

**HUBUNGAN ANTARA DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN  
KOORDINASI MATA KAKI DENGAN AKURASI TENDANGAN KE  
GAWANG ATLET SEPAKBOLA PERSIKA JAYA SIKABAU  
DHARMASRAYA**

**SKRIPSI**

*Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Memperoleh  
Gelar Sarjana Pendidikan Strata Satu (S1)*



**DIEGO ARMANDO  
1303353 / 2013**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAAHRAGA  
JURUSAN KEPELATIHAN  
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2018**



**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**SKRIPSI**

**Judul** : Hubungan Antara Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki dengan Akurasi Tendangan Ke Gawang Atlet Sepakbola Persika Jaya Sikabau Dharmastraya

**Nama** : Diego Armando

**Nim/BP** : 1303353/ 2013

**Program Studi** : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

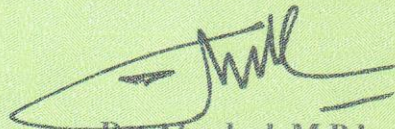
**Jurusan** : Kepelatihan

**Fakultas** : Fakultas Ilmu Keolahragaan

**Padang, Agustus 2018**

**Disetujui Oleh:**

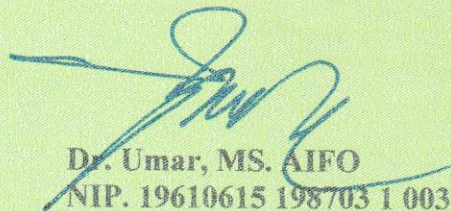
**Pembimbing**



**Dr. Alnedral, M.Pd**

**NIP. 19600430 198602 1 001**

**Ketua Jurusan**



**Dr. Umar, MS. AIFO**

**NIP. 19610615 198703 1 003**






## **PENGESAHAN TIM PENGUJI**

Nama : Diego Armando  
NIM : 1303353/ 2013

**Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji  
Skripsi Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang  
dengan judul**

**Hubungan Antara Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki  
dengan Akurasi Tendangan Ke Gawang Atlet Sepakbola  
Persika Jaya Sikabau Dharma Raya**

**Padang, Agustus 2018**

	<b>Nama</b>	<b>Tanda Tangan</b>
1. Ketua	: Dr. Alnedral, M.Pd	1. 
2. Anggota	: Dr. Tjung Hauw Sin, M.Pd. Kons	2. 
3. Anggota	: Sari Mariati, S.Si, M.Pd	3. 



## ABSTRAK

**Diego Armando. 2018. “Hubungan Antara Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Akurasi Tendangan ke Gawang Atlet Persika Jaya Sikabau Dharmasraya”.**

Masalah dalam penelitian ini yaitu akurasi tendangan ke gawang yang dimiliki Atlet Persika Jaya Sikabau Dharmasraya masih terbilang rendah. Variabel dalam penelitian ini daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki dengan akurasi tendangan ke gawang . Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki dengan akurasi tendangan ke gawang atlet Persika Jaya Sikabau Dharmasraya.

Jenis penelitian ini adalah korelasional yang bertujuan untuk melihat seberapa erat hubungan antara suatu variabel dengan variabel lainnya. Populasi dalam penelitian ini adalah para atlet Persika Jaya Sikabau Dharmasraya yang terdaftar dan aktif mengikuti latihan yang berjumlah sebanyak 25 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *total sampling*. Untuk mendapatkan data penelitian digunakan *standing long jump test* untuk mengukur daya ledak otot tungkai dan untuk mengukur koordinasi mata kaki menggunakan tes koordinasi mata kaki. Sedangkan akurasi tendangan ke gawang menggunakan tes *shooting at the ball*. Data yang diperoleh di analisis dengan metode korelasi *product moment* dan dilanjutkan dengan analisis korelasi ganda.

Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa hipotesis pertama terdapat hubungan yang berarti antara daya ledak otot tungkai dengan akurasi tendangan ke gawang yang diperoleh  $r_{hitung} = 0,511 > r_{tabel} = 0,396$ . Hipotesis kedua terdapat hubungan yang berarti antara koordinasi mata kaki dengan akurasi tendangan ke gawang yang diperoleh  $r_{hitung} = 0,513 > r_{tabel} = 0,396$ . Hipotesis ketiga terdapat hubungan yang berarti antara daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki secara bersama-sama dengan akurasi tendangan ke gawang yang diperoleh  $r_{hitung} = 0,723 > r_{tabel} = 0,396$ . Dapat disimpulkan bahwa daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki mempunyai hubungan yang berarti dengan akurasi tendangan ke gawang.

