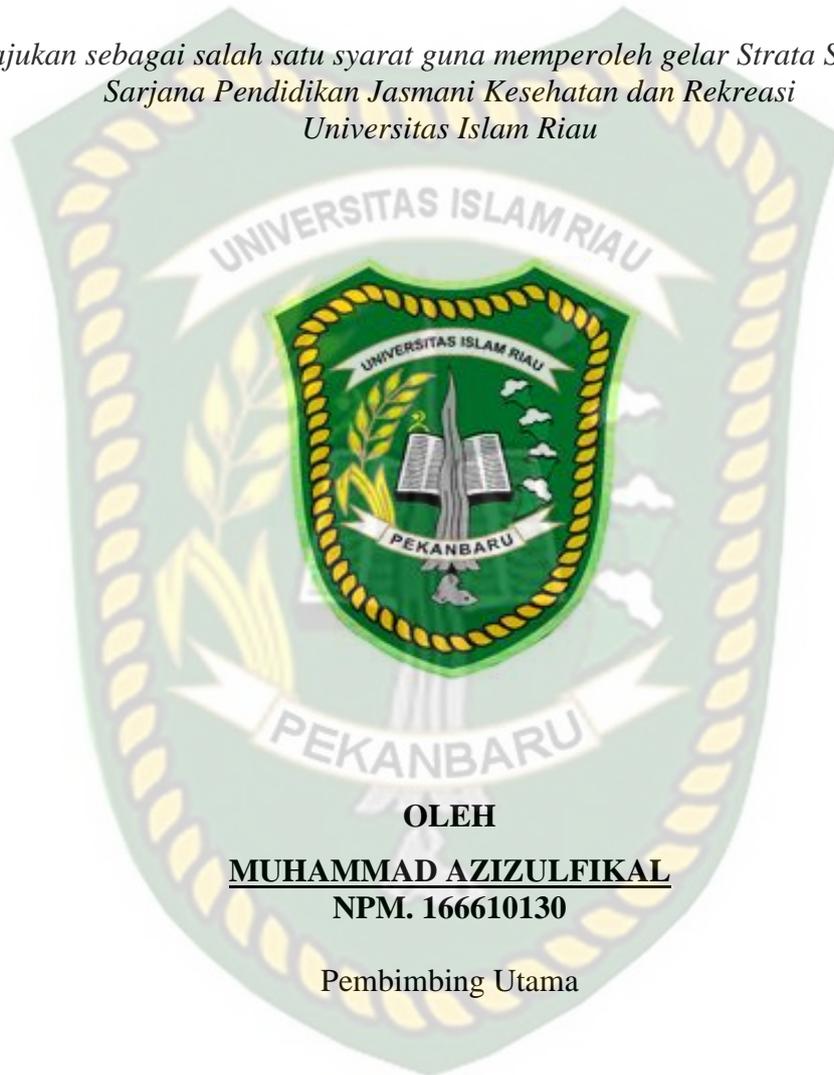


**KONTRIBUSI *POWER* OTOT TUNGKAI DAN KOORDINASI MATA DAN KAKI  
TERHADAP *PASSING* DAN *STOPPING* SEPAKBOLA PADA PEMAIN  
KLUB BINTANG TIMUR FC BENGKALIS**

**SKRIPSI**

*Diajukan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Strata Satu (S1)  
Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Universitas Islam Riau*



**OLEH**

**MUHAMMAD AZIZULFIKAL**

**NPM. 166610130**

Pembimbing Utama

**Dr. Oki Candra, M.Pd**

NIDN. 1001108803

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS ISLAM RIAU  
PEKANBARU  
2021**

## PENGESAHAN SKRIPSI

### KONTRIBUSI *POWER* OTOT TUNGKAI DAN KOORDINASI MATA DAN KAKI TERHADAP *PASSING* DAN *STOPPING* SEPAKBOLA PADA PEMAIN KLUB BINTANG TIMUR FC BENGKALIS

Dipersiapkan oleh :

Nama : Muhammad Azizulfikal  
NPM : 166610130  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Pembimbing Utama

**Dr. Oki Candra, M.Pd**

NIDN. 1001108803

**Mengetahui**

**Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**

**Leni Apriani, S.Pd., M.Pd**

NIDN. 1005048901

Skripsi ini Telah Diterima Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau

Wakil Dekan Bidang Akademik

**Dr. Sri Amnah, S.Pd., M.Si**

NIDN. 0007107005

## PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Muhammad Azizulfikal  
NPM : 166610130  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Judul skripsi : Kontribusi *Power* Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata Dan Kaki Terhadap *Passing* Dan *Stopping* Sepakbola Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis

Disetujui Oleh :

Pembimbing Utama

**Dr. Oki Candra, M.Pd**

NIDN. 1001108803

Mengetahui

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Islam Riau

**Leni Apriani, S.Pd., M.Pd**

NIDN. 1005048901

## SURAT KETERANGAN

Kami pembimbing skripsi dengan ini menerangkan bahwa yang tersebut di bawah ini :

Nama : Muhammad Azizulfikal  
NPM : 166610130  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Telah selesai menyusun Skripsi dengan judul :

**“Kontribusi *Power* Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata Dan Kaki Terhadap *Passing* Dan *Stopping* Sepakbola Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis”**

Dengan surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana perlunya.

Disetujui Oleh :

Pembimbing Utama

**Dr. Oki Candra, M.Pd**  
NIDN. 1001108803

## ABSTRAK

**Muhammad Azizulfikal. 2021. Kontribusi *Power* Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata Dan Kaki Terhadap *Passing* Dan *Stopping* Sepakbola Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis.**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis. Jenis penelitian ini adalah korelasional. Populasi dan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis yang berjumlah 16 orang. Teknik analisa data yang digunakan adalah uji nilai korelasi ganda. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa (1) Terdapat kontribusi *power* otot tungkai terhadap keterampilan *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis dengan nilai  $r_{hitung} = 0,6040 > r_{tabel} = 0,497$  dengan nilai KD = 36,48%, (2) Terdapat kontribusi koordinasi mata dan kaki terhadap keterampilan *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis dengan nilai  $r_{hitung} = 0,7915 > r_{tabel} = 0,497$  dengan nilai KD = 62,65%, (3) Terdapat kontribusi *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap keterampilan *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis dengan nilai  $r_{hitung} = 0,8570 > r_{tabel} = 0,497$  dengan nilai KD = 73,44%.

**Kata kunci:** *Power* Otot Tungkai, Koordinasi Mata Dan Kaki, Keterampilan *Passing* Dan *Stopping* Sepakbola

## ABSTRACT

**Muhammad Azizulfikal. 2021. Contribution of Leg Muscle Power and Coordination of Eyes and Feet to Passing and Stopping of Football in FC Bengkalis Star Club.**

The purpose of this research was to determine the contribution of leg muscle power and eye and foot coordination on the passing and stopping of football in the FC Bengkalis FC Bengkalis player. This type of research is correlational. The population and sample used in this study were 16 players of the East Star Club FC Bengkali. The data analysis technique used is multiple correlation value test. Based on the results of the research that has been done, it can be concluded that (1) There is a contribution of leg muscle power to the passing and stopping skills of football in the FC Bengkalis Star Club with a value of  $r_{hitung} = 0.6040 > r_{table} = 0.497$  with a value of  $KD = 36.48\%$ , (2) There is a contribution of eye and foot coordination to the passing and stopping skills of football in the East Star Club FC Bengkalis players with a value of  $r_{hitung} = 0.7915 > r_{table} = 0.497$  with a value of  $KD = 62.65\%$ , (3) There is a contribution of leg muscle power. and eye and foot coordination on the passing and stopping skills of football on the East Star Club FC Bengkalis players with a value of  $r_{hitung} = 0.8570 > r_{table} = 0.497$  with a value of  $KD = 73.44\%$ .

**Keywords:** Leg Muscle Power, Eye and Foot Coordination, Football Passing and Stopping Skills

## BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Telah dilaksanakan Bimbingan Skripsi terhadap :

Nama : Muhammad Azizulfikal  
NPM : 166610130  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Pembimbing Utama : Dr. Oki Candra, M.Pd  
Judul Skripsi : Kontribusi *Power* Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata Dan Kaki Terhadap *Passing* Dan *Stopping* Sepakbola Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkulu

Tanggal	Berita Bimbingan	Paraf
19-03-2020	Perbaiki latar belakang dan identifikasi masalah, perbaiki kerangka pemikiran	
22-07-2020	Perbaiki penulisan bab II, rapikan dan ulas teori, tambah jurnal	
31-07-2020	Perbaiki hipotesis dan instrument penelitian serta teknik analisa data	
07-10-2020	Acc proposal untuk diseminarkan	
24-11-2020	Ujian proposal	
11-01-2021	Tambahkan foto penelitian, perbaiki pembahasan, buat tiga poin sesuai dengan jumlah hipotesis, perbaiki penulisan daftar pustaka	
21-01-2021	Perbaiki pembahasan, tambahkan jurnal atau penelitian yang relevan pada tiap poin pembahasan	
25-01-2021	Acc skripsi untuk di uji	

Pekanbaru, Januari 2021  
Wakil Dekan FKIP UIR

**Dr. Sri Amnah, S.Pd., M.Si**  
NIDN. 0007107005

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Muhammad Azizulfikal  
NPM : 166610130  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Judul Skripsi : Kontribusi *Power* Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata Dan Kaki Terhadap *Passing* Dan *Stopping* Sepakbola Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi yang saya buat sesuai dengan aturan penulisan skripsi dan tidak melakukan plagiat.
2. Penulisan yang saya lakukan murni karya saya sendiri dan di bimbing oleh Dosen yang telah ditunjuk oleh Dekan FKIP Universitas Islam Riau.
3. Jika ditemukan isi skripsi yang merupakan duplikat dari skripsi orang lain, maka saya menerima sanksi pencabutan gelar dan ijazah yang telah saya terima dan saya bersedia dituntut sesuai dengan peraturan dan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sadar dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Pekanbaru, Januari 2021  
Penulis,

Muhammad Azizulfikal  
NPM. 166610130

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur penulis ucapkan ke hadirat Allah Swt, dengan rahmat yang diberikan penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“Kontribusi *Power* Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata Dan Kaki Terhadap *Passing* Dan *Stopping* Sepakbola Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis”** tepat pada waktunya.

Dalam penyelesaian penelitian ini penulis memperoleh banyak bantuan dari berbagai pihak. Penulisan tugas ini telah disusun dengan baik, berdasarkan arahan para Dosen pengajar di Penjaskesrek FKIP UIR. Namun, bila memang masih terdapat kekurangan, maka segala kritikan dan saran tentunya akan sangat membantu demi kesempurnaan penulisan skripsi ini.

Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah membatu penyelesaian skripsi yaitu :

1. Bapak Dr. Oki Candra, M.Pd sebagai pembimbing utama yang sudah meluangkan waktu dan tempat untuk mengarahkan serta pembimbing penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
2. Ibu Leni Apriani, S.Pd., M.Pd sebagai Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau
3. Bapak Dr. Raffly Henjlito, S.Pd., M.Pd sebagai Sekretaris Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Islam Riau.

4. Bapak/ Ibu Dosen Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau yang telah memberikan pengajaran dan berbagai disiplin Ilmu kepada peneliti selama peneliti belajar di Universitas Islam Riau.
5. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
6. Staf tata usaha Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
7. Kedua orang tua yang terus memberikan do'a yang tulus dan semangat sehingga penulis selalu berada dalam lindungannya.
8. Teman-teman di Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.

Penulis sangat mengharapkan agar skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah membantu pelaksanaan penelitian ini. Semoga segala bantuan yang diberikan menjadi amal baik dan mendapatkan balasan dari Allah SWT, Amin ya Robbal Alamin.

Pekanbaru, Januari 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>PENGESAHAN SKRIPSI</b> .....	i
<b>PERSETUJUAN SKRIPSI</b> .....	ii
<b>SURAT KETERANGAN</b> .....	iii
<b>ABSTRAK</b> .....	iv
<b>ABSTRACT</b> .....	v
<b>BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI</b> .....	vi
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	vii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	x
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiii
<b>DAFTAR GRAFIK</b> .....	xiv
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xv
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Pembatasan Masalah .....	4
D. Perumusan Masalah .....	4
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA</b> .....	7
A. Landasan Teori.....	7
1. Hakekat <i>Power</i> Otot Tungkai .....	7
a. Pengertian <i>Power</i> .....	7
b. Faktor yang Mempengaruhi <i>Power</i> .....	9
c. Batasan Otot Tungkai .....	10
2. Hakikat Koordinasi Mata dan Kaki .....	11
a. Pengertian Koordinasi Mata dan Kaki .....	11
b. Faktor Yang Mempengaruhi Koordinasi Mata dan Kaki.....	15
3. Hakikat <i>Passing</i> Dan <i>Stopping</i> Sepakbola.....	16
a. Pengertian <i>Passing</i> Dan <i>Stopping</i> .....	16
b. Teknik <i>Passing</i> Dan <i>Stopping</i> .....	21

B. Kerangka Pemikiran.....	26
C. Hipotesis Penelitian .....	27
<b>BAB III. METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>28</b>
A. Jenis Penelitian.....	28
B. Populasi dan Sampel .....	29
C. Definisi Operasiona .....	29
D. Instrumen Penelitian .....	30
E. Teknik Pengumpulan Data.....	35
F. Teknik Analisis Data.....	35
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>39</b>
A. Deskripsi Hasil Penelitian.....	39
B. Analisa Data .....	44
C. Pembahasan .....	46
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>50</b>
A. Kesimpulan .....	50
B. Saran .....	50
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>52</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>56</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Kategori Nilai Korelasi .....	37
2. Distribusi Frekuensi <i>Power</i> Otot Tungkai ( $X_1$ ) Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis .....	40
3. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata dan Kaki ( $X_2$ ) Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis .....	41
4. Distribusi Frekuensi <i>Passing</i> dan <i>Stopping</i> Sepakbola (Y) Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis .....	43



## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Otot Tungkai Bagian Bawah.....	11
2. Pelaksanaan <i>Passing</i> .....	22
3. Pelaksanaan <i>Stopping</i> .....	25
4. Desain Penelitian .....	28
5. Tes <i>Standing Broad Jump</i> .....	31
6. Tes Koordinasi Mata Kaki.....	32
7. Dinding Pantul Tes <i>Passing</i> dan <i>Stopping</i> Sepakbola.....	33
8. Bentuk Tes <i>Passing</i> dan <i>Stopping</i> Sepakbola.....	34

## DAFTAR GRAFIK

Grafik	Halaman
1. Histogram Frekuensi Data <i>Power</i> Otot Tungkai ( $X_1$ ) Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis .....	40
2. Histogram Sebaran Data Koordinasi Mata dan Kaki ( $X_2$ ) Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis .....	42
3. Histogram Frekuensi Skor <i>Passing</i> dan <i>Stopping</i> Sepakbola Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis .....	43



## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Tabel Data Hasil Tes <i>Power</i> Otot Tungkai Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis .....	56
2. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes <i>Power</i> Otot Tungkai Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis .....	57
3. Tabel Data Hasil Tes Koordinasi Mata dan Kaki Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis .....	58
4. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Koordinasi Mata dan Kaki Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis....	59
5. Tabel Data Hasil Tes <i>Passing</i> dan <i>Stopping</i> Sepakbola Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis .....	60
6. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes <i>Passing</i> dan <i>Stopping</i> Sepakbola Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis.....	61
7. Korelasi $X_1$ ( <i>Power</i> Otot Tungkai) ke Y ( <i>Passing</i> dan <i>Stopping</i> Sepakbola).....	62
8. Korelasi $X_2$ (Koordinasi Mata dan Kaki) ke Y ( <i>Passing</i> dan <i>Stopping</i> Sepakbola).....	64
9. Korelasi $X_1$ ( <i>Power</i> Otot Tungkai) ke $X_2$ (Koordinasi Mata dan Kaki).....	66
10. Korelasi $X_1, X_2$ ke Y .....	68
11. R tabel .....	70
12. Dokumentasi Penelitian .....	71

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Secara umum pengertian olahraga adalah setiap kegiatan jasmani yang dilandasi semangat perjuangan melawan diri sendiri, orang lain, atau unsur alam yang jika dipertandingkan harus dilaksanakan secara kesatria sehingga merupakan sarana pendidikan pribadi yang ampuh menuju peningkatan kualitas hidup yang lebih luhur.

Sedangkan olahraga adalah bentuk-bentuk kegiatan jasmani yang terdapat didalam permainan, perlombaan dan kegiatan jasmani yang intensif dalam rangka memperoleh rekreasi, kemenangan dan prestasi optimal. Dunia olahraga merupakan dunia dimana interaksi tubuh, interaksi dengan manusia lain yang memberikan efek sehat.

Olahraga juga memberikan efek positif pada manusia selain sehat olahraga juga dapat membantu mengurangi stress tingkat tinggi kemudian dapat meningkatkan kekebalan imun pada tubuh. Dalam mengaplikasikan olahraga dalam ruang lingkup dimasyarakat pemerintah mengupayakan pembinaan formal maupun non formal agar terjadi pemertaan terhadap akses olahraga.

Seiring dengan Undang-undang Nomor 3 Tahun 2005 tentang sistem keolahragaan Nasional yaitu pada pasal 25 ayat (6) yang berisi “Untuk menumbuhkembangkan prestasi olahraga di lembaga pendidikan, pada setiap jalur pendidikan dapat dibentuk unit kegiatan olahraga, kelas olahraga, pusat pembinaan dan pelatihan, sekolah olahraga, serta diselenggarakannya kompetisi olahraga yang berjenjang dan berkelanjutan”.

Dari undang-undang tersebut diketahui bahwa pemerintah sangat mendukung semua kegiatan yang dilakukan oleh lembaga pendidikan formal maupun non formal, guna menciptakan bangsa yang berprestasi. Selain itu olahraga juga dapat membuat tubuh seseorang menjadi sehat jasmani dan rohani yang akhirnya akan membentuk manusia yang berkualitas. Mengingat pentingnya peranan olahraga dalam kehidupan manusia, juga dalam usaha ikut serta memajukan manusia Indonesia berkualitas, maka pemerintah Indonesia mengadakan pembinaan dan pengembangan dibidang olahraga pada klub-klub sepakbola yang ada di lingkungan masyarakat.

Namun untuk mencapai semua itu tidaklah mudah, butuh perhatian khusus dari semua kalangan untuk membina dan mengembangkan olahraga dalam meningkatkan bakat yang dimiliki oleh masyarakat. Pembina olahraga harus dilakukan baik sesuai dengan aturan latihan yang ada pada setiap cabang olahraga. Seiring dengan hal tersebut, tujuan berolahraga adalah membantu masyarakat untuk memperbaiki derajat kesehatan dan kesegaran jasmani yang disertai dengan pengembangan penguasaan teknik dalam berolahraga.

Salah satu cabang olahraga adalah olahraga sepakbola. Sepakbola adalah olahraga yang dapat digemari oleh seluruh dunia. Sepakbola dapat dimainkan sangat sederhana dengan adanya lapangan, alaman yang luas, dan sebuah bola. Teknik dalam olahraga sepakbola seperti mengiring bola, *shooting*, menyundul bola, *throw in*, serta *passing* (mengoper) dan *stopping* (mengontrol bola).

Olahraga sepakbola ini sangat digemari oleh masyarakat sehingga olahraga ini dilaksanakan pembinaannya di hampir setiap daerah, sehingga

olahraga sepakbola ini semakin diminati oleh kalangan masyarakat umum. Tentunya dalam pembinaan melalui klub-klub sepakbola pelatih mengajarkan teknik-teknik dasar, taktik, serta strategi dalam mengembangkan keterampilan dasar bermain sepakbola.

Pengembangan keterampilan bermain sepakbola yang diberikan pelatih kepada pemainnya, memiliki cakupan yang cukup luas, sehingga pada kesempatan kali ini, difokuskan pada keterampilan pemain dalam melakukan *passing* dan *stopping* sepakbola. Dengan teknik ini pemain dapat mengatur strategi dan mengembangkan keterampilan taktik penyerangan terhadap lawan.

*Passing* dan *stopping* adalah teknik mengopor atau memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lainnya dalam permainan sepakbola. Teknik *passing* dan *stopping* perlu dikuasai oleh pemain bola agar pola permainan yang diinginkan bisa berhasil, baik dalam menyerang atau bertahan, atau mengatur taktik untuk melakukan serang ke gawang lawan.

Berdasarkan masalah yang terdapat pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis kemampuan *passing* dan *stopping*nya kurang maksimal. Hal tersebut terlihat saat siswa bermain sepakbola, beberapa orang siswa tersebut terlihat masih kaku dalam melakukan gerakan *passing* bola. Karena *power* otot tungkai belum maksimal, bola yang *dipassing* tidak cepat dan kurang tepat ke arah kawan yang dituju. Kemudian sewaktu siswa mendapat umpan *passing* dari kawan seregu, bolanya belum bisa dihentikan dengan baik. Hal itu mengindikasikan bahwa koordinasi mata dan kaki siswa masih kurang baik. Selain itu, belum sepenuhnya kekuatan otot tungkai sehingga saat siswa menendang bola,

tendangan yang dihasilkan masih meluncur lambat. Hal ini terlihat tingkat dari kekuatan masih lemah.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka, penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian tindakan kelas dengan judul “**Kontribusi *Power Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata Dan Kaki Terhadap Passing Dan Stopping Sepakbola Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis.***”

### **B. Identifikasi Masalah**

Dari hasil pengamatan awal yang peneliti lakukan, ada beberapa masalah yang teridentifikasi sebagai berikut:

1. Kemampuan *passing* dan *stopping*nya kurang maksimal. Hal tersebut terlihat saat pemain bermain sepakbola, beberapa orang pemain tersebut terlihat masih kaku dalam melakukan gerakan *passing* bola.
2. *Power* otot tungkai belum maksimal, bola yang *dipassing* tidak cepat dan kurang tepat ke arah kawan yang dituju.
3. Sewaktu pemain mendapat umpan *passing* dari kawan seregu, bolanya belum bisa dihentikan dengan baik.
4. Koordinasi mata dan kaki pemain masih kurang baik.

### **C. Pembatasan Masalah**

Melihat luasnya latar belakang masalah, terbatasnya kemampuan dan waktu yang tersedia maka peneliti ini dibatasi pada:

1. Kontribusi *power* otot tungkai terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis

2. Kontribusi koordinasi mata dan kaki terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis
3. Kontribusi *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis

#### **D. Perumusan Masalah**

Bertolak dari latar belakang penelitian ini maka rumusan masalah dalam peneliti ini adalah:

1. Apakah terdapat kontribusi *power* otot tungkai terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis?.
2. Apakah terdapat kontribusi koordinasi mata dan kaki terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis?
3. Apakah terdapat kontribusi *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis?

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

Sesuai dengan perumusan yang telah dikemukakan diatas maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Kontribusi *power* otot tungkai terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis
2. Kontribusi koordinasi mata dan kaki terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis

3. Kontribusi *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis.

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

Bertitik tolak dari tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini diharapkan berguna untuk:

1. Bagi penulis, untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pendidikan setara satu (S1). Pada program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi di fakultas keguruan dan ilmu pendidikan Universitas Islam Riau.
2. Bagi pemain, dapat meningkatkan kemampuan pemain dalam melakukan *passing* dan *stopping* sepakbola yang akurat
3. Bagi pelatih, sebagai bahan masukan bagi pelatih untuk meningkatkan hasil belajar *passing* dan *stopping* sepakbola dengan cara menambah latihan untuk memberikan latihan kondisi fisik terkait unsur *power* otot tungkai dan koordinasi gerak.
4. Bagi Fakultas, sebagai sumbangan bacaan bagi mahasiswa pada program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi di fakultas keguruan ilmu dan pendidikan Universitas Islam Riau.
5. Bagi penelitian selanjutnya, dapat dijadikan rujukan penelitian berikutnya terutama penelitian yang berhubungan dengan olahraga sepakbola khususnya dalam teknik dasar *passing* dan *stopping*.

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Landasan Teori

##### 1. Hakekat *Power* Otot Tungkai

###### a. Pengertian *Power*

Secara umum *power* atau *power* dapat diartikan sebagai suatu unsur diantara unsur-unsur komponen kondisi fisik yaitu kemampuan biomotorik manusia, yang dapat ditingkatkan sampai batas-batas tertentu dengan melakukan latihan-latihan tertentu yang sesuai. Harsono (2001:24) menyebutkan bahwa *power (ekplosive power)* adalah kemampuan otot untuk mengerahkan kekuatan yang maksimal dalam waktu yang amat singkat.

*Power* adalah faktor utama dalam pelaksanaan segala macam ketrampilan gerak dalam berbagai cabang olahraga. Salah satu cabang olahraga yang sangat membutuhkan *power* otot adalah permainan sepakbola, dengan mengerahkan tenaganya secara *explosive* untuk melakukan *passing* dan *stopping* sehingga kecepatan bola sulit diantisipasi oleh lawan.

Kemudian menurut Herre dalam Bafirman (2008:83) “*Power* yaitu kemampuan olahraga untuk mengatasi tahanan dengan suatu kecepatan kontraksi tinggi. Kontraksi tinggi diartikan sebagai kemampuan otot yang kuat dan cepat dalam berkontraksi”.

Kemudian menurut Jansen dalam Bafirman (2008:83) “*power* adalah semua gerakan eksplosif yang maksimum secara langsung tergantung pada daya otot. Daya otot adalah sangat penting untuk menampilkan prestasi yang tinggi”.

Dari kedua kutipan di atas maka dapat disimpulkan bahwa *power* merupakan kombinasi antara kekuatan dan kecepatan dan merupakan dasar dalam setiap melakukan berbagai bentuk aktifitas. Untuk mencapai hasil yang maksimal pada suatu cabang olahraga khususnya sepakbola diperlukan *power* otot tungkai yang baik.

Hal yang sama juga disampaikan oleh Irawadi (2011:96) yang mengatakan bahwa *power* otot merupakan gabungan beberapa unsur fisik yaitu unsur kekuatan dan unsur kecepatan. Artinya kemampuan *power* otot dapat dilihat dari hasil suatu unjuk kerja yang dilakukan dengan menggunakan kekuatan dan kecepatan. Misalnya wujud *power* otot lengan dapat dilihat dari hasil lemparan.

Bedasarkan pendapat di atas maka penulis memberi kesimpulan bahwa *power* merupakan kemampuan sebagian otot untuk menampilkan kekuatan secara eksplosif atau dalam waktu yang singkat otot dapat berkontraksi dengan sangat cepat atau eksplosif.

Kemudian menurut Mylsidayu (2015:136) *power* dapat diartikan sebagai kekuatan dan kecepatan yang dilakukan secara bersama-sama dalam melakukan suatu gerak, serta *power* adalah hasil kali antara kekuatan dan kecepatan.

Beberapa pendapat dan penjelasan diatas, maka dapat disimpulkan *power* otot merupakan gabungan antara kekuatan dan kecepatan dalam waktu yang singkat untuk memberikan momentum yang paling baik pada tubuh atau objek dalam suatu gerakan eksplosif yang utuh mencapai tujuan yang dikehendaki.

## b. Faktor yang Mempengaruhi *Power*

Penulis sering melihat bahwa ada orang yang memiliki otot yang besar, akan tetapi tidak mampu bergerak dengan cepat lalu sebaliknya mampu bergerak dengan cepat tetapi tidak mengatasi beban dengan gerakan yang cepat dan ini menandakan bahwa kekuatan otot saja belum jaminan untuk menghasilkan *power*.

