

**KONTRIBUSI KOORDINASI MATA-KAKI DAN KEKUATAN
OTOTTUNGKAI TERHADAP KEMAMPUAN TENDANGAN
KEGAWANG PEMAIN SSB ADITYAWARMAN
KABUPATEN DHARMASRAYA**

SKRIPSI

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



Oleh

**JULMA FENDRA
NIM. 02893**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANIKESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2013**

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

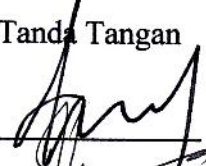



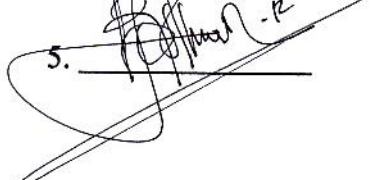
**Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang**

Judul : Kontribusi Kordinasi Mata-Kaki Dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Tendangan Ke Gawang Pemain SSB Adityawarman Kabupaten Dharmasraya

Nama : Julma Fendra
NIM : 02893
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2013

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Yulifri, M. Pd	1. 
2. Sekretaris	: Dra. Darni, M.Pd	2. 
3. Anggota	: Drs. Zalfendi, M.Kes	3. 
4. Anggota	: Dr. Erizal Nurmai, M.Pd	4. 
5. Anggota	: Dra. Rosmaneli, M.Pd	5. 

ABSTRAK

Julma Fendra, 2013 : "Kontribusi Koordinasi Mata-Kaki Dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Tendangan Ke Gawang Pemain SSB Adityawarman Kabupaten Dharmasraya "

Penelitian ini berawal dari pengamatan peneliti di lapangan yang melihat kemampuan tendangan ke gawang pemain SSB Adityawarman Kabupaten Dharmasraya yang masih rendah, hal ini diduga dipengaruhi oleh koordinasi mata-kaki dan kekuatan otot tungkai yang dimiliki pemain. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang kontribusi antara koordinasi mata-kaki (X1) dan kekuatan otot tungkai (X2) sebagai variabel bebas dengan kemampuan tendangan ke gawang pemain SSB Adityawarman Kabupaten Dharmasraya(Y) sebagai variabel terikat.

Penelitian ini termasuk jenis penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain SSB Adityawarman Kabupaten Dharmasraya yang berjumlah 87 orang. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan *purposive sampling* sebanyak 24 orang. Instrumen untuk tes koordinasi mata-kaki melalui bentuk tes koordinasi mata-kaki, dan kekuatan otot tungkai dilakukan dengan tes *back and leg dhynamometer*, sedangkan kemampuan tendangan ke gawang diambil dari tes kemampuan tendangan ke gawang. Analisis data penelitian menggunakan teknik analisis korelasi *product moment*, dan dilanjutkan dengan korelasi ganda dengan taraf signifikan =0,05, dan untuk mengetahui hasil kontribusi ditentukan dengan koefisien determinasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa koordinasi mata-kaki mempunyai hubungan yang signifikan dengan kemampuan tendangan ke gawang dimana $r_{hitung} 0,408 > r_{tabel} 0,404$ dan ditandai dengan $t_{hitung} 2,11 > t_{tabel} 2,064$, dengan kontribusi 16,65%. Kekuatan otot tungkai mempunyai hubungan yang signifikan dengan kemampuan tendangan ke gawang dimana $r_{hitung} 0,41 > r_{tabel} 0,404$ dan ditandai dengan $t_{hitung} 2,11 > t_{tabel} 2,064$, dengan kontribusi 16,81%. Terdapat hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara koordinasi mata-kaki dan kekuatan otot tungkai dengan kemampuan tendangan ke gawang, dimana $r_{hitung} 0,46 > r_{tabel} 0,404$ dan ditandai dengan hasil yang diperoleh yaitu $F_{hitung} 3,66 > F_{table} 3,47$, dengan kontribusi sebesar 21,16%.