**Kata Kunci : Daya Ledak Otot tungkai, Koordinasi Mata-Kaki dan Akurasi Tendangan ke Gawang**

## KATA PENGANTAR



Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, Tuhan semesta alam yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **"Hubungan Antara Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Akurasi Tendangan ke Gawang Atlet Persika Jaya Sikabau Dharmasraya"**. Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP).

Dalam penyelesaian skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik berupa moril maupun materil. Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Kedua orang tua yang sangat berarti dalam hidup penulis, Ayahandaku Almarhum Abu Kasim dan Ibundaku Almarhum Dahniar yang telah mencurahkan kasih sayang dan dorongan kepadaku, serta keluarga besar yang selalu berdoa memberikan bantuan moril dan materil selama penulis dalam pendidikan.
2. Bapak Dr. Umar, MS, AIFO Ketua Jurusan Kepelatihan dan Bapak Drs. Hermanzoni, M.Pd Sekretaris Jurusan Kepelatihan.
3. Bapak Dr. Alnedral, M.Pd Penasehat Akademik sekaligus pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, pikiran dan kesabaran untuk membimbing penulis selama dalam menyelesaikan skripsi ini.

4. Bapak Dr. Tjung Hauw Sin, M.Pd, Kons, dan Ibuk Sari Marieti, M.Pd Tim Penguji, yang telah memberikan nasehat, saran, masukan, arahan dan koreksi selama penyelesaian skripsi ini.
5. Bapak/Ibu Staf Pengajar di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan bimbingan serta ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan.
6. Teman-teman mahasiswa seperjuangan Jurusan Kepelatihan Olahraga tahun 2013 Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan bantuan berupa moril dan materil.
7. Seluruh teman-teman mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Semoga bantuan, bimbingan dan arahan serta dorongan yang telah diberikan kepada penulis mendapat pahala dan balasan dari Allah SWT. Akhir kata hanya kepada Allah SWT tempat menyerahkan diri, semoga penulisan skripsi ini dapat diterima sebagai amalan yang mendapatkan Ridho-nya, serta bermanfaat bagi yang membaca.

Padang, Juli 2018

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>ABSTRAK .....</b>	i
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	ii
<b>DAFTAR ISI .....</b>	iv
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	vi
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	viii
 <b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah .....	6
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
 <b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori.....	9
1. Sepakbola .....	9
2. Akurasi Tendangan Kegawang .....	11
3. Daya Ledak Otot Tungkai .....	16
4. Koordinasi Mata Kaki .....	20
B. Penelitian Relevan.....	22
C. Kerangka Konseptual .....	23
D. Hipotesis Penelitian.....	24
 <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian.....	25
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	25
C. Populasi dan Sampel .....	26
D. Teknik dan Instrumentasi Pengumpulan Data .....	27
E. Teknik Analisis Data.....	32

#### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Data Penelitian .....	36
B. Uji Persyaratan Analisis Data .....	41
C. Uji Hipotesis.....	43
D. Pembahasan.....	46
E. Keterbatasan Penelitian .....	51

#### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	52
B. Saran .....	52

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>54</b>
-----------------------------	-----------

<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>56</b>
-----------------------	-----------



## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Rumus Skala 5.....	32
2. Distribusi Frekuensi Data Daya Ledak Otot Tungkai .....	36
3. Distribusi Frekuensi Data Koordinasi Mata Kaki .....	38
4. Distribusi Frekuensi Data Akurasi Tendangan ke Gawang .....	40
5. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data.....	42
6. Analisis Korelasi <i>Product Moment</i> dan Uji $t_{hitung}$ Hipotesis Pertama .....	43
7. Analisis Korelasi <i>Product Moment</i> dan Uji $t_{hitung}$ Hipotesis Kedua.....	44
8. Analisis Korelasi Ganda dan Uji $f_{hitung}$ Hipotesis Ketiga.....	45

