

**HUBUNGAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI, KOORDINASI MATA-KAKI DAN
KESEIMBANGAN TERHADAP KEMAMPUAN *SHOOTING*
PEMAIN SEPAKBOLA SMK CENDANA
KOTA PADANG PANJANG**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Kepelatihan sebagai salah satu
persyaratan Guna memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



**DED PUTRA
NIM. 14087093**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAAHRAGA
JURUSAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2019**

PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Kekuatan Otot Tungkai, Koordinasi Mata-kaki dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan *Shooting* Pemain Sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang

Nama : Ded Putra

NIM/ BP : 14087093/ 2014

Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

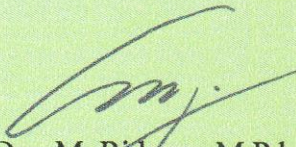
Jurusan : Kepelatihan

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Agustus 2019

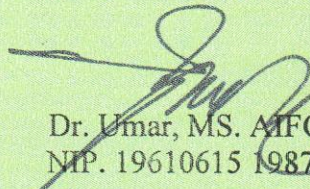
Disetujui oleh :

Pembimbing



Drs. M. Ridwan, M.Pd
NIP. 19600724 198602 1 001

Menyetujui
Ketua Jurusan Kepelatihan



Dr. Umar, MS. AIFO
NIP. 19610615 198703 1 003

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Ded Putra
NIM/ BP : 14087093/ 2014

Dinyatakan lulus setelah mempertahankan skripsi di depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan Kepelatihan
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
dengan judul

**Hubungan Kekuatan Otot Tungkai, Koordinasi Mata-Kaki dan Keseimbangan
Terhadap Kemampuan *Shooting* Pemain Sepakbola SMK Cendana Kota
Padang Panjang**

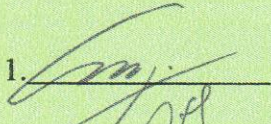
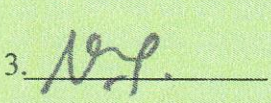
Padang, Agustus 2019

Tim Penguji

Nama

Tanda Tangan

1. Ketua : Drs. M. Ridwan, M.Pd
2. Anggota : Dr. Alex Aldha Yudi, M.Pd
3. Anggota : Naluri Denai, M.Pd

1. 
2. 
3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Hubungan Kekuatan Otot Tungkai, Koordinasi Mata-Kaki dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan *Shooting* Pemain Sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang” adalah hasil karya saya sendiri.
2. Karya tulisan ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau yang telah dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Mei 2019

Yang membuat pernyataan



Ded Putra
NIM. 14087093

ABSTRAK

Ded Putra. 2019. “Hubungan Kekuatan Otot Tungkai, Koordinasi Mata-Kaki dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan *Shooting* Pemain Sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang” *Skripsi*. Padang: Program Studi Pendidikan Kepalatihan Olahraga, Jurusan Kepelatihan, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Masalah dalam penelitian ini adalah kurangnya kemampuan *shooting* pemain sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang. Dengan variabel kekuatan otot tungkai, koordinasi mata-kaki, keseimbangan dan kemampuan *shooting*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kekuatan otot tungkai, koordinasi mata-kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan *shooting* pemain sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang

Jenis penelitian adalah korelasional. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh pemain sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang yang berjumlah 18 orang pemain. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah 18 orang pemain. Teknik pengambilan data yaitu : 1) Kekuatan otot tungkai dites dengan leg dynamometer, 2) Koordinasi mata-kaki dites dengan menendang bola kedinding sasaran, 3) Keseimbangan dite dengan *stork stand*, 4) Kemampuan *shooting* dites dengan menendang bola kegawang dengan pemberian petak penilaian. Data dianalisis dengan korelasi *product moment* dan korelasi ganda dengan taraf signifikan $\alpha = 0.05$.