Menurut Nossek dalam Bafirman (2008:85) faktor yang mempengaruhi *power* otot yaitu:

### 1. Kekuatan

Kekuatan otot menggambarkan kontraksi yang maksimal yang dihasilkan oleh otot atau sekelompok otot. Dilihat dari segi latihan, Herre 1982 dalam Bafirman (2008) membagi kekuatan menjadi tiga macam yaitu : “ (1). Kekuatan maksimal, (2). Kekuatan *power* otot, (3). Kekuatan daya tahan “. Faktor psikologis yang mempengaruhi kekuatan kontraksi otot adalah usia, jenis kelamin, dan suhu otot. Disamping itu faktor yang mempengaruhi kekuatan otot sebagai unsur *power* adalah jenis serabut otot, luas otot rangka, system metabolisme enersi, sudut sendi dan aspek psikologi.

### 2. Kecepatan

Menurut Matthew dalam Bafirman (2008) kecepatan adalah “ suatu kemampuan bersyarat untuk menghasilkan gerakan tubuh dalam keadaan atau waktu yang sesingkat singkat mungkin “Disamping itu kecepatan juga didefinisikan sebagai laju gerak, dapat berlaku untuk tubuh secara keseluruhan atau bagian tubuh. Menurut Astrand 1986 dalam Bafirman (2008), “ faktor yang mempengaruhi kecepatan adalah kelenturan, tipe tubuh, usia, dan jenis kelamin”.

Dari kutipan di atas maka dapat dijelaskan bahwa untuk menghasilkan *power* seorang atlet harus mengetahui faktor-faktor yang dapat menentukan tingkat *power* seseorang seperti kekuatan dan kecepatan. Hal ini dapat dilakukan dengan latihan yang terprogram serta berkesinambungan seperti *push-up*, tolak bola (*medicine ball*) dan lainnya untuk mengukur *power* otot lengan.

### c. Batasan Otot Tungkai

Tungkai beserta ototnya merupakan organ yang sangat dominan dalam pergerakan olahraga. Tulang terkuat dan terpanjang adalah tulang tungkai. Tulang tungkai merupakan tulang anggota gerak bawah. Otot tungkai berfungsi sebagai penggerak tubuh. Aktivitas olahraga seperti berjalan, lari, melompat, dan sebagainya dilakukan oleh organ tulang ini.

Depdikbud (2002:1226) menyatakan bahwa “otot merupakan jaringan kenyal di tubuh manusia dan hewan yang berfungsi menggerakkan organ tubuh. Sedangkan tungkai adalah kaki atau seluruh kaki dari pangkal paha ke bawah. Jadi otot tungkai adalah jaringan kenyal yang ada pada kaki atau dapat dikatakan daging pada bagian kaki keseluruhan”.

Dari kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa otot berfungsi sebagai penggerak organ tubuh, dan tungkai adalah anggota tubuh bagian bawah yang tersusun oleh tulang paha atau tungkai atas, tulang tempurung lutut, tulang kering, tulang betis, tulang pangkal kaki, tulang tapak kaki, dan tulang jari-jari kaki. Fungsinya sebagai penahan beban anggota tubuh bagian atas.

Sedangkan Santosa dkk (2012:193) menyebutkan bahwa memahami fungsi otot adalah memahami dinamika perubahan *intraselular* otot. Oleh karena itu perlu lebih dahulu dibahas anatomi dan fisiologi *molecular* otot, agar perubahan-perubahan yang terjadi di dalam sel-sel otot yang menjalani pelatihan dapat lebih mudah dipahami.

Kemudian Santosa dkk (2012:193) menambahkan bahwa secara mikroskopis otot rangka terdiri dari satuan-satuan serabut otot. Satu serabut otot,

adalah satu sel otot, panjangnya dapat beberapa cm. Satu sel otot mempunyai banyak inti sel yang biasanya terletak dibagian periferi dekat kepada membran sel.

Berdasarkan kedua uraian Santosa dkk di atas, maka dapat diketahui bahwa untuk memahami fungsi otot perlu lebih dahulu dibahas anatomi dan fisiologi *molecular* otot. Tungkai adalah keseluruhan dari pangkal paha sampai ke bawah yang terdiri atas tungkai atas yang meliputi pangkal paha sampai lutut, tungkai bawah yaitu antara lutut sampai pergelangan kaki dan telapak kaki sebagai alas kaki.



Gambar 1. Otot Tungkai Bagian Bawah  
Syaifuddin (2009:130)

## 2. Hakikat Koordinasi Mata dan Kaki

### a. Pengertian Koordinasi Mata dan Kaki

Koordinasi merupakan kemampuan untuk menyelesaikan tugas-tugas motorik secara cepat dan terarah yang ditentukan oleh proses pengendalian dan pengaturan gerakan serta kerjasama persarafan pusat. Menurut Sakti (2017:3) koordinasi diartikan sebagai kerja sama dari prosedur atau sesuatu yang berbeda,

secara fisiologis koordinasi sebagai kerja sama dari sistem syaraf pusat dengan otot untuk menghasilkan tenaga, baik inter maupun intramusculer. Dengan pengertian luas, koordinasi sering juga merujuk pada istilah atau nama untuk beberapa kemampuan yang mendukung kerja sama dari proses gerak yang berbeda, misalnya dalam belajar, koordinasi dibedakan atas koordinasi kasar (kemampuan belajar gerak), koordinasi halus (kemampuan mengendalikan gerak), dan koordinasi halus stabil (kemampuan merubah dan menyesuaikan gerak).

Dari kutipan di atas, dapat dipahami bahwa koordinasi mata dan kaki merupakan kemampuan seseorang dalam mengendalikan gerakan yang stabil dan dinamis sehingga disaat digunakan dalam melakukan suatu teknik seperti *passing* dan *stopping* gerakan yang dilakukan akan terlihat indah dan luwes.

Sedangkan menurut Adil (2011:71) menyebutkan bahwa koordinasi dari berbagai macam bagian tubuh termasuk suatu kemampuan untuk menampilkan suatu model gerak. Kemampuan tersebut dimaksudkan untuk mengendalikan bagian tubuh yang bebas dilibatkan dalam model gerakan yang kompleks dan menggabungkan bagianbagian tersebut dalam suatu model gerakan yang lancar.

Kecenderungan kita selama ini mengartikan koordinasi sebagai kemampuan seseorang untuk merangkaikan beberapa unsur gerak yang serasi sesuai dengan tujuannya, kecenderungan ini bukan berarti keliru, akan tetapi belum merupakan pengertian koordinasi yang sebenarnya dalam olahraga. Menurut Harsono (2001:38) mengemukakan bahwa koordinasi adalah kemampuan biomotorik yang sangat kompleks, dan erat hubungannya dengan kecepatan, kekuatan, daya tahan dan fleksibilitas.

Koordinasi dari berbagai macam bagian tubuh termasuk suatu kemampuan untuk menampilkan suatu model gerak. Kemampuan tersebut dimaksudkan untuk mengendalikan bagian tubuh yang bebas dilibatkan dalam model gerakan yang kompleks dan menggabungkan bagian-bagian tersebut dalam suatu model gerakan yang lancar.

Menurut Hasanuddin (2018:102) Secara umum koordinasi diartikan sebagai kerja sama dari prosedur atau sesuatu yang berbeda, secara fisiologis koordinasi sebagai kerja sama dari sistem syaraf pusat dengan otot untuk menghasilkan tenaga, baik inter maupun *intramuscular*. Koordinasi adalah kemampuan biomotor yang sangat kompleks berkaitan dengan kecepatan, kekuatan, daya tahan, dan kelentukan. Selain dari itu, juga termasuk perpaduan perilaku dari dua atau lebih persendian, yang satu sama lainnya berkaitan dalam menghasilkan suatu keterampilan gerak. Dengan demikian, koordinasi merupakan kualitas otot, tulang dan persendian, termasuk panca indera dalam menghasilkan suatu gerak

Menurut Irawadi (2011:103) koordinasi merupakan suatu proses kerjasama otot yang akan menghasilkan suatu gerakan yang tersusun dan terarah, yang bertujuan untuk membentuk gerakan-gerakan yang dibutuhkan dalam pelaksanaan suatu keterampilan teknik.

Dari kutipan di atas maka dapat dijelaskan bahwa koordinasi merupakan suatu proses kerjasama otot. Semakin baik koordinasi dari seluruh unsur gerak yang terlibat, maka semakin baik pula gerakan yang ditampilkan. begitu pula sebaliknya, apabila koordinasi buruk maka gerakan yang ditampilkan tentunya

tidak akan baik Artinya untuk dapat menguasai keterampilan gerak yang baik dibutuhkan koordinasi yang baik pula.

Sedangkan menurut Ismaryati (2008:53-54) koordinasi dapat diartikan sebagai hubungan harmonis dari hubungan saling berpengaruh di antara kelompok-kelompok otot selama melakuakkn kerja, yang ditunjukkan dengan beberapa tingkat ketrampilan. Koordinasi ini sangat sulit dipisahkan secara nyata dengan kelincahan, sehingga kadang-kadang koordinasi juga bertujuan untuk mengukur kelincahan.

Dari kutipan di atas diketahui bahwa koordinasi adalah kemampuan untuk melakukan gerakan dengan berbagai tingkat kesukaran dengan cepat dan dengan efisien dan penuh ketepatan. ini dipikirkan bahwa seorang atlet dengan koordinasi yang baik adalah mampu tidak saja melakukan *skill* dengan baik, tetapi juga dengan cepat dapat menyelesaikan suatu tugas latihan.

Kemudian Syafruddin (2011:122-123) menambahkan bahwa gerakan-gerakan yang terkoordinasi, kelentukan, dan kelincahan merupakan syarat penting untuk mempelajari dan menyempurnakan keterampilan-keterampilan gerakan olahraga dan teknik olahraga. Situasi-situasi pertandingan yang berubah-ubah, keadaan cuaca, perbedaan alat, lapangan, dan lain-lain menuntut seseorang atau atlet harus mampu beradaptasi dengan perubahan situasi dan kondisi tersebut tanpa menurunkan kualitas keterampilan yang dimiliki.

Dari kutipan di atas maka dapat dipahami bahwa koordinasi dapat menyempurnakan keterampilan-keterampilan gerakan olahraga dan teknik olahraga. Kemampuan koordinasi yang baik akan dapat menghemat pemakaian

tenaga. Semakin baik kemampuan koordinasi maka semakin mudah dan cepat dapat mempelajari bentuk-bentuk gerakan yang baru. Seorang pemain sepakbola yang baik harus dapat beradaptasi dengan perubahan situasi dan kondisi tanpa menurunkan kualitas keterampilan yang dimiliki.

Menurut Allsabah (2018:3) Koordinasi mata-kaki merupakan kemampuan untuk merangkaikan antara gerakan mata saat menerima rangsang dengan gerakan kaki menjadi pola gerakan tertentu sehingga menghasilkan gerakan yang terkoordinasi, efektif, mulus, dan efisien.

Dalam penelitian ini koordinasi yang dimaksud adalah koordinasi mata dan kaki, ini berarti bahwa gerakan teknik dasar yang dilakukan oleh siswa harus terkoordinasi dengan baik, sehingga pelaksanaan teknik yang dilakukanpun dapat maksimal. Koordinasi mata-kaki yang baik akan memudahkan siswa dalam memperkirakan pergerakan bola sehingga siswa dapat mengetahui kapan akan *menpasing* bola yang dibawa ataupun *menstopping* bola yang diterima.

#### **b. Faktor Yang Mempengaruhi Koordinasi Mata dan Kaki**

Seseorang yang memiliki koordinasi yang baik biasanya akan menampilkan gerakan yang indah, berirama dan tidak kaku. Gerakannya tidak terputus-putus, melainkan tertata dan berurut secara baik sebagaimana seharusnya. Menurut Irawadi (2011:104) Koordinasi seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor, Faktor-faktor tersebut antara lain :

- a) Daya Fikir  
Daya fikir merupakan kemampuan seseorang dalam menganalisa dan memutuskan tentang tindakan atau gerakan apa yang harus ia lakukan, dan bagaimana ia harus melakukannya.
- b) Kecakapan dan ketelitian organ-organ panca indra

Ketelitian dari indra-indra seperti mata, telinga, kulit dan lain sebagainya sangat mempengaruhi sistem kerja saraf dan otot dalam menerima rangsangan dan mengerjakan perintah gerak yang akan dilakukan. Semakin baik fungsi dari indra-indra tersebut akan semakin baik pula respon dari masing-masing unsur gerak seperti saraf dan otot yang bertugas untuk melakukan gerak.

- c) Pengalaman motorik  
Pengalaman motorik akan mempengaruhi koordinasi gerak. Hukum latihan mengatakan bahwa gerakan-gerakan yang sudah terbiasa dilakukan akan lebih mudah dilakukan dibanding gerakan yang baru.
- d) Kemampuan biomotorik  
Tingkat perkembangan kemampuan biomotorik seperti : kekuatan, daya tahan, kelenturan berpengaruh terhadap koordinasi. Semakin bagus kemampuan kekuatan, daya tahan, dan kelenturan yang dimiliki seseorang maka akan semakin baik pula koordinasi gerakannya.

Dari keterangan di atas diketahui bahwa koordinasi gerakan yang baik itu bergantung pada kemampuan seseorang dalam berfikir, kecakapan dan ketelitian organ-organ panca indra, pengalaman motorik serta kemampuan biomotorik. Keempat faktor ini merupakan sistem penunjang yang kompleks sehingga setiap seseorang melakukan gerakan maka seluruh komponen tersebut terhubung pada saraf pusat (otak) dan otot yang bertugas untuk melakukan gerak yang dilakukan.