Kata kunci : Koordinasi Mata-Kaki, Kekuatan Otot Tungkai, Tendangan Ke Gawang

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Kontribusi Koordinasi Mata-Kaki Dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Tendangan Ke Gawang Pemain SSB Adityawarman Kabupaten Dharmasraya”**.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu peneliti menyampaikan terima kasih kepada :

1. Drs. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan
2. Drs. Yulifri, M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan olahraga
3. Drs. Yulifri, M.Pd selaku pembimbing I dan Dra. Darni, M.Pd selaku Pembimbing II, yang telah banyak memberikan bimbingan, nasehat serta dukungan moral kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini.
4. Drs. Zalfendi, M.Kes, Dr. Erizal Nurmai, M.Pd, Dra. Rosmaneli, M.Pd, selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan, nasehat dalam penyelesaian tugas akhir penulis.
5. Staf Pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
6. Pelatih dan seluruh pemainSSB Adityawarman Kabupaten Dharmasraya.
7. Rekan-rekan mahasiswa FIK UNP
8. Kepada kedua orang tua yang telah memberikan dorongan dan do'a sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Juni 2013
Penulis

JulmaFendra

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Pembatasan Masalah	8
D. Perumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II KERANGKA TEORITIS	
A. Kajian Teori	11
1. Hakekat Sepak Bola	11
2. Hakekat Koordinasi Mata-kaki	14
3. Hakekat Kekuatan Otot Tungkai.....	19
4. Hakekat Tendangan Ke Gawang.....	26
B. Kerangka Konseptual	32
C. Hipotesis.....	35
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	36
B. Tempat dan Waktu Penelitian	36
C. Populasi dan Sampel	36

D. Jenis dan Sumber Data	38
E. Teknik Pengumpulan Data	38
F. Instrumen Penelitian.....	39
G. Teknik Analisis Data.....	44
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data	46
B. Penyajian Persyaratan Analisis	50
C. Pengujian Hipotesis.....	51
D. Pembahasan.....	56
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	63
B. Saran.....	63
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN	67

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Otot paha bagian anterior dan posterior	24
2. Otot tungkai bawah tampak anterior, posterior dan lateral	25
3. Bagian kaki untuk menendang bola	28
4. Kerangka konseptual	35
5. Tes koordinasi mata-kaki	40
6. Tes kekuatan otot tungkai	42
7. Tes akurasi tendangan ke gawang	43
8. Histogram koordinasi mata-kaki	47
9. Histogram kekuatan otot tungkai	48
10. Histogram kemampuan tendangan ke gawang	50

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Daftar pemain SSB Adityawarman Kabupaten Dharmasraya	37
2. Sampel Penelitian.....	37
3. Daftar nama-nama pengawas dan tenaga pembantu	39
4. Distribusi Frekueasi Variabel Koordinasi Mata-Kaki	46
5. Distribusi Frekuensi Variabel Kekuatan Otot Tungkai	48
6. Distribusi Frekueasi Variabel Kemampuan Tendangan Ke Gawang	49
7. Uji normalitas data dengan uji lilliefors.....	50
8. Analisis Korelasi Antara X1 dengan Y	52
9. Analisis Korelasi Antara X2 dengan Y.....	54
10. Analisis Korelasi Antara X1 X2 dan Y.....	56