Hasil analisis data diperoleh sebagai berikut : 1) Terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *shooting* pemain sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang, yang dibuktikan oleh nilai $r_{hitung} = 0,553 > r_{tabel} = 0,468$ dan $t_{hitung} 2,655 > t_{tabel} 1,746$, 2) Terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *shooting* pemain sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang, yang dibuktikan oleh nilai $r_{hitung} = 0,532 > r_{tabel} = 0,468$ dan $t_{hitung} 2,506 > t_{tabel} 1,746$., 3) Terdapat hubungan yang signifikan antara keseimbangan terhadap kemampuan *shooting* pemain sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang, yang dibuktikan oleh nilai $r_{hitung} = 0,524 > r_{tabel} = 0,468$ dan $t_{hitung} 2,471 > t_{tabel} 1,746$, 4) Terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai, koordinasi mata-kaki dan keseimbangan secara bersama-sama terhadap kemampuan *shooting* pemain sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang, yang dibuktikan oleh nilai $r_{hitung} = 0,691 > r_{tabel} = 0,468$ dan $F_{hitung} 4,264 > F_{tabel} 3,34$

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunian-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Kekuatan Otot Tungkai, Koordinasi Mata-Kaki dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan *Shooting* Pemain Sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang”**.

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

1. Kedua orang tua, Bapak (Munar), Ibu (Tini), yang telah banyak berkorban, baik moril maupun materil dalam penyusunan skripsi ini.
2. Bapak Prof. Ganefri, Ph.D, selaku Rektor Universitas Negeri Padang, yang telah menerima penulis di Fakultas Ilmu Keolahragaan
3. Bapak Dr. Zalfendi, M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan fasilitas, kesempatan pada peneliti dalam menyelesaikan perkuliahan.
4. Bapak Dr. Umar, MS.AIFO. Ketua Jurusan Keolahragaan yang telah memberi motivasi bagi peneliti, baik secara moril maupun penyelesaian administrasi.
5. Bapak Drs. M. Ridwan, M.Pd, pembimbing yang telah membimbing peneliti untuk dapat menyelesaikan skripsi ini
6. Bapak Dr. Alex Aldha Yudi, M.Pd . Bapak Naluri Denai, M.Pd, tim penguji yang telah memberikan masukan dan saran didalam menyusun skripsi ini.

7. Bapak dan Ibu staf dosen pengajar FIK UNP yang telah berbagi ilmu dan pengalaman kepada peneliti.
8. Kepala Sekolah SMK Cendana Kota Padang Panjang yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian.
9. Pelatih Sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian.
10. Pemain Sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang yang telah bekerjasama dalam pelaksanaan penelitian ini.
11. Rekan-rekan Kepelatihan BP 2014 seperjuangan yang turut memberikan dukungan dalam penulisan skripsi ini.

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga ALLAH SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi yang memerlukannya demi perkembangan ilmu pengetahuan.

Padang, Mei 2019

Peneliti

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. Perumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	9
1. Kemampuan <i>Shooting</i>	9
2. Kekkuatan Otot Tungkai.....	15
3. Koordinasi Mata-Kaki	19
4. Keseimbangan.....	25
B. Penelitian Yang Relevan	28
C. Kerangka Konseptual	28
D. Hipotesis	32
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	33
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	33
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	33
D. Populasi dan Sampel	35
E. Jenis dan Sumber Data.....	36

F. Teknik Pengumpulan Data.....	36
G. Instrumen Penelitian.....	37
H. Teknik Analisis Data.....	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	46
B. Pembahasan	55
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan.....	63
B. Saran-saran	64
DAFTAR RUJUKAN	65
LAMPIRAN.....	68

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Data <i>Shooting</i>	4
2. Norma Penilaian Kekuatan Otot Tungkai Laki-Laki	38
3. Norma Penilaian Tes Koordinasi Mata-Kaki dengan Skala Nilai Untuk 5 Kategori.....	40
4. Klasifikasi Keseimbangan Tubuh dengan <i>Stork Stand</i>	41
5. Norma Penilaian Tes Shooting dengan Skala Nilai Untuk 5 Kategori.....	43
6. Distribusi Frekuensi Kekuatan Otot Tungkai	46
7. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata-Kaki.....	47
8. Distribusi Frekuensi Keseimbangan	48
9. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan <i>Shooting</i>	49
10. Uji Normalitas Data Penelitian	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Cara Melakukan <i>Shooting</i>	12
2. Kerangka Konseptual.....	32
3. Tes <i>Leg Dynamometer</i>	38
4. Sasaran Tes Koordinasi Mata-Kaki	35
5. Tes Keseimbangan dengan <i>Stork Stand</i>	41
6. Tes <i>Shooting</i>	43
7. Histogram Kekuatan Otot Tungkai.....	47
8. Histogram Koordinasi Mata-Kaki.....	48
9. Histogram Keseimbangan	49
10. Histogram Kemampuan <i>Shooting</i>	48

