

**“KONTRIBUSI DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN
KOORDINASI MATA-KAKI TERHADAP KETEPATAN
SHOOTING ATLET SEPAKBOLA CLUB LENGAYANG FC
KABUPATEN PESISIR SELATAN”**

SKRIPSI

*Diajukan sebagai salah satu persyaratan untuk
memperoleh gelar serjana strata satu (S1)*



OLEH :
WANDRI LIFAL JANDRI
18811/2010

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2015**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

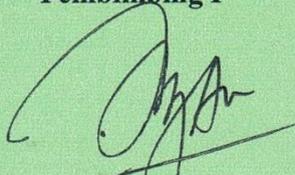
**KONTRIBUSI DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KOORDINASI
MATA-KAKI TERHADAP KETEPATAN *SHOOTING* ATLET
SEPAKBOLA CLUB LENGAYANG FC KABUPATEN PESISIR
SELATAN**

Nama : Wandri Lifal Jandri
NIM/BP : 18811/2010
Program studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan : Kepelatihan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2015

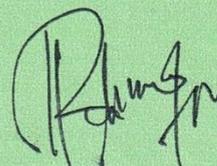
Disetujui oleh :

Pembimbing I



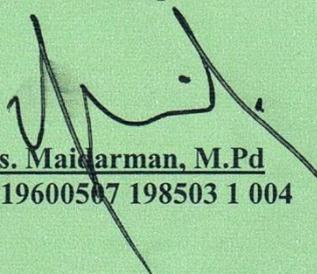
Drs. Aryadie Adnan, M.Si
NIP.19581020 198403 1 003

Pembimbing II



Roma Irawan, S.Pd, M.Pd
NIP.195810726200604 1 002

**Mengetahui,
Ketua Jurusan Kepelatihan**



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

HALAMAN PENGESAHAN

**Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Ilmu
Keolahragaan Universitas Negeri Padang**

Judul : Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata –Kaki terhadap Ketepatan *Shooting* Atlet Sepakbola Club Lengayang FC Kabupaten Pesisir Selatan

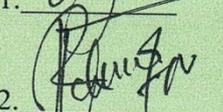
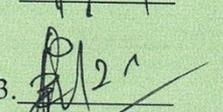
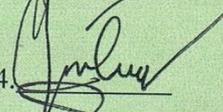
Nama : Wandri Lifal Jandri
Nim/Bp : 18811/2010
Program Studi : Pendidikan Keperawatan Olahraga
Jurusan : Keperawatan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2015

Tim Penguji

1. Ketua : Drs. Aryadie Adnan, M.Si
2. Sekretaris : Roma Irawan, S.Pd, M.Pd
3. Anggota : Prof. Dr. Eri Barlian, M.Si
4. Anggota : Dr. Ishak Aziz, M.Si
5. Anggota : Drs. Zalfendi, M.Kes

Tanda Tangan

1. 
2. 
3. 
4. 
5. 

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Kontribusi daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap ketepatan shooting atlet sepakbola club Lengayang FC Kabupaten Pesisir Selatan”. Adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis 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 di tulis atau di publikasikan orang lain kecuali secara tertulis dengan jelas di cantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan di cantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini saya bersedia menerima sanksi akademiik berupa pencabutan gelar yang telah di peroleh karna karya tulis ini , serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Agustus 2015

Yang menyatakan



Wandri Lifal Jandri

ABSTRAK

Wandri Lifal Jandri : **Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Ketepatan Shooting Atlet Sepakbola Club Lengayang FC.**

Masalah penelitian ini adalah rendahnya ketepatan shooting Atlet Sepakbola Club Lengayang FC diduga disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya Daya Ledak Otot Tungkai dan koordinasi mata kaki. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi mata kaki secara bersama-sama terhadap ketepatan *shooting* Atlet Sepakbola Club Lengayang FC. Penelitian ini merupakan jenis penelitian *korelasional*.