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. <i>Shooting Instep Drive</i> .....	14
2. Kerangka Konseptual .....	24
3. <i>Standing Long Jump Test</i> .....	28
4. Sasaran Tes Koordinasi Mata Kaki .....	30
5. Tes <i>Shooting At The Ball</i> .....	32
6. Histogram Data Daya Ledak Otot Tungkai .....	37
7. Histogram Data Koordinasi Mata Kaki .....	39
8. Histogram Data Akurasi Tendangan ke Gawang .....	40
9. Pemain dan Pelatih Persija Jaya Sikabau Dharmasraya .....	80
10. Pembuatan Instrument Tes Akurasi Tendangan ke Gawang .....	80
11. Instrument Tes Akurasi Tendangan ke Gawang .....	81
12. Penjelasan Pelaksanaan Tes Akurasi Tendangan ke Gawang .....	81
13. Pelaksanaan Tes Akurasi Tendangan ke Gawang .....	82
14. Start Awal Pelaksanaan <i>Standing Long Jump Test</i> .....	82
15. Pelaksanaan <i>Standing Long Jump Test</i> .....	83
16. Pelaksanaan <i>Standing Long Jump Test</i> .....	83
17. Instrument Tes Koordinasi Mata Kaki .....	84
18. Pelaksanaan Tes Koordinasi Mata Kaki .....	84
19. Pelaksanaan Tes Koordinasi Mata Kaki .....	85
20. Perlengkapan dan Alat-Alat Tes .....	85



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Mentah Pengukuran Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Akurasi Tendangan le Gawang Atlet Persika Jaya Sikabau Dharma Raya .....	56
2. Norma Penilaian Daya Ledak Otot Tungkai .....	57
3. Norma Penilaian Koordinasi Mata Kaki .....	58
4. Norma Penilaian Akurasi Tendangan ke Gawang .....	59
5. Uji Normalitas Daya Ledak Otot Tungkai .....	60
6. Uji Normalitas Koordinasi Mata Kaki .....	61
7. Uji Normalitas Akurasi Tendangan ke Gawang .....	62
8. Analisis Hubungan Antara Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Akurasi Tendangan ke Gawang .....	63
9. Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Akurasi Tendangan ke Gawang .....	64
10. Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Akurasi Tendangan ke Gawang Dilanjutkan Dengan Uji t.....	65
11. Analisis Hubungan Antara Koordinasi Mata Kaki Dengan Akurasi Tendangan ke Gawang.....	66
12. Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Koordinasi Mata Kaki Dengan Akurasi Tendangan ke Gawang .....	67
13. Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Koordinasi Mata Kaki Dengan Akurasi Tendangan ke Gawang Dilanjutkan Dengan Uji t.....	68
14. Analisis Hubungan Antara Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Akurasi Tendangan ke Gawang.....	69
15. Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Ganda Antara Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Akurasi Tendangan ke Gawang .....	70

16. Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Ganda Antara Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Akurasi Tendangan ke Gawang Dilanjutkan Dengan Uji F .....	71
17. Tabel Nilai Kritis L Untuk Uji Lilliefors .....	72
18. Tabel Daftar Luas Di Bawah Lengkungan Normal Standar Dari 0 ke z....	73
19. Tabel Harga Kritik Dari r <i>Product Moment</i> .....	74
20. Tabel Persentil Untuk Distribusi <i>t</i> .....	75
21. Tabel Nilai Persentil Untuk Distribusi F.....	76
22. Dokumentasi Penelitian .....	80
23. Surat Izin Penelitian .....	86
24. Surat Keterangan Penelitian.....	87



## **BAB I PENDAHULUAN**

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

Olahraga merupakan bagian dari aktivitas sehari-hari manusia yang berguna untuk membentuk jasmani dan rohani yang sehat. Pada saat ini olahraga memberikan pengaruh yang positif dan nyata bagi peningkatan kesehatan masyarakat. Hal ini terbukti dengan belomba-lombanya masyarakat Indonesia melakukan kegiatan olahraga, bahkan sering melakukan kompetisi-kompetisi yang bersifat daerah, nasional maupun internasional.

Di Indonesia, olahraga yang ada di masyarakat tidak hanya untuk kepentingan pendidikan, rekreasi dan kesegaran jasmani akan tetapi juga sebagai ajang prestasi. Hal serupa juga dijelaskan dalam Undang-undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional. Pada BAB VII Pasal 27 ayat 4 dijelaskan sebagai berikut: “Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuhkan kembangkan sentra pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan”.

Untuk mendapatkan atau mencapai prestasi yang diinginkan perlu dilakukan pembinaan dan pengembangan olahraga secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui kompetisi. Dari sekian banyak cabang olahraga prestasi yang dikembangkan dan dilakukan pembinaan secara serius, cabang olahraga sepakbola merupakan olahraga favorit saat ini digemari berbagai kalangan masyarakat, baik untuk rekreasi maupun prestasi.