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Pemain SSB Adityawarman Kabupaten Dharmasraya	67
2. Data Lengkap Hasil Tes Koordinasi Mata Kaki	68
3. Data Lengkap Tes Kekuatan Otot Tungkai.....	70
4. Data Lengkap Tes Kemampuan Tendangan Ke Gawang	71
5. Uji Normalitas Sebaran Uji Lilliefors Data Tes Koordinasi Mata Kaki...	72
6. Uji Normalitas Sebaran Uji Lilliefors Data Tes Kekuatan Otot Tungkai.	73
7. Uji Normalitas Sebaran Uji Lilliefors Data Tes Kemampuan Tendangan Ke Gawang.....	74
8. Tabel Persiapan Penghitungan Data	75
9. Uji Hipotesis $X1Y$	76
10. Uji Hipotesis $X2Y$	77
11. Uji Hipotesis $X1 X2$	78
12. Uji Hipotesis Korelasi Ganda	79
13. Penghitungan Koefisien Determinan	80
14. Daftar Xix (11) Nilai Kritis L Untuk Uji Lilliefors	81
15. Tabel Dari Harga Kritik Dari Product-Moment.....	82
16. Daftar Luas Di Bawah Lengkungan Normal Standar Dari 0 Ke Z.....	83
17. Dokumentasi Penelitian	84

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Prestasi olahraga Indonesia pada saat sekarang ini sedang mengalami perkembangan. Dari tahun ke tahun pemerintah telah berusaha keras untuk memberikan pembinaan dalam upaya meningkatkan prestasi olahraga agar dapat bersaing dengan negara-negara maju di dunia. Hal ini sesuai dengan tujuan UUD RI No 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, dalam pasal 20 ayat 2 dan 3 menjelaskan bahwa: “Olahraga prestasi dilakukan oleh setiap orang yang memiliki bakat, kemampuan dan potensi untuk mencapai prestasi. Olahraga prestasi dilaksanakan melalui pembinaan dan pengembangan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu teknologi keolahragaan”.

Berdasarkan kutipan diatas dapat dipahami bahwa pembinaan dan peningkatan prestasi olahraga memerlukan perencanaan pelatihan yang matang, terprogram, terorganisir, berkesinambungan, dan mengikutsertakan dalam kejuaraan-kejuaraan. Dengan telah terbentuknya undang-undang sistem keolahragaan ini maka pemerintah akan semakin peduli terhadap olahraga terutama dalam mencapai prestasi. Dalam mencapai prestasi yang tinggi, ada dua faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi, seperti yang diungkapkan oleh Syafruddin (1999:22) “faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi kemampuan fisik, teknik, mental, dan taktik. Sedangkan faktor eksternal merupakan pengaruh yang timbul dari luar diri atlet sendiri

seperti sarana dan prasarana, pelatih, keluarga, iklim, cuaca, makanan yang bergizi”.

Berdasarkan uraian diatas jelas bahwa banyak faktor yang mempengaruhi dalam pencapaian prestasi yang tinggi diantaranya faktor internal dan faktor eksternal, faktor internal meliputi kemampuan fisik, teknik, mental atlet dan taktik. Sedangkan faktor eksternal merupakan pengaruh yang timbul dari luar diri atlet sendiri seperti sarana dan prasarana, pelatih, keluarga, iklim, cuaca dan makanan yang bergizi. Faktor eksternal juga sangat ditentukan oleh peranan pelatih, karena dengan kemampuan pelatih yang maksimal dan penyusunan program latihan yang efektif dan efisien, maka tujuan untuk mencapai prestasi atlet akan sangat mudah untuk dicapai dengan maksimal. Kedua faktor ini pada aplikasinya sangat berkaitan demi tercapainya prestasi yang optimal dan membanggakan bagi seorang atlet.

Salah satu olahraga prestasi terpopuler yang paling diminati dan dilaksanakan pengembangan dan pembinaannya dari tingkat daerah, tingkat nasional dan tingkat internasional adalah cabang olahraga sepakbola. Sepakbola adalah salah satu cabang olahraga permainan beregu, dan masing-masing regu terdiri dari 11 orang pemain yang lazim disebut kesebelasan termasuk salah satu anggota regu adalah penjaga gawang. Selanjutnya dalam permainan sepakbola digunakan bola yang bulat, dan peraturan-peraturan permainan ditaati oleh pemain pada saat pertandingan berlangsung maka ada wasit dan hakim garis yang memimpin atau mengawasi pertandingan tersebut. Setiap pelanggaran yang dilakukan oleh pemain ada sanksinya (hukumnya),

oleh karena itu kedua kesebelasan diharapkan bermain sebaik mungkin serta memelihara sportifitas (A. Sarumpaet.1992: 5). Permainan berlangsung dalam bentuk dua babak, masing-masing babak berlangsung selama 45 menit, dan diantara kedua babak tersebut diselingi dengan istirahat selama 15 menit (PSSI, 2007/2008).