Populasi penelitian ini adalah Atlet Sepakbola Club Lengayang FC yang masih aktif berlatih sebanyak 27 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* sehingga sampel pada penelitian ini berjumlah 27 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan cara mengukur variabel Daya Ledak Otot Tungkai dengan instrumen Tes *Standing Board Jump Test*, Koordinasi mata kaki dengan Tes Koordinasi mata kaki dan variabel Ketepatan *Shooting* digunakan tes *shooting at the ball*. Hasil data dan pengujian hipotesis penelitian menggunakan teknik analisis korelasi ganda digunakan metoda *doolittle* dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

Dari penelitian tersebut diperoleh hasil sebagai berikut : 1. Daya Ledak Otot Tungkai memberikan kontribusi sebesar 21,6% terhadap Ketepatan *shooting* Atlet Sepakbola Club Lengayang FC. 2. Koordinasi mata kaki memberikan kontribusi sebesar 8,7% terhadap Ketepatan *shooting* Atlet Sepakbola Club Lengayang FC. 3. Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi mata kaki memberikan kontribusi secara bersamaan sebesar 30,35% terhadap Ketepatan *shooting* Atlet Sepakbola Club Lengayang FC.

KATA PENGANTAR



Puji syukur peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT, Tuhan semesta alam yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **”Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Ketepatan *Shooting Club* Sepakbola Lengayang FC Kabupaten Pesisir Selatan ”**. Skripsi ini dibuat untuk memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP).

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

1. Bapak Drs. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan.
2. Bapak Drs. Maidarman, M.Pd sebagai Ketua Jurusan Kepelatihan Olahraga.
3. Bapak Drs. Aryadie Adnan, M.Si selaku Penasehat Akademik sekaligus pembimbing I dan Bapak Roma Irawan, S.Pd, M.Pd selaku Pembimbing II yang telah menyediakan waktu, tenaga, pikiran dan kesabaran untuk membimbing peneliti selama dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak/Ibu Staf Pengajar di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan bimbingan serta ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan.

5. Orang tua yang sangat berarti dalam hidup peneliti, Ayahandaku. dan Ibundaku yang telah mencurahkan kasih sayang dan dorongan kepadaku, serta keluarga besar yang selalu berdoa memberikan bantuan moril dan materil selama peneliti dalam pendidikan.
6. Rekan-rekan mahasiswa seperjuangan khusus Jurusan Kepelatihan yang selalu bersama saat menimba ilmu di Universitas Negeri Padang.
7. Seluruh rekan-rekan mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Semoga bantuan, bimbingan dan arahan serta dorongan yang telah diberikan kepada peneliti mendapat pahala dan balasan dari Allah SWT. Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga hasil penelitian ini nantinya bermanfaat bagi kita semua. Akhir kata peneliti ucapkan terima kasih.

Padang, Juli 2015

Peneliti

Wandri LIfal Jandri

DAFTAR ISI

| | |
|---|-------------|
| 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 | 6 |
| C. Pembatasan Masalah | 7 |
| D. Perumusan Masalah | 7 |
| E. Tujuan Penelitian | 8 |
| F. Kegunaan Penelitian..... | 8 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | |
| A. Kajian Teori | |
| 1. Pengertian Sepakbola | 10 |
| 2. Pengertian Shooting..... | 12 |
| 3. Pengertian Daya Ledak Otot Tungkai | 18 |
| 4. Pengertian Koordinasi Mata Kaki..... | 22 |
| B. Kerangka Konseptual | 29 |
| C. Hipotesis | 30 |
| BAB III METODE PENELITIAN | |
| A. Jenis Penelitian | 33 |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian..... | 33 |

| | |
|----------------------------------|----|
| C. Populasi dan Sampel..... | 33 |
| D. Definisi Operasional..... | 35 |
| E. Jenis dan Sumber Data..... | 36 |
| F. Instrumen Penelitian | 37 |
| G. Teknik Pengumpulan Data | 37 |
| H. Tenaga Pembantu | 42 |
| I. Teknik Analisis Data..... | 43 |