Perkembangan sepakbola pada saat sekarang dari tahun ke tahun berkembang dengan pesat.

Di Indonesia saat ini, sudah mengalami perbaikan walaupun masih jauh tertinggal dengan negara asia tenggara lainya seperti Thailand, Malaysia dan Vietnam. Hal yang menandai kebangkitan sepakbola Indonesia yaitu adanya pembinaan dan pembibitan usia dini dimana pemain muda tersebut dilatih ataupun dibina dalam suatu klub atau kepelatihan seperti Sekolah Sepakbola (SSB). Di Provinsi Sumatera Barat sendiri perkembangan olahraga sepakbola sudah mulai berkembang. Hal ini terlihat dari banyaknya pelatihan dan pembinaan terhadap pelatih dan pemain yang dilakukan oleh pemerintah daerah yang bekerja sama dengan pemerintah pusat dengan mendatangkan instruktur-instruktur guna memberikan ilmu kepelatihan secara berkala.

Perkembangan olahraga sepakbola di Sumatera Barat juga terlihat dengan banyaknya pertandingan-pertandingan yang diadakan pemerintah daerah setiap tahunnya. Di Kab. Dharmasraya sendiri dalam usaha untuk mengembangkan prestasi pada cabang olahraga sepakbola, telah banyak didirikan klub sekolah sepakbola (SSB), seperti : SSB Adtyawarman, SSB PSGM Gunung Medan, SSB Padang Laweh, SSB Lavendos, SSB Persika Jaya Sikabau dan masih banyak klub-klub lainnya. Hal ini dilakukan untuk memberikan pembinaan terhadap pemain guna melahirkan pemain-pemain yang memiliki kemampuan dalam bermain sepakbola.

Untuk mencapai prestasi olahraga yang optimal banyak faktor-faktor yang mempengaruhi. Menurut, Syafruddin (2012:58) menyatakan



“Ada dua faktor yang mempengaruhi dalam meraih suatu prestasi, faktor tersebut adalah faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal antara lain kemampuan fisik, teknik, taktik, dan mental (psikis) atlet, dan faktor eksternal adalah timbulnya dari luar diri atlet seperti pelatih, sarana dan prasarana, penonton, wasit, keluarga organisasi, iklim, cuaca, makanan yang bergizi dan lain sebagainya”.

Berdasarkan uraian di atas dapat dikemukakan bahwa dalam prestasi olahraga sepakbola sebenarnya banyak faktor yang mempengaruhinya. Dalam pelaksanaan cabang sepakbola memerlukan kondisi fisik, teknik, taktik dan mental yang baik. Kondisi fisik secara umum diartikan dengan kemampuan fisik. Pada cabang olahraga sepakbola tuntutan terhadap kebutuhan kondisi fisik jauh lebih kompleks jika dibandingkan dengan cabang olahraga perorangan.

Prestasi olahraga sepakbola banyak faktor yang mempengaruhinya, selain kondisi fisik penguasaan teknik merupakan salah satu unsur yang mempengaruhi keberhasilan seorang pemain dalam mencapai prestasi yang diinginkan. Semakin baik penguasaan teknik seorang pemain, maka semakin efisien tenaga yang digunakan oleh pemain dalam pertandingan. Teknik merupakan suatu hal yang penting bagi seseorang untuk bermain sepakbola. Dari sekian banyak bentuk teknik dalam permainan sepakbola, tendangan ke gawang adalah salah satu bentuk teknik yang harus dimiliki oleh seorang pemain sepakbola untuk menciptakan gol ke gawang lawan dalam suatu pertandingan. Dengan mempelajari latihan teknik tendangan ke gawang yang benar maka kemampuan mencetak gol semakin bagus sehingga tujuan olahraga sepakbola itu memasukan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya akan tercapai.

Selain dua faktor di atas masih ada lagi faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi olahraga sepakbola yaitu taktik. Kemampuan taktik juga harus didukung oleh kemampuan kondisi fisik dan teknik karena taktik merupakan suatu rencana dalam bentuk tindakan di lapangan. Taktik dilatih dengan tujuan untuk beradaptasi dengan situasi-situasi tertentu dalam pertandingan serta untuk dapat menyelesaikan tugas perorangan maupun tim. Di dalam sepakbola sebuah taktik tidak bisa diterapkan atau dijalankan tanpa kesiapan mental setiap pemain agar memahami posisi dan fungsinya dalam sebuah tim.