### **3. Hakikat *Passing* Dan *Stopping* Sepakbola**

#### **a. Pengertian *Passing* Dan *Stopping***

Bagi seorang pemain penguasaan kemampuan *passing* dan *stopping* menjadi faktor sangat penting yang menentukan keberhasilana suatu tim untuk mencapai kemenangan, hal ini di karenkan jika seluruh pemain memiliki kemampuan *passing* dan *stopping* yang baik, maka akan memudahkan dalam menyusun taktik menyerang kedaerah lawan, sehingga peluang memasukan bola

ke gawang lawan menjelaskan kebanyakan *passing* dilakukan dengan kaki bagian dalam karena menjadi lebih besar.

Menurut Soekatamsi yang dikutip oleh Nurdiati (2018:459) mengatakan bahwa teknik dasar sepak bola adalah semua gerakan-gerakan dengan bola yang diperlukan untuk bermain sepak bola. Atau dengan kata lain teknik dasar bermain sepak bola adalah merupakan kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan atau mengerjakan sesuatu yang terlepas sama sekali dari permainan sepak bola.

Menurut Sucipto yang dikutip oleh Sinaga (2014:2) mengemukakan bahwa “beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki pemain sepakbola adalah mengoper (*Passing*), menghentikan (*Stopping*), menggiring (*Dribbling*), menembak (*Shooting*), menyundul (*Heading*), merampas (*Tackling*), lemparan ke dalam (*Throw In*), Menjaga gawang (*Goal Keeping*). Hal-hal tersebut umumnya harus dikuasai oleh para pemain agar dapat memainkan bola dengan baik dan benar.

Salah satu teknik bermain sepakbola yang akan dibahas pada penelitian ini adalah *passing*. Menurut Manalu (2016:2) *Passing* merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepakbola. *Passing* merupakan tehnik dasar yang paling banyak dilakukan dalam permainan sepakbola, *passing* berfungsi memindahkan bola dari satu pemain ke pemain yang lain. *Passing* membutuhkan banyak tehnik yang sangat penting agar dapat tetap menguasai bola, dengan *passing* yang baik pemain akan dapat berlari keruang yang terbuka dan mengendalikan permainan saat membangun strategi penyerangan.

Menurut Sinambela (2015:2) Teknik *passing* merupakan teknik dasar yang penting dikuasai dan dominan digunakan dalam bermain sepakbola. Teknik dasar *passing* bisa dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam dan bagian luar. Mengoper bola adalah mengumpan atau memberikan bola kepada teman. Mengoper bola bertujuan untuk mengumpankan bola kepada teman, Baik pada jarak dekat ataupun jauh.

Menurut Mielke (2003:19) *passing* adalah seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lain. *Passing* paling baik dilakukan dengan menggunakan kaki, tetapi bagian tubuh lain juga bisa digunakan. Kamu bisa menggerakkan bola dengan lebih cepat lagi sehingga dapat menciptakan ruang terbuka yang lebih besar dan berpeluang melakukan tendangan *shooting* yang lebih banyak jika dapat melakukan *passing* dengan keterampilan dan ketepatan yang tinggi. *Passing* membutuhkan banyak teknik yang sangat penting agar tetap menguasai bola.

Sedangkan Dinata (2004:29-30) mengoper bola berarti memberikan (menendang) bola kepada teman, mengoper bola dapat dilakukan dengan bola melambung atau bola mendatar dengan macam-macam variasi. Kemudian dinata menjelaskan bahwa dalam permainan sepakbola, sering bola harus kita hentikan atau kita tahan. Oleh karena itu kita harus mengerti dan menguasai cara menghentikan bola.

Menurut Simbolon (2016:2) *Passing* merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepakbola. *Passing* merupakan tehnik dasar yang paling banyak

dilakukan dalam permainan sepakbola, *passing* berfungsi memindahkan bola dari satu pemain ke pemain yang lain.

Menurut Witono dalam Suhardianto (2017:33) menyatakan agar sebuah permainan bisa berjalan dengan baik, pemain harus mampu mengasah kemampuan *passing*. *Passing* sendiri merupakan teknik memindahkan momentum bola dari satu pemain kepada pemain lainnya. Proses pemindahan bola ini biasa dilakukan dengan semua bagian tubuh yang diperkenankan bersentuhan dengan bola.

Menurut Siregar (2016:2) *Passing* membutuhkan banyak tehnik yang sangat penting agar dapat tetap menguasai bola, dengan *passing* yang baik pemain akan dapat berlari keruang yang terbuka dan mengendalikan permainan saat membangun strategi penyerangan.

Beberapa teori di atas dapat diketahui bahwa *passing* adalah teknik memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lainnya dan proses pemindahan bola dilakukan dengan semua bagian tubuh yang di perkenankan bersentuh dengan bola, dan *passing* dalam permainan sepakbola dibedakan menjadi dua , yaitu *passing* bawah dan atas.

Selain *passing*, salah satu teknik penguasaan bola adalah *stopping* (menahan bola), *stopping* memiliki peran sangat penting dalam permainan sepakbola karena apabila seorang pemain tidak memiliki kemampuan *stopping* yang baik maka akan sulit untuk mengatur sebuah serangan.

Menurut Mielke (2003:29) *stopping* terjadi ketika seorang pemain menerima *passing* atau menyambut bola dan mengontrolnya sedemikian rupa

sehingga pemain-pemain tersebut dapat bergerak dengan cepat untuk melakukan *dribbling*, *passing*, atau *shooting*. Saat melakukan *stopping*, pemain menggunakan bagian tubuh yang sah (kepala, tubuh, dan kaki) agar bola tetap berdekatan dengan tubuh. *Stopping* adalah metode mengontrol bola yang paling sering digunakan pemain ketika menerima bola dari pemain lain.

Sedangkan Luxbacher (2016:13) *stopping* adalah menerima dan mengontrol dengan *inside-of-the-foot* untuk menerima dan mengontrol bola tergantung pada situasi. Yang penting anda harus membuat tubuh sebagai target yang lunak dengan menarik bagian tubuh yang akan menerima bola saat bola datang untuk mengurangi benturan.

Menurut Aji dalam Faiz (2018:118) mengontrol bola adalah upaya menghentikan bola sebelum bola dihentikan dengan kaki. Dalam mengontrol bola seorang pemain harus dalam posisi siap dengan pengamanan yang tepat agar bola dikuasai dengan sepenuhnya. Ada beberapa cara untuk menghentikan bola yaitu dengan telapak kaki, dengan punggung kaki, dengan dada, dan dengan paha.

Menurut Sucipto dkk dalam Nurhadi (2014:43) menghentikan bola merupakan teknik menendang bola. tujuan menghentikan bola untuk mengontrol bola, yang termasuk di dalamnya untuk mengatur tempo permainan, mengalihkan laju permainan dan memudahkan untuk *passing*. Kemudian menurut Nawawi (2018:53) dalam pertandingan sepak bola *passing* adalah unit dasar dari kerja sama antar pemain di lapangan, tergantung pada efisiensi dan efektifitas pada serangan taktik satu tim.

Menurut Fadillah yang dikutip oleh Mahatmasari (2018:6), *passing* adalah teknik yang dilakukan dengan menggunakan anggota kaki (kecuali *kipper* yang bisa menggunakan tangan dan kaki dalam pelaksanaannya) untuk memberikan bola ke pemain lain dalam satu tim sedangkan *stopping* merupakan teknik untuk mengontrol bola yang pada dasarnya bisa menggunakan anggota tubuh mana pun kecuali tangan.

Menurut Waskito (2018:66) *Passing* merupakan salah satu teknik dasar bermain yang memiliki kontribusi besar dalam permainan futsal. Hampir seluruh permainan futsal dilakukan dengan *passing* dan kontrol bola, karena dalam futsal modern permainan berlangsung dengan tempo yang cepat. Selain itu, *passing* berfungsi sebagai operan untuk menghubungkan pemain satu dengan pemain lainnya dalam satu tim atau untuk mencetak gol ke gawang lawan.

Beberapa teori di atas dapat diketahui bahwa *stopping* menyambut bola sedemikian rupa sehingga pemain tersebut dapat bergerak dengan cepat untuk melakukan sebuah *shooting*, *dribbling* maupun *passing*. Yang di dalamnya terdapat untuk mengatur tempo permainan, mengalihkan laju permainan dan memudahkan untuk mengoper bola kepada teman satu tim.

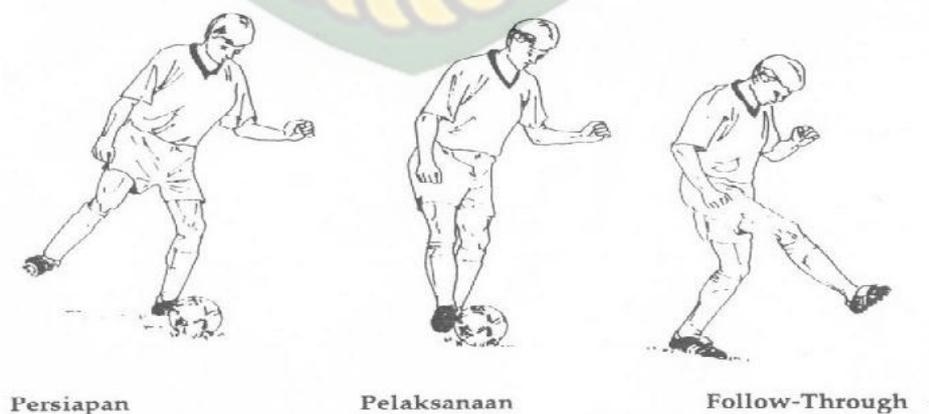
#### **b. Teknik *Passing* Dan *Stopping***

Untuk bisa melakukan *passing* dan *stopping* dengan baik dan benar seorang pemain harus bisa menguasai teknik dasar cara melakukan *passing* dan *stopping*. Menurut Sucipto yang dikutip oleh Anwar (2013:21) menendang bola merupakan salah satu karakteristik permainan sepakbola yang paling dominan. Pemain yang memiliki teknik menendang dengan baik akan dapat bermain dengan

efisien. Tujuan menendang bola adalah untuk mengumpan (*passing*), menembak ke gawang (*shooting at the goal*), dan menyapu untuk menggagalkan serangan lawan (*sweeping*).

Kemudian menurut Mielke (2003:21) *passing* paling baik dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam karena di kaki bagian itulah terdapat permukaan yang lebih luas bagi pemain untuk menendang bola, sehingga memberikan kontrol bola yang lebih baik. Agar berhasil, tubuh pemain yang melakukan *passing* harus sebidang dengan arah *passing* maksudnya adalah bahwa bahu, tubuh, dan pinggul dihadapkan pada arah *passing*.

Ketika tubuhmu telah sebidang dengan arah *passing*, tarik kaki yang akan digunakan untuk menendang ke arah belakang dengan kaki kesamping, sehingga kaki bagian dalam menghadap ke bola. Pertahankan kepalamu tetap menghadap ke bola dan kaki yang digunakan untuk tumpuan di tempatkan di samping bola untuk menjaga keseimbangan. Sentuhlah bola dengan kakibagian dalam yang merupakan permukaan tendangan yang paling datar. Berikut gambar *passing* di bawah ini:



Gambar 2. Pelaksanaan *Passing*  
(Luxbacher, 2016:12)

Menurut Luxbacher (2016:12) keterampilan pengoperan bola yang paling dasar dan harus anda pelajari terlebih dahulu biasanya di sebut dengan *push pass* (operan dorong) karena bagian samping dalam kaki sebenarnya mendorong bola. Teknik pengoperan ini digunakan untuk menggerakkan bola sejauh 5 hingga 15 yard.

Cara pelaksanaannya:

Persiapan

- 1) Berdiri menghadap target
- 2) Letakan kaki yang menahan keseimbangan disamping bola
- 3) Arahkan kaki ke target
- 4) Bahu dan pinggul lurus dengan target
- 5) Tekukan sedikit lutut kaki
- 6) Ayunkan kaki yang akan menendang ke belakang
- 7) Tempatkan kaki dalam posisi menyamping
- 8) Tangan di rentangkan untuk menjaga keseimbangan
- 9) Kepala tidak bergerak
- 10) Fokuskan perhatian pada bola

Pelaksanaan

- 1) Tubuh berada di atas bola
- 2) Ayunkan kaki yang akan menendang ke depan
- 3) Jaga kaki agar tetap lurus
- 4) Tendang bagian tengah bola dengan bagian samping dalam kaki

Gerakan akhir

- 1) Pindahkan berat badan ke depan
- 2) Lanjutkan gerakan searah dengan bola
- 3) Gerakan akhir berlangsung dengan mulus

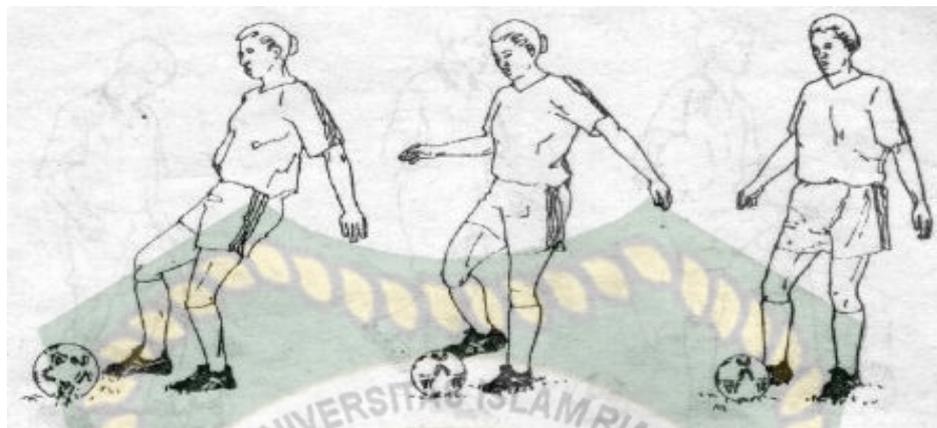
Berdasarkan teori di atas dapat diketahui bahwa ada tiga tahapan untuk melakukan *passing* dengan kaki bagian dalam yaitu: persiapan, pelaksanaan, dan gerakan akhir. Keterampilan pengoperan bola yang paling mendasar dan harus anda pelajari terlebih dahulu biasanya disebut dengan *push pass* (operan dorong) karena bagian samping dalam kaki yang sebenarnya mendorong bola.