Dalam sepak bola pemain harus memiliki taktik dan mental yang baik. Taktik adalah kemampuan pemain menguasai permainan dan mengatur strategi permainan, sedangkan mental adalah kesiapan pemain dalam menjalankan pertandingan dengan jiwa yang sportif dan bisa mengendalikan emosinya. Seseorang dapat bermain sepakbola dengan baik tentu harus memiliki keterampilan dalam berbagai teknik dasar permainan sepakbola. Teknik dasar dalam permainan sepakbola dapat diartikan cara memainkan bola dengan efektif dan efisien sesuai dengan peraturan yang berlaku dalam mencapai suatu hasil yang optimal. Dengan demikian dapat diartikan bahwa teknik yang baik dalam permainan sepak bola tentunya didasari oleh peraturan yang berlaku dan dilakukan secara efektif dan efisien dalam memainkan bola. Mencapai prestasi dalam olahraga permainan sepakbola tidaklah mudah karena didukung oleh banyak faktor, sehingga dalam pembinaannya berjalan dengan baik dan tujuan yang hendak dicapai dengan mudah didapatkan. Diantara faktor-faktor tersebut adalah sarana dan prasarana yang diperlukan untuk berlatih harus tersedia dengan baik, motivasi dalam berlatih, kemampuan dan pengalaman pelatih, kondisi fisik, lingkungan tempat

berlatih, dukungan orang tua dan penguasaan keterampilan teknik dasar permainan sepakbola tersebut.

Coever (1985) mengemukakan bahwa pada hakekatnya setiap pemain sepak bola harus mampu untuk melakukan tendangan ke gawang lawan. Gol akan lahir apabila ada tendangan ke gawang, karena mencetak gol merupakan bagian yang terpenting dalam permainan sepak bola. Selain itu Muchtar (1992) mengemukakan bahwa “teknik tendangan ke gawang (*shooting*) digunakan dalam usaha untuk menjaringkan bola ke gawang lawan dengan kata lain untuk menciptakan gol”.

Dalam permainan sepakbola tujuan utamanya adalah untuk mencari kemenangan, dimana kemenangan itu dapat terjadi apabila salah satu tim lebih banyak menghasilkan gol ke gawang lawan dan mencegah jangan sampai lawan menciptakan gol ke gawang sendiri. Tendangan merupakan teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain sepakbola, karena tendangan merupakan bagian terpenting dalam sepakbola. Pelaksanaan tendangandisini bukan hanya sekedar melakukan tendangan saja, tetapi tendangan yang dimaksud di sini adalah tendangan bola untuk masuk ke mulut gawang. Sehingga arah dan kecepatan tendanganyang dilakukan dapat menghasilkan gol sebagaimana tujuan dari permainan sepakbola.

Tendangan akan lebih baik dalam pelaksanaannya apabila ditunjang oleh beberapa faktor, menurut Djezed (1985:26).

“1) kondisi fisik, kondisi fisik disini di antaranya adalah kekuatan (kekuatan otot tungkai), kelentukan, kecepatan, koordinasi gerakan dan daya ledak. 2) teknik, untuk memperoleh hasil tendangan (*shooting*) yang diinginkan sesuai dengan kebutuhan diantaranya letak kaki

tumpu pada saat menendang, perkenaan kaki dengan bola, titik berat badan, kekuatan dan gerak lanjutan (*follow trough*). 3) sarana dan prasarana serta lingkungan, seperti kondisi lapangan, bola yang digunakan, kondisi cuaca (lingkungan)". Seseorang dapat bermain dengan baik, menurut Afrizal (2004) harus memiliki kemampuan fisik yang terdiri dari beberapa unsur seperti: "1) Daya tahan, 2) Kekuatan, 3) Kecepatan 4) Kelincahan, 5) Kelentukan".