Setiap pemain harus memahami sikap mental satu sama lain. Hal itu disebabkan keberhasilan taktik sangat ditentukan oleh kemampuan mental para pemain. Kemampuan kondisi fisik dan teknik yang baik tidak cukup untuk mengoptimalkan penerapan taktik jika tidak didukung oleh kemampuan mental yang baik. Jadi jelaslah bahwa keempat komponen di atas sangat memiliki keterkaitan satu sama lain dalam pencapaian prestasi olahraga, terutama dalam cabang olahraga sepakbola.

Tim Persika Jaya Sikabau adalah salah satu klub yang ada di Kab. Dharmasraya. Prestasi atlet Persika Jaya Sikabau Dharmasraya terjadi penurunan. Hal ini terlihat dari prestasi yang berhasil diraih oleh atlet Persika Jaya Sikabau Dharmasraya pada tahun 2015 yang mengikuti turnamen Koto Besar Cup berhasil mencapai babak semifinal. Pada tahun 2016 Persika Jaya Sikabau Dharmasraya mengikuti turnamen Gunung Medan Cup dan hanya mencapai babak perempatfinal. Sedangkan pada tahun 2017 Persika Jaya

Sikabau Dharmasraya mengikuti turnamen Pulau Mainan Cup kembali hanya mencapai babak perempatfinal.

Berdasarkan pengamatan dan observasi yang penulis lakukan di lapangan yang bertempat di lapangan Sikabau Dharmasraya, atlet sering menggunakan tendangan ke gawang lawan untuk menghasilkan gol, namun pada kenyataannya akurasi tendangan ke gawang mereka masih lemah dan masih banyak bola yang melebar dari gawang lawan (tidak tepat sasaran), dengan kata lain bola sering jatuh di sisi gawang dan sering melewati mistar gawang. Rendahnya akurasi tendangan ke gawang atlet Persika Jaya Sikabau Dharmasraya disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah daya ledak otot tungkai, koordinasi mata kaki, kelentukan, kekuatan, penguasaan teknik pada saat melakukan tendangan ke gawang, dan alat (sarana dan prasarana).

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan di atas banyak faktor yang mempengaruhi akurasi tendangan ke gawang dalam olahraga sepakbola maka dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Daya ledak otot tungkai memiliki pengaruh dengan akurasi tendangan ke gawang atlet sepakbola.
2. Koordinasi mata kaki memiliki pengaruh dengan akurasi tendangan ke gawang atlet sepakbola.
3. Kelentukan memiliki pengaruh dengan akurasi tendangan ke gawang pemain sepakbola.
4. Kekuatan memiliki pengaruh dengan akurasi tendangan ke gawang atlet



sepakbola.

5. Dayatahan memiliki pengaruh dengan akurasi tendangan ke gawang atlet sepakbola.
6. Penguasaan teknik memiliki pengaruh dengan akurasi tendangan ke gawang atlet sepakbola.
7. Alat (sarana dan prasarana) memiliki pengaruh dengan akurasi tendangan ke gawang atlet sepakbola.
8. Akurasi tendangan ke gawang atlet sepakbola.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, banyak faktor yang mempengaruhi akurasi tendangan ke gawang dalam olahraga sepakbola, karena keterbatasan yang penulis miliki, maka penulis membatasi hanya beberapa faktor saja yaitu sebagai berikut:

1. Daya ledak otot tungkai memiliki pengaruh dengan akurasi tendangan ke gawang atlet sepakbola.
2. Koordinasi mata kaki memiliki pengaruh dengan akurasi tendangan ke gawang atlet sepakbola.
3. Daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki secara bersama-sama memiliki pengaruh dengan akurasi tendangan ke gawang atlet sepakbola.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang telah penulis kemukakan, maka penelitian ini dapat

dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara daya ledak otot tungkai dengan akurasi tendangan ke gawang atlet Persika Jaya Sikabau Dharmasraya?
2. Apakah terdapat hubungan antara koordinasi mata kaki dengan akurasi tendangan ke gawang atlet Persika Jaya Sikabau Dharmasraya?
3. Apakah terdapat hubungan antara daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki secara bersama-sama dengan akurasi tendangan ke gawang atlet Persika Jaya Sikabau Dharmasraya?