Saat bermain selain melakukan *passing* dengan baik seorang pemain juga harus bisa melakukan *stopping* dengan baik. Agar bisa menguasai jalannya pertandingan sehingga bisa dengan mudah mengatur sebuah serangan dengan baik. Berikut cara melakukan *stopping* yang bisa dijadikan acuan menurut para ahli.

Menurut Ganesha (2015:62) *Passing* merupakan tendangan operan kepada teman yang bergerak untuk mendapatkan posisi luang mudah menerima bola dan tanpa mendapatkan rintangan dan lawan maupun tendangan ke sasaran tempat luang ke mulut gawang lawan, tanpa mendapatkan rintangan dan penjaga gawang. Cermat diartikan juga dengan seksama, teliti dalam memberikan bola kepada teman dengan mempergunakan jalan yang sependek-pendeknya dan mudah diterima teman. Cermat juga dapat berarti kesanggupan seseorang pemain mengontrol bola pada tempat yang sempit, dan kesanggupan mengontrol bola hanya dengan satu sentuhan dengan cepat memainkan bola seperti yang dikehendaki.

Mielke (2003:30) menjelaskan cara paling sederhana dan paling efektif untuk *stopping* bola adalah dengan menggunakan kaki. Mengontrol bola menggunakan kaki memungkinkanmu bermain dengan lebih cepat. Di kebanyakan situasi, lebih baik menggunakan kaki (bagian dalam) untuk menerima dan mengontrol bola. Posisi ini memberikan peluang terbaik bagi pemain untuk memainkan bola dengan cepat dengan mengoperkan atau melakukan *dribbling* segera setelah menerima bola.

Untuk lebih jelasnya perhatikan gambar di bawah ini:



Gambar 3. Pelaksanaan *Stopping*  
(Luxbacher, 2016:16)

Sedangkan Luxbacher (2016:13) menjelaskan bagaimana cara penerimaan bola dengan *inside-of-the-foot* adalah jika anda tidak berada dibawah tekanan lawan secara langsung. Sejajarkan diri anda dengan bola yang akan datang dan bergeraklah kedepan untuk menerimanya. Julurkan kaki yang akan menerima bola untuk menjemputnya, letakan kaki menyamping dengan jari kaki mengarah ke atas, menjauh dari garis tengah tubuh. Tarik kaki anda saat bola tiba untuk mengurangi benturan. Jangan hentikan bola sepenuhnya. Sebaliknya, terima dan kontrollah bola sesuai dengan arah gerakan anda selanjutnya atau keruang terbuka menjauh dari lawan terdekat.

Cara pelaksanaannya sebagai berikut:

#### Persiapan

- 1) Bahu dan pinggul lurus dengan bola yang akan datang
- 2) Bergeraklah kearah bola
- 3) Julurkan kaki yang akan menerima bola untuk menjemputnya
- 4) Letakan kaki dalam posisi menyamping
- 5) Jaga kaki agar tetap kuat
- 6) Kepala tidak bergerak dan memperhatikan bola

#### Pelaksanaan

- 1) Terima bola dengan bagian samping dalam kaki
- 2) Tarik kaki untuk mengurangi benturan
- 3) Arahkan bola keruang terbuka menjauh dari lawan yang terdekat

Gerakan akhir

- 1) Tegakan kepala dan lihat kelapangan
- 2) Dorong bola ke arah gerakan selanjutnya

Berdasarkan teori di atas dapat diketahui ada tiga tahapan untuk melaksanakan *stopping* dengan kaki bagian dalam diantaranya yaitu: persiapan, pelaksanaan, dan gerakan akhir. Kemampuan seorang pemain dalam menghentikan bola sangat diperlukan. Karena dengan kita bisa mengontrol bola dengan baik dapat memudahkan mengatur jalannya pertandingan.

### **B. Kerangka Pemikiran**

*Passing* adalah teknik mengoper bola yang sering digunakan ketika seorang pemain ingin memberi ke teman satu tim untuk menjalankan suatu permainan guna mempertahankan bola di posisi timnya dan *stopping* adalah mengontrol bola untuk memberhentikan gerakan yang tak terduga dari jalannya bola. Sewaktu melakukan *passing* pemain akan membutuhkan gerakan yang tak terduga dengan adanya *power* otot tungkai yang bagus maka bola dapat di umpankan kepada teman seregu.

*Power* otot tungkai akan memudahkan pemain dalam memberikan umpan baik *passing* yang dekat maupun dengan jarak yang jauh saat melakukan permainan sepakbola dan begitu juga dengan *stopping*, pemain juga dituntut untuk dapat mengontrol berhentinya bola dan mengasalkan teknik baru dalam menstabilkan berhentinya gerakan dari jalannya bola.

Sedangkan koordinasi mata dan kaki akan memudahkan pemain dalam memberikan umpan atau *passing* yang tepat mengarah kepada pemain satu tim, dengan melihat posisi teman seregu tersebut, maka dengan menggunakan

koordinasi mata dan kaki umpan yang diberikan tersebut dapat mengarah dengan tepat dan baik sehingga bola yang akan diterima dapat dieksekusi ke gawang lawan.

Dari penjelasan tersebut dapat diketahui bahwa *passing* dan *stopping* adalah teknik inti sepakbola sangat berpengaruh dalam jalannya permainan. Dan akan menjadi lebih baik jika seorang pemain dapat menguasai *passing* dan *stopping* dengan baik, bahkan akan memudahkan untuk mengatur ritme permainan agar tidak mudah direbut oleh lawan, serta keterampilan tersebut didukung oleh unsur fisik seperti *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki.

### **C. Hipotesis Penelitian**

Berdasarkan kerangka pemikiran yang telah di paparkan di atas, penulis mengajukan sebuah hipotesis sebagai berikut:

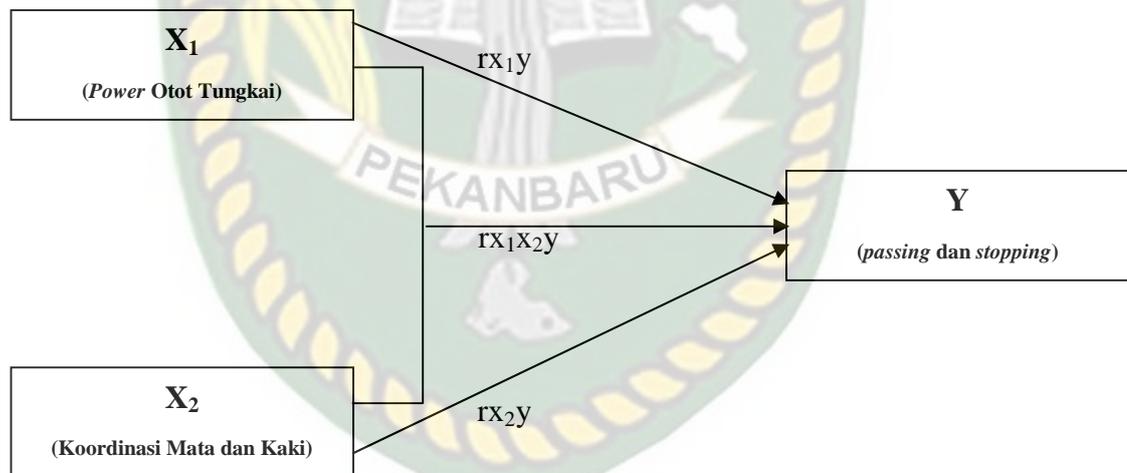
1. Terdapat kontribusi *power* otot tungkai terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkulu
2. Terdapat kontribusi koordinasi mata dan kaki terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkulu
3. Terdapat kontribusi *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkulu

## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah merupakan penelitian korelasional dengan membandingkan hasil pengukuran dua variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel ini. (Arikunto, 2006:273). Dalam hal ini sebagai variabel bebas ( $X_1$ ) adalah *power* otot tungkai, ( $X_2$ ) adalah koordinasi mata dan kaki dan serta sebagai variabel terikat ( $Y$ ) adalah *passing* dan *stopping*. Adapun desain penelitian ini menurut Kusumawati (2015:35) desain penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 4. Desain Penelitian

Keterangan:

$X_1$  = variabel bebas (*Power Otot Tungkai*)

$X_2$  = variabel bebas (*Koordinasi Mata dan Kaki*)

$Y$  = variabel terikat (*Passing dan Stopping*)

## B. Populasi dan Sampel

### 1. Populasi

Menurut (Sugiyono, 2010:90) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini yaitu Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis yang berjumlah 22 orang siswa.

### 2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. (Sugiyono, 2010:91). Adapun teknik *sampling* yang dipergunakan adalah *total sampling*, yaitu mengambil sampel dengan cara seluruh populasi dijadikan sampel, dengan demikian diketahui bahwa sampel pada penelitian ini berjumlah 22 orang.

## C. Definisi Operasional

Supaya tidak terjadi penafsiran dan persepsi yang salah serta menghindari penyimpangan yang mungkin terjadi mengenai permasalahan yang dibicarakan maka perlu penjelasan dan penegasan istilah-istilah sebagai berikut:

- 1) *Power* otot tungkai merupakan kemampuan otot untuk mengatasi beban/tahanan dengan kecepatan kontraksi tinggi.
- 2) Koordinasi mata dan kaki merupakan kemampuan siswa dalam mengarahkan tendangan bola dengan tepat ke arah gawang yang dituju.
- 3) Keterampilan *Passing* dan *Stopping*  
Keterampilan *passing* dan *stopping* adalah suatu keterampilan dalam

bermain sepakbola dalam memberikan umpan kepada teman seregu untuk melakukan serangan serta teknik dalam mengontrol bola yang diberikan oleh kawan dalam rangka mengatur strategi permainan.

#### D. Instrumen Penelitian

Adapun instrumen penelitian ini terdiri dari macam tes yaitu tes *power* otot tungkai, tes koordinasi mata dan kaki dan tes ketepatan *passing* dan *stopping*. Berikut adalah tes yang akan digunakan:

##### 1) Tes *Power Otot Tungkai Dengan Vertical Power Jump Test* (Ismaryati :2008:67-70):

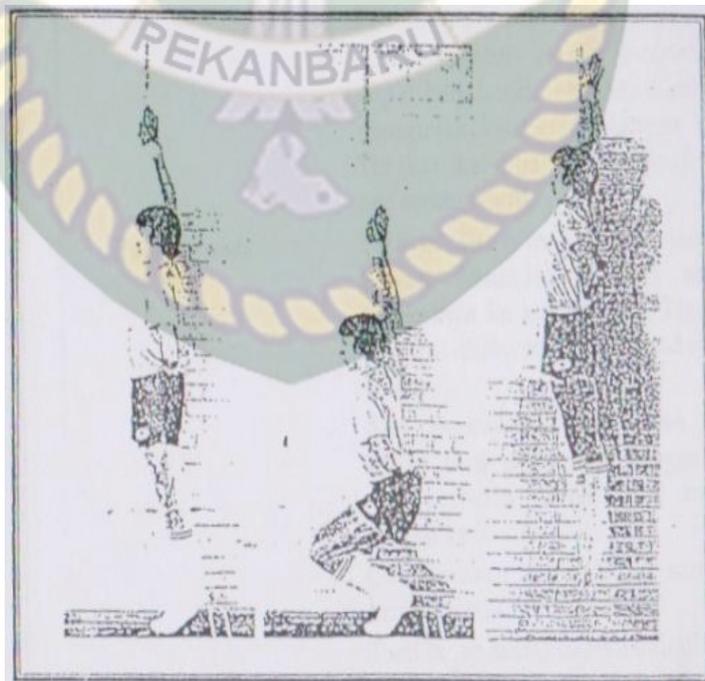
- a. Tujuan :
  - Untuk mengukur *power* tungkai dalam arah vertikal.
- b. Sasaran :
  - Laki-laki dan perempuan yang berusia 10 tahun sampai mahasiswa.
- c. Perlengkapan :
  - Papan bermeteran yang di pasang di dinding dengan ketinggian dari 150 cm hingga 350 cm. Tingkat ketelitiannya hingga 1 cm.
  - Bubuk kapur, timbangan badan.
  - Dinding sedikitnya setinggi 365 cm (12 feet).
- d. Pelaksanaan :
  - Testi berdiri menyamping arah dinding, kedua kaki rapat, ujung jari tangan yang dekat dinding dibubuhi bubuk kapur.
  - Dengan jinjit (berdiri diujung kaki) tangan testi yang dekat

dinding meraih ke atas setinggi mungkin, catat tinggi raihnya pada bekat ujung jari tengah. Satu tangan yang lain ditekuk' di belakang badan.

- Testi meloncat setinggi mungkin dengan posisi awal satu tangan (yang dekat dinding) lurus ke atas, tangan yang lain ditekuk di belakang badan, lutut ditekuk, kaki jinjit. Catat hasil loncatannya pada bekas perkenaan ujung jari tengah.
- Lakukan tiga kali ulangan

e. Penilaian :

- Catat selisih tinggi raihan dan tinggi loncatan.
- Nilai yang diperoleh testi adalah selisih tinggi raihan dan tinggi loncatan dari ketiga ulangan.