Selain itu Luxbacher (2011:105) menyatakan bahwa "Kemampuan untuk melakukan tendangan dengan kuat dan akurat baik menggunakan kaki kiri ataupun kaki kanan adalah faktor yang paling penting untuk menciptakan gol". Setiap kesempatan untuk melakukan tendangan ke gawang yang dimiliki oleh pemain hendaknya berbuah gol. Banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan seseorang dalam melakukan tendangan bola ke gawang, diantaranya adalah kekuatan otot tungkai, perkenaan kaki dengan bola, koordinasi mata-kaki, kecepatan, kelincahan dan kelentukan tubuh. Begitu juga dengan pemain sepakbola (SSB) Adityawarman Kabupaten Dharmasraya pada saat melakukan tendangan bola ke gawang dalam permainan ataupun dalam proses pelatihan.

Sekolah Sepakbola (SSB) Adityawarman Kabupaten Dharmasraya merupakan salah satu SSB yang ada di Dharmasraya yang diharapkan bisa melahirkan pemain-pemain yang berkualitas untuk mengangkat persepakbolaan Sumatera Barat, pada umumnya Kabupaten Dharmasraya khususnya SSB Adityawarman Kabupaten Dharmasraya yang rutin melakukan pembinaan pemain-pemain muda potensial dari berbagai tingkat umur baik tingkat umur 8-12 tahun, 38 orang, 13-16 tahun, 25 orang, dan 17-20 tahun, 24 orang, dari keseluruhan populasi yaitu 87 orang, peneliti mengambil sampel U

17-20 tahun. setelah penulis melakukan wawancara dengan pelatih sekolah sepakbola (SSB) Adityawarman Kabupaten Dharmasraya observasi kelapangan dan dengan mengamati pertandingan-pertandingan yang telah di lalui, pelatih melihat sebagian kecil yang bisa melakukan kemampuan tendangan ke gawang yang kuat dan terarah.

Di Umur 17-20, 2 orang yang bisa melakukan teknik kemampuan tendangan kegawang yang bagus kuat dan terarah dan selebihnya masih rendah kemampuan teknik tendangan kegawang, pemain sekolah sepakbola (SSB) Adityawarman Kabupaten Dharmasraya masih belum maksimal dalam melakukan tendangan kegawang dan perlu dilakukan latihan-latihan yang berkesenambungan dan keseriusan sehingga tujuan latihan yang dilakukan dapat di tuju secara maksimal. Sekolah Sepakbola (SSB) Adityawarman ini telah banyak mengikuti kejuaran tingkat daerah, seperti U 8-12 Tahun, telah mengikuti piala Danone (DNC), tingkat sumatra barat, dan U 17-20 Tahun, juga telah mengikuti kompetisi-kompetisi di daerah Dharmasraya. Sekolah sepakbola (SSB) Adityawarman Kabupaten Dharmasraya memang belum mencapai prestasi yang maksimal tetapi nama sekolah sepakbola (SSB) Adityawarman sudah dikenal di setiap daerah di Kabupaten Dharmasraya, dan di Kabupaten lain, seperti Sawahlunto Sijunjung.