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

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Hubungan antara daya ledak otot tungkai dengan akurasi tendangan ke gawang atlet Persika Jaya Sikabau Dharmasraya.
2. Hubungan antara koordinasi mata kaki dengan akurasi tendangan ke gawang atlet Persika Jaya Sikabau Dharmasraya.
3. Hubungan antara daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki secara bersama-sama dengan akurasi tendangan ke gawang atlet Persika Jaya Sikabau Dharmasraya.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan masukan yang berguna bagi:

1. Penulis sendiri sebagai salah satu syarat untuk meraih gelar sarjana strata satu (S1) di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

2. Sebagai bahan pengembangan ilmu untuk penelitian selanjutnya bagi wisudawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Sebagai masukan bagi pelatih dan pembina olahraga sepakbola.
4. Sebagai bahan bacaan bagi mahasiswa di perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.



## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan kepada analisis data dan pembahasan yang dikemukakan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dengan akurasi tendangan ke gawang atlet Persika Jaya Sikabau Dharmasraya, dengan koefisien korelasi  $r_{hitung} = 0,511 > r_{tabel} = 0,396$  dan tingkat signifikan dengan harga  $t_{hitung} = 2,852 > t_{tabel} = 1,714$ .
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata dengan akurasi tendangan ke gawang atlet Persika Jaya Sikabau Dharmasraya, dengan koefisien korelasi  $r_{hitung} = 0,513 > r_{tabel} = 0,396$  dan tingkat signifikan dengan harga  $t_{hitung} = 2,867 > t_{tabel} = 1,714$ .
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki secara bersama-sama dengan akurasi tendangan ke gawang atlet Persika Jaya Sikabau Dharmasraya, dengan koefisien korelasi  $r_{hitung} = 0,723 > r_{tabel} = 0,396$  dan tingkat signifikan dengan harga  $f_{hitung} = 12,428 > f_{tabel} = 3,440$ .

#### **B. Saran**

Berdasarkan pada kesimpulan di atas, maka penulis memberikan beberapa saran agar dapat membantu mengatasi masalah yang ditemui dalam mendapatkan akurasi tendangan ke gawang atlet Persika Jaya Sikabau Dharmasraya, yaitu:

1. Bagi pelatih Persika Jaya Sikabau Dharmasraya untuk dapat meningkatkan

kondisi daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki pemain melalui program latihan kondisi fisik.

2. Bagi atlet Persika Jaya Sikabau Dharmasraya perlunya memperhatikan latihan untuk dapat meningkatkan kondisi daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki agar termotivasi dan lebih semangat dalam berlatih.

## DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arsil. (2008). *Pembinaan Kondisi Fisik*. Padang: FIK UNP.
- \_\_\_\_\_. (2015). *Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Padang. FIK UNP.
- Baffy, Eric C. (1986). *Latihan Sepakbola Metode Baru*. Bandung: Pioneer Jaya.
- Coever, Wiel (1985). *Sepakbola Program Pembinaan Pemain Ideal*. Jakarta: PT Gramedia.
- Ferdial, Heru. (2011). *Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelentukan dengan Kemampuan Shooting Pemain Sepakbola SMA N 1 Lebong Utara*. Skripsi. Padang: FIK UNP.
- FIFA. (2010/2011). *Laws Of The Game (Peraturan Permainan)*. Jakarta: PSSI.
- Gifford, Clive. (2007). *Sepakbola: Panduan Lengkap untuk Permainan yang Indah*. Jakarta: Erlangga.
- Irawadi, Hendri. (2014). *Pembinaan Kondisi Fisik*. Padang: FIK UNP.
- Ismaryati. (2006). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Solo: Universitas Sebelas Maret.
- Kiram, Phil Yanuar. (1999). *Belajar motorik*. Padang: FIK UNP.
- Luxbacher, Joseph A. (2012). *Sepakbola: Langkah-Langkah Menuju Sukses*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Mielke, Danny. (2007). *Dasar-Dasar Sepakbola*. Bandung: Pakar Raya.
- Sarwono, Sidik. (2012). *Hubungan Kekuatan Otot Tungkai dan Koordinasi Mata-Kaki Dengan Akurasi Tendangan ke Gawang Pemain Persatuan Sepakbola Pinang Awan Sentral (PERSEPAS) Junior Kabupaten Solok Selatan*. Skripsi. Padang: FIK UNP.
- Riduwan. (2011). *Pengantar Statistika untuk Penelitian Pendidikan, Sosial, Ekonomi, Komunikasi, dan Bisnis*. Bandung: Alfabeta.
- Syafruddin. (2012). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang: UNP Press.