Gambar 5. *Vertical Power Jump Test*  
(Ismaryati, 2008 :69)

## 2) Tes Koordinasi Mata dan Kaki (Winarno, 2006:87):

### a. Tujuan:

Tes ini bertujuan untuk mengukur koordinasi mata dan kaki siswa (testi) dalam bergerak.

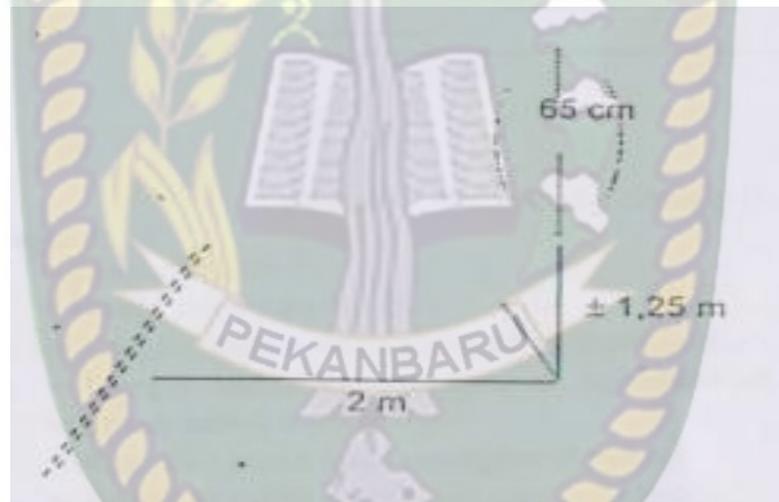
### b. Alat dan Perlengkapan:

- 1) Kapur atau pita untuk membuat garis batas.
- 2) Formulir dan alat tulis.
- 3) Sasaran berbentuk lingkaran terbuat dari kertas dengan diameter (garis tengah) 65 cm. Sasaran disiapkan 3 buah dengan ketinggian yang berbeda-beda ( $\pm 1,25$  meter) sesuai dengan kondisi siswa (testi) agar pelaksanaan tes lebih efisien.
- 4) Pita pembatas sepanjang 3 meter dipasang di depan siswa (testi) sebagai pembatas pelaksanaan kegiatan.
- 5) Jarak antara testi dengan sasaran 2 meter.

### c. Prosedur

- 1) Sasaran ditempelkan pada tembok, dengan ketinggian bagian bawahnya setinggi 1,25 meter.
- 2) Buatlah garis di lantai menggunakan kapur atau pita dengan jarak 2 meter dari tembok, sasaran.
- 3) Testi berdiri di belakang garis pembatas.
- 4) Siswa diinstruksikan melaksanakan tes dengan kaki yang dipilih, dengan cara sebagai berikut: siswa melambungkan bola ke atas, menendang bola ke sasaran, menimang bola yang memantul dari sasaran sebelum bola jatuh di lantai, dan menangkapnya kembali.

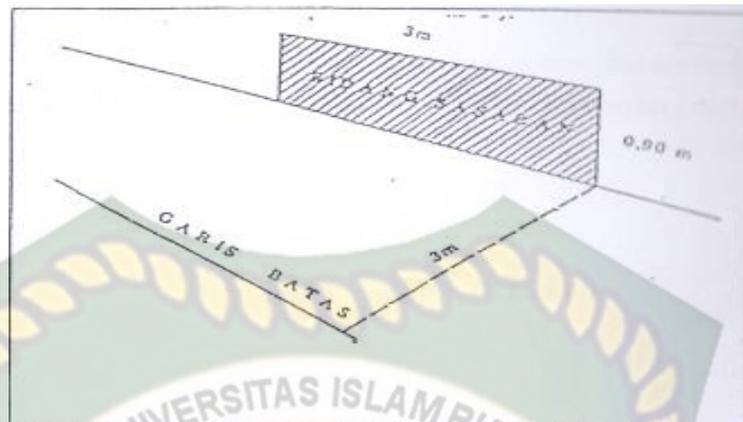
- 5) Sebelum dilaksanakan tes, siswa diberi kesempatan untuk mencoba, agar mereka beradaptasi dengan tes tersebut.
- 6) Tes dianggap berhasil apabila bola yang ditendang mengenai sasaran, bola yang memantul dapat ditimbang, dan ditangkap kembali.
- 7) Siswa tidak boleh menimang dan menangkap bola yang memantul di depan garis batas.
- 8) Siswa memperoleh kesempatan melakukan tes 10 kali ulangan menggunakan kaki kanan, dan 10 kali ulangan menggunakan kaki kiri.



Gambar 6. Tes Koordinasi Mata Kaki  
Winarno (2006:87)

### 3) Tes *Passing Dan Stopping*

- a. Tujuan: Untuk mengukur keterampilan menyepak dan menghentikan bola.
- b. Alat Dan Perlengkapan
  - 1) Bola sepak 1 buah
  - 2) *Stop watch*
  - 3) Alat tulis, kapur dam formulir
  - 4) Dinding pantul (tembok)



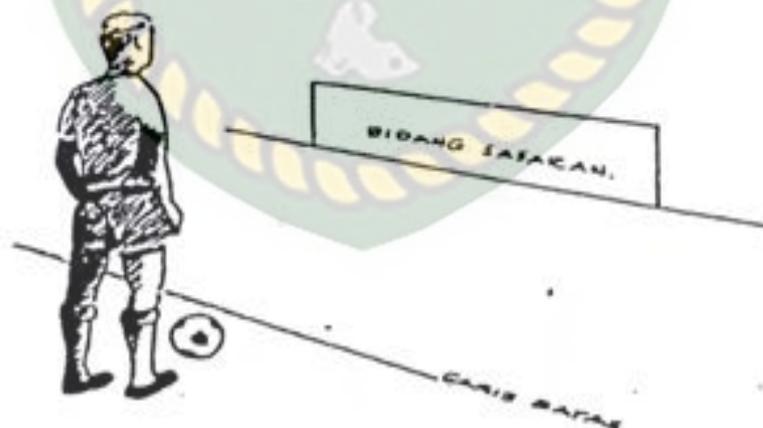
Gambar 7. Dinding Pantul Tes *Passing* dan *Stopping* Sepakbola  
(Winarno, 2006:51)

c. Pengetes

- 1) Pengambilan waktu 1 orang
- 2) Pengawas merangkap pencatat 1 orang

d. Pelaksanaan tes

Testi berdiri dibelakang garis batas, bola diletakkan di depan kakinya, dalam keadaan siap menyepak bola.



Gambar 8. Bentuk Tes *Passing* dan *Stopping* Sepakbola  
(Winarno, 2006:51)

Setelah testi siap, maka pengambil waktu memberi aba-aba mulai dan menjalankan *stopwatch*nya. Testi segera menyepak bola ke dinding pantul.

Pantulan bola kembali dihentikan dan ditahan sebentar dan segera disepak kembali ke arah dinding sasaran. Tes ini harus dilakukan secara terus menerus selama 10 detik. Pada waktu menyepak dan menghentikan bola, testi harus tetap berada dibelakang garis batas. Apabila testi tidak dapat menghentikan dan menahan bola, maka testi harus mengambil bola tersebut dan memainkan kembali sampai batas waktu yang telah ditentukan. Tepat 10 detik pengambil waktu memberikan aba-aba *STOP* dan menghentikan *stopwatch*nya. Testi segera berhenti melakukan tes tersebut. Pada waktu pelaksanaan tes, tugas pengawas memperhatikan perkenaan bola ke daerah sasaran dan menghitung jumlah berapa kali testi menyepak dan menahan bola dari belakang garis secara syah selama 10 detik.

e. Pencatatan Hasil

Hasil skor testi adalah keseluruhan hasil menyepak dan menghentikan bola yang dilakukan secara syah dari belakang garis batas selama 10 detik.

### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Adapun teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### **1. Observasi**

Teknik observasi digunakan untuk meninjau lokasi penelitian untuk mengetahui permasalahan yang berhubungan dengan judul penelitian yang akan di teliti.

## 2. Kepustakaan

Kepustakaan digunakan untuk mendapat konsep dan teori-teori yang diperlukan dalam penelitian ini yaitu tentang Kontribusi *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap keterampilan *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis.

## 3. Tes Pengukuran

Untuk mengetahui kontribusi *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap keterampilan *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis, maka dilakukan tes *power* otot tungkai, tes koordinasi mata dan kaki dan tes *passing* dan *stopping*.

## F. Teknik Analisa Data

Teknik analisa data yang dipergunakan dalam penelitian ini yaitu :

1. Untuk melihat kontribusi *power* otot tungkai ( $X_1$ ) terhadap hasil keterampilan *passing* dan *stopping* sepakbola ( $Y$ ) menggunakan korelasi sederhana dengan dengan rumus Pearson dalam Riduwan (2005:138) sebagai berikut  $r_{x_1y}$ :

$$r_{x_1y} = \frac{n \sum X_1 Y - (\sum X_1)(\sum Y)}{\sqrt{\{n \sum X_1^2 - (\sum X_1)^2\} \{n \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

2. Untuk melihat kontribusi koordinasi mata dan kaki ( $X_2$ ) terhadap hasil keterampilan *passing* dan *stopping* sepakbola ( $Y$ ) menggunakan korelasi sederhana dengan dengan rumus Pearson dalam Riduwan (2005:138) sebagai berikut  $r_{x_2y}$  :

$$r_{x_2y} = \frac{n \sum X_2 Y - (\sum X_2)(\sum Y)}{\sqrt{\{n \sum X_2^2 - (\sum X_2)^2\} \{n \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

3. Untuk melihat kontribusi *power* otot tungkai ( $X_1$ ) dengan koordinasi mata dan kaki ( $X_2$ ) menggunakan korelasi sederhana dengan rumus Pearson dalam Riduwan (2005:138) sebagai berikut  $r_{x_1x_2}$  :

$$r_{x_1x_2} = \frac{n \sum X_1 X_2 - (\sum X_1)(\sum X_2)}{\sqrt{\{n \sum X_1^2 - (\sum X_1)^2\} \{n \sum X_2^2 - (\sum X_2)^2\}}}$$

4. Untuk melihat kontribusi kekuatan otot tungkai ( $X_1$ ) dan koordinasi mata dan kaki ( $X_2$ ) terhadap hasil keterampilan *passing* dan *stopping* sepakbola ( $Y$ ) menggunakan korelasi ganda sesuai dengan pendapat Sugiyono (2010:222) dengan rumus sebagai berikut:

Rumus Korelasi Ganda :

$$R_{yx_1x_2} = \sqrt{\frac{r^2_{yx_1} + r^2_{yx_2} - 2r_{yx_1}r_{yx_2}r_{x_1x_2}}{1 - r^2_{x_1x_2}}}$$

Keterangan :

- $R_{yx_1x_2}$  = Korelasi antara variable  $X_1$  dengan  $X_2$  secara bersama-sama dengan variabel  $Y$   
 $r_{yx_1}$  = Korelasi Product Moment antara  $X_1$  dengan  $Y$   
 $r_{yx_2}$  = Korelasi Product Moment antara  $X_2$  dengan  $Y$   
 $r_{x_1x_2}$  = Korelasi Product Moment antara  $X_1$  dengan  $X_2$

Sedangkan memberikan interpretasi besarnya hubungan *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap keterampilan *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis yaitu berpedoman pada pendapat Sugiyono (2010:214) sebagai berikut:

**Tabel 1. Kategori Nilai Korelasi**

Nilai Korelasi	Kategori
Sama dengan 0,00	Tidak dihitung
Kurang dari 0,01-0,199	Sangat rendah
Antara 0,20-0,399	Rendah
Antara 0,40-0,599	Sedang
Antara 0,60-0,799	Kuat
Antara 0,80-1,000	Sangat kuat

5. Untuk melihat besarnya kontribusi *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap keterampilan *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis dengan melihat koefisien determinasi menurut Sugiyono (2010:215) dengan rumus:  $KD = r^2 \times 100$ .

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis. Untuk mengetahui hal tersebut maka akan dibahas secara berturut-turut mengenai deskripsi data dari masing-masing variabel, pengujian hipotesis, pembahasan penelitian yang telah dilakukan.

Data penelitian ini menyangkut tiga variabel yaitu satu variabel terikat dan dua variabel bebas. Variabel terikat (Y) adalah *passing* dan *stopping* sepakbola, sedangkan variabel bebas pertama ( $X_1$ ) adalah *power* otot tungkai dan variabel bebas kedua ( $X_2$ ) adalah koordinasi mata dan kaki. Jumlah subjek penelitian yang telah memenuhi syarat untuk dianalisis yaitu seluruh pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis yang berjumlah 16 orang. Berikut hasil penelitian yang telah dilakukan:

#### 1. *Power* Otot Tungkai ( $X_1$ ) Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis

Pengukuran terhadap *power* otot tungkai, diperoleh t score *power* otot tungkai terendah adalah 35 dan *power* otot tungkai maksimal adalah 65 dengan rata-rata = 50.88, simpangan baku = 9.07; median = 50; modus = 50.