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Tes Kekuatan Otot Tungkai.	68
2. Data Tes Koordinasi Mata-Kaki	69
3. Data tes Keseimbangan	70
4. Data tes Kemampuan Shooting.....	71
5. Rekap Data Penelitian.....	72
6. Uji Normalitas Data Penelitian dengan <i>Lillifors</i>	73
7. Uji Hipotesis Penelitian dengan Korelasi <i>Product Moment</i>	77
8. Tabel Nilai-nilai "r" <i>Product Moment</i>	86
9. Tabel Nilai-nilai Dalam Distribusi "t"	87
10. Tabel 95th Percentile of the "f" Distribution	88
11. Tabel Kurva Normal	89
12. Nilai Kritis untuk Uji Lilliefors.	90
13. Dokumentasi Penelitian	91
14. Surat Izin Penelitian.....	95

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Peningkatan prestasi olahraga merupakan tugas penting bagi semua masyarakat. Pentingnya peningkatan prestasi olahraga tersebut telah mendapat respon dari pemerintah. Keseriusan pemerintah tentang peningkatan prestasi olahraga tersebut telah terbukti dengan di buatnya suatu undang-undang tentang olahraga. Undang-undang tersebut adalah Undang-Undang RI No.3 Tahun 2005 pasal 1 tentang sistem keolahragaan nasional, yang menyatakan bahwa

“Sistem keolahragaan nasional adalah keseluruhan aspek keolahragaan yang saling terkait secara terencana, sistematis, terpadu, dan berkelanjutan sebagai satu kesatuan yang meliputi pengaturan pendidikan, pelatihan, pengelolaan, pembinaan, pengembangan dan pengawasan untuk mencapai tujuan keolahragaan nasional”.

Berdasarkan kutipan di atas, dengan terbentuknya Undang-Undang olahraga tersebut, sudah seharusnya semua cabang olahraga mendapat perhatian dari setiap kalangan, seperti adanya pembinaan yang terstruktur dari semua pihak dimulai dari jenjang pendidikan sampai ke pembinaan olahraga dari masing-masing sekolah dan klub olahraga. Dalam kajian ini peneliti melihat bagaimana pelaksanaan pembinaan olahraga di jenjang awal yaitu jenjang pendidikan. Pembinaan prestasi olahraga di sekolah dapat dilaksanakan pada kegiatan ekstrakurikuler. Salah satu cabang olahraga yang terus dibina dan dikembangkan di sekolah adalah sepakbola.

Menurut Muhajir (2006:1) “Sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak bola, dengan tujuan untuk memasukan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang tersebut agar tidak kemasukan bola. Didalam memainkan bola, setiap pemain diperbolehkan menggunakan seluruh anggota badan kecuali tangan”.

Dengan demikian permainan sepakbola memerlukan dasar kerjasama antara sesama anggota regu, sebagai salah satu ciri khas dari permainan sepakbola. Untuk bisa bermain sepakbola dengan baik pemain harus menguasai teknik-teknik dasar sepakbola serta di tunjang kondisi fisik yang baik. Pemain yang memiliki teknik yang baik serta kondisi fisik yang baik maka pemain tersebut cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula. Hal ini senada dengan pendapat M. Sajoto yang dikutip oleh Haryoko (2017:1) mengatakan bahwa : “ Kemampuan fisik yang baik untuk menunjang keterampilan bermain sepakbola”. Salah satu kemampuan teknik yang terpenting dalam sepakbola adalah teknik menendang bola ke gawang atau lebih dikenal dengan *shooting*.