BAB 1V HASIL PENELITIAN

| | |
|------------------------------------|----|
| A. Deskriptif Data | 45 |
| 1. Daya Ledak Otot Tungkai | 45 |
| 2. Koordinasi Mata kaki..... | 46 |
| 3. Ketepatan <i>Shooting</i> | 48 |
| B. Teknik Analisis Data | 49 |
| 1. Uji Normalitas | 49 |
| 2. Pengujian Hipotesis | 51 |
| C. Pembahasan | 51 |

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

| | |
|---------------------|----|
| A. Kesimpulan | 61 |
| B. Saran | 61 |

| | |
|-----------------------------|-----------|
| DAFTAR PUSTAKA | 64 |
|-----------------------------|-----------|

| | |
|-----------------------|-----------|
| LAMPIRAN | 66 |
|-----------------------|-----------|

| | |
|--------------------------|-----------|
| DOKUMENTASI | 76 |
|--------------------------|-----------|

DAFTAR GAMBAR

| | |
|--|----|
| Gambar 1 Bagan Kerangka Konseptual..... | 31 |
| Gambar 2 Tes <i>Standing Broad Jump</i> | 38 |
| Gambar 3 Tes Sasaran Koordinasi Mata Kaki..... | 40 |
| Gambar 4 Tes Sepak Sasaran..... | 41 |
| Gambar 5 Histogram Daya ledak otot tungkai..... | 46 |
| Gambar 6 Histogram Koordinasi Mata Kaki..... | 48 |
| Gambar 7 Histogram Ketepatan <i>Shooting</i> | 49 |

DAFTAR TABEL

Tabel

| | |
|--|----|
| 1. Jumlah Populasi Dan Sampel Penelitian | 34 |
| 2. Jumlah Tenaga Pembantu | 43 |
| 3. Distribusi Frekuensi Daya ledak otot tungkai(X_2)..... | 45 |
| 4. Distribusi Frekuensi Koordinasi mata kaki (X_3) | 47 |
| 5. Distribusi Frekuensi Ketepatan <i>shooting</i> (X_1) | 48 |
| 6. Rangkuman uji normalitas sebaran data dengan uji <i>lilliefors</i> | 50 |
| 7. Rangkuman Hasil Analisis Korelasi Kontribusi daya ledak otot tungkai(X_2) terhadap ketepatan <i>shooting</i> (X_1) atlet sepak bola Club Lengayang FC | 51 |
| 8. Rangkuman Hasil Analisis Korelasi Kontribusi Koordinasi Mata Kaki (X_3) Terhadap Ketepatan <i>Shooting</i> (X_1) Atlet Sepak Bola Club Lengayang FC | 53 |
| 9. Penghitungan Korelasi Ganda Doolittle | 54 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|--|----|
| 1. Data Mentah Daya Ledak Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Ketepatan <i>Shooting</i> | 65 |
| 2. Uji Normalitas Data Daya Ledak Otot Tungkai (X_1) | 66 |
| 3. Uji Normalitas Koordinasi Mata Kaki (X_2) | 67 |
| 4. Uji Normalitas Ketepatan <i>Shooting</i> (Y) | 68 |
| 5. Perhitungan Koefisien Korelasi Sederhana..... | 69 |
| 6. Penghitungan Korelasi Ganda Doolittle..... | 71 |
| 7. Korelasi Ganda Metode Doolittle dengan 3 Variabel Bebas dan 1 Variabel Terikat | 73 |

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang masalah

Olahraga adalah kegiatan bermanfaat untuk meningkatkan kesegaran jasmani. Olahraga tidak hanya dijadikan sarana untuk rekreasi tetapi olahraga juga bertujuan untuk suatu prestasi, yang dilakukan secara individu maupun dengan cara kelompok. Pencapaian prestasi olahraga merupakan alasan yang tepat untuk menunjang pembangunan di bidang olahraga, terutama dalam pengadaan sarana dan prasarana olahraga. Dalam Undang-Undang nomor 3 tahun 2005 BAB II Pasal 4 tentang tujuan keolahragaan nasional yang berbunyi:

” keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa (2007 : 6)”.