Sekolah sepakbola (SSB) Adityawarman Kabupaten Dharmasraya berdiri pada tahun 2005 dan sekarang dilatih oleh M. Kamel mengatakan, banyak pemain sekolah sepakbola (SSB) Adityawarman Kabupaten Dharmasraya masih kurang dalam melakukan tendangan ke gawang di lihat

dari setiap sekolah sepakbola (SSB) Adityawarman melakukan serangkaian uji coba maupun dalam kejuaraan-kejuaraan, dan setelah observasi ternyata masih kurangnya kemampuan tendangan ke gawang pemain sekolah sepakbola (SSB) Adityawarman, sehingga peluang tendangan kegawang yang di dapat oleh pemain sekolah sepakbola (SSB) Adityawarman tidak terselesaikan dengan baik karena kemampuan tendangan kegawang yang tidak terarah dan tidak tepat pada sasaran membuat hilangnya beberapa peluang untuk itu peneliti ingin melihat sejauh manakah pengaruh koordinasi mata kaki dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan tendangan ke gawang pemain SSB adityawarman kabupaten dharmasraya.

Melihat kenyataan rendahnya kemampuan tendangan ke gawang pemain SSB Adityawarman Kabupaten Dharmasraya, maka peneliti ingin melakukan suatu penelitian tentang “Kontribusi Koordinasi Mata-Kaki Dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Tendangan Ke Gawang Pemain SSB Adityawarman Kabupaten Dharmasraya”. Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan prestasi SSB Adityawarman Kabupaten Dharmasraya dalam melakukan pertandingan di masa yang akan datang.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan tendangan ke gawang seorang pemain sepakbola. Faktor-faktor tersebut dapat di indentifikasi sebagai berikut:

1. Kekuatan otot tungkai pemain

2. Koordinasi mata kaki pemain
3. Sarana dan prasarana yang diperlukan
4. Motivasi dalam berlatih pemain
5. Kemampuan dan pengalaman pelatih
6. Kondisi fisik pemain
7. Lingkungan tempat berlatih
8. Dukungan orang tua pemain
9. Penguasaan keterampilan teknik dasar pemain

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah diatas cukup banyak yang perlu dibahas. Namun mengingat terbatasnya waktu, dana, dan kemampuan yang dimiliki, maka penulis membatasi masalah dalam beberapa faktor, yaitu:

1. Koordinasi mata-kaki pemain
2. Kekuatan otot tungkai pemain

D. Perumusan Masalah

Sesuai dengan identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang telah diuraikan diatas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana koordinasi mata-kaki memberikan kontribusi terhadap kemampuan tendangan kegawang pemain SSB Adityawarman Kabupaten Dharmasraya?

2. Bagaimana kekuatan otot tungkai memberikan kontribusi terhadap kemampuan tendangan kegawang pemain SSB Adityawarman Kabupaten Dharmasraya?
3. Bagaimana akoordinasi mata-kaki dan kekuatan otot tungkai secara bersama-sama memberikan kontribusi terhadap kemampuan tendangan kegawang pemain SSB Adityawarman Kabupaten Dharmasraya?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan perumusan masalah yang telah dikemukakan diatas maka tujuan penelitian ini adalah untuk :

1. Mengetahui kontribusi koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan tendangan kegawang pemain SSB Adityawarman Kabupaten Dharmasraya.
2. Mengetahui kontribusi kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan tendangan kegawang pemain SSB Adityawarman Kabupaten Dharmasraya.
3. Mengetahui kontribusi koordinasi mata-kaki dan kekuatan otot tungkai secara bersama-sama terhadap kemampuan tendangan kegawang pemain SSB Adityawarman Kabupaten Dharmasraya.