Shooting merupakan salah satu teknik dasar bermain sepakbola. *Shooting* merupakan suatu usaha untuk memindahkan bola dari suatu tempat ke tempat lain dengan menggunakan kaki atau bagian kaki. Menurut FIFA yang dikutip oleh Anggi (2017:2) “*Shooting* adalah tindakan dengan tujuan untuk memasukan bola ke gawang lawan”. Hal ini menuntut seorang pemain untuk memiliki kemampuan *shooting* yang baik, karena *shooting* merupakan puncak dari suatu serangan yang merupakan inti dari permainan sepakbola.

Dengan demikian untuk dapat melakukan *shooting* dengan baik banyak faktor yang mempengaruhinya diantaranya kondisi fisik yang meliputi, kekuatan otot tungkai, koordinasi mata-kaki, keseimbangan, kelentukan, daya ledak otot tungkai serta perkenaan bola pada kaki.

SMK Cendana Kota Padang Panjang merupakan salah satu Sekolah yang telah melakukan pembinaan olahraga sepakbola, yang dilaksanakan dalam kegiatan ekstrakurikuler sepakbola yang bertujuan untuk mengembangkan bakat siswa dalam cabang olahraga sepakbola, sehingga nantinya diharapkan mereka dapat mengembangkan bakat dan minat serta dapat berprestasi. Latihan sepakbola ini dilaksanakan tiga kali dalam satu minggu.

Dari hasil observasi yang penulis lakukan di lapangan pada saat latihan dan permainan pada tanggal 16 Februari 2019, sewaktu pemain melakukan *shooting* pada saat bola bergerak, bola yang *shooting* tersebut sering tidak tepat sasaran, sehingga bola jatuh disasaran yang tidak diinginkan, seperti tinggi di atas gawang, kadang-kadang melenceng ke samping kiri dan kanan gawang, begitu juga pada saat melakukan *shooting* bola tidak bergerak, seperti melakukan *shooting freekick*, *goalkick* dan *penalty*, *shooting* yang dilakukan juga tidak masuk ke gawang lawan. *Shooting* yang dilakukan tidak keras dan kuat sehingga mudah ditangkap penjaga gawang. Dari hasil survei pertandingan antara SMK Cendana dengan SMA Negeri 1 Padang Panjang pada tanggal 15 Maret 2019, penulis melihat hasil *shooting* yang dilakukan pemain banyak yang tidak akurat. Untuk jelasnya dapat dilihat pada tabel 1

Tabel 1. Data Shooting

No	SMK Cendana	Shooting Babak I	Shooting Babak II	Jumlah Shooting
1	<i>On Target</i>	III III	III III II	20 X
2	<i>Out Target</i>	III III II	III III III	27 X
3	Hasil Gol	1	1	2

Sumber : Hasil Survei di Lapangan tanggal 15 Maret 2019

Penulis berpraduga kurangnya kemampuan *shooting* yang dilakukan oleh pemain sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang disebabkan oleh : 1) Kekuatan otot tungkai, 2) Koordinasi mata-kaki dan 3) Keseimbangan yang belum baik.

Kekuatan otot tungkai sangat menentukan dalam melakukan *shooting*, karena dalam sepakbola sering sekali melakukan tendangan, baik tendangan jarak jauh maupun tendangan ke arah gawang, agar pemain mampu melakukan tendangan keras dan kuat dalam waktu permainan yang lama. Dalam sepakbola kemampuan Koordinasi mata kaki terjadi ketika mengatur peranaktif kaki dan mata dalam melakukan serangkaian gerakan teknik

Dalam sepakbola terutama pada saat melakukan *shooting*, koordinasi yang sangat berperan penting adalah koordinasi mata-kaki. Karena tanpa adanya koordinasi mata-kaki yang yang tentu sulit untuk melakukan *shooting* yang akurat ke gawang, karena bola yang ditendang tidak terarah ke sasaran yang diinginkan.