Dalam rangka meningkatkan olahraga sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia, maka kegiatan olahraga yang dilakukan tidak hanya sekedar memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat agar masyarakat Indonesia selalu memiliki jiwa dan raga yang sehat dan segar jasmani. Olahraga juga dilaksanakan untuk menghasilkan suatu prestasi yang bertujuan untuk memperoleh penghargaan dan mengharumkan nama bangsa baik secara nasional maupun internasional. Dimana untuk menghasilkan prestasi tersebut seorang atlet atau olahragawan

harus berlatih dan bertanding agar bisa mencapai suatu prestasi yang maksimal.

Salah satu olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat adalah olahraga sepakbola. Saat ini perkembangan sepakbola di Indonesia sangat pesat. Dipenjuru kota sampai ke pelosok desa, sangatlah mudah menemukan orang yang bermain sepakbola. Dan seiring perkembangannya, sepakbola di Indonesia tidak hanya sebagai olahraga masyarakat, tetapi merupakan olahraga yang sangat diprioritaskan untuk berprestasi tinggi. Hal ini dapat dilihat dengan banyaknya sekolah-sekolah sepakbola dan klub-klub yang melakukan pembinaan secara rutin.

Untuk menjadi pemain sepakbola yang berprestasi harus memperhatikan teknik dan mekanika sepakbola yang dilakukan secara benar yang juga dipengaruhi oleh mental, kematangan jiwa dan fisik. Untuk menjadi pemain sepakbola yang berprestasi harus ditunjang oleh kesegaran fisik, antara lain kekuatan (*strength*), kecepatan (*speed*), daya tahan (*endurance*), daya otot (*muscular power*), kelenturan (*fleksibilitas*), koordinasi (*coordinate*), kelincahan (*agility*), keseimbangan (*balance*), ketepatan (*accuracy*), reaksi (*reaction*).

Sepakbola merupakan permainan yang dilakukan oleh dua tim yang masing-masing beranggotakan sebelas pemain. Dimana permainan ini bertujuan untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan serta menjaga gawang sendiri agar tidak kemasukan bola dari lawan. Oleh sebab itu para pemain harus menguasai beberapa teknik dasar yang sangat dibutuhkan

dalam permainan sepakbola antara lain : menembak (*shooting*), menendang (*kicking*), menghentikan bola (*stopping/control*), menggiring (*dribbling*), menyundul bola (*heading*), teknik melempar bola (*throw-in*), mengumpan (*passing*), dan teknik menangkap bola (bagi penjaga gawang).

Tujuan permainan sepakbola adalah melakukan *shooting* ke gawang untuk mencetak gol sebanyak mungkin, seseorang pemain harus menguasai keterampilan dasar menendang bola dengan selanjutnya mengembangkan sederatan teknik *shooting* yang memungkinkannya untuk melakukan tendangan *shooting* dan mencetak gol dari berbagai posisi di lapangan.

Berorientasi pada berbagai macam teknik dasar yang digunakan dalam permainan sepak bola, *shooting* merupakan keterampilan yang paling penting dalam sepakbola dibandingkan dengan teknik lainnya, dimana dalam pertandingan, *shooting* merupakan salah satu cara memasukkan bola ke gawang lawan untuk memperoleh kemenangan. Teknik *shooting* itu meliputi teknik *shooting* dasar yaitu *shooting* dengan kaki bagian dalam, *shooting* dengan kura-kura bagian dalam, *shooting* dengan kura-kura bagian luar, *shooting* dengan kura-kura bagian atas. Keempat teknik *shooting* ini merupakan dasar dari seluruh teknik *shooting* dalam sepakbola, dimana seluruh teknik *shooting* yang ada dalam sepakbola dikembangkan dari ke empat teknik *shooting* tersebut baik itu dengan cara mengkombinasikan antara dua atau tiga teknik *shooting* atau hanya merupakan variasi dari satu teknik *shooting* saja.

