang cenderung menurun yaitu masih banyaknya pemain yang belum mempunyai teknik *shooting* yang baik serta belum maksimalnya dalam melakukan *shooting* ke gawang. Hal ini terbukti dengan kurangnya tendangan ke gawang yang dilakukan oleh pemain depan, di samping itu tendangan yang dilakukan oleh pemain juga kurang akurat atau tidak tepat sasaran, kadang tendangannya sangat lemah, melenceng dan bahkan melambung terlalu tinggi dari atas mistar gawang. Sehingga minim sekali bola masuk ke gawang lawan, yang mengakibatkan sering kalah dalam suatu pertandingan.

Belum maksimalnya akurasi *Shooting* ke gawang ini diduga disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain: kurangnya daya ledak otot tungkai, kurangnya koordinasi mata-kaki, kurangnya kelentukan pinggang, kurangnya keseimbangan, kurangnya kecepatan saat *shooting*, kurangnya kekuatan otot tungkai, kurang baiknya kemampuan kondisi fisik, kurang memadainya sarana dan prasarana latihan, serta kurang baiknya program latihan yang diberikan pelatih, sehingga mengakibatkan akurasi *Shooting* para pemain sepakbola SSB Rajawali Kota Padang masih belum maksimal.

Dari beberapa faktor yang diuraikan di atas ada beberapa faktor yang diduga juga mempengaruhi kemampuan akurasi *Shooting* pemain sepakbola SSB Rajawali Kota Padang masih rendah. Faktor itu adalah daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata – kaki. Ini terlihat dengan lemahnya tendangan yang dilakukan oleh pemain yang disebabkan karena rendahnya kedua faktor tersebut yaitu daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata – kaki .

Bertitik tolak dari masalah yang telah diuraikan di atas, maka penulis tertarik untuk mengetahui lebih jauh kemampuan akurasi *Shooting* pemain sepakbola SSB Rajawali U-15 Kota Padang, dan juga melihat kontribusi dari kedua faktor yaitu daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata – kaki. Oleh karena itu penelitian ini penulis mengangkat judul penelitian: “ Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata - Kaki Terhadap Akurasi *Shooting* Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Rajawali U-15 Kota Padang “.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka permasalahan penelitian dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Sejauh mana daya ledak otot tungkai memberikan kontribusi terhadap akurasi *shooting* sepakbola ?
2. Sejauh mana koordinasi mata - kaki memberikan kontribusi terhadap akurasi *shooting* sepakbola ?
3. Sejauh mana kelentukan pinggang memberikan kontribusi terhadap akurasi *shooting* sepakbola ?
4. Sejauh mana keseimbangan memberikan kontribusi terhadap akurasi *shooting* sepakbola ?
5. Sejauh mana kecepatan memberikan kontribusi terhadap akurasi *shooting* sepakbola ?
6. Sejauh mana kekuatan memberikan kontribusi terhadap akurasi *shooting* sepakbola?

7. Sejauh mana kondisi fisik memberikan kontribusi terhadap akurasi *shooting* sepakbola?
8. Sejauh mana teknik memberikan kontribusi terhadap akurasi *Shooting* ?
9. Sejauh mana mental memberikan kontribusi terhadap akurasi *Shooting* ?
10. Sejauh mana sarana dan prasarana latihan memberikan kontribusi terhadap Akurasi *Shooting* ?
11. Sejauh mana program latihan yang diberikan pelatih memberikan kontribusi terhadap Akurasi *Shooting* ?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas banyak faktor yang diduga mempengaruhi akurasi *shooting*, maka peneliti membatasinya pada kontribusi antara daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata – kaki terhadap akurasi *shooting*.

D. Perumusan Masalah

Sesuai dengan pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah Daya Ledak otot tungkai memberikan kontribusi terhadap akurasi *shooting* pada SSB Rajawali Kota Padang ?
2. Apakah Koordinasi mata – kaki memberikan kontribusi terhadap akurasi *shooting* pada SSB Rajawali Kota Padang ?

3. Apakah Daya Ledak otot tungkai dan Koordinasi mata – kaki secara bersama – sama memberikan kontribusi terhadap akurasi *shooting* pada SSB Rajawali Kota Padang ?

F. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap akurasi *shooting* pemain SSB Rajawali Kota Padang.
2. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi koordinasi mata – kaki terhadap akurasi *shooting* pemain SSB Rajawali Kota Padang.
3. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata – kaki secara bersama – sama terhadap akurasi *shooting* pemain SSB Rajawali Kota Padang.

F. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna dan bermanfaat untuk :

1. Peneliti sendiri sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan.
2. Untuk pelatih serta pengurus SSB Rajawali sebagai bahan pertimbangan dalam membuat dan memberikan program latihan.
3. Sumbangan ilmu pengetahuan, pengembangan ilmu pengetahuan serta sebagai pengetahuan bagi pembaca.
4. Untuk mahasiswa FIK UNP sebagai bahan kepustakaan dalam penulisan karya ilmiah.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat dikemukakan kesimpulan sebagai berikut :

1. Daya ledak otot tungkai memberikan kontribusi sebesar 21,53% terhadap Akurasi *Shooting* pemain Sepakbola SSB Rajawali U-15 Kota Padang.
2. Koordinasi Mata – Kaki memberikan kontribusi yang cukup besar 23,23% terhadap Akurasi *Shooting* pemain Sepakbola SSB Rajawali U-15 Kota Padang.
3. Daya Ledak Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata – Kaki secara bersama-sama memberikan kontribusi yang cukup besar 30.69% terhadap Akurasi *Shooting* pemain Sepakbola SSB Rajawali U-15 Kota Padang.

B. Saran

Berdasarkan pada kesimpulan di atas, maka penulis dapat memberikan saran-saran yang dapat membantu mengatasi masalah yang ditemui dalam pelaksanaan Akurasi *Shooting*, yaitu :

1. Bagi pelatih pada umumnya dan khususnya pelatih SSB Rajawali U-15 Kota Padang. disarankan untuk melatih unsur Daya Ledak Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata – Kaki dengan cara melatih otot-otot yang dominan dalam Akurasi *Shooting*.

2. Bagi atlet pada umumnya dan khususnya pemain Sepakbola SSB Rajawali U-15 Kota Padang. disarankan dapat meningkatkan Akurasi *Shooting* dengan cara melakukan latihan secara sistematis dan berkesinambungan.
3. Bagi peneliti yang ingin melanjutkan penelitian ini agar dapat menjadikan penelitian ini sebagai bahan informasi dan meneliti dengan jumlah populasi atau sampel yang lebih besar serta di daerah yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrizal, (1994). *Kontribusi Hasil Latihan Kekuatan Dan Kelentukan Terhadap Hasil Belajar Sepakbola*. Padang, FPOK IKIP. (Penelitian)
- Arikunto, Suharsimi. (2002). *Prosedur penelitian*. PT. BINEKA CIPTA, Jakarta.
- Arsil (1999). *Pembinaan Kondisi Fisik*. Padang: FIK UNP.
- Arwandi, John. (1989). *Pebedaaan Kemajuan antara Hasil Latihan Tehnik Kura-Kura Dengan Kaki Bagian Balam Terhadap Ketepatan Menendang*. Padang : IKIP
- Aziz, Ishaq. (2008). *Tes Pengukuran dan Evaluasi Pembelajaran Olahraga*. Padang: FIK Universitas Negeri Padang.
- Bafirman, dkk. (1999). *Pembinaan Kondisi Kisik*. Padang: FIK UNP.
- Cooper, Wiel. (1985). *Sepakbola, program pembinaan pemain ideal*. PT Gramedia, Jakarta.
- Darwis, Ratinus. (1999). *Sepakbola* : DIP Universitas Negeri Padang.
- Eric, Batty (1986). *Olahraga Pilihan Sepakbola Metode Baru “Serangan”*. Bandung Pioonier Jaya.
- Erianti (2004). *Buku Ajar Bolavoli*. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- Fardi, Adnan. (2008). *Hand Out Statistik Dasar*. Padang : UNP Press.
- _____. (2010). *Hand Out Statistik Lanjutan*. Padang : UNP Press.
- Harsono, (1988). *Latihan Kondisi Fisik*. Jakarta:KONI Pusat pendidikan dan Penataran.
- Irawadi, Hendri. (2004). *Kondisi Fisik Dan Pengukurannya*. Padang: FIK UNP
- Ismaryati. (2008). *Tes Dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: LPP UNS.
- Kiram, Yanuar (1999). *Belajar Motorik*. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.