Data hasil penelitian dimasukkan ke dalam tabel dengan banyak kelas 5, panjang kelas adalah 6 yaitu pada kelas interval pertama pada rentang 35-40 terdapat 4 orang atau 25%, pada kelas interval kedua pada rentang 41-46 tidak ada, pada kelas interval ketiga pada rentang 47-52 terdapat 6 orang atau 37.50%,

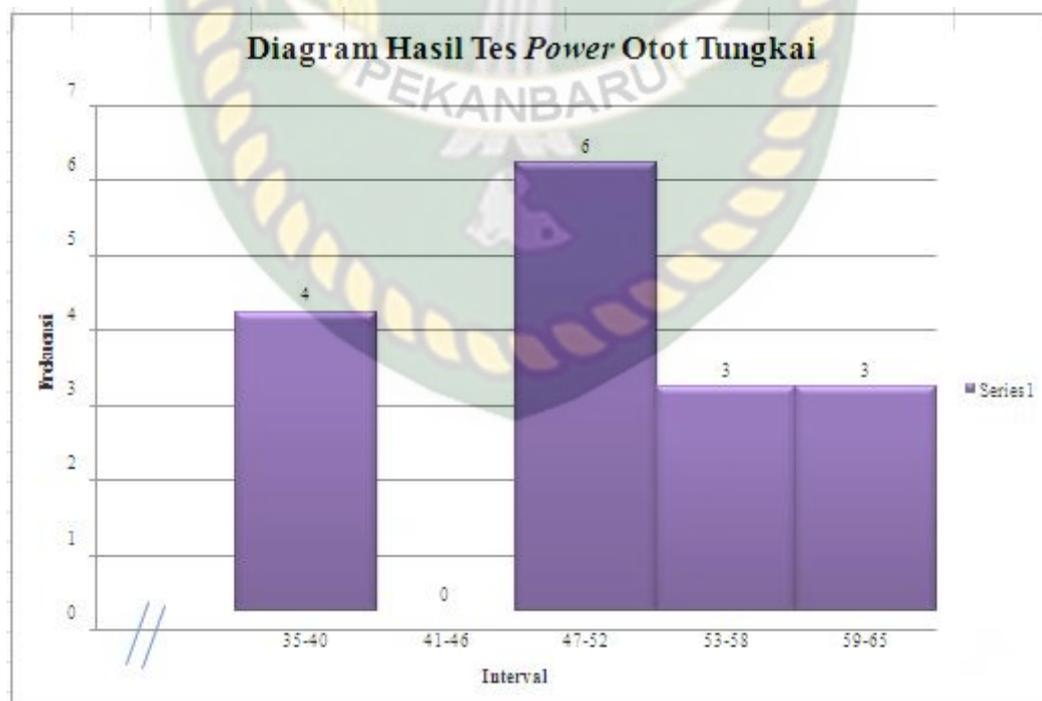
pada kelas interval keempat pada rentang 53-58 terdapat 3 orang atau 18.75%, pada kelas interval kelima pada rentang 59-65 terdapat 3 orang atau 18.75%.

Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi *Power* Otot Tungkai ( $X_1$ ) Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis**

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	35 - 40	4	25%
2	41 - 46	0	0%
3	47 - 52	6	37.50%
4	53 - 58	3	18.75%
5	59 - 65	3	18.75%
<b>Jumlah</b>		<b>16</b>	<b>100%</b>

Penyebaran distribusi frekuensi dari *power* otot tungkai dapat ditunjukkan pada gambar berikut.



**Gambar 1. Histogram Frekuensi Data *Power* Otot Tungkai ( $X_1$ ) Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis**

## 2. Koordinasi Mata dan Kaki ( $X_2$ ) Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis

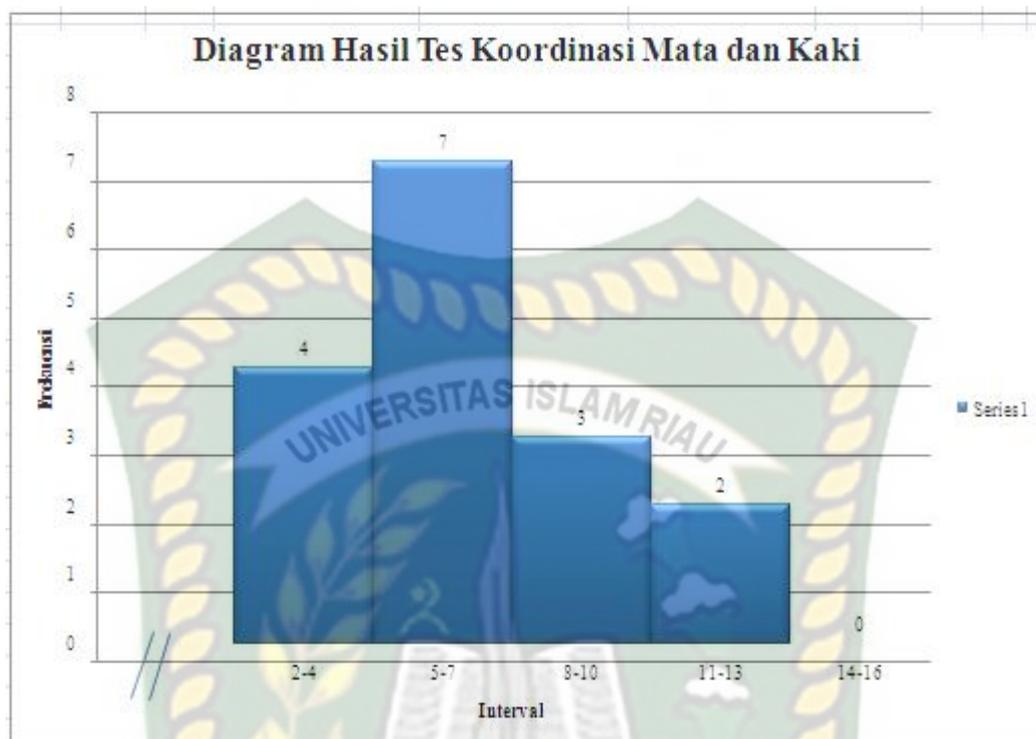
Berdasarkan hasil tes koordinasi mata dan kaki terhadap pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis. Diperoleh koordinasi mata dan kaki terendah yang dicapai siswa adalah 2 dan koordinasi mata dan kaki tertinggi adalah 13, rata-rata nilai = 6.31, simpangan baku = 3.14, median = 6, modus = 6

Sebaran t skor koordinasi mata dan kaki pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis disajikan dalam daftar distribusi frekuensi dengan jumlah kelas sebanyak 5 dan panjang kelas 3 yaitu pada kelas interval pertama pada rentang 2-4 terdapat 4 orang atau 25%, pada kelas interval kedua pada rentang 5-7 terdapat 7 orang atau 43.75%, pada kelas interval ketiga pada rentang 8-10 terdapat 3 orang atau 18.75%, pada kelas interval keempat pada rentang 11-13 terdapat 2 orang atau 12.50%, pada kelas interval kelima pada rentang 14-16 tidak ada. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata dan Kaki ( $X_2$ ) Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis**

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	2 - 4	4	25.00%
2	5 - 7	7	43.75%
3	8 - 10	3	18.75%
4	11 - 13	2	12.50%
5	14 - 16	0	0%
<b>Jumlah</b>		<b>16</b>	<b>100%</b>

Penyebaran distribusi frekuensi dari koordinasi mata dan kaki pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis dapat ditunjukkan pada gambar berikut:



**Grafik 2. Histogram Sebaran Data Koordinasi Mata dan Kaki ( $X_2$ ) Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkulu**

### **3. Hasil *Passing* dan *Stopping* Sepakbola (Y) Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkulu**

Berdasarkan hasil perhitungan terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola, nilai terendah yang diperoleh terendah adalah 2 dan nilai tertinggi adalah 7, dengan  $t$  rata-rata = 3.88, simpangan baku = 1.36, median = 4 dan modus = 3.

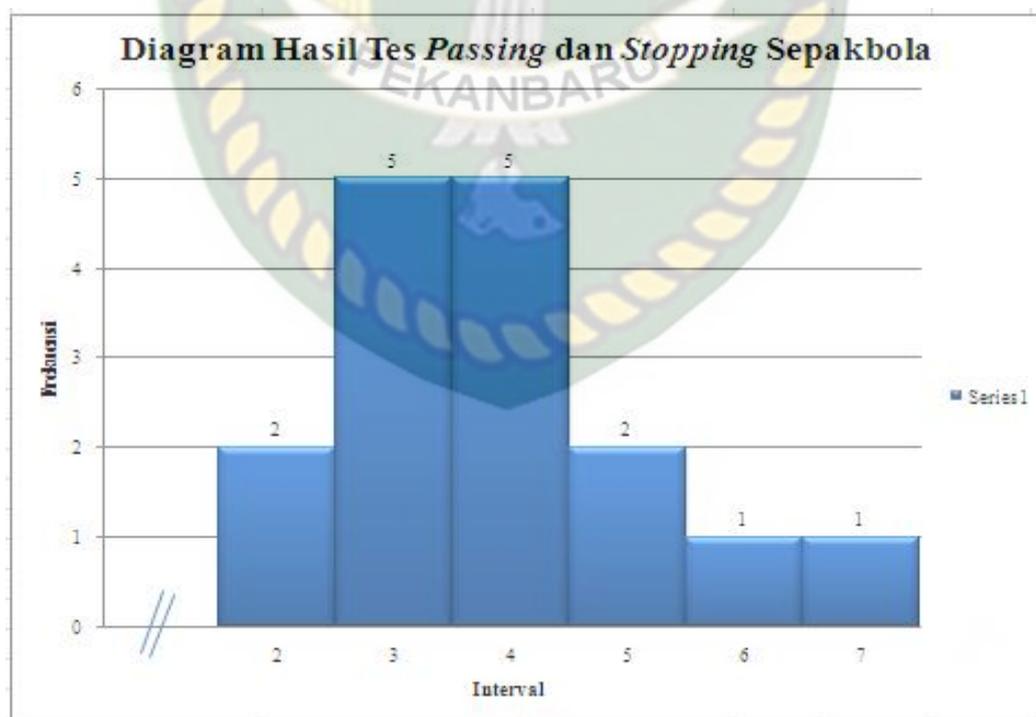
Data hasil penelitian dimasukkan ke dalam tabel dengan banyak kelas 6 dan panjang kelas 1 yaitu pada kelas interval pertama pada rentang 2 terdapat 2 orang atau 12.50%, pada kelas interval kedua pada rentang 3 terdapat 5 orang atau 31.25%, pada kelas interval ketiga pada rentang 4 terdapat 5 orang atau 31.25%, pada kelas interval keempat pada rentang 5 terdapat 2 orang atau 12.50%, pada kelas interval kelima pada rentang 6 terdapat 1 orang atau 6.25%, pada kelas

interval keenam pada rentang 7 terdapat 1 orang atau 6.25%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi *Passing* dan *Stopping* Sepakbola (Y) Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis**

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	2	2	12.50%
2	3	5	31.25%
3	4	5	31.25%
4	5	2	12.50%
5	6	1	6.25%
6	7	1	6.25%
<b>Jumlah</b>		<b>16</b>	<b>100%</b>

Penyebaran distribusi frekuensi dari *passing* dan *stopping* sepakbola dapat ditunjukkan pada gambar berikut:



**Gambar 3. Histogram Frekuensi Skor *Passing* dan *Stopping* Sepakbola Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis**

## B. Analisa Data

Data yang telah terkumpul kemudian dianalisis, yang menjadi variabel  $X_1$  adalah *power* otot tungkai dan  $X_2$  adalah koordinasi mata dan kaki dan yang menjadi variabel  $Y$  adalah *passing* dan *stopping* sepakbola. Pengujian yang digunakan yaitu sebagai berikut:

### 1. Kontribusi *Power* Otot Tungkai Terhadap Hasil *Passing* dan *Stopping* Sepakbola Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis

Data yang telah diperoleh dan dianalisis secara deskriptif, maka selanjutnya dilakukan uji hipotesis dari penelitian yang telah dilakukan. Adapun hipotesis pertama yang akan diuji yaitu: Terdapat kontribusi *power* otot tungkai terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis.

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan *power* otot tungkai terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis didapat nilai  $r_{hitung} = 0,6040$  dengan nilai  $r_{tabel} = 0,497$ , berarti  $r_{hitung} > r_{tabel}$  jadi terdapat hubungan dari variabel  $X_1$  dengan  $Y$  serta dengan nilai KD atau nilai kontribusinya sebesar 36,48%.

### 2. Kontribusi Koordinasi Mata dan Kaki Terhadap Hasil *Passing* dan *Stopping* Sepakbola Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis

Adapun hipotesis kedua yang akan diuji yaitu: Terdapat kontribusi koordinasi mata dan kaki terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis.

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan koordinasi mata dan kaki terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain

Klub Bintang Timur FC Bengkalis didapat nilai  $r_{hitung} = 0,7915$  dengan nilai  $r_{tabel} = 0,497$ , berarti  $r_{hitung} > r_{tabel}$  jadi terdapat hubungan dari variabel  $X_2$  dengan  $Y$  serta dengan nilai  $KD$  atau nilai kontribusinya sebesar 62,65%.

### 3. Kontribusi *Power* Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Dan Kaki Terhadap Hasil *Passing* dan *Stopping* Sepakbola Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis

Adapun hipotesis ketiga yang akan diuji yaitu: Terdapat kontribusi *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis.

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis didapat nilai  $r_{hitung} = 0,8570$  dengan nilai  $r_{tabel} = 0,497$ , berarti  $r_{hitung} > r_{tabel}$  jadi terdapat hubungan dari variabel  $X_1$  dan  $X_2$  dengan  $Y$  serta dengan nilai  $KD$  atau nilai kontribusinya sebesar 73,44%.

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan koordinasi mata dan kaki dan *power* otot tungkai terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis secara simultan adalah 0,8570. Setelah angka korelasi didapat, selanjutnya dilakukan pengujian hipotesis dengan kaidah pengujian sebagai berikut:

Jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$  maka signifikan

Jika  $r_{hitung} < r_{tabel}$  maka tidak signifikan

Kemudian didapat  $r_{hitung} = 0,8570$ . Pada taraf signifikan 5% didapat  $r_{tabel} = 0,497$ . dengan demikian  $r_{hitung} > r_{tabel}$  atau  $0,8570 > 0,497$ . Hal ini menunjukkan

adanya korelasi antara variabel  $X_1$  dan  $X_2$  ke variabel Y atau ada hubungan yang signifikan antara *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis.