Untuk dapat melakukan *shooting* dengan baik maka seorang atlet harus memiliki kondisi fisik yang baik pula, diantaranya kekuatan otot tungkai, kelentukan pinggang, daya ledak otot tungkai, dan koordinasi mata-kaki. Aspek daya ledak otot tungkai yang dikoordinasikan dengan mata-kaki sebagai upaya persiapan pelaksanaan tendangan, dimana koordinasi mata-kaki akan memberikan pengaruh yang berarti. Kedua aspek tersebut merupakan satu kesatuan gerak yang penting dalam menunjang pelaksanaan teknik *shooting*, sehingga mampu menghasilkan unjuk kerja yang optimal.

Koordinasi merupakan kerja sama sistem persyarafan pusat sebagai sistem yang telah diselaraskan oleh proses rangsangan dan hambatan serta otot rangka pada waktu jalanya suatu gerakan secara terarah. Dalam melakukan *shooting* unsur koordinasi ini sangat di perlukan agar bisa menyeimbangi ketika melakukan *shooting*. Agar dapat memenuhi kebutuhan atlit pada saat bergerak leluasa melakukan *shooting* dengan berpindah-pindah tepat cepat di butuhkan latihan pada unsur kondisi fisik yaitu koordinasi yang dapat memberikan pengaruh yang berarti.

Disamping itu ketepatan *shooting* bola ke gawang, koordinasi mata kaki juga menjadi perhatian pemain untuk melakukan *shooting* bola dengan baik. Koordinasi adalah kemampuan untuk menyelesaikan tugas-tugas secara tepat dan terarah yang di tentukan oleh proses pengendalian dan pengaturan gerak serta kerja sama sistem syaraf pusat. Apabila pemain sepakbola memiliki koordinasi dengan baik, diduga dapat membantu dalam peningkatan kemampuan ketepatan *shooting*. Sebaliknya, apabila koordinasi yang dimiliki

tidak baik, diduga akan mempengaruhi kemampuan ketepatan *shooting* pemain dan dikhawatirkan akan lebih memperburuk keadaan kualitas ketepatan *shooting* pemain, sehingga ide pemain sepakbola tidak dapat terlaksana.

Sedangkan daya ledak merupakan salah satu komponen *biomotorik* yang penting dalam kegiatan olahraga, karena daya ledak menentukan seberapa keras orang dapat memukul, seberapa jauh melempar, seberapa tinggi melempar, seberapa tinggi melompat, seberapa berlari dan sebagainya. Daya ledak sangat berkaitan dengan daya (*power*), menurut Annarino dalam Arsil (2000 : 72) daya atau (*power*) adalah "berhubungan dengan kekuatan dan kecepatan kontraksi otot dinamika dan eksplosif dan melibatkan pengeluaran kekuatan otot maksimum dalam suatu durasi waktu pendek".

Club Lengayang FC Kabupaten Pesisir Selatan merupakan salah satu club sepakbola yang terdapat di Kabupaten Pesisir Selatan, yang sering mengikuti berbagai uji coba dan pertandingan sepakbola. Oleh sebab itu baik pelatih maupun para pemain berusaha untuk meningkatkan prestasi dengan menjalani latihan yang rutin. Namun berdasarkan pemantauan peneliti dilapangan, Club Lengayang FC Kabupaten Pesisir Selatan masih belum bisa memimpin berbagai pertandingan yang diikuti. Club ini belum pernah menjadi juara dalam berbagai pertandingan, salah satu penyebab rendahnya prestasi itu antara lain masih banyak terlihat kesalahan – kesalahan yang dilakukan atlet disaat berada di depan gawang lawan. Para atlet sering gagal dalam menyelesaikan serangan terutama terhadap *shooting* ke gawang. Selain itu

para atlet apabila melakukan *shooting* kegawang masih kurang kuat dan tidak terarah.