Keseimbangan tubuh memiliki peran penting saat melakukan *shooting* dalam permainan sepakbola. Keseimbangan merupakan unsur fisik yang diperlukan dalam semua cabang olahraga. Karena, selama melakukan gerak-gerak yang cepat, dengan perubahan letak titik-titik berat badan yang cepat

pula, baik dalam keadaan statis maupun dinamis. Pada saat melakukan *shooting* dalam kondisi berlari badan tidak seimbang karena dilakukan dengan satu kaki tumpuan dan menahan semua anggota tubuh maka sangat diperlukan keseimbangan tubuh yang maksimal agar *shooting* yang dilakukan pas pada sasaran yang diinginkan.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mendapatkan data dan informasi yang sebenarnya mengenai hubungan kekuatan otot tungkai, koordinasi mata-kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan *shooting* pemain sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, banyak faktor yang berkemungkinan faktor yang mempengaruhi kemampuan *shooting*. Adapun faktor-faktor yang dapat diidentifikasi sebagai berikut : 1) Kondisi fisik, 2) Kekuatan otot tungkai, 3) Koordinasi mata-kaki, 4) Keseimbangan, Untuk itu perlu dilakukan analisis terhadap faktor-faktor penyebab tersebut di atas.

1. Kondisi fisik

Seseorang untuk dapat menguasai teknik yang baik dapat dilakukan apabila ditunjang oleh kondisi fisik yang baik. Komponen kondisi fisik merupakan syarat penting yang harus dimiliki oleh setiap pemain sepakbola.

2. Kekuatan otot tungkai

Kekuatan otot tungkai tentunya sangat menentukan dalam melakukan *shooting*, karena dalam sepakbola sering sekali melakukan

shooting, agar pemain mampu melakukan *shooting* keras dan kuat dalam waktu permainan yang lama tentunya didukung oleh kekuatan otot tungkai yang baik.

3. Koordinasi mata-kaki

Dalam sepakbola terutama pada saat melakukan *shooting*, koordinasi yang sangat berperan penting adalah koordinasi mata-kaki. Karena tanpa adanya koordinasi mata-kaki yang tentu sulit untuk melakukan *shooting* yang akurat ke gawang, karena bola yang ditendang tidak terarah ke sasaran yang diinginkan.

4. Keseimbangan

Keseimbangan dalam permainan sepakbola diperlukan dalam pelaksanaan gerakan yang berlangsung cepat, misalnya, melakukan *shooting* dalam keadaan berlari. Tanpa adanya keseimbangan tentunya pemain kesulitan dalam melakukan *shooting* dengan akurat.

5. Kemampuan *shooting*

Kemampuan *shooting* merupakan salah satu unsur yang sangat penting untuk meraih kemenangan dalam sepakbola, sebab tujuan utama *shooting* adalah memasukan bola ke dalam gawang lawan. Dalam sepakbola mencetak gol merupakan tugas yang paling sulit dilakukan oleh pemain.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah, maka perlu adanya batasan, maka penulis membatasi masalah pada :

1. Kekuatan otot tungkai pemain sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang.
2. Koordinasi mata-kaki pemain sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang.
3. Keseimbangan pemain sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang.
4. Kemampaun *shooting* pemain sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut :

1. Apakah terdapat hubungan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *shooting* pemain sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang ?
2. Apakah terdapat hubungan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *shooting* pemain sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang ?
3. Apakah terdapat hubungan keseimbangan terhadap kemampuan *shooting* pemain sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang ?
4. Apakah terdapat hubungan kekuatan otot tungkai, koordinasi mata-kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan *shooting* pemain sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang ?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Hubungan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *shooting* pemain sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang.

2. Hubungan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *shooting* pemain sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang.
3. Hubungan keseimbangan terhadap kemampuan *shooting* pemain sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang
4. Hubungan kekuatan otot tungkai, koordinasi mata-kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan *shooting* pemain sepakbola SMK Cendana Kota Padang Panjang.

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan tujuan dalam penelitian ini, maka penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi :

1. Penulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) di Jurusan Kepeleatihan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Pihak sekolah, sebagai bahan masukan dalam meningkatkan pembinaan olahraga prestasi dalam kegiatan ekstrakurikuler di sekolah.
3. Pelatih, sebagai bahan pertimbangan dalam membuat program latihan untuk meningkatkan hasil kemampuan *shooting*.
4. Pemain, sebagai masukan dalam meningkatkan latihan kekuatan otot tungkai, koordinasi mata-kaki, keseimbangan dan kemampuan *shooting*.
5. Kampus, sebagai bahan bacaan di perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
6. Penelitian ini selanjutnya, untuk di jadikan referensi dan informasi untuk melakukan penelitian