F. Manfaat Penelitian

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

1. Untuk memenuhi salah satu syarat bagi peneliti untuk memperoleh gelar Sarjana (S.Pd) pada Jurusan Pendidikan Olahraga Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Sebagai perbandingan untuk melakukan penelitian dimasa yang akan datang.
3. Untuk menambah pengalaman penulis dalam bidang penelitian.
4. Sebagai bahan acuan bagi pelatih SSB Adityawarman Kabupaten Dharmasraya.
5. Sebagai bahan bacaan pada perpustakaan FIK dan Perpustakaan pusat UNP.
6. Dapat memberikan informasi serta menjadi sumbangan bagi ilmu pengetahuan dan bagi para peneliti.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah penulis uraikan pada bab terdahulu, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Koordinasi mata-kaki mempunyai hubungan yang signifikan dengan kemampuan tendangan ke gawang dimana $r_{hitung} 0,408 > r_{tabel} 0,404$ dan ditandai dengan $t_{hitung} 2,11 > t_{tabel} 2,064$, dengan kontribusi 16,65%.
2. Kekuatan otot tungkai mempunyai hubungan yang signifikan dengan kemampuan tendangan ke gawang dimana $r_{hitung} 0,41 > r_{tabel} 0,404$ dan ditandai dengan $t_{hitung} 2,11 > t_{tabel} 2,064$, dengan kontribusi 16,81%.
3. Terdapat hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara koordinasi mata-kaki dan kekuatan otot tungkai dengan kemampuan tendangan ke gawang, dimana $r_{hitung} 0,46 > r_{tabel} 0,404$ dan ditandai dengan hasil yang diperoleh yaitu $F_{hitung} 3,66 > F_{table} 3,47$, dengan kontribusi sebesar 21,16%.

B. Saran

Berdasarkan pada kesimpulan di atas, maka penulis dapat memberikan saran-saran sebagai berikut :

1. Untuk pemain SSB Adityawarman Kabupaten Dharmasraya agar dapat meningkatkan latihan tendangan ke gawang, karena tendangan ke gawang merupakan salah satu teknik yang sangat penting dalam bermain sepakbola.

2. Kepada pelatih diharapkan dapat memperhatikan segala kebutuhan pemain sepakbola untuk meningkatkan kemampuan tendangan ke gawang yang dimiliki pemain SSB Adityawarman Kabupaten Dharmasraya.
3. Bagi SSB Adityawarman Kabupaten Dharmasraya dengan cara melakukan latihan secara sistematis dan berkesinambungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrizal. 2004. *Permainan Sepakbola*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Arsil. 1999. *Pembinaan Kondisi Fisik*. Padang: FIK UNP
- . (2010). *Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Malang : Wineka Media.
- Arikunto, Suharsimi. 2004. *Manajemen penelitian*. Jakarta. Depdikbud
- Arwandi, Jhon. 1989. *Perbedaan kemajuan antara hasil latihan teknik kura-kura kaki dengan kaki bagian dalam terhadap ketepatan menendang kemulut gawang*. Padang; Fakultas Pendidikan Olahraga Kesehatan Institut Keguruan Ilmu Pendidikan Padang
- Coever, Weil. 1985. *Sepak bola pembinaan pemain ideal*. Jakarta; PT. Gramedia
- Depdikbud . 1989 . *Kamus besar bahasa Indonesia* . Jakarta: Balai pustaka
- Djezet, Zulfar. 1985. *Buku Pengajaran Sepak Bola*. Padang: FPOK IKIP
- Dwijowinoto , Kasyo. 1993. *Dasar Ilmiah Kepelatihan*. Semarang: IKIP Semarang
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologi Dalam Coaching*. Jakarta: Depdikbud, Dirjen Dikti P2LPTK
- <http://www.google.co.id/images=otot tungkai>
- Josep. A. Luxbacher. 2011. *Sepakbola*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- . 2004. *Sepakbola Langkah-langkah Menuju Sukses*. Jakarta: Raja Grapindo Persada
- Kementrian Negara pemuda dan olahraga Republik Indonesia . (2005) . *Panduan penetapan parameter tes pada pusat pendidikan dan pelatihan pelajar dan sekolah khusus olahragawan* . Jakarta: Asisten Deputi peningkatan prestasi dan IPTEK Olahraga kementrian Negara pemuda dan olahraga Republik Indonesia
- Kiram, Yanuar. 2002. *Belajar motorik*. Padang: FIK UNP
- M.Sajoto .1988. *Peningkatan dan Pembinaan kekuatan kondisi fisik* . Semarang: Dahara Prize