Sedangkan ide dalam permainan sepakbola menurut Djezed (1985:8) adalah berusaha untuk memasukkan bola sebanyak mungkin ke gawang lawan dan berusaha menghindari kemasukan bola dari serangan lawan sebanyak mungkin. Jika hal ini dibiarkan maka prestasi maksimal yang diharapkan akan sulit untuk diraih. Bertolak dari permasalahan di atas penting sekali bagi club Lengayang FC Kabupaten Pesisir Selatan untuk mengetahui sejauh mana daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki yang dimiliki mampu memberikan kontribusi terhadap kemampuan *heading* yang akan dihasilkan.

Oleh sebab itu perlu diketahui faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan *shooting* para atlet Lengayang FC Kabupaten Pesisir Selatan. Untuk itu penulis bertujuan untuk melakukan penelitian yang berjudul kontribusi daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap ketepatan *shooting* di club Lengayang FC Kabupaten Pesisir Selatan.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pada latar belakang masalah yang telah penulis paparkan diatas, maka dapat diajukan beberapa permasalahan, yaitu sebagai berikut :

1. Apakah masalah pelatih yang kurang berpengalaman dalam melatih?
2. Apakah masalah program latihan yang menyebabkan rendahnya ketepatan *shooting* atlet sepakbola club Lengayang FC Kabupaten Pesisir Selatan?

3. Apakah tingkat kondisi fisik atlet yang menyebabkan rendahnya ketepatan *shooting* atlet sepakbola club Lengayang FC Kabupaten Pesisir Selatan?
4. Apakah masalah teknik yang mempengaruhi rendahnya ketepatan *shooting* atlet sepakbola club Lengayang FC Kabupaten Pesisir Selatan?
5. Apakah kurangnya daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-kaki yang mempengaruhi rendahnya ketepatan *shooting* atlet sepakbola club Lengayang FC Kabupaten Pesisir Selatan?

C. Pembatasan Masalah

Dengan banyaknya variabel yang berkaitan dengan kemampuan *shooting* dan untuk lebih fokusnya penelitian ini, maka peneliti membatasi penelitian ini pada “ **Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Ketepatan *Shooting* Atlet Sepakbola club Lengayang FC Kabupaten Pesisir Selatan**”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan batasan masalah, maka dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah terdapat kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* atlet sepakbola club Lengayang FC Kabupaten Pesisir Selatan?

2. Apakah terdapat kontribusi koordinasi mata-kaki terhadap ketepatan *shooting* atlet sepakbola club Lengayang FC Kabupaten Pesisir Selatan?
3. Apakah terdapat kontribusi antara daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap ketepatan *shooting* atlet sepakbola club Lengayang FC Kabupaten Pesisir Selatan?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot tungkai dengan ketepatan *shooting* atlet sepakbola club Lengayang FC Kabupaten Pesisir Selatan.
2. Untuk mengetahui seberapa besar koordinasi mata-kaki memberikan kontribusi terhadap ketepatan *shooting* atlet sepakbola club Lengayang FC Kabupaten Pesisir Selatan.
3. Untuk mengetahui kontribusi antara daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama memberikan kontribusi terhadap ketepatan *shooting* atlet sepakbola club Lengayang FC Kabupaten Pesisir Selatan.

F. Kegunaan Penelitian

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

1. Untuk memenuhi salah satu syarat bagi penulis untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Sebagai bahan acuan bagi pelatih/pembina olahraga yang akan melatih di club sepakbola Lengayang FC Kabupaten Pesisir Selatan.
3. Sebagai bahan bacaan pada Perpustakaan Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Pustaka Pusat Universitas Negeri Padang.
4. Sebagai pedoman bagi pelatih untuk meningkatkan kondisi fisik dan ketepatan *shooting* atlet sepakbola club Lengayang FC Kabupaten Pesisir Selatan.