### C. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis mempengaruhi kemampuannya dalam melakukan *passing* dan *stopping* sepakbola, ini menandakan bahwa *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki mempunyai kontribusi yang baik terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis. Ini menandakan bahwa ketiga hipotesis yang diajukan dapat diterima yaitu:

#### 1. Terdapat Kontribusi *Power* Otot Tungkai Terhadap Keterampilan *Passing* Dan *Stopping* Sepakbola Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis

Dari analisis data yang telah dikemukakan sebelumnya diketahui bahwa *power* otot tungkai mempunyai kontribusi yang signifikan terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola sebesar 36,48%. Nilai kontribusi ini cukup besar untuk mempengaruhi *passing* dan *stopping* sepakbola seseorang, walaupun masih ada faktor lain yang mempengaruhi *passing* dan *stopping* sepakbola namun faktor *power* otot tungkai ini merupakan faktor penting yang harus dimiliki secara maksimal oleh seorang pemain sepakbola.

Hasil penelitian ini relevan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Rizqanada (2020:298) Uji hipotesis yang pertama “terdapat hubungan antara kekuatan dengan keterampilan *passing* pemain Akademi Arema U-14”. Hasil uji

hipotesis dengan menggunakan analisis korelasi. Berdasarkan analisis tersebut diperoleh koefisien korelasi antara kekuatan dengan passing sebesar  $R = 0,406$  yang artinya makin besar koefisien korelasi yang mempengaruhi, makin besar pengaruh dari variabel tersebut. Uji keberartian koefisien korelasi tersebut dilakukan dengan cara membandingkan nilai  $r_{hitung}$  dengan  $r_{tabel}$  sebesar 0,361, Karena koefisien korelasi antara  $r_{x1.y} = 0,406 > r_{tabel} = 0,361$ , dengan begitu artinya koefisien korelasi tersebut signifikan. Artinya  $H_0$  ditolak  $H_a$  diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel kekuatan terdapat hubungan yang signifikan dengan keterampilan *passing*.

## **2. Terdapat Kontribusi Koordinasi Mata Dan Kaki Terhadap Keterampilan *Passing* Dan *Stopping* Sepakbola Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis**

Hasil penelitian ini menandakan bahwa koordinasi mata dan kaki yang dimiliki oleh pemain sangat berpengaruh terhadap *passing* dan *stoppingnya*, semakin baik koordinasi mata dan kaki pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis, maka akan semakin baik pula *passing* dan *stopping* sepakbolanya.

Menggunakan koordinasi mata dan kaki maka seorang pemain bola akan dapat dengan mudah memberikan umpan yang tepat kepada teman seregu dalam memainkan taktik dan strategi untuk menciptakan kemenangan, sehingga unsur fisik ini harus dikembangkan pada setiap pemain bola sehingga setiap bola yang *dipassing* dapat mengarah tepat kepada kawan seregu.

Hasil penelitian tersebut relevan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Vahlevi (2018:9) yaitu Ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata

kaki dengan kemampuan passing bola kaki pada Siswa SDN 36 Buntu Lamba Kecamatan Malua Kabupaten Enrekang.

### **3. Terdapat Kontribusi *Power* Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata Dan Kaki Terhadap Keterampilan *Passing* Dan *Stopping* Sepakbola Pada Pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis**

Berdasarkan hasil dari penelitian ini sudah terbukti bahwa terdapat kontribusi yang signifikan dari *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola sehingga sebaiknya pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis dapat memaksimalkan *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki yang dimilikinya sehingga keterampilannya dalam melakukan *passing* dan *stopping* akan menjadi lebih baik.

Melalui penelitian ini, bahwa dengan *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki yang maksimal maka *passing* dan *stopping* pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis akan menjadi lebih baik, oleh karena itu kedua unsur fisik pendukung keterampilan teknik ini harus didukung dan terus ditingkatkan sehingga dapat memaksimalkan pencapaian prestasi bagi Klub Bintang Timur FC Bengkalis.

Selain *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki faktor lain yang juga mempunyai kontribusi sewaktu pemain *passing* dan *stopping* bola adalah daya tahan otot, dengan daya tahan otot yang baik maka irama permainan sepak bola dapat dipertahankan serta keterampilan-keterampilan gerakan teknik sepakbola dapat dimaksimalkan.

Hasil penelitian ini relevan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Nurichsan (2018:11) dari hasil pengujian hipotesis keempat yang menunjukkan

adanya kontribusi secara simultan antara kekuatan otot tungkai, panjang tungkai dan koordinasi mata kaki dengan kemampuan menendang bola pada permainan sepakbola Murid SD Inpres Isoka Kecamatan Bontonompo Selatan Kabupaten Gowa. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,843 yang dijelaskan melalui persamaan regresi  $= -22,665 + 0,384X_1 + 0,395X_2 + 0,184X_3$ . Hasil ini semakin memperkuat hasil pengujian hipotesis pertama, kedua dan ketiga. Dengan demikian kekuatan otot tungkai, panjang tungkai dan koordinasi mata kaki dapat menjadi prediktor yang baik bagi kemampuan menendang bola pada permainan sepakbola. Artinya, jika kekuatan otot tungkai, panjang tungkai dan koordinasi mata kaki berkategori baik, maka dapat dipastikan kemampuan menendang bola pada permainan sepakbola akan lebih baik

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat ditarik suatu kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat kontribusi *power* otot tungkai terhadap keterampilan *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis dengan nilai  $r_{hitung} = 0,6040 > r_{tabel} = 0,497$  dengan nilai KD = 36,48%.
2. Terdapat kontribusi koordinasi mata dan kaki terhadap keterampilan *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis dengan nilai  $r_{hitung} = 0,7915 > r_{tabel} = 0,497$  dengan nilai KD = 62,65%.
3. Terdapat kontribusi *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap keterampilan *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis dengan nilai  $r_{hitung} = 0,8570 > r_{tabel} = 0,497$  dengan nilai KD = 73,44%.

Berdasarkan hasil perhitungan maka dapat diketahui bahwa nilai kontribusi *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola pada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis sebesar = 73,44%.

#### B. Saran

1. Kepada pemain Klub Bintang Timur FC Bengkalis untuk dapat melatih unsur fisik yang dimiliki khususnya *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki karena dengan kedua unsur tersebut *passing* dan *stopping* sepakbola dapat lebih dimaksimalkan.

2. Bagi pelatih, disamping melatih teknik *passing* dan *stopping* bola juga diimbangi dengan latihan fisik seperti latihan *power* otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki agar *passing* dan *stopping* sepakbola pemain semakin baik.
3. Kepada peneliti selanjutnya agar meneliti lebih dalam lagi tentang faktor-faktor yang mempengaruhi *passing* dan *stopping* sepakbola.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

## DAFTAR PUSTAKA

- Adil, A. (2011). Kontribusi Kecepatan, Koordinasi mata-kaki, dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola PS. Aspura UNM. *Jurnal ILARA*, 11(1), 70-77.
- Anwar, S. (2013). Survei Teknik Dasar Dan Kondisi Fisik Pada Siswa Sekolah Sepak Bola (SSB) Se Kabupaten Demak Tahun 2012 (*Doctoral Dissertation*, Universitas Negeri Semarang).
- Allsabab, M. A. H. (2018). Pengaruh Latihan Variasi Ladder Drill dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Peningkatan Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola. *Bravo's Jurnal*, 6(1).
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rieneka Cipta.
- Bafirman. (2008). *Buku Ajar Pembentukan Kondisi Fisik*. Padang : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- Dinata, M. (2004). *Dasar-dasar Mengajar Sepakbola*. Bandar Lampung: Cerdas Jaya.
- Faiz, Azi, dkk. (2018). Pengaruh Metode Latihan Small Sided Game Terhadap Kemampuan Passing- Stopping Permainan Sepakbola. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Vol, 4 (2).
- Ganesha, J. M. S. (2015) Upaya Peningkatan Passing Mendatar Menggunakan Bantuan Tembok Pada Permainan Sepak Bola Siswa Kelas IV SD Negeri Kajoran 1 Kabupaten Magelang. *Jurnal Ilmiah Mitra Swara Ganesha*,2(1), 57-71.
- Harsono. (2001). *Latihan Kondisi Fisik*. Jakarta: Dedikbud, Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi.
- Hasanuddin, M. I. (2018). Kontribusi Antara Kecepatan, Koordinasi mata-kaki dan Koordinasi Mata-Kaki Dengan Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa MTs Negeri 1 Kotabaru. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 6(1)
- Irawadi, H. (2011). *Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. Padang: Jurusan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan.UNP.
- Ismaryati. (2008). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta. Sebelas Maret University Press.

- Kusumawati, M. (2017). *Penelitian Pendidikan Penjasorkes Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Luxbacher, J. A. (2016). *Sepakbola Edisi Kedua*. Jakarta: PT. Raja Grfindo Persada.
- Mahatmasari, P. Y., & Suryobroto, A. S. (2018). Pengaruh Latihan Sepakbola Empat Gawang Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Passing-Stopping Bermain Sepakbola. *Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 7(4).
- Manalu, H. (2016). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Dengan Kaki Bagian Dalam Pada Permainan Sepakbola Melalui Variasi Pembelajaran Pada Siswa Kelas Xi Smk Swasta Teladan Medan Tahun Ajaran 2016/2017 (*Doctoral Dissertation*, Unimed).
- Mielke, D. (2003). *Seri Dasar-Dasar Olahraga Dasar-Dasar Sepakbola*. USA Pakar Raya Pakarnya Pustaka.
- Mylsidayu, A. (2015). *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Bandung: Alfabeta
- Nawawi, U. U., Deri, A. M., & Damrah, D. (2018). Pengaruh Latihan Metode Drill Dan Metode Bermain Terhadap Kemampuan Passing Permainan Sepakbola Siswa SSB (Sekolah Sepakbola) Usia 11-12 Tahun. *Performa Olahraga*, 3(02), 127-127.
- Nurdiati, N. (2018) Upaya Peningkatan Kemampuan Teknik Dasar *Passing* dan *Stopping* dalam Permainan Sepakbola melalui Metode Variasi Latihan Siswa Kelas V Sdn 003 Batu Bersurat Kabupaten Kampar. *JURNAL PAJAR (Pendidikan dan Pengajaran)*, 2(3), 458-462.
- Nurichsan, N. (2018). Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai, Panjang Tungkai Dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Kemampuan Menendang Bola Muridsd Inpres Isoka Kecamatan Bontonompo Selatan Kabupaten Gowa (*Doctoral Dissertation*, Universitas Negeri Makassar).
- Riduwan. (2005). *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru-Karyawan dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta.
- Rizqanada, A., & Winarno, M. E. (2020). Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai Dan Koordinasi Dengan Keterampilan Passing. *Sport Science and Health*, 2(6), 293-300.
- Sakti, B.P.I. (2017). Hubungan Koordinasi Mata-Kaki dan Koordinasi mata-kaki Dengan Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Lubuk Linggau. *Jurnal Ilmiah FKIP Universitas Subang*, 3(2).

- Santosa, G. (2012). *Ilmu Faal Olahraga. (Fisiologi Olahraga) Fungsi Tubuh Manusia Pada Olahraga Untuk Kesehatan dan Prestasi*. Bandung: Rosdakarya.
- Simbolon, M. F. (2016). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Dengan Kaki Bagian Dalam Pada Permainan Sepakbola Melalui Variasi Pembelajaran Pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Lumbanjulu Tahun Ajaran 2015/2016 (*Doctoral Dissertation*, UNIMED).
- Sinaga, R. T. (2014). Upaya Peningkatan Hasil Passing Melalui Variasi Latihan Berbalik Dan Mengoper Bola Pada Atlet Sepakbola Usia 13-15 Tahun Di SSB Sinar Pagi Bandar Setia Medan Tahun 2013 (*Doctoral dissertation*, UNIMED).
- Sinambela, M. P. H. (2015). Perbedaan Pengaruh Latihan *Short Passes With Groups* Dengan Latihan *Long Passes With Groups* Terhadap Hasil *Passing* Pada Atlet Sepakbola Usia 15-16 Tahun SSB Buana Putra Kecamatan Air Putih Kabupaten Batu Bara Tahun 2015 (*Doctoral Dissertation*, UNIMED).
- Siregar, T. P. (2016). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Dengan Kaki Bagian Dalam Pada Permainan Sepakbola Melalui Variasi Pembelajaran Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Bilah Hulu Tahun Ajaran 2016/2017 (*Doctoral Dissertation*, UNIMED).
- Suhardianto. (2017). Penerapan Metode *Drill* Untuk Meningkatkan Kemampuan *Passing* Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Kelas VIII A SMP Negeri 30 Makassar. *Jurnal Penjaskesrek STKIP Mega Rezky Makassar*. Hal.130-149.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung: Alfabeta.
- Syafruddin. (2011). *Ilmu Kepelatihan Olahraga Teori dan Aplikasinya Dalam Olahraga*. Padang. UNP Press.
- Syaifuddin. (2009). *Anatomi Tubuh Manusia Untuk Mahasiswa Keperawatan Edisi 2*. Jakarta. Salemba Medika.
- VAHLEVI, B. R. (2018). *Hubungan Antara Koordinasi Mata–Kaki, Kelincahan Dan Kelentukan Dengan Kemampuan Passing Bola Dalam Permainan Sepakbola Murid SDN 36 Buntu Lamba Kecamatan Malua Kabupaten Enrekang* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR).

Waskito, R. G. (2018) Pengaruh Metode Drill dan Metode Bermain Terhadap Hasil Belajar Passing Futsal. *Seminar Nasional Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang*. 66-72.

Widiastuti. (2017). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT. Bumi Timur Jaya.

Winarno. (2006). *Tes Keterampilan Olahraga*. Malang: Laboratorium Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang.

